

Ціна
договірна

● СКАНДАЛ

«Нахіба хлопцям ваші рецепти?!»



Ідея друкувати збірки рецептів від іменитого шеф-кухаря Євгена Клопотенка видається волонтерці Олені Мозговій відірваною від реальності.

Проект «Готуємо до бою!», ініційований Державним оператором тилу спільно з ресторатором Євгеном Клопотенком, викликав неабияке збурення в мережі.

Відома продюсерка, співачка та волонтерка Олена Мозгова виступила з різкою критикою ідеї впровадження нових рецептів у лавах ЗСУ, назвавши це недоречним на тлі реальних проблем із постачанням

Марта САЛО

«Кожного дня якийсь сюр. Нахіба хлопцям ваші рецепти?! Дайте доста якісних продуктів! А рецепти й поради

залиште собі», – емоційно прореагувала Мозгова на свій сторінці у Facebook і навела приклад, що нещодавно в одну з частин привезли м'ясо, заморожене у... 1981 році.

Більше про суперечку – на с. 6

● РЕЗОНАНС

Коли Герой України оприлюднив «розцінки» від ТЦК, отримав... кримінальну справу



Владислав Стоцький втримав 67 днів пекла на бойовій позиції і проявив принциповість у тилу.

Старший лейтенант Нацгвардії, командир взводу батальйону «Свобода» четвертої бригади «Рубіж» Владислав Стоцький став відомим українцям після свого емоційного інтерв'ю Юрію Бутусову, в якому розповів як він із побратимами з 10 липня по 16 вересня 2024 року стримували російський наступ біля села Спірне під Сіверськом Донецької області. Протягом 67 діб бійці перебували в оточенні

Ліна ВОГОНЬ

Воду, їжу та боєприпаси нашим бійцям скидали з дронів. Останні три тижні хлопці перебували у повному оточенні і відбили останній ворожий штурм 16 вересня, коли російські штурмовики увірвались на їх позицію та закидали гранатами бліндаж.

Стоцький зі сльозами на очах розповідав, як під час 9-годинного бою тіло загиблого раніше побратима зупинило у цьому бою ворожу гранату, завдяки чому решта бійців залишилися живі...

«Я просто відстрілював магазин за магазином. росіяни закидали гранати, але тіло загиблого Сашка, який лежав на вході, прикривало нас від уламків», – розповідає він.

Владиславові вдалося відкинути ворога з позиції і вивести шістьох своїх побратимів з оточення.

Після цього Президент Володимир Зеленський присвоїв Владиславу Стоцькому, Роману Омеляненку та Олександр Хом'яку (посмертно) звання Герой України. Окрім того, 12 травня 2025 року Владиславу Стоцькому вручили орден «Золота Зірка».

Але не тільки слава чекала Героя, а й... кримінальна справа.

Подорож – на с. 4

● ДО СЛІЗ

Народила жінка, яка втратила після ракетного удару росіян чоловіка й трьох дітей

Мешканка Богодухова Харківської області Ольга Кривоуг дала життя дівчинці

Юлія РАВЛЮК, Любов ГЕРАЩЕНКО

Нагадаємо, що російський дрон, який 10 лютого влучив у будинок 35-річної Ольги,

забрав життя її синів-близнюків, їхньої молодшої сестри, а також її 34-літнього чоловіка, ветерана війни. Жінка на той час перебувала на останньому місяці вагітності.

Неймовірна історія – на с. 8



В Ольги Кривоуг путін в одну мить забрав найрідніших людей. На фото її чоловік з синами-близнюками Іваном та Владиславом

● ПУЛЬС ТИЖНЯ

Під Куп'янськом росіяни атакували дроном «швидку»

У цей момент бригада медиків перевозила поранених...

Ліна ВОГОНЬ

Унаслідок атаки 15 березня загинули лікарі Дмитро Колесник й Олег Журавльов. Парамедика Олександра Дудулада поранено. В лютому бригада вже потрапляла під обстріл, але тоді люди змогли врятуватися.

«Ми втратили двох героїв. Людей, які до останнього виконували свій обов'язок – допомагати іншим. Світла пам'ять», – повідомили в обласному Центрі екстреної медичної допомоги та медицини катастроф.

Скільки «Фламінго» виготовляє Україна

Ця крилата ракета майже повністю українська, наголосив головний конструктор оборонної компанії Fire Point Денис Штілерман

Микола ДЕНИСЮК

Зараз Україна виготовляє приблизно три «Фламінго» на день. Коли компанія Fire Point отримає власний двигун, виробництво значно збільшиться.

«Зараз ми завершуємо розробку власного двигуна. Це – турбореактивний двоконтурний двигун, спроектований для польоту на низьких висотах», – зазначив конструктор.

За його словами, також вже відбулися успішні випробування української балістичної ракети. До літа вона може бути у нас на озброєнні.

Це – дуже важливо, адже саме балістика, яку росіянам найважче збивати, може дотягнутись до Москви. А без враження цілей у столичному регіоні, вважає Денис Штілерман, росіянам важко буде спонукати припинити війну.

Через 25 років в Україні майже не буде молоді

За оцінками ООН, частка молодих людей серед населення нашої країни зараз становить лише 9%

Раїса ІВАНЮК

Хоча ще у 2000 році цей показник був 14,8% (7,35 мільйона осіб). Очікується, що у 2050-му частка молоді в населенні України впаде до 6,6% (2,3 мільйона осіб). Інші європейські країни показують таку ж тенденцію старіння населення, хоча там цифри трохи кращі: Італія – 9,2%; Естонія – 7,8%; Польща – 11,0%; Франція – 12,7%; Велика Британія – 9,9%.

● ПРЯМА МОВА

Наталія БАЛЮК, головний редактор газети «Високий замок», про те, кому вигідний конфлікт в Ірані:

Війна, яка швидко розповзлася по цілому Близькому Сходу, повністю відповідає інтересам лише однієї країни: путін не втомлюється потирати руки... У мене взагалі складається враження, що росія, як такий собі геймер, одним джойстиком керує усіма воюючими країнами: і Америкою з Ізраїлем, і, звісно, Іраном. Адже що бачимо зараз? Обидві сторони конфлікту б'ють насамперед по нафтових об'єктах, що неминуче призвело до енергетичної кризи у світі. Ціна на нафту злетіла до понад 100 доларів за барель.

Для росії – це рятівне коло, оскільки низькі ціни на нафту, які трималися з кінця 2022 року, вбивали російську економіку... Тепер дефіцит енергоресурсів у світі, спровокований війною, дав підстави США «під благим наміром» частково скасувати санкції з російської нафти. А це все, що треба було Кремлю. Так і проситься питання: «Трампе, ти точно президент Америки?»



● ПОЛІТИЧНА КУХНЯ

Новий лідер Ірану таємно лікується в резиденції путіна?



«Аль Джазіра» стверджує, що Володимир Путін сам запропонував лікувати Моджтаба Хаменеї в Росії.

56-річний Моджтаба Хаменеї перебуває в Москві, оскільки йому була потрібна операція внаслідок ударів США та Ізраїлю. Зараз він проходить лікування в одній із резиденцій глави Кремля

Іранські служби безпеки дійшли до висновку, що на батьківщині в умовах тривалого бом-

полюють США та Ізраїль. «Аль Джазіра» стверджує, що Володимир Путін під час

Моджтаба Хаменеї дістав поранення в ліву сторону тіла, від голови до ніг.

бардування неможливо гарантувати безпеку першій особі, за якою

телефонної розмови з президентом Ірану Махмудом Пезешкіаном сам

Василь КІТ

Про це повідомила «Аль Джазіра», посилаючись на високопоставлене джерело, близьке до нового

верховного лідера Ірану – Моджтаба Хаменеї. Нібито після прибуття до столиці РФ він «успішно» переніс операцію і наразі проходить лікування.

● РЕЗОНАНС

Ні – ланцюгам!

«Закон є закон, зрозумів, господарю!»



В Україні заборонили утримувати собак на ґвалту. Відповідну заборону запроваджує новий Закон «Про ветеринарну медицину»

Закон пропонує облаштування просторих вольєрів або вільне пересування тварини по надійно огороженій території.

За порушення норм благополуччя тварини передбачена адміністративна відповідальність (штраф).

Сума залежатиме від того, в якому стані перебуває тварина.

Також закон забороняє купірування вух чи хвостів тварин «для краси». Такі операції дозволені виключно за медичними показаннями ветеринара.

Юлія ЛІЩЕНКО, wz.lviv.ua

Набувають чинності нові стандарти утримання домашніх улюбленців, зокрема собак, що живуть на подвір'ї, пише видання «Земляк».

Українська розвідка здобула документи щодо втрат ворога та зміни динаміки в них. Так, зафіксовано зміну співвідношення убитих і поранених росіян: зі 100% втрат 62% убитих та 38% поранених. Озвучений ворогом у своїх внутрішніх документах рівень безповоротних втрат становить 1 мільйон 315 тисяч убитих та важко поранених.

Війна в Ірані виявилась на руку Росії: від початку воєнного конфлікту на Близькому Сході та серйозних перебоїв поставок нафти через Ормузьку протоку Москва додатково заробляє 150 мільйонів доларів на день на продажу нафти. Про це заявила головна речниця Європейської Комісії Паола Пінью.

Переказала понад 4,7 мільйона гривень на допомогу українським військовим та уклала угоду про визнання винуватості... колишня очільниця Миколаївської обласної МСЕК, яку викрили у корупційних схемах, пов'язаних з ухиленням від мобілізації. Під час обшуків у неї виявили понад 450 тисяч доларів США, колекцію ювелірних виробів і російський паспорт сина. Помножити 450 тисяч доларів хоча б на 44 – вийде 19 800 000. Бачите, пані було чим поділитися і ще й собі залишилося.

● ТЕМА № 1

Сирський попередив про масштабний наступ росіян на Півдні

Головнокомандувач Збройних Сил України здійснив робочу поїздку на передову, щоб особисто оцінити ситуацію на одній із найгарячіших ділянок фронту

порівнянні з іншими зонами бойових дій. Оцінивши реальний характер дій противника безпосередньо на місці, Головнокомандувач оперативно уточнив подальші бойові завдання для наших підрозділів.

Крім того, були швидко вирішені всі нагальні питання щодо додаткового забезпечення військових життєво необхідними боєприпасами, сучасними дронами, наземними роботизованими комплексами та іншими засобами.

«Щиро вдячний солдатам, сержантам та офіцерам, які невтомно працюють, щоб стримувати та нищити російського агресора», – наголосив Олександр Сирський наприкінці свого звернення.

Тим часом Президент Володимир Зеленський уже заявив, що Сили оборони України зірвали весняний наступ росії та повернули контроль над частиною території. Дав би Бог!

Раїса ІВАНЮК

Під час свого візиту Олександр Сирський перевіряв бойові підрозділи, які зараз мужньо тримають оборону в районах Степногірська, Гуляйполя, Приморського та ще кількох населених пунктів Запорізької області. У соціальних мережах Головаком зазначив, що саме на цій ділянці противник зосереджує надзвичайно велику кількість живої сили та техніки, відверто розглядаючи цей напрям як один із ключових для свого подальшого просування. Наразі інтенсивність ворожих штурмів поблизу Гуляйполя залишається значно вищою у

Третій президент України Віктор Ющенко написав відкритого листа прем'єру Угорщини, українофобу і другу Путіна Віктору Орбану. «Вікторе, зупинись і згадай, ким ти був. Історія – суворий суддя. Вона не вибачає тих, хто мовчав або допомагав злу в часи великих випробувань. Ще не пізно повернутися до світла, до справжнього європейського братерства, де цінують честь, а не сумнівні політичні угоди», – наголосив Ющенко. Наївний, дав привід путіністу на відповідь... І той свого шансу не втратив. «Ваша боротьба за свободу не дає вам права шантажувати нас або диктувати нам умови. Ми й досі хочемо залишатися вашими друзями, але не братимемо участі у вашій війні», – відповів прем'єр-міністр Угорщини.

