



*Борітеся — поборете,
вам Бог помагає!
За вас правда, за вас слава,
і воля святая!
— Тарас Шевченко*

СПЕЦІАЛЬНО ДЛЯ ГАЗЕТИ «ГРОМАДА»

Віталій Портников | НОТАТКИ ЗА ЛЮТИЙ
ТРЕТІЙ РІК ВІЙНИ



Коли почалось велике вторгнення Росії в Україну до тих, хто говорив про можливість довгої війни, ставилися практично з такою ж недовірою, як перед нападом до тих, хто попереджав про його неминучість. Здавалося, що у наші часи просто

стор.10

CALL YOUR CONGRESSMAN.
SUPPORT UKRAINE

стор.2

2-га РІЧНИЦЯ ВІЙНИ: УКРАЇНЦІ СФ
ВИМАГАЮТЬ ДОПОМОГИ УКРАЇНІ

стор.3

ЖІНОЧА ВІЙСЬКОВА ФОРМА –
ПОВАГА ДО ГІДНОСТІ ЖІНКИ

стор.5

ПРОСТІР БЕЗ СИМВОЛІВ КАТІВ

стор.6

“ВОНА СКАЗАЛА, ЩО НЕ ПОКИНЕ, ЩО
КОХАЄ. І ЦЕ ВИРИВАЄ МЕНЕ НАЗОВНІ”

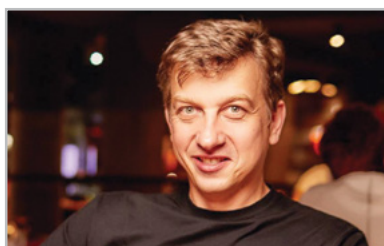
стор.7

НОВИЙ СЕНС МІЖНАРОДНОГО ЖІНО-
ЧОГО ДНЯ ФОРМУЄТЬСЯ САМЕ ЗАРАЗ

стор.11

СПЕЦІАЛЬНО ДЛЯ ГАЗЕТИ «ГРОМАДА»

Олесь Доній
СТЕПАН ХМАРА.
ВТРАЧЕНІ ШАНСИ ДЛЯ УКРАЇНИ.



За минулий місяць відбулося чимало знакових подій, вартих уваги та окремого аналізу. Можна було присвятити цю статтю другій річниці повномасштабного вторгнення фашистської Росії в Україну, можна бу-

стор.9

СПЕЦІАЛЬНО ДЛЯ ГАЗЕТИ «ГРОМАДА»

Катерина Манофф | УКРАЇНСЬКЕ
КОРІННЯ ТА АМЕРИКАНСЬКІ ГІЛКИ

КОЛИ МЕДИТАЦІЯ НЕ ДОПОМАГАЄ:
У ПОШУКАХ СУПЕРЗБРОЇ ДЛЯ
ЗНЯТТЯ СТРЕСУ

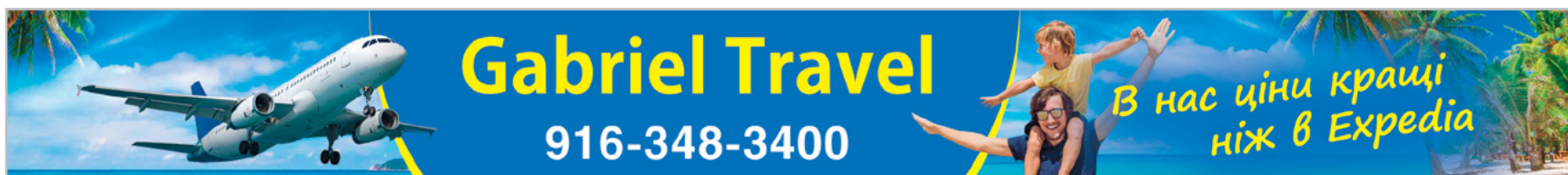


про медитацію та глибоке дихання, про ведення щоденників, перебування на природі та терапію, про йогу, біг та всілякі фізичні вправи.

Цікаво, що психічне здоров'я також є важливою проблемою і в США. Америка не є зоною бойових дій, але зростання злочинності, масовані стрілянини, зруйновані політичні системи, система охорони здоров'я

Після двох років війни українці можуть викладати майстер-клас з техніки зняття стресу. Ми дізналися

стор.8



CALL YOUR CONGRESSMAN. SUPPORT UKRAINE

Лук'ян Сельський

З таким закликм 25 лютого у Тібуроні (Каліфорнія) відбулась панельна дискусія, організована спільно місцевою американською та українською громадами. Відповідь на запитання – як простий громадянин США може допомогти Україні, якщо багато питань надміру політизується та затягується на рівні Конгресу – виявилась доволі простою і дієвою. Кожен може подзвонити місцевому представнику до Конгресу і наполягати на безупинній допомозі Україні у час великої боротьби за незалежність, позаяк на кону існування самої держави, а також непримарні загрози для всього цивілізованого світу.

Захід "Україна: стійкість та боротьба за Свободу – два роки і відлік триває..." був присвячений даті, коли російські війська з'явилися на українських землях і почали жорстоку й криваву війну проти нашого народу. У панельній дискусії взяли участь Дмитро Кушнерук – Генеральний Консул України у Сан-Франциско, Наталія Гошилик – викладачка славістики в Університеті Берклі, та Ростислав Салва – український підліток, який жив і навчався в Україні у час повномасштабного вторгнення. Модерувала захід Наталія Анон – співзасновниця ГО «Громада».

«Цей спогад свіжий, наче це було вчора. Удосвіта подзвонив батько і сказав, що почалось бомбардування. Я не повірив, але звуки віддалених вибухів у слухавці підтвердили, що він каже правду. Втім, сьогодні ми можемо сказати, що пройшли великий шлях боротьби за свободу. Сьогодні хтось з вас може почуватись песимістично, розгублено, але нагадаю, що Уряд США вкотре публічно завив, що Україна перемає у цій війні. Американці в це вірять. І ми у це віримо,» – ділиться думками Генеральний Консул України у Сан-Франциско Дмитро Кушнерук. Дипломат впевнений, що спільні злагоджені дії та віра у перемогу є запорукою наближення російської



поразки.

«Якщо хтось думав, що віддати деякі території України, таким чином закінчивши війну – це вихід, то він помиляється. Сьогодні відбувається екзистенційна війна на знищення всього українського народу. Росія не зупиниться, поки не знищить всю нашу державу. На це є багато доказів і свіжих, і історичних, що сягають початку і середини 20 століття. Сьогодні весь світ, а надто самі українці, усвідомлюють, що росія не планує зупинитись,» – наголошує асоційована професорка Берклі Наталія Гошилик, пояснюючи, що путінську росію потрібно зупинити так, як колись весь світ зупинив Гітлера.

Історія показує, що сьогодні для успішної протидії ворогу необхідна сильна згуртованість і всередині США. Наталія Анон впевнена, що кожен американець може у цьому допомогти. Достатньо подзвонити своїм конгресменам і сенаторам та вимагати підтримки України. «Сполучені Штати є лідером вільного світу з усіма необхідними інструментами для того, щоб зупинити цю війну. І вона справді може завершитись у близькому майбутньому, якщо на це буде сильна політична воля всередині США,» – коментує пані Анон численні питання від мешканців Тібурону про те, як саме найкраще підтримати українців.

Громада Вестмінстерської пресвітеріанської церкви, яка ініціювала зустріч з українцями, вшанувала пам'ять про загиблих українців хвилиною мовчання. Американці діляться: вони щиро співчують і вболівають за Україну, а останнім часом ще й більше цікавляться історією і культурою нашої країни. Тепер у них ще одне прагнення – переконувати владу консолідувати більше зусиль для спільної перемоги над ворогом.

Тим часом ГО «Громада» планує системні проведення заходів, що у дискусії об'єднують людей довкола спільної мети – наближення перемоги України.



2-га РІЧНИЦЯ ВІЙНИ: УКРАЇНЦІ САН-ФРАНЦИСКО ВИМАГАЮТЬ ДОПОМОГИ УКРАЇНІ

Мирослав Грех

Два роки жорстокої війни. Два роки страждань, смертей, крові, руїн, сотні тисяч жертв, мільйони біженців. Ось що принесла на українську землю рашистська нечисть, проклятий «русский мир». Народ України згуртувався, дав гідну відсіч загарбникам і продовжує виснажливий бій за волю і незалежність. Українські Збройні Сили показали свою міць і незламність.

Другу річницю війни українська діаспора Сан-Франциско відзначила проведенням декількох заходів, про які хочу розповісти читачам.

24 лютого містом пройшов автопробіг в якому активну участь взяв співзасновник некомерційної організації Громада Ярема Кузишин. Згідно його розповіді автопробіг розпочався о 12 дня від City Hall і пройшов вулицями міста з прапорами, лозунгами, гучномовцями, привертаючи увагу мешканців до цієї дати. Закінчився він біля Ferry Building мітингом. У виступах на мітингу взяв участь сенатор від Каліфорнії Scott Wiener та сім представників локальних українських некомерційних організацій. Основні тези, які прозвучали у виступах: продовження активної військової, фінансової та гуманітарної підтримки України; чітка вимога до Конгресу проголосувати за виділення фінансової допомоги

Україні; подальше посилення санкцій проти росії.

25 лютого о 3 годині дня в Преспетеріанській церкві Тіборону пройшла зустріч представників української діаспори з громадою жителів регіону під назвою «Ми». В цій платформі взяли участь: Дмитро Кушнерук – Генеральний консул України в Сан-Франциско, Наталія Гошилик – лектор слов'янських мов університету Берклі, Ростислав Сальва – студент Марін коледжу. Модератором зустрічі була Наталія Анон, співзасновниця ГО "Громада" та фундації "Ангелик".