Молдова звернулася за допомогою до ЄС через забруднення річки Дністер. Воно пов'язане з витоком ракетного палива у районі Дністровської ГЕС у Чернівецькій області, що сталося внаслідок атаки РФ 7 березня.

● НЕСПОДІВАНІЙ ПОВОРОТ

Воїна поховали з почесностями, а він, виявляється, – у полоні

Через кілька днів після похорону двоюрідна сестра побачила його на відео, де демонстрували українських бранців

Наталія КАРНАУХ,
Ольга ІВАЩУК

Уселі Гуменець на Львівщині 23 травня 2025 року поховали тіло, як вважали, військовослужбовця Богдана Вовка. Однак невдовзі виявили, що він живий і перебуває в полоні.

За результатами ексгумації та експертизи підтвердили: насправді поховали іншого військового. Натомість родина Богдана Вовка чекає рідного з полону. Про це «Суспільному Львів» повідомила двоюрідна сестра Богдана Вовка Наталія Голова.

Наталія розповіла, що через кілька днів після похорону вона побачила



Фотоколлаж: «Суспільне Львів».

Фото військового Богдана Вовка на фоні могили, де думали, що похоронений він.

чила відео, на якому Богдан розповідає, що він у полоні. А вже невдовзі отримала офіційне під-

поліцією, Червоним Хрестом. А в червні росія подала його в списках», – говорить жінка.

ного брата Богдана Вовка. Таким чином ще раз підтвердили, що в травні 2025 року поховали іншу людину.

«Особисто для себе підтвердження ДНК я вже не потребувала, тому що в мене з Координаційного штабу вже були всі підтвердження, що Богдан у полоні. Я просто хотіла, щоб відбулася ексгумація і тіло військовослужбовця, яке ми поховали, поїхало

до рідної хати», – додає Наталія Голова.

Також «Суспільне» отримало відповідь на інформаційний запит від заступника начальника ГУНП у Чернігівській області Едгара Папіяна щодо ексгумації тіла з місця поховання, як раніше вважали, Богдана Вовка.

«На цей час проведені молекулярно-генетичними експертизами встановлено збіг між біологічними зразками одного з тіл, про яке ймовірно йдеться у запиті, та ДНК-профілем близького родича загиблого. Тіло ексгумоване та передане родині для подальшого поховання», – йдеться у повідомленні.

Родина загиблого захисника, як ідеться у відповіді на запит, попросила не поширювати інформацію про їхнього рідного.

Тим часом рідні Богдана Вовка продовжують боротьбу за його повернення з полону. Ця історія підкреслює складність процесів ідентифікації в умовах інтенсивних бойових дій та дає надію іншим сім'ям, чий близький вважається зниклим безвісти.

Родина загиблого захисника, як ідеться у відповіді на запит, попросила не поширювати інформацію про їхнього рідного.

твердження.

«Відразу після цього відео я зв'язалася з Координаційним штабом,

У межах слідства ініціювали ексгумацію тіла з місця поховання. Також взяли зразок ДНК в рід-

● ГУЧНА ЗАЯВА

«Вони нас ненавидять!»

Українська співачка Оля Полякова вважає, що польські прикордонники навмисно грубо поводяться з українцями, які перетинають кордон

Марта САЛО

Артистка розповіла про ситуацію, яка сталася з нею.

«Хочу вам пожалітися, мене розпирає. Я більше ніколи не хочу їздити через Польщу. Поляки до нас так погано ставляться, – обурилася артистка. – Сьогодні вночі підняли, перевернули всю валізу, шукали щось, в особистих речах рилися! Розмовляли зі мною грубо так: «Фото! Документи! Покажи! Розкрий!». Співачка зазначила, що ситуація була схожа на жак. «Вона (прикордонниця. – Ред.) спеціально це все робила, щоб я вибісилася і посила їй до біса. А я ж розумію, що якщо пошлю їй чорту, вона мене висадить», – додала артистка.

Співачка розповіла, що разом із нею їхав іноземець, і до нього ставлення у польських прикор-



«Я більше ніколи не хочу їздити через Польщу!»

Фото: korymba.com.ua

донників було настільки доброзичливим, що вони навіть не перевіряли його речей.

«Тобто, розумієте, вони тільки до наших (так погано ставляться. – Ред.) – вони нас просто ненавидять. Люди, ну що це таке?».

Співачка уточнила, що їхала через Польщу до Великобританії.

Ой, цікаво, чи пані Полякова випадково не звернулася до поляків на «общепринятій мові», бо поляки дуже негативно ставляться до кацапської мови з вуст українців?..

Міністр закордонних справ Ірану Аббас Араґчі заявив, що росія та Китай надають Ірану різну допомогу, зокрема військову співпрацю. При цьому він наголосив, що Тегеран «ніколи не просив про припинення вогню». Тим часом збройні сили Ізраїлю проводять операцію проти Ірану щонайменше ще три тижні, повідомив речник Армії оборони Ізраїлю Еффі Дефрін.

У 2025 році на 10,7 млн працюючих в Україні припало 10,2 млн пенсіонерів, 1,7 млн ветеранів, 3,6 млн осіб з інвалідністю та 4,6 млн внутрішньо переміщених осіб. Це свідчить про значне зростання потреби у фінансовій підтримці з боку держави, тоді як кількість працевлаштованих, які наповнюють Держбюджет податками, зменшилась на 1,3 млн із 2021 року.

● СЛОВО – ЗБРОЯ!

Новий закон в росії: тепер «Іванушки» без International

Цікаво, чи потраплять під заборону літери Z та V

Лія ЛІС

У росії з 1 березня 2026 року набув чинності закон, який суттєво обмежує використання іноземних слів, що фактично означає заборону латиниці в рекламі, вивісках, назвах товарів.

Використовувати можна буде лише слова, що входять до затверджених «нормативних словників», за винятком зареєстрованих торгових марок. В іншому випадку – штраф до 500 тисяч рублів

(у гривнях – 280 тисяч).

Відтак відомий гурт 1990-х, який майже 30 років знають, як «Іванушки International», скоротив свою назву. Тепер колектив називатиметься просто «Іванушки», оскільки друга частина назви підпадає під дію російського законодавства про обмеження використання англіцизмів.

Продюсер гурту Ігор Матвієнко заявив, що його «задовбали» іноземні запозичення, а для тих колег по цеху, які все ж захочуть залишити англійські назви, він запропонував запровадити додатковий податок.

Невже і Z та V на танках замінять на «З» та «В»?

«Sorry, actually, no we don't, f*ck you» («Вибачте, ми цього не зробимо, ідіть на *уй») – такими нецензурними словами радник президента росії Володимира путіна із зовнішньополітичних питань Юрій Ушаков вилаяв помічників президента Франції, які приїжджали до москви говорити про включення Європи у процес переговорів про мир в Україні.

Міністр внутрішніх справ Ігор Клименко повідомив, що після теракту у Львові у ніч проти 22 лютого Національна поліція збільшила час реагування на виклики. Тепер по деяких фактах поліція і ДСНС будуть приїжджати на 2 – 5 хвилин пізніше там, де будуть сигнали про терористичну небезпеку. Внаслідок того теракту, нагадаємо, загинула 23-річна старша лейтенантка поліції з села Верба Володимирського району Волині Вікторія Шпилька.

Україна залишилася найбільшим постачальником соняшникової олії для країн Європейського Союзу. За період з 1 липня 2025 року до 1 лютого 2026 року ЄС імпортував близько 0,95 мільйона тонн української олії, що складає майже 92% ринку.

У Мостиськах на Львівщині померла легендарна колишня зв'язкова Української повстанської армії Віра Андрейко. 15 квітня 2026 року їй мало виповнитися 100 років.

● Я ТАК ДУМАЮ!

Про новини, від яких божеволієш

Якщо уявити, що хтось на пів року випав із подій, а зараз повернувся, то, певне, має всі шанси поїхати до психіатричної лікарні. Дивіться самі



Зоя КАЗАНЖИ, журналістка, міжнародна медіатренерка, громадська діячка, письменниця, одеська блогерка

Україна просила закрити небо над своєю територією. Не закрили – вбивайтеся самі. Зараз Україну просять закрити небо над Дубайщиною.

Пентагон і країни Перської затоки хочуть придбати українські безпілотники-перехоплювачі, щоб збивати «Шахеди». Тому що стріляти ракетами Patriot, вартістю по 20 мільйонів доларів, по безпілотнику, який коштує 20 тисяч доларів, якось не комільфо.

Трампа молитися за себе під час колективної молитви. Трампа виключив свого пропагандиста і любителя путіна Такера Карлсона із MAGA (Make America Great Again («Зробімо Америку великою знову»)) – гасло кампанії команди Дональда Трампа. – Ред.) і заявив, що той «збився зі шляху» і він взагалі «недостатньо розумний».

В свою чергу Такер Карлсон заявив, що у війну Трампа втягнули... євреї. Точніше – ХАБАД (ХаБад (ХаБад-Любавич) – це впливова течія в хасидизмі та ортодоксальному юдаїзмі, заснована у XVIII столітті в білорусі. Назва є акронімом трьох єврейських слів, що означають «Мудрість», «Розуміння» та «Знання». – Ред.) Бо ХАБАД штовхає США на війну, щоб зруйнувати мечеть Аль-Акса і натомість побудувати Третій Храм. Знаєте, які докази? Такер побачив нашивку на формі одного із ізраїльських солдатів.

Павла Дурова забанили в ТікТок. Залишилось, щоб Маска в X забанили.

На росії в розпалі репетиції дитячих весіль. В цій дурці на повному серйозі дорослі тітки із загсів рф беруть участь у «процедурі».

Іран бомбить Дубай. А Дубай поставив свої ППО серед своїх сяючих стоповерхівок і б'є багатомільйонними ракетами по дешевих дронах.

Українці тим часом продовжують генерувати мему. Із останнього: «Шейхи співають: «Горить-палає техніка ворожа, рідне Абу-Дабі переможе!»

Українських інкасаторів викрали у Будапешті разом із готівкою, яку вони везли з Австрії до України у рамках міжнародних банківських перевезень.

Зеленський розповідає світу про розміри живота Орбана і прямим текстом обіцяє «якщо одна особа в ЄС блокуватиме 90 мільярдів доларів, то дамо адресу цієї особи ЗСУ». Петер Мадяр, лідер виборчих перегонів в Угорщині і основний претендент на перемогу, був вимушений публічно стати на захист Орбана від Зеленського. Вміє наш, скажіть?

До Угорщини прибули російські технологічні з штабу Кірієнка. І це прямо дуже погано. росія включається повністю в процеси, щоб утримати Орбана при владі. А ми, виходить, теж допомагаємо мобілізувати електорат своїми офіційними дурними заявами.

Арабський мільярдер Аль Хабтур наїхав на Трампа і вимагає відповідей на питання: «Хто надав вам повноваження втягувати наш регіон у війну з Іраном? Чи думали ви про те, хто першим постраждає у нашому регіоні?»

Особливо пикантні такі питання на фоні того, що створена Трампом Рада миру активно фінансувалася саме країнами Перської затоки. Тому Аль Хабтур і питає: то ми фінансуємо мирні ініціативи чи війну проти нас самих?

США надають Індії 30-денний дозвіл на купівлю російської нафти. І це руйнує всю вибудовану архітектуру стримувань, обмежень, штрафних санкцій. І це до того, що таке рішення допомагає росії заробляти далі гроші.

Андрія Єрмака продовжують охороняти. На цей раз – спецпідрозділ СБУ «Альфа». Може тому, щоб не втік? Хоча ми всі розуміємо, про що це.

А у вас що?

Речник кремля Дмитро Песков заявив, що москва не бачить втрати інтересу президента США Дональда Трампа до переговорів щодо миру в Україні.

● ПУЛЬС ТИЖНЯ

Батько подолав 10 тисяч кілометрів, щоб відвідати в Україні могилу сина-Героя

Луїс Толедо з Бразилії побував у Львові 14 березня – у День українського добровольця

Марта САЛО

Його син, Луїс Феліпе Віейра Толедо Порту загинув 29 листопада 2025 року поблизу села Великомихайлівка у Дніпропетровській області, захищаючи Україну. Луїс Толедо розповів, що син свідомо став на захист України, бо хотів допомогти. По приїзду батькові було вручено посмертну відзнаку сина – почесний знак Святого Юрія.

«І син в одній із багатьох розмов, які я мав із ним, чітко сказав, що, якщо з ним станеться щось найгірше, він хотів би залишитися в Україні і, якщо можливо, у Львові – бо це місто, яке він полюбив, де він знайшов дуже близьких людей», – розповів батько добровольця.

Його волю виконали і поховали на Полі почесних поховань. Луїс Толедо зазначив, що кров його родини пролита на українській землі, а отже, «частина з них тепер теж є українцями».

На могилі сина він звернувся до нього зі словами: «Ти не шукав слави, я це знаю. Я знаю, ти не хотів бути героєм, але визнання прийшло, і добре, що так сталося. Ось так, сину. Коли тільки зможу, я буду приходити, щоб трохи поговорити. Домовилися? Обіймаю тебе, сину. До наступної зустрічі».

А тепер Polexit: Польща може вийти з Євросоюзу?

Прем'єр-міністр сусідньої країни Дональд Туск заявив, що вихід країни з Європейського Союзу – так званий Polexit – є реальною загрозою після ветовання оборонного плану ЄС (Варшава могла б отримати 43,7 мільярда євро оборонних кредитів Європейського Союзу. – Ред.)

Петро ЛЯХ

Про це він написав у соціальній мережі X 15 березня. За словами Туска, ідею виходу Польщі з ЄС підтримують окремі праві політичні сили. Зокрема, на його думку, цього прагнуть представники польської фракції «Конфедерація», а також більшість політиків із партії «Право і справедливість» (PiS). Польський прем'єр також заявив, що президент Польщі Кароль Навроцький є «покровителем» цих політичних сил. Крім того, Туск зазначив, що послаблення або руйнування Європейського Союзу, на його думку, вигідне росії, американському політичному руху MAGA й частині європейських правих політиків на чолі з прем'єр-міністром Угорщини Віктором Орбаном. «Для Польщі це було б катастрофою. Я зроблю все, щоб їх зупинити», – наголосив Туск.

У Німеччині 15-річний підліток викрав автобус, щоб підвезти однокласницю

У місті Вісбаден автобус був припаркований на території підприємства і мав повний бак пального

Василь ВІТЕП

Приблизно о шостій ранку працівники помітили, що транспорт зник. Спочатку вони припустили, що водій випадково виїхав не тим автобусом, тому до поліції звернулися лише ближче до полудня. Під час розслідування правоохоронці встановили, що автобус рухається в напрямку Карлсруе. Там його зупинив поліцейський патруль. Правоохоронці стверджують, що за кермом був 15-річний підліток із Майнца. Невдовзі перед зупинкою він підібрав свою 14-літню дівчину, щоб відвезти її до школи. Загалом підліток міг проїхати 150 км. Автобус повернули компанії-перевізнику без пошкоджень, а підлітка передали батькам. Проти нього відкрили кримінальне провадження за крадіжку й керування транспортним засобом без водійського посвідчення.

● УСЕ ДЛЯ ФРОНТУ, ВСЕ ДЛЯ ПЕРЕМОГИ!

На передовій кожна третя мобільна лазня – від Порошенка

Прально-душові комплекси користуються неабияким попитом у воїнів

Ольга СОКОЛОВА

Фонд Порошенка виготовляє ці модулі разом із ГО «Справа громад». Мобільні лазні робляться переважно з контейнерів або вагончиків, які перевозяться вантажівками і можуть працювати автономно біля

Після днів та тижнів на передовій такі комплекси дають змогу не лише помитися чи випрати речі, а й відпочити та поправити здоров'я.

передової. Там є душові кабінки, пральні та сушильні машини, раковини, місця для особистої гігієни, невеличка тепла роздягальня. По факту: після днів та тижнів на передовій такі комплекси дають змогу не лише помитися чи випрати речі, а й відпочити та поправити здоров'я.

Цими днями з майданчика біля централь-



«Був щиро радий бачити сьогодні стільки рідних облич».



ного, «прозорого» офісу партії «Європейська Солідарність» на передову відправили ще 10 пересувних лазень. До речі, саме тут, на базі офісу, у 2022-ому сформувався

206-й батальйон ТрО, вихідцями з якого є не лише командири підрозділів, а й командувач цілого роду військ. При відправці допомоги на фронт був при-

сутній п'ятий президент Петро Порошенко.

«Сьогодні ми передаємо 10 прально-душових комплексів, а це означає, що вже 329 наших комплексів працюють у

війську. Всього у складі Збройних Сил України налічується близько тисячі мобільних лазень. Якщо вдатися до нескладних розрахунків, то виходить, що кожен третій комплекс поставлений до війська ГО «Справа громад» та Фондом Порошенка, який фінансується виключно за наші з Мариною власні кошти. Непоганий результат», – констатує п'ятий президент.

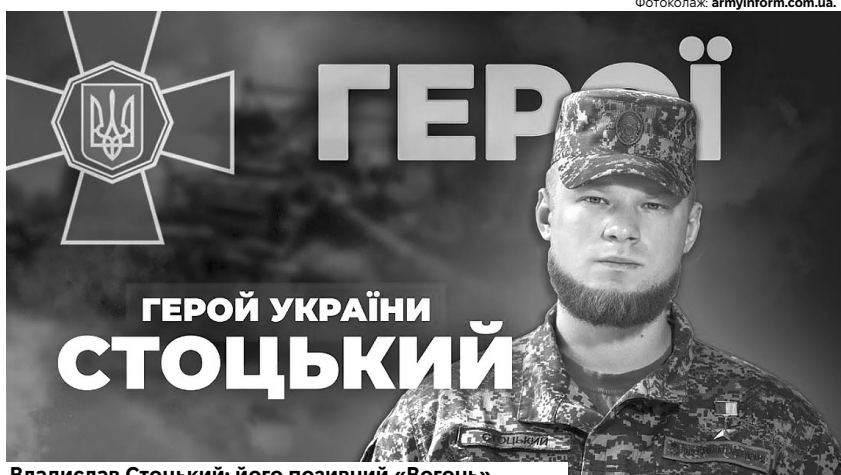
ДО РЕЧІ

Мобільні лазні – це не все, що отримало в цей день українське військо. Також Фонд Порошенка та ГО «Справа громад» передали воїнам 150 FPV-дронів, зокрема на оптоволокну, 50 комплексів «Блискавка», квадроцикли, 57 комплектів Starlink, детектори дронів «Аспірин», генератори, зарядні станції, 176 шин для пікапів, електроніку, а також 10 прально-душових комплексів. Серед отримувачів був племінник Порошенка Роман, який служить в ЗСУ, а також автор «Ферії мандрів» Ігор Захаренко, який теж боронить Україну зі зброєю в руках. Допомога пішла в 19 підрозділів Сил оборони.

P.S. Під час з'їзду партії «Європейська Солідарність» Петро Порошенко оприлюднив список побратимів, які віддали життя в боях за Україну. Присутні вшанували пам'ять 124 побратимів із «Євросолідарності», які загинули від початку повномасштабного вторгнення.

● РЕЗОНАНС

Коли Герой України оприлюднив «розцінки» від ТЦК, отримав... кримінальну справу



Владислав Стоцький: його позивний «Вогонь», і він вижив у ньому. А в тилу проявив вогонь правди.

Закінчення.
Початок – на с. 1

Ліна ВОГОНЬ

Владислав Стоцький – родом із Житомирщини, але зараз проживає в Ірпені на Київщині. Після виведення з оточення Герой отримав відпустку. І ви-

рішив поїхати на Закарпаття, де дізнався про «розцінки» працівників ТЦК і СП для військовозобов'язаних, які ухиляються від служби.

Герой України був шокований і вирішив не мовчати, а оприлюднити цю інформацію.

«Мені розказали, що на Закарпатті «прайс» такий: якщо тебе бере

за руку ТЦК, то, щоб зразу тебе відпустили, – п'ятсот євро треба дати. Садять у бус – тисяча євро, привозять у ТЦК, оформляють документи – десять тисяч євро, везуть на полігон, щоб тебе відпустили, – п'ятнадцять тисяч євро, і тебе відпускають», – розповів Стоцький в інтерв'ю Дмитру Гордону.

Але саме після оприлюднення «прайсів» Закарпатського ТЦК для ухиливців у Героя України почалися проблеми – голова обласного ТЦК Андрій Савчук подав на нього заяву до поліції за наклеп та вимагав вибачення.

«Каже мені жорстко: «Ти что? Ти что такое сказал? А ну давай извиняйся!» А я наставляв на своєму, не вибачився. А він (голова ТЦК. – Ред.) подав заяву і на мене відкрили кримінальне провадження», – зазначив військовий.

Владислав Стоцький додав, що через деякий час цього голову Закарпатського ТЦК звільнили за те, що в нього знайшли сто тисяч доларів.

Як відомо, наприкінці грудня 2025 року закарпатський місцевий журналіст Віталій Глагола повідомив, що СБУ під час обшуків за місцем проживання керівника Закарпатського обласного ТЦК Андрія Савчука знайшла близько 100 тисяч доларів готівкою. Офіційних коментарів від правоохо-

ронних органів щодо цих коштів не було.

А цими днями, 15 березня 2026 року, Глагола уточнив, що матеріали щодо цієї справи згодом передали за підслідністю до правоохоронців у Закарпатській області – поліції та прокуратури.

«І тут виникає доволі показова ситуація. Ми нуло вже понад два місяці після резонансних обшуків, однак підозру Андрію Савчуку досі не оголошено. Тобто маємо таку цікаву картину: після публічного озвучення «прайсу» відкривають кримінальне провадження, а після обшуків і знайдених \$100 000 – справа поки що без підозри. Наразі залишається відкритим питання, коли закарпатські правоохоронці таки оголосять підозру колишньому керівнику Закарпатського обласного ТЦК», – розмірковує журналіст.

Справді, цікаво. Але Герою України – Владиславу Стоцькому – великий перспектив, що проявив принципів і в тилу.

● «ІМПЕРІЯ ЗЛА»

«України більше не існує, все згоріло, а ваші батьки померли»

ООН визнала депортацію українських дітей до росії злочином проти людяності

Василь КІТ

Незалежна міжнародна комісія Організації Об'єднаних Націй опублікувала звіт, який підтверджує системний характер викрадення українських дітей російською владою. Згідно з документом, примусове переміщення тисяч неповнолітніх з окупованих територій до росії та білорусі є не лише воєнним злочином, а й злочином проти людяності.

Аналітики наголошують, що «пряма участь» володимира путіна у цьому процесі була «очевидною від самого початку». Хоча кремль традиційно називає депортацію «порятунком» із зони бойових дій, ООН зафіксувала 1 205 конкретних випадків вивезення дітей лише за 2022 рік. Станом на сьогодні 80% із них залишаються в росії, а їхні родичі часто навіть не знають, де перебувають їхні близькі.

Звіт детально описує механізм злочину: дітей із окупованих частин Донеччини та Луганщини вивозили до рф під приводом «евакуації», після чого їм примусово надавали російське громадянство та передавали в установи або місцеві сім'ї.

У таких закладах діти під-



Фотоколаж: zmina.ua.