26 лютого о 5 годині вечора у приміщенні Генерального консульства України в Сан-Франциско відбувся показ художнього фільму «Буча», сценарист і продюсер Олександр Щур. Перед показом фільму із вступним словом виступив Генеральний консул Дмитро Кушнерук. Потім відбувся сам перегляд фільму, у якому задіяні українські актори та актор з Польщі. Фільм показує перші місяці війни, бої в Києві і околицях, Бучу, розказує як емігрант з Казахстану, Костянтин вивіз на своїй машині з окупованої Бучі і навколишніх сіл 200 людей. Фільм цікавий і емоційний. Після перегляду, Олександр Щур відповів на запитання глядачів. Детальніше про фільм та його перегляд читайте у нашому наступному номері.





Gabriel Travel

Туди, де співає душа!

У НАС ДЕШЕВШЕ!

Авіаквитки та відпочинок:
Варшава, Кишинів, та ін. міста

спеціальні тарифи на квитки U4U в одну сторону

SALE SALE SALE

Відпочинок в Мексиці і на Карибах

(916) 348-3400

НОВИНИ УКРАЇНИ

Загальні бойові втрати противника



За даними Генштабу, загальні бойові втрати противника з 24-го лютого 2022 року по 29-те лютого 2024 року орієнтовно становлять: особовий склад – близько 413,760 осіб ліквідовано, танки – 6,593 од., ББМ – 12,552 од., артилерійські системи – 10,070 од., РСЗВ – 1,000 од., літаки – 342 од., гелікоптери – 325 од., БПЛА оперативно-тактичного рівня – 7,768 од., крилаті ракети – 1,912 од., кораблі і катери – 25 од., підводні човни – 1 од., автомобільна техніка та автоцистерни – 13,152 од., спеціальна техніка – 1,601 од.

Військова допомога для України



- Данія:
Прем'єр-міністерка Данії Метте Фредріксен оголосила, що Данія передасть Україні всю свою артилерію.
«Ми, Данія, вирішили передати Україні всю свою артилерію. У нас є зброя, боеприпаси, системи ППО, які ми поки що не використовуємо. Тому вибачте, але питання не лише у виробництві. В Європі досі є військове обладнання. Його необхідно передати Україні», – заявила вона.
Метте Фредріксен також зауважила, що європейцям не варто чекати, поки розв'яжеться криза із ухваленням фінансування поставчань зі США для ЗСУ.
«Європа має захистити себе, адже це війна на нашому континенті», – нагадала вона.
- Німеччина:
Влада Німеччини передала Збройним силам України нову партію озброєнь. У пакет допомоги увійшли БТРи та дрони.
Відповідна інформація з'явилася

на сайті німецького уряду у п'ятницю, 16 лютого.
Так, Сили оборони отримали 18 бронетранспортерів (тип машин не вказано), 10 безпілотників Vector, 30 дронів RQ-35 Heidrun, 11 БПЛА Primoco ONE та 7 БПЛА Songbird.
Крім того, Німеччина поставила:
• 3 машини розминування;
• 1 інженерний танк Dachs;
• 9 мінних тралів;
• 4 автомобілі для прикордонників;
• 3,990 снарядів калібру 155 мм;
• 500 ліхтарів та інше обладнання.
Також, 16 лютого Канцлер Німеччини Олаф Шольц оголосив про новий пакет військової допомоги Україні на 1,1 мільярда євро.
Зокрема, до нього увійдуть нові системи ППО.
Про це він сказав на брифінгу з президентом Володимиром Зеленським. Згідно зі словами Шольца, до нового пакета увійдуть:
• 36 броньованих та колісних гаубиць із промислових запасів;
• 120 тисяч снарядів;
• 2 системи ППО Skyplex;
• ракети для IRIS-T.
- Нідерланди:
Міністерка оборони Нідерландів Кайса Оллонгрен повідомила, що Амстердам, який нещодавно приєднався до коаліції дронів, вже передає неозвучену кількість безпілотників України.
Вона також нагадала, що Нідерланди беруть активну участь і в коаліції протиповітряної оборони для України, наприклад, із системами Patriot, а також F-16, які теж у процесі.
- Болгарія:
Болгарія вже почала переправляти в Україну 100 БТР, передачу яких схвалив парламент.
Коли точно будуть поставлені всі 100 БТР – поки невідомо.
- Литва:
На початку місяця уряд Литви поставив Збройним силам України чергову партію військової допомоги.
Сили оборони отримали «тисячі боеприпасів» для протитанкових гранатометів «Карл Густав» та системи дистанційного підриву RISE-1.
А вже 9 лютого в Україну прибув новий пакет воєнної допомоги від Міністерства національної оборони Литви.
У новому пакеті – необхідне для зимового сезону спорядження та десятки тисяч комплектів теплого одягу для українських бійців.
- Естонія:
Естонія передала Україні новий пакет військової допомоги, який

включає протитанкові ракети Javelin, кулемети та боеприпаси до стрілецької зброї.
Зокрема, Україна отримала від Естонії ракети Javelin, які країна закупила в грудні, а також кулемети, боеприпаси до стрілецької зброї, наземну та водну техніку та водозаправне спорядження.
Міністр оборони Ханно Певкур наголосив, що Естонія продовжуватиме підтримувати Україну до тих пір, поки не буде переможного кінця.
- Молдова:
Молдова надасть Україні нову партію гуманітарної допомоги на понад 250 тисяч євро.
Зазначають, що Україні передадуть 19 електростанцій, обладнання для переливання крові, близько 80 тисяч захисних масок, дезінфікуючі засоби для рук і понад 50 тисяч свинячих і рибних консервів. Загальну вартість допомоги оцінюють у 4,9 мільйона левів, що становить понад 250 тисяч євро.

Фінансова допомога для України



- 3 лютого 2022 року Японія надала Україні через проєкти Світового банку та Японське агентство міжнародного співробітництва 4,6 мільярда доларів.
У відомстві зазначають, що в умовах повномасштабної російської агресії Японія є одним із лідерів у підтримці України в усіх можливих напрямках.
А вже 16 лютого Український бюджет отримав частину коштів гранту в сумі 49,4 млн дол від уряду Японії в рамках проєкту Світового банку «Ремонт житла для відновлення прав і можливостей людей».
Про це повідомляє пресслужба Міністерства фінансів.
«Залучені кошти спрямовуються на подолання наслідків, спричинених збройною агресією росії, та на відбудову житлової інфраструктури України. Відячний командам Уряду Японії та Світового банку за підтримку», – зазначив міністр фінансів Сергій Марченко.
- Німецький банк розвитку перерахував на підтримку України понад 1,4 млрд євро.
Відомо, що з цієї суми 520 мільйонів євро виділили енергетичному сектору, оскільки лінії електропередач, підстанції та електростанції постійно потребують ремонту через атаки з боку рф. Понад 530 мільйонів євро спрямують на житлові програми та соціальні послуги для внутрішньо переміщених осіб і приймаючих громад.
Крім цього, за ці кошти зміцнять базову муніципальну інфраструктуру. Виділять близько 135 мільйонів євро, зокрема, на ремонт і модернізацію медичних центрів, шкіл і питних водопроводів.
- Уряд Швеції ухвалив рішення надати Україні додатковий пакет фінансової допомоги.
У рамках пакету фіндопомоги наша країна отримує 26,4 млн євро. Їх розподілять між українськими громадами на підтримку проєктів енергоефективності.
- Європейська комісія виділила пакет фінансування у розмірі 75 млн євро на різні гуманітарні проєкти в Україні.
Кошти спрямують на програми з надання житла, послуг захисту, чистої води, освіти та охорони здоров'я для українців, які постраждали від повномасштабного вторгнення рф.
- Лідери країн ЄС на засіданні Євроради 1 лютого погодили виділення Україні пакету допомоги на 50 млрд євро, повідомив її голова Шарль Мішель.
"Усі 27 лідерів домовилися про до-

датковий пакет підтримки України в розмірі 50 мільярдів євро в рамках бюджету ЄС. Це забезпечує постійне, довгострокове, передбачуване фінансування для України.", – заявив Мішель.
Програма розрахована на чотири роки.
- І вже 27 лютого **Європарламент** проголосував за допомогу Україні у розмірі 50 млрд євро та виділив кошти.

Дрони для військових: підсилення оборони України



- Коаліція дронів офіційно стартувала у рамках роботи Контактної групи з питань оборони України.
Міністр оборони Рустем Умеров 17 лютого підписав відповідний лист та подякував лідерам коаліції.
Відзначимо, що до коаліції вже приєдналися Латвія, Велика Британія, Швеція, Данія, Німеччина, Литва, Естонія та Нідерланди.
У дописі наголошують, що вступ є відкритим для інших охочих країн.
А вже 20 лютого Міністерка оборони Нідерландів Кайса Оллонгрен повідомила, що Амстердам, який нещодавно приєднався до коаліції дронів, вже передає безпілотники України.
«Я не можу назвати точну кількість, але ми вже передаємо безпілотники Україні. Коаліція безпілотників дуже важлива, бо тепер ми об'єднаємо зусилля, а це означає, що ми зможемо збільшити кількість безпілотників відповідно до потреб України», – сказала Оллонгрен.
Вона також нагадала, що Нідерланди беруть активну участь і в коаліції протиповітряної оборони для України.
- Країни НАТО збираються поставити Україні мільйон дронів – Столтенберг.
«Група союзників збирається об'єднати зусилля і передати Україні мільйон безпілотників, 20 союзників НАТО також погодилися створити коаліцію з розмінування. Все це допоможе зберегти життя українців», – наголосив він.
Столтенберг додав, що протягом останніх місяців НАТО підписало оборонні контракти на загальну суму 10 мільярдів доларів. Зброю, яку буде вироблено в рамках цих угод, передадуть Україні.
- Президент Володимир Зеленський підписав указ про створення окремого роду військ для дронів – Сил безпілотних систем ЗСУ.
Вказано, що новий рід сил буде створено з метою нарощування можливостей ЗСУ у сфері використання безпілотних та роботизованих повітряних, морських та наземних систем та забезпечення готовності до застосування таких систем.
- Канада планує передати Україні понад 800 багатопільових безпілотних авіаційних систем SkyRanger R70 у рамках додаткового пакету допомоги.
Вартість дронів становитиме близько 95 млн доларів. Допомога буде сплачена з пакета в 500 млн, який прем'єр-міністр Джастін Трюдо надав Україні під час візиту до Києва в червні минулого року.
- Українські аналоги дронів «Ланцет» пройшли попередні випробування та вже готуються до перших бойових випробувань.
Про це віцепрем'єр-міністр цифрової трансформації Михайло Федоров повідомив на YouTube-каналі «Дія».
Федоров зазначив, що у перспективі декількох місяців можливо буде організувати виробництво близько 100 подібних дронів на місяць.