Офіційний Київ зазначає, що загальна кількість депортованих може сягати 20 тисяч осіб, з яких наразі вдалося повернути лише 2 тисячі.

даються психологічному тиску та жорсткому поводженню. Один із вихованців розповів,

Офіційний Київ зазначає, що загальна кількість депортованих може сягати 20 тисяч

Дітей із окупованих частин Донеччини та Луганщини вивозили до рф під приводом «евакуації», після чого їм примусово надавали російське громадянство та передавали в установи або місцеві сім'ї.

що персонал російського дитбудинку переконував його: «України більше не існує, все згоріло, а ваші батьки, ймовірно, померли».

осіб, з яких наразі вдалося повернути лише 2 тисячі. Ті, кому пощастило знову опинитися на рідній землі, страждають від глибоких психологічних травм,

тривожності та страху самотності. «Я все ще шукаю свою доньку і страшенно боюся того, що вона може про мене думати і як вона виживає в росії, де багато людей ненавидять українців», – наводяться у звіті слова матері, яка втратила зв'язок із дитиною.

Нагадаємо, що через ці дії Міжнародний кримінальний суд у 2023 році видав ордер на арешт путіна та уповноваженої з прав дитини Марії Львової-Белової. Остання публічно визнавала факти «перевиховання» підлітків із Маріуполя, які не бажали їхати до росії.

● ПОДРОБИЦІ

Підозрюваний у вбивстві Андрія Парубія ховав зброю в могилі на цвинтарі

СБУ завершила досудове розслідування справи про вбивство нардепа-патріота, прокурори скерували матеріали до суду. Підозрюваному Михайлу Сцельникову загрожує довічне ув'язнення

Василь КІТ

При цьому слідство задокументувало нові злочини з боку підозрюваного, зокрема, його заклики до повалення конституційного ладу та ліквіда-



Фотоколаж: ukr.net.

Підозрюваний Михайло Сцельников (праворуч) здійснив вісім прицільних пострілів у політика...

ції представників державної влади України. Також під час розсліду-

вання знайшли ще одну зброю – мисливський обріз, який зловмисник

заховав у могилі на території Личаківського цвинтаря для можливо-

го використання у під-ривній діяльності.

Нагадаємо, що 30 серпня 2025 року на вулиці Єфремова у Львові вбивця, який маскувався під кур'єра служби доставки, розстріляв нардепа від «Європейської Солідарності» Андрія Парубія.

Підозрюваний здійснив вісім прицільних пострілів у політика, внаслідок чого той загинув на місці.

За підозрою у вчиненні вбивства затримали завербованого через телеграм російськими спецслужбами 53-річного львів'янина Михайла Сцельникова, який у залі суду зізнався у скоєному. Після вбивства Парубія вбивця намагався втекти за кордон, але його спіймали СБУ та поліція у Хмельницькій області.

● ЛЮБОВ – ЗЛА!

У Німеччині 16-річний українець до смерті побив свою землячку та її доньку

Цими днями йому винесли вирок: хлопця визнали винним у вбивстві 32-літньої жінки з України та її доньки, якій був рік і сім місяців. Трагедія сталася на лісовій стежці

Ліна ВОГОНЬ

Обвинувачений зізнався в тому, що в червні 2025 року накинувся

на свою сусідку та її маленьку доньку з кулаками в лісопарковій зоні в місті Дорстен, унаслідок чого вони дістали важкі травми

голови. Тіло частково роздягненої 32-річної жінки потім виявив перехожий. А мертву дитину поліція знайшла в кущі поблизу.

Як встановило слідство, хлопець і жертви були випадково знайомі, а до злочину між жінкою і юнаком був статевий акт. Після виявлення тіл українець

сам здався поліції. Незважаючи на це, судді заявили, що не можуть встановити, чому обвинувачений вдався до насильства.

16-літнього юнака було засуджено за двома пунктами обвинувачення у подвійному вбивстві та призначено 10 років позбавлення волі.

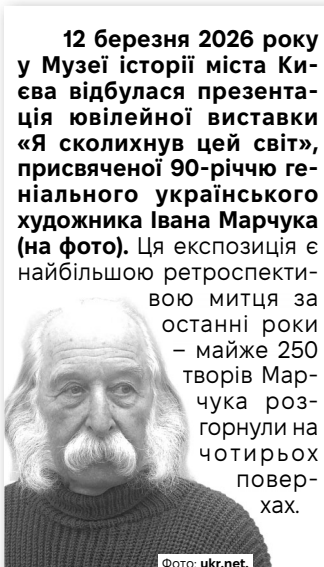


Фото: ukr.net.

12 березня 2026 року у Музеї історії міста Києва відбулася презентація ювілейної виставки «Я сколихнув цей світ», присвяченої 90-річчю геніального українського художника Івана Марчука (на фото). Ця експозиція є найбільшою ретроспективою митця за останні роки – майже 250 творів Марчука розгорнули на чотирьох поверхах.

● Я ТАК ДУМАЮ!

Що не так? Щаслива родина окупантів втратила все

Здавалося б, все добре – дім, троє дітей, щаслива родина. Але ж бракувало чогось... Чого завжди бракує на росії – наприклад, краденого унітазу чи проблем. І вони завжди з'являються, щойно росіянин кидає все – і йде убивати інших

Павло КАЗАРІН, журналіст, публіцист, теле- і радіоведучий, блогер



Є така повчальна російська казка про рибалку та рибку. Вона про те, до чого призводять жадібність та ненаситність. Ось її буквально втілення.

Мешканка Курської області розповідає, що після початку СВО її чоловік пішов на фронт і там зник безвісти, а сама вона внаслідок бойових дій втратила житло і все майно, і тепер з трьома дітьми живе в орендованій квартирі. Жодної допомоги від держави, зрозуміло, немає. Тіло чоловіка теж ніхто не шукає, щоби не платити компенсацій. Загинув – і всім начхати.

Тепер жінка записує скарги і просить допомоги, бо в неї не залишилося нічого. За російськими мірками була щаслива родина. Троє дітей, хата, господарство. Здавалося, що ще треба? Мільйони людей мріють про таке. А цим здалося замало. Захотілося заробити на вбивствах сусідів. Поговувати, пограбувати нові території. В результаті прилетів бумеранг – будинку й хазяйства більше немає, діти залишилися без батька, у злиднях та горі.

Дивлюся такі відео і запитую – ну чого ж, тварюки, вам не жилося нормально, адже у вас все було? І не знаходжу відповіді.

● ТРИМАЙСЯ, КОЗАЧЕ!

Відомий співак-воїн Юрій Журавель розповів про свій стан після інфаркту

Він досі перебуває в лікарні

Лія ЛІС

53-річний український співак та художник із Рівного, фронтмен гурту «От Vinta», військовослужбовець Юрій Журавель зазначив, що вже почувається краще. Його перевели в інше відділення лікарні.

«Доповідаю. Я вже переведений з відділення інтервенційної радіології у кардіологічне відділення. Мені набагато краще. Лікарі нашої області – справжні герої. Їх робота – щоденний подвиг. Про це треба написати пісню», – наголосив артист в Facebook.

Нагадаємо, що про проблеми зі здоров'ям співака стало відомо в лютому. Тоді його дружина Наталія розповіла про це так: «Протягом кількох останніх тижнів були серцеві напруги і ось – тяжкий обширний інфаркт. Лікарі невідкладної допомоги, реаніматологи та кардіологи – ви справжні герої. Від моменту, коли Юра сам викликав «швидку», до моменту стентування минуло лише 40 хвилин. 40 хвилин, які врятували життя».

До слова, Юрій у серпні минулого року мобілізувався. Він служив в одній із бригад морської піхоти.



«Жодним ворожим інфарктам не здолати мого серця, бо воно переповнене коханням. Військово-морські сили надають Журавлю сили, а вона – крила», – каже про дружину Юрій Журавель.

Фото: з фейсбуку-сторіями Юрія Журавеля.

● ШОК!

Чоловік застрелив 11-річну доньку і наклав на себе руки

Жахлива трагедія сталася на Київщині

Ліна ВОГОНЬ

До правоохоронців у місті Ірпені звернулася жінка, яка була сестрою чоловіка і тіткою дитини. Саме вона виявила їх мертвими у власному помешканні.

Попередньо поліція встановила, що 52-річний чоловік, ймовірно, пострілом вогнепальною зброєю у голову вбив дитину, а після цього покінчив життя самогубством.

Достеменно незрозуміло, що могло стати причиною такої неадекватної поведінки, але відомо, що дитина хворіла.

Слідство все ще продовжується, а тіла батька і доньки відправили на судово-медичну експертизу, аби остаточно встановити причину їхньої смерті і розкрити деталі трагедії.

Лише нещодавно суспільство сколихнула схожа трагедія на Львівщині, коли чоловік застрелив двох своїх дітей 13 та 15 років, після чого покінчив життя самогубством.

Брати-мільйонери роками підсипали жінкам наркотики та ґвалтували їх

Відомі американські брокери-мільйонери опинилися в центрі сексуального скандалу

Райса ІВАНЮК

Тал Александр, 39 років, і Орен Александр, 38, прославилися продажем розкішної нерухомості в Нью-Йорку та Маямі. Разом із третім братом, Алоном, 38 років, вони опинилися на лаві підсудних. Присяжні визнали всіх трьох винними у торгівлі людьми з метою сексуальної експлуатації.

Прокурори кажуть, що брати використовували своє багатство, щоб заманювати жінок на вечірки та у розкішні будинки. І там вчиняли сексуальне насильство.

Адвокати ж намагалися довести, що жінки брали участь у стосунках добровільно. Вони хотіли показати братів як любителів вечірок і ловеласів. Однак присяжні не повірили цій версії. Відтак братів визнали винними за всіма пунктами обвинувачення. Їм загрожує довічне ув'язнення (вирок винесуть 6 серпня).

У заключній промові помічник прокурора США Ендрю Джонс підкреслив: брати діяли «без краплі каяття», проявляючи «нелюдність» і «спотворене почуття гордості».

У Львові хірурги вирізали частину шлунка 200-кілограмовому пацієнту

Надмірна вага спричинила серйозні проблеми зі здоров'ям

Лія ЛІС

Хірурги лікарні Святого Пантелеймона «Першого медичного об'єднання Львова» успішно провели лапароскопічну баріатричну операцію 36-річному пацієнту з важкою формою ожиріння. Він важив 200 кг і вага постійно зростала. Індекс маси тіла пацієнта становив 58. Це – третій і найважчий ступінь ожиріння.

При цьому вага пацієнта, як повідомив хірург, професор Андрій Сташин, вже спричинила серйозні проблеми зі здоров'ям: підвищений артеріальний тиск, цукровий діабет, а також порушення роботи серцево-судинної і дихальної систем.

Хірурги лікарні виконали малоінвазивне втручання – операцію зі зменшення шлунка. Вона пройшла успішно. Таке втручання допомагає пацієнтам значно знизити вагу, покращити стан здоров'я та повернути легкість рухів.

На Волині створять Меморіал на честь полеглих Героїв «Сталевої Сотки» – 100 ОМБр. Вже обрано місце розташування пам'ятного комплексу – це Ковель, схвалено ескіз меморіалу, здійснено підготовчі роботи з облаштування.

● ДО СЛІЗ

Народила жінка, яка втратила після ракетного удару росіян чоловіка й трьох дітей



Тепер загинбі рідні з Небес будуть молитися, щоб Ольга змогла виростити маленьку Катерину...

Закінчення.
Початок – на с. 1

За словами начальника Золочівської селищної військової адміністрації Віктора Коваленка, мати й дочка почуваються добре.

«Ольга народила дівчинку, назвала Катю. Ми допоможемо поділі фінансово», – розповів він у коментарі «Суспільному Харків».

За його словами, Ольга з донькою перебувають у пологовому.

«Народила, все гаразд. Нормально себе почувають і мама, і дитинка», – сказав Коваленко.

Коваленко каже, що після російського удару по будинку родини Ольги у Богодухові жінка живе у Сковородинівці



На труни Мирослави, Івана та Влада Кривогубів без сліз не можна було дивитися...

Золочівської громади.

«У неї там є рідна сестра, там – батьківська хата. Там – рідні брати, сестри чоловіка. Вона

не покинута», – сказав Коваленко.

Як відомо, російська армія вдарила «Шахедом» по будинку родини

у Богодухові вночі 10 лютого.

Сім'я Ольги переїхала до цього будинку за день до російського уда-

● НЕСПОДІВАНІЙ ПОВОРОТ

Донька Фаріон звернулася до чоловіка, з яким три роки зустрічалася мама

«Вона була кохана і закохана»

Лія ЛІС

Донька вбитої кілером мовознавиці і колишньої народної депутатки Ірини Фаріон Софія Особа розповіла про особисте життя матері. Вона поділилася, що мама в останніх своїх стосунках була коханою і кохала. Про це донька Фаріон зізналась в інтерв'ю Ростиславу Калачинському.

«Я можу сказати, що вона була кохана, була закохана в цього чоловіка і його дуже любила, поважала. Насправді я була рада за неї. Більше я нічого не можу сказати», – сказала Софія Особа.

Донька Фаріон з повагою відгукується про останню любов мамі. Вона під час інтерв'ю також захотіла звернутися до цього чоловіка, побажавши йому сили. «Бажаю лише сили цьому чоловіку і впевненості, що все буде добре, і вона (Ірина

Фаріон. – Ред.) із неба допомагає», – сказала Софія.

Вона також зауважила, що стосунки мамі з цим чоловіком тривали понад три роки.

До речі, Василь, чоловік самої Софії Особи, загинув на фронті восени 2024 року (був мінометником у 4-му батальйоні бригади Національної гвардії «Рубіж»).

Донька Фаріон з повагою відгукується про останню любов мамі.

«Василь – кохання мого життя. Ми з ним познайомилися теж в особливому місці – біля пам'ятника Шевченку. Це було 9 березня. Здається, 2012-го року. Це був мітинг свободи. Я до нього підійшла і мала передати прапор... Я тоді дізналася, що Василь народився в Добромилі, що він із релігійної наці-

ональної родини, що дуже багато працює насправді, і що він – дуже добра і світла людина», – розповіла Софія Особа.

Василь та Софія почали зустрічатися, згодом одружилися та стали батьками двох дітей – Еви та Дмитрика.



Софія Особа протягом короткого часу втратила двох найдорожчих людей – маму Ірину Фаріон і чоловіка Василя Особу.

ру – дім обирали ближче до лікарні, бо жінка була вагітна четвертою дитиною, розповів «Суспільному Харків» брат загиблого Григорія Шикуні Іван.

У ніч на 10 лютого чоловік Ольги Григорій ліг спати в кімнаті із трьома дітьми – донькою та близнюками. Ольга почувала в іншій кімнаті.

Після влучання російського дрона Ольга хотіла полізти під завали будинку до дітей, розка-

Під час похорону сестра Ольги сказала, що дитина, на яку чекала Ольга, – єдине, за що вона зараз тримається.

зала її сестра Олександра Бражник. Вагітну жінку зупинив сусід.

Загиблій доньці подружжя Мирослави був рік – її день народження святкували першого січня, розповідала Олександра Бражник. Хлопчикам – Іванові та Владиславу – було по два роки.

34-річний чоловік Ольги – Григорій був ветераном. Захищав Україну на фронті близько року – воював на Куп'янщині та Запоріжжі, де втратив ногу.

Із загиблим захисником і трьома дітьми попрощалися 13 лютого. Їх поховали у Сковородинівці – рідному селі Григорія Шикуні.

Під час похорону сестра Ольги сказала, що дитина, на яку чекала Ольга, – єдине, за що вона зараз тримається.

ОСОБЛИВИЙ ВИПАДОК

Селезінка 3-річного хлопчика збільшилася майже втричі і не поміщалася в животику...

А коли до важкої форми гемолітичної анемії додалася ще одна хвороба – вірусний гепатит, дитину, вже у вкрай тяжкому стані, перевезли із Тернопільщини до Львова, де за її порятунком взялися спеціалісти Лікарні Святого Миколая «Першого медичного об'єднання Львова»



ФОТО: «Перше медичне об'єднання Львова»

Нарешті мама Артемчика має привід для усмішки: щічки синочка стали рожевими, склери очей – білими, а рівень гемоглобіну нормалізувався.

критично впали. Тоді Артемчику і поставили діагноз, який зустрічається доволі рідко – в однієї людини на 5000: «неімунна гемолітична анемія».

За цієї недуги еритроцити мають неправильну форму та розмір, через що селезінка сприймає їх як чужорідні тіла і постійно руйнує. Через цю надмірну «роботу» з руйнування сам орган поступово збільшується – роздувається, ніби

м'язи у спортсмена. Цей процес неможливо зупинити жодними ліками. Єдине рішення – це видалення селезінки. Однак для такої радикальної операції хлопчик тоді був надто маленьким. Тож поки ріс, йому щомісяця переливали донорську кров.

У 2024-му році внаслідок ворожого обстрілу будинок, де жила родина Артема, був зруйнований. Сім'я покидає рідне Добро-

пілля і переїжджає на Тернопільщину, де на їхню долю випадає ще одне випробування. Через неможливість вчасної вакцинації при народженні хлопчик заразився вірусним гепатитом, що додало навантаження на печінку.

Артемчику було важко дихати і ходити, його животики був величезним, а шкіра – блідо-жовтою.

«Почала помічати, що в дитини сеча стала червона. У мене почалася паніка, думала, що раптом почалася кровотеча. Він прямо за ніч поховтів до такого кольору, що було видно – це не просто падіння гемоглобіну, а щось зовсім інше. І я терміново звернулася до лікарні», – розповідає мама Артема.

Через надто тяжкий стан малюка перевозять до Львова – у Дитячу Лікарню Святого Миколая. «Він приїхав у дуже важкому стані: білірубін 450–500, гемоглобін 60 при нормі 110. У Артема стався гемолітичний криз – стан, коли величезна кількість еритроцитів одночасно руйнується, а організм реагує імунною реакцією», – пояснив медичний директор

Олександр Калінчук.

Гематологам вдалося стабілізувати стан хлопчика, що дозволило не видаляти селезінку відразу, а провести необхідну вакцинацію і підготуватися до операції.

На той момент вона була майже втричі більшою від норми – 17 сантиметрів у довжину – і не могла поміститися у дитячому животі, через що склалася навіп, перетискаючи інші органи. Артемчику було важко дихати і ходити, його животики був величезним, а шкі-

ра – блідо-жовтою.

Аби менше травмувати дитину, хірурги ухвалили рішення виконати спленектомію, тобто операцію з видалення селезінки, лапароскопічним методом. Зважаючи на розміри органу, це було складно зробити. Та команда лікарів «Першого медичного об'єднання Львова» впоралася, анестезіологи забезпечили маленькому пацієнтові необхідну післяопераційну підтримку.

Нині Артемчику 3,5 роки. Його щічки нарешті стали рожевими, склери очей – білими, а рівень гемоглобіну нормалізувався. За умов належного догляду та медикаментозної підтримки роботи печінки, хлопчик буде рости і розвиватися, як звичайна дитина.

Лія ЛІС,
t1mo.lviv.ua

Артемчик із міста Добропілля, що на Донеччині, народився шляхом кесаревого розтину на 37-му тижні вагітності. Відразу після пологів у малюка впав гемоглобін та підвищився білірубін, тож його терміново доправили у лікарню Дніпра.

Для мами хлопчика це стало страшним дежавю, адже її перша дитина померла за пару годин після народження з подібними показниками. Однак, на щастя, дніпровські лікарі все ж змогли врятувати Артемчика.

Через 2,5 місяця його мама помітила, що синочок зблід, а склери очей пожовтіли. Показники знову

ЗВЕРНІТЬ УВАГУ!

Мігрень «на тарілці»

5 звичних продуктів, які можуть спричинити нерестерпний головний біль

Анастасія БОНДАРЕНКО

Мігрень – це один із найвиснажливіших різновидів головного болю. Вона супроводжується гострим болем, як правило з одного боку обличчя, підвищеною чутливістю до світла і звуків, нудотою та нерідко блювотою.

Мігренню страждає близько 15% населення планети.

Мігренню страждає близько 15% населення планети. Жінки схильні до неї втричі частіше за чоловіків через гормональні коливання, що безпосередньо впливають на частоту нападів.

Одним із головних тригерів нападів є певні харчові

продукти. Особливо ті, що містять тирамін, нітрити, глутамат натрію або гістамін. Про це пише blik.ua.

ПРОДУКТИ, ЯКІ ВИКЛИКАЮТЬ ГОЛОВНИЙ БІЛЬ:

КОФЕЇН

Кофеїн впливає на мігрень неоднозначно: одним людям він допомагає полегшити симптоми, для інших стає прямим провокатором болю. Особливо небезпечна різка відмова від кави або чаю, вона може викликати так звані «головні болі відміни». Фахівці рекомендують підтримувати стабільну щоденну дозу кофеїну та знижувати її поступово, а не різко.

ВИТРИМАНИЙ СИР

Чеддер, пармезан, гауда та інші витримані сири містять тирамін. Це речовина, що утворюється в процесі розщеплення білків під час дозрівання продукту. Саме тирамін вважається одним із найвідоміших харчових тригерів мігрені, оскільки впливає на тонус судин й нервову систему.

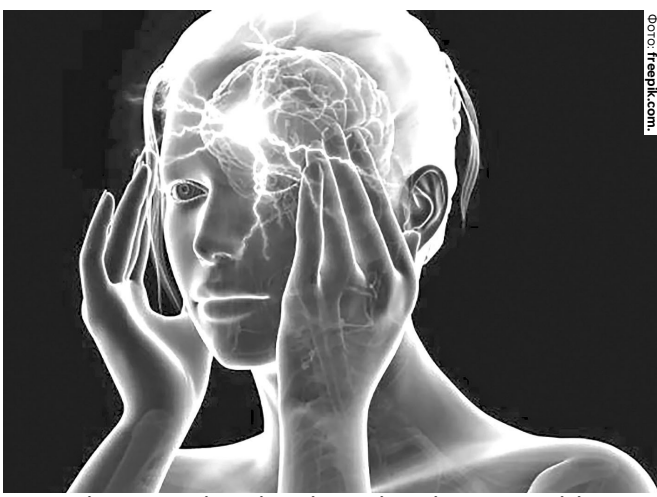


ФОТО: freepik.com

Жінки схильні до мігрені втричі частіше за чоловіків через гормональні коливання.

ПЕРЕРОБЛЕНЕ М'ЯСО І КОВБАСНІ ВИРОБИ

Бекон, салямі, сосиски та інші різновиди переробленого м'яса містять нітрати та нітрити, а це – консерванти, що розширюють кровоносні судини. Саме це розширення може запускати напади нерестерпного головного болю у людей, схильних до мігрені.

АЛКОГОЛЬ

Червоне вино – один із найвідоміших провокаторів мігрені серед алкогольних напоїв. Механізм впливу складний: алкоголь спричиняє зневоднення організму, порушує мозковий кровообіг та містить тирамін. Навіть невелика кіль-

кість вина може запустити напад у чутливих людей.

ШОКОЛАД

Шоколад одночасно містить і кофеїн, і тирамін – тобто, одразу два потенційні тригери мігрені. Дослідження підтвердило існування прямого зв'язку між вживанням шоколаду та виникненням болю. Особливо це стосується темного шоколаду з високим вмістом какао.