ЖІНОЧА ВІЙСЬКОВА ФОРМА – ПОВАГА ДО ГІДНОСТІ ЖІНКИ

Богдана Садомська

Щорічно 8 березня світ відзначає Міжнародний жіночий день. Те, що радянська влада деформувала у свято «берегинь роду», «окрас колективу» і «слабкої статі», насправді є днем боротьби за права жінок та гендерну рівність. 59% респондентів вважають однаковими можливості жінок та чоловіків в Україні щодо кар'єрного зростання, а 61% – щодо оплати праці, згідно з тогорічним опитуванням групи «Рейтинг».

З початком повномасштабного вторгнення кількість жінок в українському війську зросла приблизно на 40%. Відтак, восени 2023 року в ЗСУ працювали понад 62 тисячі жінок, більш ніж 43 тисячі з яких – військовослужбовиці, згідно з Military Media Center. Ще одне дослідження «Рейтингу» показало, що 64% опитаних «однозначно позитивно» ставляться до жінок, які проходять службу в армії, а 65% вважають, що жінкам складніше будувати кар'єру в армії, ніж чоловікам. Ба більше, до 2024 року держава забезпечувала жінок – військових чоловічими білизною, формою, амуніцією.

1 лютого 2024 вперше – на десятому році війни – зусиллями громадського сектору військовослужбовиці отримали від Міноборони комплекти жіночої військової форми. За зразок взяли комплект, розроблений і протестований волонтерською ініціативою Arm Women Now, які з 2022 й донині забезпечують жінок-військових необхідним. Жіночий однострій почали створювати власними зусиллями: збирали донати, організовували фандрейзингові кампанії, заручились підтримкою відомих спортсменів та українських естрадних зірок. Собівартість комплекту літньої форми складає 2,200 грн, адже відшивають їх невеликими партіями на українських виробництвах, де, зокрема, працюють внутрішньо переміщені особи та податок з яких залишається в Україні. Хоч Міноборони вже почало забезпечувати жіночою формою, її вочевидь не вистачатиме, адже передбачений один комплект уніформи на рік для жінок в зоні бойових дій, а вона зношується набагато швидше. Тож, Arm Women Now продовжує допомагати військовослужбовицям та комунікувати з державним сектором про реформи.

За словами засновниці проекту, нардепки, голови підкомітету з питань реабілітації ветеранів Ірини Никорак, військовослужбовиці ЗСУ щороку, отримавши чоловічу форму, йшли до швачки та перешивали її. Втім, очевидно, що в умовах бойових дій, жінки, які перебувають на фронті, не мають такої можливості. Варто розуміти, що жіночий однострій – не про красу, а про функціональність форми і про ефективність жінки як бойової одиниці в ній. Не в усіх країнах-членах Північноатлантичного договору є жіноча уніформа, але наразі в Україні один з найвищих показників чисельності жінок в арміях країн-членів НАТО – 7%. В країнах Північноатлантичного Альянсу він коливається від 0,3% до 20%. Однак, Україна, як зазначає заступниця міністра оборони Наталія Калмикова, має найбільшу кількість жінок на полі бою в новітній світовій історії.

«В квітні 22-го як цивільна людина, яка ніколи не була дотична до війська, я дізналася, що у нас жінкам видають



Ірина Никорак



Зразок жіночої військової форми від Arm Women Now

чоловічу форму і найгірше – чоловічу спідню білизну. Для мене це було дивним і свідчило про нерівність умов служби. Коли ми говоримо про реформу речового забезпечення Збройних сил України, то це насамперед про повагу до гідності жінки. Не може жінка нести службу в чоловічій спідній білизні, термобілизні, формі. Завдяки публічному розголошенню ініційованої нами реформи за півтора року комунікації з Міноборони вдалось досягти затвердження на державному рівні й білизни, і форми. Вже зараз Міністерство зробило держзамовлення на 65 тисяч комплектів уніформи на 2024 рік. І знаю, що поставлена на забезпечення спідня білизна – це тільки дві позиції. Всі інші елементи – зимова форма, два типи термобілизни – поки що ні, але ми продовжуємо активно комунікувати. Наразі розробили багато зразків і тестуємо їх спільно з жінками, які обіймають бойові посади. Ми вже надали форму понад 6,5 тисячам жінок. Постійно аналізуємо, враховуємо зауваження, доопрацьовуємо як волонтерська організація. Всі напрацювання і лекала тих білизни та форми, які ми розробили, передали Міноборони, щоб максимально пришвидшити підготовку технічної специфікації та внесення змін до чинних наказів Міноборони. Потрібно впроваджувати багато інших елементів одягу. Тільки в ЗСУ понад 62 тисячі жінок, але ж варто розглядати весь сектор безпеки і оборони, де десятки тисяч жінок – нацгвардія, спецпідрозділ нацполу, ДПСУ», – коментує вже зроблене і ще заплановане Ірина Никорак.

Ірина розповіла, що візуально форма нічим не відрізняється від чоловічої: той самий матеріал, ті самі кишені. Різняться лекала. Кітелі в плечах вужчі та приталені, щоб не збиралась зайва тканина, яка при тривалому носінні бронежилета натирає. Бронежилет також розрахований на груди. Штани з вищою посадкою, ширші в стегнах і вужчі у талії, а завдяки подвійним фіксаторам можна регулювати ширину. Розмірна сітка таких комплектів від XS до 58-го розміру, плюс дві повнотні групи.

Форму офіційно тестували в два етапи: в листопаді 22-го року та в травні 23-го року. На базі навчальних центрів Міністерства збройних сил України орієнтовно залучили 50 жінок. Втім, з серпня 2022 року волонтерський проект Arm Women Now щодня передає уніформу на фронт та отримує зворотний зв'язок. Відтак, фактично затверджений однострій протестували вже 6,5 тисячі жінок.

Попри прогрес з білизною та формою, залишається проблема взуття та амуніції. Берців дуже маленьких розмірів, як-то: 34-37 – не вистачає. Чоловічі ж починаються з 40 розміру. Міноборони також ставить на забезпечення жіночі бронежилети вагою 8-10 кг, при наявній в Україні пропозиції з керамічними плитами та вставками, які мінімізують тиск в районі грудей вагою 4,5 кг. Броню, якою забезпечують МО, буде досить складно носити протягом багатьох годин щодня. Жінки на фронті – це здебільшого тендітні дівчата з розміром XS і S, як зазначає Ірина, їм треба легші бронежилети. Тож залишається багато потреб, які продовжує закривати громадський сектор.

За його словами, «Ланцет» дозволяє збільшити дистанцію враження техніки, він працює на 30-40 км, FPV-дрони працюють на 10-20 км. Ще одна перевага дрона по типу «Ланцет» в тому, що він може працювати вдень, бо великі квадрокоптери можуть працювати тільки під прикриттям ночі.

Окрім цього, такі дрони мають

функцію захоплення цілі, що дозволяє в останні 300-500 метрів перед враженням цілі наводитись на неї без прямого зв'язку з дроном.

Нове військово керівництво України

Президент Володимир Зеленський провів найбільшу кадрову перестановку у військовому керівництві України від початку повномасштабної війни.

Офіційно звільнено генерала Валерія Залужного з посади головнокомандувача ЗСУ.

Відповідний указ з'явився на сайті глави держави увечері 8 лютого.

Двома іншими указами Зеленський звільнив Олександра Сирського з посади командувача Сухопутних військ і призначив його новим головнокомандувачем ЗСУ.

Також Зеленський призначив нового начальника Генштабу, командувачів Сухопутних військ, Об'єднаних сил, Десантно-штурмових військ та Сил територіальної оборони.

ПРОСТІР БЕЗ СИМВОЛІВ КАТІВ

Анастасія Крупка

Офіційно декомунізація в Україні розпочалася у квітні 2015 року після ухвалення низки законів, що стосувалися засудження комуністичного і нацистського тоталітарного режимів, а також заборони пропаганди їхньої символіки. Утім, процес значно активізувався після повномасштабного вторгнення Росії до України. Наприклад, минулого місяця очільник Львівської ОВА Максим Козицький заявив, що Львівська область першою в Україні повністю завершила декомунізацію. Про те, як це вдалося і на які кроки після декомунізації українцям варто чекати, "Громада" поспілкувалася з секретаркою робочої групи з питань декомунізації при Львівській ОВА Анною Герич.

— Як давно в Україні триває процес декомунізації?

Цей процес розпочався ще у 90-х, коли люди почали скидати пам'ятники політичним діячам тоталітарного часу, які були катями українського народу: наприклад, Леніну чи Дзержинському. Друга хвиля декомунізації розпочалася після того, як у Києві 8 грудня 2013 року без дозволів знесли пам'ятник Леніну, що був пам'яткою історії і монументального мистецтва. Після того в Україні низка депутатів та діячів почала пропагувати і лобіювати закони, які регулювали на законодавчому рівні процес декомунізації. Так, наприклад, у 2015 році вперше ухвалили закон, згідно з яким було перейменовано кричущі населені пункти, як ось Дніпропетровськ. Проте документ містив безліч винятків і не звертав особливої уваги на період окупації, який ми звикли називати радянським часом.

— За 2023 рік у громадах Львівської області вдалося демонтувати понад 300 пам'яток радянської доби. Фактично, регіон показав найкращі показники декомунізації по всій Україні. Як це вдалося?

Так, за рік на Львівщині демонтували 312 пам'ятників радянським солдатам, колгоспам, колгоспницям та іншим ідеологічним символам, які з'явилися після Другої світової війни. На Галичині для багатьох було зрозуміло, що у 1945 році війна за незалежність не закінчилася, адже армія УПА воювала до 1950-х років. Тут так само добре розуміли, що до Червоної армії українців забирали переважно примусово. Фактично, так само зараз чинить Росія, забираючи до війська людей на Донеччині, Луганщині чи в Криму, змушуючи їх боротися за чужі інтереси.

З 2014 року на Львівщині було чимало ветеранів АТО/ООС, які займалися декомунізацією. Але справи йшли дуже важко, на законодавчому рівні було дуже багато паперової тяганини, доходило навіть до судів. Утім, коли вибухнула повномасштабна війна, люди з багатьох громад на Львівщині вирішили, що треба масово демонтувати пам'ятники радянським солдатам, бо стали бачити в них окупантів, які зараз сунуть на нашу землю зі ще більшою силою. Так з власної ініціативи громади у регіоні у 2022-му демонтували близько 70-80 пам'ятників.

Тоді Міністерство культури та інформаційної політики почало звертати увагу департаментів обласних адміністрацій на те, що серед пам'ятників є і ті, що мають статус пам'ятки, і що, мовляв, не можна демонтувати всі. Проте є процедура, яка допомагає цей статус зняти. Тож далі ГО "Декомунізація Львівщини" об'єднала владу, активну громадськість і бізнес (останній був дуже потрібен, бо у час війни ми не можемо залучати кошти громад на демонтаж) та створили робочу групу при ОВА. Таким чином, нам вдалося легітимізувати громадську ініціативу. Потім були робочі поїздки в кожну громаду, які допомогли не лише розповісти представникам про те, як залучати кошти чи техніку, а й виявити додаткові пам'ятники для демонтажу. Станом на січень 2023 року їх



було 183, а потім кількість зросла до 313, якраз працюємо над зняттям останнього.

— Як сприймали повалення пам'ятників місцеві мешканці?

Переважно демонтаж відбувався без протестів. З 312 демонтованих пам'ятників, можливо, 12 викликали спротив місцевої громади. Дуже часто це було через незнання історії: люди розповідали міфи, багато говорили про те, що їм за радянського часу добре жилося. Це були люди переважно старшого віку, які вчили історію у радянській школі і саме на ці часи припала їхня молодість. Тугу за нею вони ототожнювали з пам'ятником, за яким вони колись доглядали. Водночас, коли мова йшла про УПА чи ОУН, то вони говорили, що це бандити, що це люди, які не хотіли воювати, а тому пішли в ліси. Найгіршою у питанні декомунізації виявилася Лопатинська громада, яка розташована на межі Львівської області та Волині. До слова, Волинська область досі не створила робочої групи, хоча ми активно комунікуємо з представниками адміністрації різних областей та активістами.

— Яка ситуація у решті регіонів України?

В інших регіонах, на жаль, не все так добре, як на Львівщині. Подекуди, наприклад, голова, заступник чи інший посадовець може мати родичів у Росії чи бути переселеним звідти, не завжди є розуміння, що це режим окупантів. Тому чиновники часто посилаються на різні суперечності в законах, щоб не брати участь у декомунізації. Іноді люди не розуміють, що танки, зірки, серпи і молоти є ідеологічними символами, які впливають на формування наших дітей і що все буде продовжуватися доти, доки ми не заберемо цього всього з громадського простору. Утім, ми намагаємося тиснути на громади запитами, зверненнями військових чи громадської організації. Якщо нам не відповідають, то пишемо листи уповноваженому з прав людини.

— Куди дівають знесені пам'ятники?

На Сумщині є цілий ліс з пам'ятників, які туди звозять з усієї України. Щодо Львівщини, то ми туди не везли нічого. У Павла Гудімова, який займається музеями, була ідея створити скансер, щоб показати, як тоталітаризм творив ідеологічний культ Другої світової, "победи" та "єдиного народу". Проте ця ідея не була реалізована, оскільки це дорого та складно, а багато пам'ятників були просто копіями одне одного. Крім того, понад 90% були вже в аварійному стані і розвалювалися при демонтажі. У деяких громадах демонтовані пам'ятники використали для дорожніх робіт як будівельний матеріал. Найкращі зразки ми зберегли у Меморіальному музеї тоталітарних режимів "Територія Терору".

— Як ми бачимо, під час повномасштабного вторгнення процес

декомунізації значно пришвидшився. Чому він є важливим навіть у час війни?

Найважливіше, що люди самі зрозуміли, що той окупант, який прийшов у 1939-1945 роках, далі лізе до нас. Ці всі радянські пам'ятники ідеологічно впливають на людей, які живуть поруч, і на виховання наших дітей. Ми бачимо, що коли росіяни завойовують якусь територію, то найпершим ділом повертають радянські назви вулицям і населеним пунктам. Помічаємо гнівні коментарі окупантів, які ті залишають у соцмережах чи медіа під відео з демонтажем пам'ятників, знаємо про кримінальні справи проти урядовців сусідніх Литви, Латвії чи Естонії, які теж демонтовують це все сміття зі своєї території.

— Ви згадали про перейменування вулиць. Яка ситуація у нас з цим?

Так, другим важливим напрямом є топоніми. Від липня 2023 року у нас діє закон про деколонізацію, який дозволяє громадам протягом шести місяців самим визначитися з назва-

ми вулиць або запропонувати назви населених пунктів, за які голосують депутати Верховної Ради. З 27 січня прерогативу визначати, як будуть називатися, наприклад, вулиці, має сам голова громади. Крім того, перейменовувати вулиці тепер можуть і голови військових адміністрацій.

— Що буде замість пам'ятників? Яке логічне продовження політики декомунізації?

Ми вже почали цю роботу. Продовженням буде політика українізації та справедливої пам'яті про Другу світову війну, де наші військові, які брали участь на боці Червоної армії будуть визнані жертвами цієї війни, а українська повстанська армія буде в одному ряді з героями. Ми звернулися до навчальних закладів, які мають факультети архітектури, містобудування, скульптури, тощо з проханням запропонувати випускникам як один з варіантів дипломної роботи розробку місць вшанування Героїв України. Йдеться не лише про воїнів війни, яка зараз триває, а й про тих, хто раніше був забутий чи замовчуваний.

ARTISTS SUPPORTING HUMANITARIAN AID FOR UKRAINE Pop up Art Exhibition/Fundraiser

Exhibition open Friday & Saturday, March 15 - 16, 12pm - 6pm
Fundraiser Event: Saturday, March 16
4:00 - 7:00pm

Shoh Gallery
700 Gilman Street
Berkeley, CA

Our Bay Area Women's Art Group invites you to a one evening only art event to raise money to help those who are suffering their third year of war in Ukraine. Our fundraiser will benefit two organizations, through sale of art and also direct donation at the gallery.

The orchestra, led by Dutch conductor Jereon Weierink, is based in Amsterdam and made up of Ukrainian refugee musicians. Performances allow the foundation to provide salaries as well as send humanitarian aid to Ukraine.

[Jereon Weierink conducting the Ukraine Liberation Orchestra](#)

A local nonprofit, [Hromada](#), is serving as a fiscal sponsor for the event so that donations will be tax deductible. A representative from Hromada, Igor Tregub, will be at the event. [Article in Marin Magazine about Hromada](#)

Participating Artists: Kathleen Truax Ruth Shapiro Pacia Sallomi Laura Malone Frances Lerner Karen Herold Anne Faught Jennifer Fearon Heidi Brueckner Pat Bruning Johanna Baruch Emily Davis Adams					

“ВОНА СКАЗАЛА, ЩО НЕ ПОКИНЕ, ЩО КОХАЄ. І ЦЕ ВИРИВАЄ МЕНЕ НАЗОВНІ”

Про те, як два роки війни загартували українських жінок та про їхню допомогу рідним, що втратили кінцівки.

Анастасія Варарру

Напередодні Дня української жінки – державного свята, що тепер відзначається 25-го лютого, я приїхала в Superhumans, аби поспілкуватись з дружинами військовослужбовців.

«Майже завжди поряд з пораненими військовими знаходяться рідні: матері, сестри, дружини, наречені. Вони першими дізнаються про поранення», – ділиться думками Ольга Руднева, CEO центру протезування Superhumans у Львові. Частіше всього, з ними не працювали психологи і їм рідко допомагають в перші тижні після поранення близької людини. Складається враження, що їх зусилля розцінюються, власне, як щось саме собою зрозуміле. Що суспільство не завжди усвідомлює їх внесок і те, як кардинально змінилось їх життя. Тому для мене важливо говорити про це.

Наведу кілька прикладів. Дружина нашого Петра, в якого була ампутація двох нижніх кінцівок, зірвала спину. Зрозуміло, що він потребував допомоги, доки став на протези. Тепер вже вона сидить біля кабінету, де приймає реабілітолог. Мама нашого Дениса була з ним від першого дня поранення. Я зафіксувала на відео момент, коли він вперше стає на свої короткі протези, а вона простягає до нього руки, говорячи: «Це знову наші перші кроки». Денису 24 роки, і мама була поруч, коли він вчився ходити вдруге. Ще одна із прекрасних родин, які потребували в нас, відкрили власну справу із в'ялення м'яса. В нього – подвійна ампутація верхніх кінцівок, проте підтримка та допомога дружини мотивують займатись бізнесом, попри виклики, які кинула ампутація.