Якщо мігрень турбує регулярно, варто вести харчовий щоденник і відстежувати, які продукти провокують біль. Це допоможе виявити особисті тригери й суттєво зменшити частоту мігреней.

ЩО ВІЩУЮТЬ ЗОРІ?

Гороскоп на 23 – 29 березня

ОВЕН (21.03 – 20.04)



Тиждень може принести несподівані робочі пропозиції або нові завдання. Важливо не поспішати з рішеннями й уважно зважувати свої кроки. Гарний час для планування майбутніх справ і фінансових кроків. У стосунках варто більше слухати партнера, ніж доводити свою правоту. **Сприятливий день** – середа, **несприятливий** – субота.



ТЕЛЕЦЬ (21.04 – 21.05)

Ваша наполегливість допоможе просунути справу вперед у важливій справі. Можливі новини, пов'язані з роботою або фінансами. Намагайтеся не перевантажувати себе зайвими турботами. У любовній сфері важливо проявити більше терпіння та уваги. **Сприятливий день** – п'ятниця, **несприятливий** – вівторок.



БЛИЗНЮКИ (22.05 – 21.06)

Тиждень принесе багато спілкування і нових ідей. Деякі пропозиції можуть виявитися дуже перспективними, якщо не відкладати їх у довгий ящик. Уникайте поспішних обіцянок. У стосунках можливі приємні сюрпризи або теплі зустрічі. **Сприятливий день** – четвер, **несприятливий** – понеділок.



РАК (22.06 – 22.07)

Доведеться приділити більше уваги домашнім справам і близьким людям. Невеликі турботи можуть потребувати вашої підтримки. Намагайтеся зберігати спокій і не реагувати надто емоційно. У стосунках важливими стануть щирість і турбота. **Сприятливий день** – неділя, **несприятливий** – середа.



ЛЕВ (23.07 – 21.08)

Ваші ідеї можуть знайти підтримку серед колег або друзів. Тиждень сприятливий для творчих задумів і нових починань. Водночас не забувайте про відпочинок. У любовній сфері варто уникати різких слів і поспішних висновків. **Сприятливий день** – вівторок, **несприятливий** – п'ятниця.



ДІВА (22.08 – 23.09)

Гарний час для наведення порядку в робочих справах і фінансах. Ваше вміння аналізувати ситуацію допоможе знайти правильне рішення. Намагайтеся більше дбати про здоров'я та режим відпочинку. У стосунках важливо говорити відверто. **Сприятливий день** – середа, **несприятливий** – неділя.



ТЕРЕЗИ (24.09 – 23.10)

Тиждень може подарувати цікаві знайомства або нові ідеї. Головне – не сумніватися у власних силах. Спілкування з друзями чи колегами принесе натхнення. У любовній сфері можливі романтичні моменти. **Сприятливий день** – субота, **несприятливий** – четвер.



СКОРПІОН (24.10 – 22.11)

Не варто поспішати ділитися своїми планами з усіма підряд. Деякі ідеї потребують часу, щоб зміцніти. Зосередженість допоможе досягти бажаного результату. У стосунках краще уникати зайвих ревностів. **Сприятливий день** – понеділок, **несприятливий** – п'ятниця.



СТРІЛЕЦЬ (23.11 – 21.12)

Тиждень сприятливий для навчання, нових знань і подорожей. Можливі цікаві пропозиції або несподівані можливості. Не бійтеся виходити за межі звичного. У любовній сфері важливо бути щирими в своїх почуттях. **Сприятливий день** – четвер, **несприятливий** – вівторок.



КОЗОРІГ (22.12 – 20.01)

Наполеглива праця поступово почне приносити результати. Можливі новини, пов'язані з кар'єрою або фінансами. Намагайтеся не брати на себе занадто багато обов'язків. У стосунках підтримка близьких стане особливо важливою. **Сприятливий день** – п'ятниця, **несприятливий** – понеділок.



ВОДОЛІЙ (21.01 – 18.02)

Тиждень принесе нові ідеї та натхнення. Гарний час для творчості, планування майбутніх проєктів або навчання. Деякі зустрічі можуть виявитися дуже корисними. У любовній сфері можливі приємні несподіванки. **Сприятливий день** – неділя, **несприятливий** – середа.



РИБИ (19.02 – 20.03)

Варто трохи пригальмувати темп і приділити час відпочинку. Інтуїція підкаже правильні рішення в складних питаннях. Тиждень сприятливий для роздумів і планування майбутніх кроків. У стосунках важливими стануть довіра й душевні розмови. **Сприятливий день** – вівторок, **несприятливий** – субота.

СПОРТ

Олександра Кононова, якій забороняли виступати в патріотичних сережках, везе з Італії 5 медалей!



Олександра Кононова (ліворуч) та Ірина Буй святкують «срібло» у змішаній естафеті лижних гонок.

Петро ПАС

На зимових Паралімпійських іграх 2026 року в Мілані та Кортіні-д'Ампеццо Олександра стала найуспішнішою спортсменкою української збірної, завоювавши 5 медалей – одну золоту, одну срібну і три бронзові! При цьому українка виборола нагороди в усіх стартах!

До 2026 року Олександра вже мала 4 золоті медалі попередніх Паралімпіад (у Ванкувері-2010 та Сочі-2014). Тобто вона – вже 5-тиразова паралімпійська чемпіонка!

– Я ще не хочу завершувати свою кар'єру, – заявила після Паралімпіади-2026 Олександра Кононова в інтерв'ю «Суспільному Спорт». – Так, я розумію, що мені вже 35 і чую вже такі слова, що ой, та може вже досить, може пора вже прибіти лижі на стіну, де всі нагороди, що вже потрібно відпочивати та займатися чимось іншим. А я не хочу ще займатися чимось іншим. І тут 24 роки і у мене немає ще навіть розуміння, чим я буду займатися. Так, у мене є діти, мені є

«Мене надихають моя країна, гімн і прапор, а також наші доблесні воїни ЗСУ», – каже Олександра Кононова.

ЯКИЙ РАХУНОК?
Футбол. Українська Прем'єр-Ліга. Результати матчів 20-го туру: «Полтава» – «Карпати» – 0:4, «Динамо» – «Оболонь» – 2:1, «ЛНЗ» – «Олександрія» – 2:0, «Кудрівка» – «Верес» – 0:0, «Полісся» – «Кривбас» – 2:0, «Епіцентр» – «Рух Львів» – 2:0, «Колос» – «Зоря» – 1:1, «Шахтар» – «Металіст 1925» – 1:0.

ТУРНІРНА ТАБЛИЦЯ УКРАЇНСЬКОЇ ПРЕМ'ЄР-ЛІГИ-2025/2026 ПІСЛЯ 20 ТУРІВ:								
№	Команда	І	В	Н	П	ЗП	О	
1.	«Шахтар» (Донецьк)	20	14	5	1	48:12	47	
2.	«ЛНЗ» (Черкаси)	20	14	2	4	28:11	44	
3.	«Полісся» (Житомир)	20	12	3	5	34:14	39	
4.	«Динамо» (Київ)	20	11	5	4	44:23	38	
5.	«Кривбас» (Кривий Ріг)	20	8	7	5	31:27	31	
6.	«Металіст» (Харків)	19	8	7	4	22:13	31	
7.	«Колос» (Ковалівка)	20	7	8	5	19:20	29	
8.	«Зоря» (Луганськ)	20	7	7	6	27:24	28	
9.	«Оболонь» (Київ)	20	6	6	8	17:29	24	
10.	«Карпати» (Львів)	20	5	8	7	25:26	23	
11.	«Верес» (Рівне)	19	5	7	7	16:23	22	
12.	«Кудрівка» (Кудрівка)	20	5	6	9	24:33	21	
13.	«Епіцентр» (Кам'янець-Под.)	20	6	2	12	24:33	20	
14.	«Рух Львів» (Львів)	20	6	1	13	15:30	19	
15.	«Олександрія» (Олександрія)	20	2	5	13	14:35	11	
16.	«Полтава» (Полтава)	20	2	3	15	16:51	9	

У гонці бомбардирів із 8 забитими голами лідирують Микола Гайдучик із «Полісся», Пилип Будківський із «Зорі», Бабукар Фаал із «Карпат» і Матвій Пономаренко з «Динамо».

Єврокубки. Ліга конференцій. 1/8 фіналу. Перший матч. «Лех» (Познань, Польща) – «Шахтар» (Донецьк, Україна) – 1:3 (0:1 – Марлон Гомес, 36 хв.; 0:2 – Невертон, 48; 1:2 – Ішак, 70 хв.; 1:3 – Ізакі, 85 хв.). Стадіон: «Познань» (Познань, Польща). Матч-відповідь – 19 березня о 22:00 в Кракові.

чим займатися – виховувати їх і приділяти увагу. Але я вважаю, що навіть із такою інтенсивною роботою я їм приділяю достатньо уваги і ще просто не готова піти. Може, ще сезон, два, три, а то й до наступної Паралімпіади – не можу нічого сказати, – усміхається зі сльозами

Інфографіка: volyn.com.ua / chatgpt.com.

ТОП-10 КРАЇН ПАРАЛІМПІАДИ-2026

МІСЦЕ	КРАЇНА	🥇	🥈	🥉	РАЗОМ
1	🇨🇳 Китай	15	13	16	44
2	🇺🇸 США	13	5	6	24
3	🇷🇺 Росія	8	1	3	12
4	🇮🇹 Італія	7	7	2	16
5	🇦🇹 Австрія	7	2	4	13
6	🇫🇷 Франція	4	4	4	12
7	🇺🇦 Україна	3	8	8	19
8	🇨🇦 Канада	3	4	8	15
9	🇳🇱 Нідерланди	3	3	1	7
10	🇸🇪 Швеція	3	0	4	7

УКРАЇНА – 7 МІСЦЕ 19 МЕДАЛЕЙ

За якістю медалей Україна – 7-ма, за кількістю – 3-я. Всього нагороди здобули представники 27 країн.

на очах спортсменка.

Під час виступів на Паралімпіаді-2026 Олександра отримала офіційне зауваження від організаторів за патріотичні сережки з написом «Stop War» («Стоп війні»). – Я за мир для своєї країни. Я проти війни, проти росіян тут, бо у нас з ними війна, – просто і жорстко пояснила Кононова, яка є матір'ю двох дітей.

Її меседж був адресований усьому світу, і він був почутий. Втім, Міжнародний олімпійський комітет і паракomiteт пригрозили Олександрі дискваліфікацією, якщо вона ще раз вийде на дистанцію в таких сережках.

І наступного дня Кононова вирушала на старт... уже в інших патріотичних сережках у вигляді напису «LOVE» («Любов») в жовто-синіх кольорах, де літеру «О» замінила карта України.

– Це мій душевний стан, коли я вдягаю патріотичні сережки, одяг, форму, прапор. Для мене це багато значить. Заради цього я живу і працюю. Мене надихають моя країна, гімн і прапор, а також наші доблесні воїни ЗСУ, – пояснила Олександра Кононова.

А в останній гонці Паралімпіади на її вухах красувався уже золотий тризуб! Такими патріотичними вчинками про Олександрі Кононову дізнався увес світ. Браво, пані Сашо!

Загалом на Паралімпіаді-2026 Україна здобула 19 медалей, з яких три «золота» та по вісім срібних та бронзових нагород.

Усі золоті медалі українці виграли у парабіатлоні, до того ж – лише у спринті. Паралімпійськими чемпіонами стали Олександра Кононова у класі стоячи, Тарас Радь у класі сидячи та Олександр Казік у класі з порушенням зору.

ХТО З УКРАЇНЦІВ ЗДОБУВАВ МЕДАЛІ НА ПАРАЛІМПІАДІ-2026:
Тарас Радь: «золото» (спринт), «срібло» (спринт-переслідування), «срібло» (змішана естафета), «бронза» (індивідуальна гонка).
Олександра Кононова:

«золото» (спринт), «срібло» (змішана естафета), «бронза» (індивідуальна гонка), «бронза» (спринт-переслідування), «бронза» (лижні перегони 20 км).

Олександр Казік: «золото» (спринт), «срібло» (спринт-переслідування), «срібло» (лижні перегони 20 км).

Григорій Вовчинський: «срібло» (біатлон, спринт-переслідування).

Ірина Буй: «срібло» (біатлон, спринт-переслідування).

Ярослав Решетинський: «срібло» (біатлон, спринт).

Максим Мурашківський: «срібло» (біатлон, індивідуальна гонка).

Павло Баль: «срібло» (змішана естафета).

Людмила Ляшенко: «срібло» (змішана естафета), «бронза» (біатлон, спринт).

Анатолій Ковалевський: «бронза» (спринт, спринт-переслідування).

Дмитро Суярко: «бронза» (біатлон, індивідуальна гонка).

У медальному заліку Україна посіла сьоме місце. Переможцем медального заліку Паралімпіади-2026 став Китай, що виборов 44 нагороди, з яких – 15 золотих.

Найближчого переслідувача США Китай обійшов на два «золота». Третє місце – в країні-терористки росії, яка була представлена лише 6-ма спортсменами, але виборола 12 медалей, 8 з яких – золоті.

Сьоме місце України у медальному заліку – найгірший результат для збірної за останні 24 роки.

У Солт-Лейк-Сіті-2002 «синьо-жовті» завершили Паралімпіаду на 18-му місці з доробком у 12 нагород – без жодного «золота».

РЕЗУЛЬТАТИ УКРАЇНИ НА ЗИМОВИХ ПАРАЛІМПІЙСЬКИХ ІГРАХ:
Нагано-1998: 3 «золото» + 2 «срібло» + 4 «бронза» – **14-те місце.**
Солт-Лейк-Сіті-2002: 0 + 6 + 6 – **18-те місце.**
Турин-2006: 7 + 9 + 9 – **3-тє місце.**
Ванкувер-2010: 5 + 8 + 6 – **5-те місце.**
Сочі-2014: 5 + 9 + 11 – **4-те місце.**
Пхьончхан-2018: 7 + 7 + 8 – **5-те місце.**
Пекін-2022: 11 + 10 + 8 – **2-ге місце.**
Мілан-Кортіна-2026: 3 + 8 + 8 – **7-ме місце.**

ФОТОФАКТ

36-річна Оксана Мастерс на Паралімпіаді-2026 принесла США 5 медалей: 4 золоті і одну бронзову. Тепер у її доробку – 24 паралімпійські нагороди, з них 13 – золоті (9 – на зимових Іграх, 4 – на літніх).

Оксана народилася у Хмельницькому з вадами розвитку, спричиненими наслідками Чорнобильської катастрофи.

Перші роки вона проживала в українських дитячих будинках, де зазнавала жорстокого поводження. У 7-річному віці її вдовчила американка Гей Мастерс, після чого Оксана переїхала до США. Через стан здоров'я їй ампутували обидві ноги...

Оксана з України – найтитулованіша зимова паралімпійка в історії США!

СЛАБЕ НА ГОЛОВУ...

На 7 років засудили чоловіка, який на смерть забив страуса

Суд у польському Познані виніс вирок Лукашу Ш., визнавши його винним у смерті страуса Зенека, який мешкав на фермі в селі Болехувко

Василь ПІВЕНЬ

Зловмисник до смерті забив птаха паплицею та ногами, виявивши, за словами судді, крайній ступінь деморалізації. За епізод вбивства тварини з «особливою жорстокістю»

Лукашу Ш. на 15 років заборонили заводити будь-яких тварин.

Однак вбивство страуса було лише одним із 21 правопорушення, інкримінованого чоловіку. Суд також довів його провину в операціях із психотропними речовинами, а також у псуванні майна та кримінальних погрозах. У результаті додавання термінів загальний вирок склав 7 років ув'язнення. Адвокатка власника птаха Катажина Топчевська

привітала рішення суду, назвавши його «належним чином жорстким». Вона зазначила, що раніше не зустрічала в Польщі настільки високих термінів за знущання з тварин. За її словами, вирок має стати чітким сигналом, що таке варварство каратиметься максимально суворо.

Фото: pngtree.com.
Чим завинила бідна тварина перед бузувіром?



Фото: olympic.org.

● НЕВИГАДАНА ІСТОРІЯ

Контрольний... мужчина

У відділенні банку того дня було людно. Люди нервували, дивилися на табло електронної черги, стискали в руках паспорти й картки. Хтось тихо бурмотів, що знову зависла система

Зореслав СТОЖАР

Але Марта цього майже не чула. Вона стояла біля стола для клієнтів і не могла відірвати очей від екрана телефона. На ньому було одне коротке повідомлення: «Мені треба зняти всі гроші. Це дуже терміново». Повідомлення прийшло від нього. Від Андрія. Вони познайомилися пів року тому. Зовсім випадково – у черзі до кавового автомата біля лікарні. Він тоді пожартував: – Якщо апарат зараз не дасть кави, це буде контрольний постріл у мій настрій. Вона засміялася. Так почалася їхня історія. Він був старший за неї на десять років. Спокійний, уважний, із тією рідкісною чоловічою ніжністю, яку не демонструють – а просто мають. А ще він був військовим. – Я не герой, – казав він. – Просто роблю



І ось сьогодні прийшло це дивне повідомлення: «Зніми всі гроші».

свою роботу. Вони довго не називали це коханням. Просто гуляли вечорами. Пили чай на кухні.

підрозділ повернувся на фронт. І ось сьогодні прийшло це дивне повідомлення: «Зніми всі гроші».

«Якщо зі мною щось... віддай мамі. І купи собі ту жовту сукню. Пам'ятаєш?»

Говорили про життя. Одного разу вона сказала: – Ти такий... контрольний мужчина. – Це як? – Такий, якого переверяєш усіма способами – і він усе витримує. Він довго сміявся. – Значить, я пройшов перевірку? – Поки що так. Але три дні тому Андрій раптом перестав відповідати. Марта знала: його

Вона написала: «Для чого?» Відповідь прийшла через хвилину. «Якщо зі мною щось... віддай мамі. І купи собі ту жовту сукню. Пам'ятаєш?» У Марти затремтіли руки. Жовту сукню вона показувала йому в магазині два місяці тому. – Вона тобі дуже пасує, – сказав він. – Я її не куплю. – Чому?

– Бо хочу, щоб ти перший побачив. Він тоді мовчки поцілував її в чоло. У банку табло писало. – Номер 54. Це була вона. Марта підійшла до каси. – Я хочу зняти гроші з картки. – Скільки? Вона назвала суму. Касир здивовано підняла брови. – Усі? – Усі. Поки друкувалися чеки, Марта дивилася у телефон. Написала йому: – Андрію, що сталося? Відповідь прийшла не відразу. Минула хвилинка. Потім ще одна. І раптом телефон завирував.

«Просто інколи треба залишити щось після себе». Марта відчувала, як по спині пробіг холод. Вона швидко набрала: – Не смій так говорити. І додала: – Ти ж мій контрольний мужчина. Телефон мовчав. Лише за кілька хвилин прийшла відповідь. Коротка. «Тоді бережи мене». Вона стояла посеред банку і раптом зрозуміла, що плаче. Люди дивилися на неї здивовано. Касир тихо поклатала перед нею конверт із грошиками. – У вас усе добре? Марта витерла сльози. – Так... Просто життя. Того вечора вона довго сиділа на кухні. Перед нею лежав телефон. Вона не знала, чи прийде від нього ще хоч одне повідомлення. Але в голові звучали його слова. «Контрольний постріл у настрій». І раптом вона зрозуміла. Ні. Контрольний постріл – це не про кулі. Це про кохання. Бо справжній мужчина – це той, хто переверяє твоє серце одним поглядом. І якщо воно відповідає – то це вже назавжди. **Закінчення – в наступному номері «Цікавої газети на вихідні».**

● ЗАПISУЙТЕ РЕЦЕПТ!



Приготовлена за цим рецептом скумбрія стане вашою кухонною фішкою.

Скумбрія пряного посолу

Простий рецепт риби, кориснішої за лосось

Анастасія БОНДАРЕНКО, blik.ua



Суддя «МастерШеф» Володимир Ярославський поділився рецептом скумбрії пряного посолу – це проста домашня страва, яка готується за 8 годин і зберігається до 5 днів. Кулінар зізнається: ця ніжна жирна риба – одна з його найулюбленіших, особливо з коріандром або у вигляді гарячого копчення. До того ж скумбрія виявляється кориснішою за лосось – вона дика і містить більше омега-3 жирних кислот. Порада від Ярославського: обирайте великі рибини й зачищайте їх, поки вони ще злегка підморожені. Так філе залишається цілісним і з ним значно зручніше працювати.

ІНГРЕДІЄНТИ НА ФІЛЕ 4 ВЕЛИКИХ РИБ:

- 1 л води;
- 80 г солі;
- 25 г цукру;
- 6 лаврових листків;
- 4 бутони гвоздики;
- 2 ст. л. цілого коріандру;
- 1 ст. л. чорного та духмяного перцю;
- 1 ст. л. цільної сухої гірчиці;
- 20 г яблучного оцту;
- 1 велика червона цибулина;
- гострий перець за смаком.

ПРИГОТУВАННЯ:

1. Коріандр злегка підсмажити на сухій пателні для активації аромату, потім потовкти у ступці.
 2. Воду з'єднати з сіллю, цукром і всіма прянощами, довести до кипіння і проварити 2 хвилини.
 3. Маринад повністю остудити, після чого додати яблучний оцет.
 4. Рибу зачистити до філе або нарізати стейками з кісткою – у другому випадку час маринування збільшити до 12 годин.
 5. Скласти рибу у зручну ємність, додати нарізану цибулю та гострий перець.
 6. Залити охолодженим маринадом і прибрати в холодильник на 6–8 годин.
 7. Готову рибу дістати з маринаду, промокнути паперовим рушником і полити домашньою ароматною олією.
 8. За бажанням присипати зверху свіжомеленим коріандром.
- Маринад чудово зберігає рибу впродовж 4–5 днів – із кожним днем вона стає щільнішою і більш просолоною. Подавати найкраще з гарячою картоплею.

● КУХОННІ СЕКРЕТИ

• **Щоб картопля вийшла смачною, цілою та ароматною, кладіть її у киплячу воду, а не холодну.** А також соліть через 5–7 хвилин після закипання, додайте 1 ст. л. оцту для збереження форми або олію для ніжності. Варить на середньому вогні приблизно 20–25 хвилин, підбираючи однакові за розміром бульби. Для кращого смаку додайте у воду лавровий лист, часник або кілька цибулин.

• **Якщо вдома нема точилки, а вам треба погострити ніж, допоможуть... керамічна тарілка або чашка.** Переверніть посуд і використуйте шорсткий обідок на дні як точильний камінь. Проведіть лезом по цьому обідку під кутом, як при роботі з бруском.

• **При гострінні ножа допоможе і наждачний папір:** закріпіть дрібнозернистий наждачний папір на рівній поверхні та проведіть лезом ножа по ньому кілька разів. **Стане в нагоді й інший ніж:** можна потерти лезо одного ножа об тупу сторону іншого. Це допоможе трохи підправити гостроту в екстрених умовах.



● ДІМ, САД, ГОРОД

Ці квіти захистять ваші овочі

Чорнобривці на городі можуть працювати як природний захист від різноманітних комах і шкідників, зміцнюючи рослини та покращуючи стан ґрунту

Павло ПАСІЧНИК



Якщо чорнобривці посіяти в міжряддях, то в цьому місці майже не ростимуть бур'яни.