Тобто, ми зараз говоримо про жінок, які ріжуть м'ясо, бо мають сімейну справу. Про тих, хто покривають побутові потреби, при цьому вчать тримати баланс між гіперопікою і допомогою. Вони тримають сигарету, струшуючи попіл. Навчилися одягати та знімати протези та ще оволоділи багатьма новими навичками. І все ж, вони залишаються поза кадром. Але вони – героїні! І тут мова – про побутовий героїзм, який, ми, як суспільство не визнаємо і применшуємо. Тому, я хочу «повернути прожектори» та пролити світло на цих великих та сильних жінок. «Вони багато чого можуть розповісти та нам є чому в них повчитись», – розповіла пані Ольга.

Вже за мить я познайомлюсь з дружиною одного із пацієнтів Superhumans. Після дотику до сенсора на стіні двері відчинилися. Чоловік з двома протезами верхніх кінцівок, спокійно сидів на стільці та задоволено спостерігав за тим, як його ерготерапевтка «взяла на себе» відповідальність дочистити останні кілька картоплин.

Це Сергій Петченко – ветеран АТО, який на початку повномасштабної війни пішов добровольцем у ЗСУ. Він служив у багатьох напрямках, і Бахмут – в тому числі. Але страшне поранення отримав не на полі бою. 11 червня 2023 роки він повертався додому з бойової частини потягом Київ-Харків. «Ймовірно йому підсипали щось в їжу чи в напій, адже він не пам'ятає всіх подій тієї страшної ночі. Мого чоловіка викинули з потягу. Внаслідок чого він втратив дві руки та частину стопи. За подібних обставини постраждали ще інших 8 військових, з яких вижило лише двоє» – розповідає в своєму блозі його дружина, намагаючись надати розголосу цій страшній події.

— Я – Сергій, привітався чоловік. – Аня пішла на манікюр, але скоро має повернутись.

Я теж називаю своє ім'я. Роблю



крок вперед і незграбно потискаю протез правої руки, вище розміщення кисті. Треба ще опанувати навичку робити це невимушено. На протезі правої руки прикріплена невідома мені річ. Вже пізніше зрозуміла, що то – спеціальна насадка, до якої прикріплюється ніж. На обід буде смажена картопля, приготувана Сергієм.

За мить до кабінету впевнено зайшла, висока, струнка, молода жінка. Погляд в неї трішки заклопотаний,

але обличчя максимально привітне та гарне. Світле волосся, нижче плеч, широкі брови, губи підкреслені ніжним відтінком рожевого блиску. Це Анна Петченко. Вона відразу звернулася до чоловіка, показуючи манікюр. Після знайомства я запропонувала їй перейти до іншого кабінету, аби поспілкуватись, не відволікаючи Сергія від процесу.

«До повномасштабного вторгнення моя справа була моїм основним хобі. Розвиток бізнесу приносив ве-

лике задоволення, майже весь час йшов саме на це. Ще ходила в спортзал. Зараз життя змінилось. Не маю багато вільного часу, але є бажання жити так, як жили раніше. Ми з Сергієм вже довго разом і хочеться, зберегти ще на багато років те, що маємо тепер. Разом виховуємо прекрасного синочка – Назарчика. Йому три, і тут, в Superhumans, його всі добре знають і чують, – Анна посміхнулася і продовжила, – Тож це і надихає».

«В червні 2023 Сергій повертався додому з бойової частини, але не доїхав. Його просто скинули з потягу і 5 днів був безвісти зниклим. Через поліцію я дізналась, що мого чоловіка знайшли на коліях і що він знаходиться у важкому стані, в одній із лікарень Харкова. Його руки переїхав потяг. Наразі відкрита кримінальна справа. Але вже 8 місяців минуло, а винних в цьому так і не знайшли. Вже неодноразово фіксувались подібні випадки, які трапились з військовими, проте майже у всіх – летальний кінець. Я розумію, що руки ми йому не повернемо, проте хочемо знайти винного в цьому. Сергієві важливо це знати.», – розповівши страшні обставини, які назавжди змінили їх реальність, Анна поділилась тим, що чекало на них далі.

Доки Сергій проходив гострий етап лікування вона проходила «важкий бюрократичний квест», станціями якого треба було оперативно збирати всі необхідні довідки. Анна розповідає, що всюди треба було щось подати, отримати, зробити безліч копій, відвезти, завірити, привезти. І треба ж було вспіти потрапити до чоловіка в лікарню і потурбуватись про дитину. Далі, був важливий та тривалий етап подачі анкет до всіх можливих організацій, які займаються протезуванням, доки у вересні Сергій не отримав листа від Superhumans. Попередньо, Анна заповнила анкети на їх сайті, збрала та додала всі необхідні медичні документи. Вже декілька місяців Сергій має протез і знову опановує звичні повсякденні навички. За словами співзасновника Superhumans – Філіппа Грушко на 2013 рік, собівартість протезування становила в середньому близько \$15,000. Але в багатьох випадках центр покриває пацієнтам майже всі 100% від вартості.

Доки ми з Сергієм чекали на його дружину, я запитала: Яку роль відіграла Анна в процесі реабілітації? Він піднявся зі стільця, розправив плечі, до яких прикріплені протези і, жестикулюючи, відповів:

«Коли ти розумієш, що з тобою трапилася така біда, що ти втратив руки, які відповідають за 90% діяльності людини, то не хочеться ні жити, ні лікуватись. Хочеться чим швидше це все закінчити і все. Просто закінчити. А дружина мене з цього витягувала. Аня говорила, що все буде добре, що не покине мене, що кохає. І це виривало мене назовні. Ось ти вже починаєш озиратись в різні сторони, щось думати. Починаєш сподіватися», – відповів він.

Чоловік запитав: «Нащо я тобі треба?». На це Анна відповідала, що готова за будь-які гроші поставити потрібні протези, і що буде всюди «стукати в двері» й просити допомоги.

«Тепер – говорить Сергій, – як вона сказала, так все і вийшло».

Анна виразно проявила якість, за яку 19 років тому дуже полюбила свого коханого – здатність докласти всіх зусиль, аби зробити так, як сказав, попідкувавшись про кохану людину.

Earn more on your savings with a HIGH-YIELD CERTIFICATE!

See short-term results!

6 MONTHS
2.78% APY*

See your money grow!

13 MONTHS
5.25% APY*

A rewarding option!

THREE YEARS
3.55% APY*

MONEY MARKET SPECIAL

Earn with convenience!

\$250K - \$999K
3.75% APY*



Перейдіть до ukrainianfcu.org для повного графіку роботи і адреси відділень.

UKRAINIAN  **УКРАЇНЬСЬКА**
FEDERAL CREDIT UNION ФЕДЕРАЛЬНА КРЕДИТНА СПІЛКА

ПРОПОНУЄМО ВСІ ВИДИ ПОСЛУГ!

- Чекові рахунки
- Ощадні рахунки
- Сертифікати
- Позики
- Кредити на Нерухомість
- Платіжні Картки VISA®
- Онлайн і мобільний банкінг

ЗАПРОШУЄМО ДО НАШИХ ВІДДІЛЕНЬ!

Citrus Heights, CA
7084 Auburn Blvd.
Citrus Heights, CA 95621
916-721-1188

Rancho Cordova, CA
11088 Olson Dr.
Rancho Cordova, CA 95670
916-894-0822

*APY is Annual Percentage Yield. Rates effective 8/10/23. Minimum deposit \$500. Rates may change. No rate adjustment on prior deposit accounts. Penalty to withdraw the money (principal) you deposited into your Share Certificate before it reaches the maturity date; you may withdraw the dividend earned at any time w/o penalties. APY will remain in effect for the term of the Share Certificate. Dividends compounded & credited quarterly. Fees may reduce earnings. **Applies only to Money Market accounts:** Up to three (3) withdrawals are allowed per month before a fee is imposed. There is a minimum of \$100 per withdrawal. Dividends are compounded & credited monthly. Applies only to IRA share certificate accounts: New IRA contributions only & up to \$7,500 for 2023. Promotional rates are not for other IRA funds, like rollovers or transfers. IRA Share Certificates are subject to IRS contribution limits. Additional deposits are not allowed into the same account. UFCU doesn't offer tax advice; consult a professional tax advisor for IRA contribution limits & deductions. Penalties apply for early withdrawal. **Note:** Other rates & terms are available. UFCU reserves the right to terminate these offers at any time without any further notice. Membership subject to eligibility. Insured by NCUA.

[Коли медитація не допомагає: У пошуках суперзброї для зняття стресу] початок на стор.1

та освіти, технології, що викликають звикання, а також стрімке зростання нерівності залишили свій слід. Не дивно, що зростання рівня стресу вже більше десяти років перебуває в центрі загальнонаціональної дискусії.

Здоров'я і благополуччя перетворились на багатомільярдну індустрію – і зменшення стресу є важливою частиною цієї галузі. Діти вивчають це в школі, наші стрічки новин у соціальних мережах рясніють порадами щодо психічного здоров'я, а впливові люди будують імперії на обіцянках допомогти нам навчитися керувати стресами.

І все ж, іноді, незважаючи на те, що ми потопіємо в порадах і техніках, життя все одно здається занадто складним. Чому так відбувається і чи можемо ми щось з цим зробити?

Почнемо з очевидного: навіть найкращі у світі стратегії зняття стресу не допоможуть, якщо ви їх не застосовуєте. Початок практики медитації або щоденні прогулянки по сусідству можуть здатися простими в теорії, але формувати нові звички складно – особливо, коли ми і так вже виснажені.

У моєму випадку, управління неприбутковою організацією та виховання дітей заповнюють мою "тарілку" по вінця. Щовечора я ледве встигаю приготувати вечерю. Іноді мені важко знайти навіть 2 хвилини на перерву. Тож не дивно, що в минулому мої спроби набутти здорових звичок не мали успіху.

Але 2024 рік був іншим. Цього

року я вирішила по-справжньому змінитися – поставити здоров'я на перше місце і повернути контроль над стресом. Я хотіла знову почати керувати своїм життям, замість того, щоб життя керувало мною.

І я змінилася – чесно! Я дихала, медитувала, писала в красивому українському журналі, який купила собі на Миколая. Я змусила себе вийти на вулицю і знайшла інтенсивного українського тренера на ім'я Діма, який тероризує мене через Zoom двічі на тиждень.

Спочатку здавалося, що все це допомагає. Я почала краще спати, мала більше енергії і відчувала себе сповненою оптимізму. Як гонщик у відеоіграх, я ухилилася і гнала крізь життєві перешкоди, долаючи невдачі на роботі і вдома.

Але потім все почало руйнуватися. Мій чоловік захворів на COVID і провів більше тижня ізольовано у своїй кімнаті. Мені довелося взяти на себе все навантаження вдома і з дівчатами, а це означало, що я все більше і більше відставала на роботі. Завдання накопичувалися. Люди були засмучені. Бути генеральним директором означає, що ти жонглюєш усіма кулями, і якщо ти впустити одну, хтось постраждає.

Одна з моїх найвідданіших волонтерів звільнилася через непорозуміння – мої вибачення і пояснення було недостатньо, щоб переконати її. Кілька великих потенційних партнерів відмовили мені один за одним. У мене виник конфлікт з ключовим членом керівництва моєї організації.

У той же час новини ставали все гіршими і гіршими. Залужного не стало, Авдіївку втрачено, допомогу Україні відкладено на невизначений термін, а Путін перетворився на во-

гого героя політичних правих.

Я робила свої вправи, писала свій щоденник та займалася йогою – але вони перестали працювати. Точніше, моя безнадія і відчай стали настільки сильними, що не йшли ні в яке порівняння з цими стандартними методами.

В особливо важкі часи нам потрібна особливо потужна стратегія – суперзброя проти стресу. І ця зброя не є чимось екзотичним чи дорогим: це людський зв'язок.

У перші місяці після повномасштабного вторгнення, яке перетворило мене на контужену тінь самої себе, я чітко пам'ятаю моменти, коли я знову почала відчувати себе людиною. Телефонна розмова з Юлею, коли Маріуполь стівав кров'ю. Вечір на дивані у Яни, коли ми говорили про війну, а потім про все, що завгодно, тільки не про війну. Розмова з іншою українською мамою, чие ім'я я навіть не пам'ятаю, бо ми ніколи не зустрічалися ні до, ні після – але з якою я говорила годинами так, ніби ми знали одна одну вічність.

На жаль, емоційний зв'язок знайти важче, ніж щоденник чи додаток для медитації. Це навіть важче, ніж мої караючі тренування з Дімою. Сьогодні так багато з нас почуваються самотніми. В Америці самотність – це епідемія, буквально криза громадського здоров'я.

Навіть наявність чоловіка/дружини, колег і друзів не гарантує зв'язку. Тому що недостатньо просто взаємодіяти з іншими – нас зцілює саме досвід того, що нас розуміють. Досвід розстібнути свій захисний щит і показати свою душу іншій людині, і почути, як вона каже: "Я бачу тебе. Я розумію тебе. Ти мені не байдужий". Така вразливість лякає. Ти ніколи

не можеш бути впевненим, як відреагують інші. Чи побачать вони тебе, чи відмахнуться від твоїх почуттів? Чи обіймуть тебе, чи висміють, чи, що найгірше, просто відвернуться? Ще гірше, що **ви** побачите, коли розкриєте цей щит? Чи зможете ви впоратися з власною темрявою?

І все ж.

Коли ви простягаєте руку допомоги і хтось відгукується, віддача неймовірна. Людський зв'язок може творити дива. Він захищає нас від болю, зменшує стрес, дозволяє почати одужувати після найглибшого горя.

І це не дивно – ми створені для того, щоб працювати на зв'язку. Прив'язаність – це первинна потреба. Мій психотерапевт Бетсі каже, що емоційна прив'язаність – це наш найсильніший захист від цього величезного страшного світу. Це наше безпечне місце, де ми можемо відпочити, перш ніж повернутися туди і продовжити боротьбу.

Отже, якщо ви пригнічені, відчуваєте стрес або сум, і ваші звичайні методи зняття стресу, здається, вичерпали себе, я закликаю вас ризикнути і звернутися до когось. Навіть якщо вам буде незручно або ви не впевнені, що хтось відгукнеться чи буде вам не байдуже.

Що стосується мене, то я пішла на балет з друзями, і, просидівши в темряві зі своїм тягарем, я поділилася ним в антракті. Я не пам'ятаю кожного слова поради і розради, але пам'ятаю один конкретний момент: руку моєї подруги на моєму плечі і найпідбадьорливіші у світі слова: "Зі мною таке теж трапляється".

Під час другого акту я відчувала себе такою ж легкою, як і танцюристи.

Citrus Plaza MARKET

Ukrainian FOOD & CATERING

Monday - Saturday 9 AM - 10 PM
Sunday 10 AM - 10 PM



6240 San Juan Ave., Citrus Heights, CA 95610

Phone: (916) 725-5445

citrusplazacafe@gmail.com

facebook.com/citrusplazacatering/

**[Степан Хмара.
Втрачені шанси для України.]**
початок на стор.1

ло розглянути заміну Головнокомандувача Збройних сил України Валерія Залужного на Олександра Сирського, зробити аналіз інтерв'ю Такера Карлсона з російським тираном Путіним, проаналізувати наслідки замордування у російській тюрмі лідера тамтешньої опозиції Алексея Навального.

Тим не менш, я обрав для головної теми постать Степана Хмари, який пішов з життя 21 лютого внаслідок онкологічної хвороби у віці 86 років. На прикладі цього не схожого ні на кого політика спробую показати кілька епізодів, коли Україна звернула не в той бік, що в подальшому, через роки і десятиліття уможливило російську військову агресію.

Степан Хмара все своє політичне життя відзначався радикалізмом у поглядах та діях. В 1980 році вистежений КДБ, звинувачений за статтею «антирадянська пропаганда» з вироком 7 років тюрми та 5 заслання, він не лише не зламався, а навпаки продовжував боротьбу й там з чисельними голодуваннями, протестами, що приводило до неодноразових відсидок у карцері. Випуск журналу «Український вісник» під редакцією Хмари з його ж статтею «Етноцид українців в СРСР» був радикальніший за всі числа журналу під редакцією його засновника та основного ідеолога В'ячеслава Чорновола. Не даремно Хмара не любив слово «дисидент», принаймні, по відношенню до себе. Він підкреслював, що особито він був «політичним в'язнем». Бо навіть в умовах підпільної боротьби він намагався творити окрему українську політику.

Нижче нагадаю три випадки з історії України, які стали для неї змарнованими шансами. І в усіх трьох випадках Степан Хмара займав позицію «проти течії», позицію, до якої вчасно не дослухалися.

Нагода мати вплив вже на всю 50-мільйонну націю, а не лише на обмежену аудиторію політичного самви-

даву, у середовища дисидентів і політв'язнів проявилася на момент перших конкурентних виборів до Верховної Ради України в 1990 році. Приблизно дві третини новообраної Верховної Ради складали комуністи, чверть – опозиційна «Народна Рада». Не зважаючи на те, що опозиція складала меншість, тим не менш, вона мала визначальний вплив на вищий законодавчий орган, наприклад, спільно була прийнята Декларація про суверенітет 16 липня 1990 року. Тим не менш, нас, керівництво тодішнього студентського руху (а я на той момент керував Українською Студентською Спілкою в Києві) повільність у досягненні Незалежності та відсуванні комуністів від влади не влаштовувала, і ми розпочали в жовтні 1990-го року перший Майдан, який згодом отримав назву «Студентська революція на граніті». Формально нас підтримувала вся опозиція – Народний Рух України, «Народна Рада», тощо. Та мало хто знає, що керівництво тодішньої опозиції ми насправді налякали. Перша ж наша вимога «Перевибори Верховної Ради на багатопартійній основі» означала втрату своїх крісел не лише керівникам комуністичної номенклатури, а й необхідність переобрання і депутатів-опозиціонерів. Степан Хмара організував групу своїх однодумців, і ці 12 чоловік прийшли до нас в табір голодувати і сидіти в наметах нарівні зі студентами. Хмара розумів необхідність зміни влади, решта «опозиціонерів» – ні. «Студентська революція на граніті» стала не лише найбільшою перемогою Руху Опору на шляху до Незалежності наприкінці 80-х на початку 90-х, а й найбільшим згаяним шансом. В'ячеслав Чорновіл усвідомив необхідність переобрання Верховної Ради аж через 2 роки, коли вже було запізно: комуністична номенклатура з перемогою Леоніда Кравчука на президентських виборах змінила прапорці на лацканах на синьо-жовті, і успішно продовжила власне правління. Часто доводиться читати, що Україна звернула не туди, коли обрала Кравчука, а не Чорно-

віла на президентських виборах 1 грудня 1991 р. Це не так, на президентських виборах нам не вистачало голосів, Кравчук був розкрученою персоною. А от на ймовірних виборах Верховної Ради, у комуністів не було 450 «кравчуків», таких же хитрих, гнучких, розумних. Всі шанси набрати більшість у Верховну Раду тоді в опозиції були. Такий шлях привів би до траєкторії, яку обрали країни центральної Європи та Країни Балтії. Тож Україна, усунувши комуністичну номенклатуру від влади в 1991 році, спільно з іншими центральноєвропейськими країнами вже була б в ЄС і НАТО, а це значить, що ніяка фашистська росія на нас би не наважилася напасти. Степан Хмара – єдиний із знакових постатей старшого покоління в 1990 році це розумів. Єдиний... А перший удар по постанові Верховної Ради, яка під нашим студентським тиском була прийнята, і де був прописаний алгоритм дострокових виборів, нанесли навіть не комуники, а Володимир Яворівський, один з лідерів «Народної Ради» і «Народного Руху», саме він вже через місяць після «Студентської революції» публічно оголосив, що студенти з перевиборами переборщили...