Правильно підібрані квіти можуть стати надійними союзниками в городі, допомагаючи природним способом захистити рослини від шкідників і підтримати їхнє здоров'я. Мова йде про чорнобривці, які виділяють характерний аромат, що неприємний для більшості комах і ґрунтових паразитів.

Чорнобривці не лише відлякують шкідників, а й позитивно впливають на ґрунт, покращуючи його структуру, сприяють відновленню корисної

мікрофлори та загалом створюють сприятливіші умови для розвитку овочевих культур. Якщо посіяти квіти в міжряддях, то в цьому місці майже

не ростимуть бур'яни. Чорнобривці виділяють у ґрунт

Найчастіше такі квіти висаджують поруч із культурами,

Чорнобривці не лише відлякують шкідників, а й позитивно впливають на ґрунт.

речовини, які пригнічують ріст пірію, хвоща і берізки. Їхня присутність допомагає зменшити ризик появи попелиці, мурах, кореневих нематод, білокрилки та слимаків, а отже дає можливість краще зберегти листя, кореневу систему й майбутню зав'язь.

які особливо потерпають від шкідників: різними видами капусти, бобовими, томатами, морквою, пореєм і картоплею. Вони також добре захищають ягідники, зокрема полуницю й суницю. Насіння зазвичай висівають на розсаду наприкінці зими, а у відкритий ґрунт переносять приблизно з середини травня.

● УСМІХНІТЬСЯ!

– Холодець їсти будеш? – Ні, вчора їв! – А суп? – Суп буду! – Ось і добре! – сказала дружина й поставила холодець у мікрохвильовку.

Жінка в аптеці: – Що для чоловіка краще: корвалол чи валідол? – А який діагноз? – Туфлі купила собі за 5 тисяч.

– Тоді візьміть ще й тональний крем від синців. То для себе!

Нещодавно сіла на дієту: половина яйця – вранці, половина яблука – вдень, половина холодильника – ввечері.

– Пацієнте, ось ваш зуб! – Спасибі, докторе. А ось ваша ручка від крісла.

– Печиво зі смаком оселед-

ця, полуниця – з нотками часнику... – Новий смак? – Ні. Просто ніж ще не мила.

Щоб заощадити на бензині, Іван відвозив тещу на дачу в суботу, а забирав у листопаді.

Кількість хліба, яку кухар додає у м'ясний фарш, робить його роботу більше або менше хлібною.

Два цигани їдуть в автобусі. – А ти бачив, який у чоловіка, що стояв біля нас, годинник? – Ні, не бачив! А ну покажи...

– Хто ж таки поставив свій «Мерседес» біля входу? Ні зайти, ні вийти! Я питаю, чий він? – І що ти кричиш, Моню? Це ж твій! – Знаю, просто може хто не в курсі.

● АРТФРОНТ

Траммп проти України, а Голлівуд – за!

Оголошили лауреатів премії «Оскар-2026»: дехто замість статуетки обрав... Україну

Василь КІТ

У ніч на 16 березня в Лос-Анджелесі (Каліфорнія, США) відбулася 98-ма щорічна церемонія вручення премії «Оскар».

Тріумфатором премії став фільм американського режисера Пола Томаса Андерсона з легендарним Леонардо Дікапріо в головній ролі «Одна битва за іншою» – він переміг у шести номінаціях із 13, на які його номінували.

Стрічка «Грішники» американського режисера Раяна Куглера здобула чотири нагороди, вона претендувала на перемогу у 16 категоріях.

А фільм «Франкенштейн» мексиканського режисера Гільєрмо дель Торо здобув три статуетки.

Зазначимо, що премію «Оскар» вручають за визначні індивідуальні чи колективні досягнення у кінематографії у 24 категоріях.

ГОЛОВНІ ВОЛОДАРИ «ОСКАРА-2026»:

- ♦ **найкращий фільм** – «Одна битва за іншою» (режисер – Пол Томас);
- ♦ **найкращий актор** – Майкл Б. Джордан («Грішники»);
- ♦ **найкраща акторка** – Джессі Баклі («Гамнет»);
- ♦ **найкращий актор другого плану** – Шон Пенн («Одна битва за іншою»);
- ♦ **найкраща акторка другого плану** – Емі Медіган («Зброя»).



Шон Пенн не забрав «Оскар» за свою роль у фільмі «Одна битва за іншою» (на фото), оскільки уже був на шляху в Україну.

І цього разу підтримка воюючої України виявилась для Шона Пенна важливішою, ніж церемонія «Оскара».

ка другого плану – Емі Медіган («Зброя»).

Цікаво, що американський актор 65-річний Шон Пенн не прийшов на церемонію нагородження премії «Оскар-2026», адже під час вручення йому статуетки «Оскар» за перемогу в номінації «Найкращий актор другого плану» в ніч на 16 березня уже перебував на шляху до України. Він – частий гість у нас і усіляко допомагає українцям. Ось і цього разу підтримка воюючої України виявилась для Шона Пенна важливішою, ніж церемонія «Оскара».

До речі, «Оскар» за найкращий документальний фільм отримала кінострічка про російського вчителя Павла Таланкіна, який

таємно знімав, як у школах поширюють пропаганду після вторгнення росії в Україну.

Тим часом легендарний голлівудський актор Роберт Де Ніро вкотре засвідчив свою солідарність із народом України, записавши відеозвернення. Зірка наголосив, що він, його родина та мільйони американських співгромадян захоплюються стійкістю українців у боротьбі проти аморальної російської агресії та бачать усі злочини, які вчиняють окупанти на українській землі. У своєму зверненні актор побажав Україні якнайшвидшого миру та закликав людей триматися попри всі випробування. Завершуючи промову, Роберт Де Ніро перейшов на українську,



Тріумфатором премії «Оскар-2026» став фільм американського режисера Пола Томаса Андерсона з легендарним Леонардо Дікапріо в головній ролі «Одна битва за іншою» – він переміг у шести номінаціях із 13, на які його номінували.

виголосивши гасло «Слава Україні!».

Дякуємо справжнім друзям. США – це

не лише Трамп, який разом із путіним вимагає від України здачі територій Донбасу.

● НАДЗВИЧАЙНИЙ ВИПАДОК

12 березня шестеро школярів опинилися у крижаній пащі на водоймі в Харкові. Чотирьох із них врятував Сергій Соратокін, двоє хлопців, на жаль, загинули

Іванна ГОНЧАР

У Харкові під час трагедії на водоймі чоловік врятував чотирьох дітей, які провалилися під кригу. Ним виявився переселенець із Куп'янщини Сергій Соратокін.

Подія сталася 12 березня на штучному озері у Харкові. Група із шести дітей вийшла на тонку весняну кригу. Лід не

втримав і всі вони опинилися у крижаній воді.

Почувши крики про допомогу, Сергій Соратокін, переселенець із Великого Бурлука Куп'янського району, не вагаючись, кинувся рятувати дітей.

Чоловік руками ламав лід, щоб дістатися до них. Спочатку йому вдалося витягнути з води дівчинку. Після цього він повернувся до водойми і врятував двох хлопців, які трималися один за одного, намагаючись не піти під воду.

Попри сильний холод і виснаження, Сергій знову кинувся у воду. Четвертою він витягнув дівчинку, яка вже почала втрачати свідомість від переохолодження.

«Я інакше не міг вчинити. У мене самого є 17-річний син», – скромно каже герой-рятівник Сергій Соратокін.



Ламав руками лід, щоб врятувати дітей

Після того, як остання дитина опинилася у безпеці, організм чоловіка не витримав – він знепритомнів через сильне переохолодження. Його госпіталізували, медики надали необхідну допомогу.

На жаль, врятувати всіх дітей не вдалося.

Унаслідок трагедії загинули двоє хлопців – 11 та 17 років. За словами очевидців, старший підліток до останнього намагався допомогти молодшим дітям вибратися з крижаної води...

За мужність та самопожертву 40-літнього Сергія Соратокіна

нагородили почесною грамотою Харківської міської ради та цінним подарунком (годинником). Відзнаку вручив мер Харкова Ігор Терехов.

Окрім грамоти від міської влади, громадяни зібрали для героя понад 200 тисяч гривень.

● УВАГА, КОНКУРС!

А ви грали у газетне «Що? Де? Коли?»

Якщо відгадаєте, що ми сьогодні заховали, – отримаєте приз!



Грицько ГАРБУЗ

Принцип нашої інтелектуальної вікторини справді нагадує «чорний ящик» із популярної гри «Що? Де? Коли?». Тільки предмет чи зображення людини ми ховаємо в гарбуз (від початку повномасштабного вторгнення нелюдів-москалів наш добрий-предобрий гарбуз перетворився на грізний гранатобуз).

Умова – найпростіша: хто перший надішле правильну відповідь, той і стане переможцем та отримає спецприз.

А зразком для вас стане спецзавдання №6 у 2026-му році і відповідь на нього. Переконаєтесь, що нічого складного ми не ховаємо.

«ЗИМОВИЙ СПЕЦГРАНАТОБУЗ»-6-2026

Друзі, сьогодні ми заховали річ, яка бодай раз у житті була поруч із кожним. А якщо й знайдеться винятки – то їх зовсім небагато.

Спробуйте вийти на відповідь через асоціації: «мамині слова», «Китай», «Помаранчева революція», «любить обійми, хоча рук не має», «змія», «захист пілотів», «бачив більше осеней, ніж календар, і пережив стільки зим, що міг би писати мемуари», «іноді майорить, як прапор», «убивця суперзірки своєї епохи», «ніби турботлива бабуся»...

Що ми сьогодні заховали у гранатобузі?

Прочитали? А тепер оголошуємо правильну відповідь – це... **«шарф»**. Згадали мамині і бабусині зауваження-прохання? Або як загинула Айседора Дункан – видатна американська танцівниця-новатор? Її трагічна смерть наступила 14 вересня 1927 року в Ніцці (Франція) у віці 50 років. Причиною смерті став нещасний випадок: довгий шовковий шарф, який був на її шиї, заплутався у спицях колеса автомобіля, на якому вона вирушала на прогулянку, що призвело до перелому шиї та миттєвої смерті. Сідаючи в авто, вона вигукнула: «Прощайте, друзі мої, я їду до слави!» (французькою: «Adieu, mes amis! Je vais à la gloire!»)...

А першою надіслала правильну відповідь на спецзавдання №6 – слово **«шарф»** – наш супер-пупер професіонал із села Гуляйполе Звенигородського району Черкаської області **Тетяна Репетилло**, яка й отримає черговий приз від Грицька Гарбуза.

Віват переможниці! А нам час оголошувати нове завдання.

«СПЕЦГРАНАТОБУЗ»-11-2026

Друзі, сьогодні ми від вас заховали слово, яке ви чуєте щодня. Навіть самі проголошуєте і по-доброму, і по-злому. Більше зі знаком «мінус». :)

А вийти на нього вам допоможуть наказові лексеми, дві з яких і є основою цього найменування: «Думати!», «Сидіти!», «Дотримуватись!», «Нагороджувати!», «Поклонятись!», «Атакувати!», «Вперед!»...

Що за популярне слово ми заховали у гранатобузі?

Слово-відповідь треба надіслати до 27 березня 2026 року (включно) тільки у вигляді повідомлення на телеграм-номер Грицька Гарбуза: **066 133 86 88**, обов'язково вказати після слова-відповіді у дужках ще й своє ім'я, прізвище і регіон, який представляєте (наприклад: **«Міндичгейт» (Валерій Залужний, Житомирщина)**). Приємних вам пошуків без повітряних тривог!

● МАГНІТНІ БУРІ У БЕРЕЗНІ:

☹️ Слабкі: 23, 28. 😊 Сильні: 19.

☹️ Середні: 18, 20, 24, 27.

Подбайте заздалегідь про ліки від тиску і головного болю. Відмовтеся від алкоголю, кофеїну, важкої та гострої їжі. Бережіть себе і своїх рідних!