Другий шанс, який Україна згаяла, це був Чорноморський флот росії, якому Україна в особі і Президента Кравчука, і Президента Кучми дозволила базуватися на своїй території. Хмара протестував, Хмара попереджав, що озброєних росіян не можна допускати на своїй території, Хмара наполягав, що Чорноморський флот повинен або стати українським, або бути вигнаним, і то – негайно. В результаті Україна отримала ворожий загін у себе вдома, який і виконав свою підступну окупаційну місію у 2014 році. А Хмара це передбачав наперед.

Третій шанс, який втратила Україна, пов'язаний з так званім «Будапештським меморандумом» 1994 року, а вірніше з відмовою від ядерної зброї. Хмара був тоді радикальнішим у своїй позиції за нас, молодих, тепер можна сказати – він

був пророком. Якщо наша позиція тоді обмежувалася розумінням, що не можна віддавати Росії тактичну ядерну зброю, то Хмара стверджував, що не можна віддавати навіть стратегічної зброї. На зауваги, що славнозвісна «червона кнопка» від неї все-одно знаходиться фізично у Москві, він знаходив відповідь, що слід поставити завдання спеціалістам перепрограмувати, що нема нерозв'язних головоломок в електроніці. Очевидно, що тут діалогу взагалі не було, Хмара розумів, що не можна довіряти Росії за жодних розкладів. Але він знову був майже одинаком, владна номенклатура піддалася тиску з боку росії, Сполучених Штатів і Великої Британії. Ми не знаємо, що це був за тиск – політичний, відвертий підкуп, задіяння агентури чи щось інше. Та всі ці засоби не діяли на Степана Хмару – ані тиск, ані спроби підкупу, і на щастя, щодо нього (на відміну від багатьох «опозиціонерів») нема жодних сумнівів щодо його чистоти у відношенні до спецслужб.

Мала б Україна досі ядерну зброю – не наважилася на напад фашистська росія. Та мало хто, окрім Хмари, розумів це.

Степан Хмара був непростою особистістю, різкий, колючий, та водночас – щирий і принциповий. І ми підходимо до розуміння основного з втрачених шансів для України: у нас не було щирих і принципових на найвищих щаблях влади. Були які завгодно, але не щирі і принципові. Недаремно Степан Хмара був опонентом всім шести Президентам України.

Тож Степану Ільковичу – щира ша-на, він на неї заслуговує своїм життям. А для нас – важливий урок: чи коли-небудь Україна спроможна буде обрати щирих і принципових на власне вище керівництво? Не хочеться все життя спостерігати за змарнованими шансами.

БУДИНКИ - ДУПЛЕКСИ **ЗЕМЕЛЬНІ ДІЛЯНКИ** HOUSES - DUPLEXES **PLOTS OF LAND**

Сакраменто та околиці • Sacramento and area

- Перелік будинків, дуплексів та земельних ділянок в різних частинах міста / List of houses, duplexes and land plots in different parts of the city
- Інформація про пільги при купівлі першого будинку / Information about benefits when buying a first home
- Short Sale Specialist

Ніна Семенюк - Broker
Nina Semenyuk

NinaSRealEstate@gmail.com
5252 Sunrise Blvd., Suite #6
Fair Oaks, CA 95628

Lic # 01222641



(916) 717-1011



[Третій рік війни] початок на стор.1

неможлива довга війна у Європі – хоча інтенсивні військові дії вже стали реальністю.

Тепер, на початку третього року війни ми можемо констатувати, що ніхто не уявляє собі, коли вона може закінчитися, багато політиків і спостерігачів у своїх міркуваннях вже майже «не помічає» 2024 року, а відразу говорить про 2025-й. Разом із цим ми можемо констатувати, що Путіну за ці два роки не вдалося втілити у життя не тільки стратегічні, але й тактичні цілі, які він поставив перед своїми військами ще у лютому 2022 року.

Росія намагалася окупувати більшу частину території Української держави та перетворити Україну на маріонеткове утворення, яке згодом – разом із іншими колишніми радянськими республіками – мало б стати частиною нової Російської імперії під проводом Володимира Путіна. Всі документи, які вже були частково оприлюднені у медіа, свідчили, що Путін планував остаточно завершити процес цієї «інтеграції» у 2030 році. Але зараз вже 2024-й, а Росія буквально загрузла у війні з Україною й конфронтації з цивілізованим світом.

Разом із цим і українські сподівання на другий рік війни не виправдалися. Лінія фронту залишилася статичною, хоча Україна має значні досягнення у морській війні й навіть забезпечила коридори для перевезення свого збіжжя по чорноморських маршрутах. Проте велика частина української території залишається окупованою ворогом, російській економіці вдалося вистояти під санкціями цивілізованого світу й продовжити курс на мілітаризацію й зближення насамперед з Китаєм.

Звісно, тепер важливо зрозуміти, яким буде третій рік війни. Але розвиток подій буде насамперед залежати й від готовності українців продовжувати опір російській агресії, і

від готовності Заходу допомогти Україні.

В один з днів після чергової річниці нападу Президент Франції Еммануель Макрон зібрав у Парижі лідерів держав цивілізованого світу, щоб у закритому режимі обговорити, як ефективно допомогти Україні у її протистоянні російській агресії. Вже той факт, що важлива зустріч відбулася саме у Парижі, а не у Вашингтоні, свідчить про зовсім нову ситуацію з цією допомогою. Рішення про виділення грошей Україні, про які просив конгресменів президент Джо Байден, буквально «застрягло» у Палаті представників й досі незрозуміло, чи вдасться поставити його на голосування чи знайти якийсь новий компромісний варіант. В цій ситуації саме європейським лідерам доводиться відігравати головну роль у пошуку нових можливостей для допомоги.

Змінилася й оцінка небезпеки самими європейцями. Якщо у 2022 році напад Росії на Україну розглядався насамперед як локальний конфлікт, тепер все більше західних політиків та спостерігачів говорить про можливість, за якої Росія буде здатна атакувати країни НАТО за кілька років. Про те, що Росія за кілька років зможе атакувати й інші країни, говорив на відкритті зустрічі у Парижі і президент Макрон. Так що сьогодні допомога Україні виглядає не просто як спокійно підтримка Києва у нашому протистоянні російській агресії, а ще й намагання відвернути біду від самої Європи – що значно змінює ситуацію.

Разом із цим доводиться визнати, що не тільки Україна, але й Захід не був готовий до такої великої і довгої війни. Ніде правду діти, Росія навіть не стільки готувалася до війни, скільки мала можливість принаймні перші роки використовувати весь той арсенал, який залишився їй у спадщину від Радянського Союзу – а зараз відбувається переформатування російської економіки, її пере-

хід на військові рейки ціною значного зниження соціальних можливостей держави. Але російське суспільство спокійно до цього ставиться, тому що звикло жити у режимі затягування пасків – до того ж Путін не жаліє грошей на тих, хто бажає воювати.

А Заходу доводиться буквально зараз повертатися до виробництва зброї – тому й відбувається постійний пошук озброєнь у третіх країнах. Захід явно не розраховував, що знову опиниться у режимі запеклого протистояння із тоталітарним режимом. Й, до речі, той факт, що якраз напередодні другої річниці нападу у Росії фактично демонстративно розправилися із опозиціонером Олексієм Навальним, також мало продемонструвати Заходу, наскільки Путін ігнорує сьогодні оцінки цивілізованого світу й наскільки далеко він готовий зайти просто для того, щоб продемонструвати свою безкарність.

Тому, на жаль, після того, як стало відомо про смерть Навального, багато хто з західних політиків говорив, що краща можливість відповісти на цей злочин – допомогти Україні. Бо саме перемога України може створити умови для деградації й краху путінського режиму. В Україні люблять говорити, що війну може зупинити крах режиму Путіна, але, як на мене, існує швидше зворотна залежність – нездатність Путіна перемогти в Україні може створити загрозу для його влади у майбутньому. Й саме тому російському очільнику так потрібна ця війна.

Ще одним важливим напрямком на майбутнє є робота із країнами «глобального Півдня». Ми звично говоримо про те, що світ підтримує Україну, однак більшість країн «глобального Півдня» зберегли хороші стосунки з Росією, а найголовніше – забезпечили її економічне виживання після запровадження західних санкцій. Зменшення російських економічних можливостей, як і можли-

востей обходити санкції, буде важливою запорукою закінчення війни.

Ну й, звичайно, багато що залежить від стану самого українського суспільства. Багато хто з західних спостерігачів сьогодні каже, що в найбільш темні місяці війни стан українського суспільства був набагато більш оптимістичним, ніж зараз, коли лінія фронту стабілізована, а обстріли на більшій частині території країни відбуваються із значними часовими інтервалами. Але разом із цим треба усвідомлювати, що втома від війни – це звичайна людська риса, люди не можуть вічно жити у стані стресу й постійних очікувань. І якщо українці бажають пережити свого ворога, вони мають пройти не тільки через роки війни, але й через роки депресії і розчарувань. А це, звичайно, буде пов'язано і з тим, наскільки ефективно буде функціонувати держава і якою буде довіра до її інституцій. Зараз найбільшою довірою користуються саме Збройні сили і відставку головнокомандуючого Валерія Залужного згідно із соціологією, не підтримала переважна більшість українців – можна сказати, що це перший такий випадок за останні роки, коли рішення президента (не особисто Володимира Зеленського, а президента України як такого) настільки б відрізнялися від очікувань суспільства. Й залишається сподіватися, що Зеленський здатний зробити висновки з цього й усвідомити, що національна єдність і довіра є тим безцінним капіталом, на який і потрібно спиратися, коли ми говоримо про виживання й перемогу у цій непростої війні. Тим більше, що попереду ще чимало непростих випробувань, адже ворог не заспокоюється і тільки від нашої солідарності – і в Україні, і в діаспорі, і в солідарності всіх наших друзів за кордоном – залежить виживання України.

НОВИЙ СЕНС МІЖНАРОДНОГО ЖІНОЧОГО ДНЯ ФОРМУЄТЬСЯ САМЕ ЗАРАЗ

Карина Нікітішина

Впродовж останніх кількох років ставлення в українському суспільстві до окремих офіційних свят стало досить неоднозначним. Каталізатором більшості дискусій є війна: люди не воліють підтримувати щодо деяких дат наративи, що тягнуться з часів радянщини. Найближче таке свято – 8 березня. Рік тому в «Дії» можна було долучитися до опитування «Чи залишити вихідним 8 березня?». Хоча більш ніж 60% респондентів тоді відповіли, що бажають зберегти вихідний у цей день, кількість людей протилежної думки продовжує зростати. І тут варто зауважити, що питання скасування 8 березня як офіційного свята виникло ще до повномасштабного вторгнення. Недоречним вважають відзначати цю дату як публічні особи, лідерки думок, громадських та волонтерських організацій, історикині, так і більш «проста» частина населення.

Вже зараз причини для цього різні: хтось хоче позбавитися від 8 березня як від рудимента російського впливу та цінностей; хтось вважає традиційне для України (тобто нав'язане ще за часів СРСР) святкування дня жінки з обов'язковим даруванням квітів та демонстративним миттям посуду чоловіком раз на рік шкідливим для авторитету жінки в суспільстві загалом; хтось і не хоче прибирати 8 березня з державних свят, але під час повномасштабної війни чомусь вважає недоречним щось відзначати та вітати інших. Рік тому було висунуто законопроект про скасування Міжнародного жіночого дня 8 березня та його заміну на День української жінки 25 лютого (день народження Лесі Українки).

Проте проект не отримав великої підтримки, адже не зовсім зрозуміло, як саме умовне святкування 25 лютого відрізнятиметься від 8 березня окрім відмінної від росіян дати. Ще деякі люди в соцмережах почали вітати один одного з новим святом, якого фактично не існує, тими ж листівками з квітами та побажаннями жіночності. Тому суть пропозиції скасування 8 березня не всі насправді правильно зрозуміли.

Далі, вкотре вдаватися в подробиці історії Міжнародного жіночого дня у світі та в Україні вважаємо недоцільним. Щовесни можна знайти безліч нагадувань того, як з'явилося свято, а також чому в колишніх країнах СРСР така інфантилізація жінки в цей день. Натомість хочеться зробити акцент на необхідному переосмисленні цієї дати. Під час війни гендерна рівність не набула нового сенсу, адже проблема відсутності цієї рівності була завжди. Але саме зараз можемо спостерігати найбільший публічний розголос, що викликає саме необхідністю відстояти незалежність України. На противагу 81 місцю в 2022 році, Україна тепер посідає 66 місце за індексом гендерної рівності, як зазначено в Global Gender Gap Report за 2023 рік. Попри таку зміну, про досягнення повної гендерної рівності говорити ще зарано. Наприклад, відповідно до стандартів та цінностей ЄС, з 2019 року встановлено гендерну квоту – 40% жінок у парламенті. На сьогодні ж цю норму дотримано лише наполовину.

Нині українська жінка активно приймає участь у всіх сферах життя, будь то бізнес, політика чи волонтерство. Можна припустити, що повномасштабне вторгнення, яке

принесло багато страждань українцям, по своєму відкрило жінкам двері до багатьох «чоловічих» професій, військової кар'єри, роботи в силових структурах тощо. Наразі в Збройних Силах налічується більше 62 тисяч жінок, значна частина з яких знаходиться на небойових посадах, однак, не з власної волі. На це є різні причини: «Існує думка, що на посаду діловода доцільніше призначити саме жінку, яка нібито працюватиме більш зосереджено та спокійно. Також є люди, які вважають, що жінка не здатна витримувати великі фізичні навантаження. Це виправдано в деяких випадках, коли необхідно перенести речі, які не кожен фізично розвинений чоловік здатен підняти самотужки. Але зараз існує вже багато прикладів жінок у піхоті, артилеристів, жінок на посадах командирів тощо. І всі вони прийшли служити добровільно, бо ще не прийнято закону про їх обов'язкову мобілізацію: вони самі обрали захищати свою Батьківщину на рівні з чоловіками. Тому, недооцінювати жінок не можна. Визначити здатність виконувати певні обов'язки можна лише за особистими якостями людини, а не за статтю», – поділилася думкою військовослужбовець.

Наприкінці січня з'явився новий законопроект про мобілізацію. Відповідно до нього, обов'язкової мобілізації для всіх жінок так і не буде, але кожна, що здобула медичну або фармацевтичну спеціальність, підлягає взяттю на військовий облік. Тобто вступ до лав Збройних Сил чи до правоохоронних органів лишається обґрунтованим особистим вибором жінки. Попри цей факт значна кількість ліцеїв, університетів за певними спеціальностями та військкомата

тів продовжують займати не вигідну країні позицію. З одного боку, ми маємо багато чоловіків, які, на жаль, не хочуть воювати. І ці люди опиняються на фронті, вони військовозобов'язані боронити країну. Чимало з них намагаються будь-яким способом уникнути мобілізації, вдаючись до незаконних дій. З іншого боку, маємо цілком вмотивованих, хоробрих дівчат та жінок, які готові навчитися військовій справі, щоб допомогти здобути перемогу у цій війні. Але їм часто відмовляють, надаючи перевагу чоловікам без адекватних вмінь та мотивації, спираючись тільки на статеву приналежність.

В країні третій рік триває повномасштабна війна, а втім, за цей час ще не створені нормальні умови для просування жінок по службі. Не існує механізму заохочення жінок державою до продовження служби, а серед старшого покоління й досі існує безліч стереотипів про жінок в армії. Народна депутатка Ірина Никорак зазначила, що стереотипи змушують працювати захисниць у рази більше необхідного, щоб потрапити на бойові завдання. Більшість же бойових посад раніше була закрита для жінок навіть на законодавчому рівні, але й це не зупиняло бажаючих. З 2014 року жінки виконували «чоловічу» роботу неофіційно, без відповідних доплат і соціальних гарантій, які чоловіки отримували. Багатьох оформляли на тиліві посади на кшталт кухарок, вдаючи турботу: «Нащо тобі воювати? А якщо з тобою щось трапиться, що скажуть твої діти?». Тільки у 2018 році було ухвалено закон



benefitexperts
BENEFITS, INSURANCE, AND HR

CREATE A CLEAR VIEW FOR YOUR BUSINESS

Benefit Experts is a full service, independent insurance agency with broad market access and unparalleled service. Benefit Experts is your one stop shop for all of your businesses insurance needs.

SERVICES:
Group Health Insurance
HR Services, 401k
Workers Compensation
General Liability and much more
(see website full list of services)

CONTACT US TODAY:
Serge Barbir CEO
TOLL FREE 800.495.4172
P. 650.251.4228
Sbarbir@benefitexperts.com
www.benefitexperts.com

Voted best of Palo Alto 6 years running

ДЛЯ ДІТЕЙ

Ходить гарбуз по городу



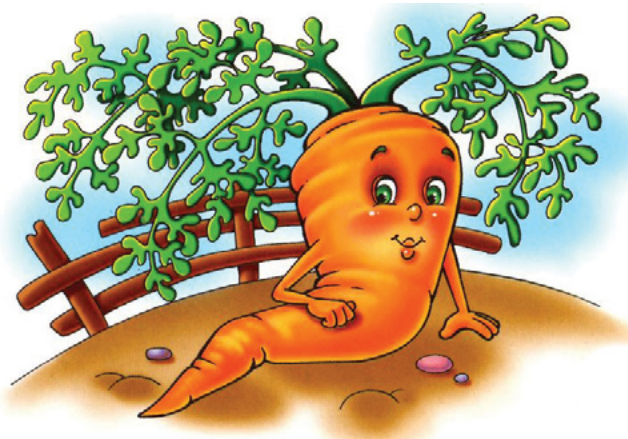
Ходить гарбуз по городу,
Питається свого роду:
– Ой, чи живі, чи здорові
Всі родичі гарбузові?



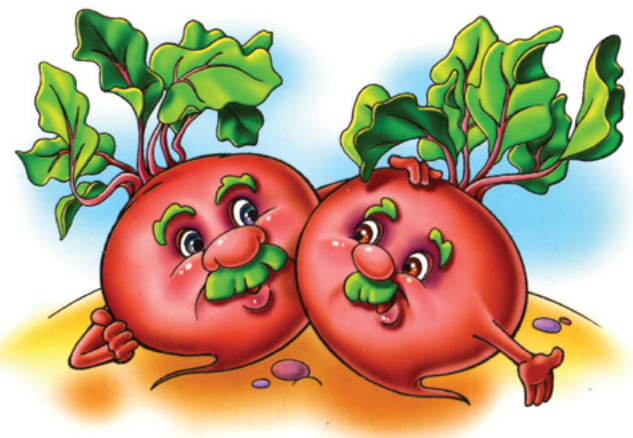
Обізвалась жовта диня,
Гарбузова господиня:
– Іще живі, ще здорові
Всі родичі гарбузові!



Обізувались огірочки,
Гарбузові сини й дочки:
– Іще живі, ще здорові
Всі родичі гарбузові!



Обізувалась морквиця,
Гарбузова сестриця:
– Іще живі, ще здорові
Всі родичі гарбузові!



Обізувались буряки,
Гарбузові свояки:
– Іще живі, ще здорові
Всі родичі гарбузові!



Обізувалась бараболя,



А за нею і квасоля:
– Іще живі, ще здорові
Всі родичі гарбузові!



Обізувався старий біб:
– Я піддержав увесь рід!
– Іще живі, ще здорові
Всі родичі гарбузові!

УКРАЇНСЬКІ ПІДПРИЄМЦІ ВИРУШАТЬ НА НАВЧАННЯ У КРЕМНІЄВУ ДОЛИНУ – СПІЛЬНА ПРОГРАМА УКУ ТА СТЕНФОРДСЬКОЇ ВИЩОЇ ШКОЛИ БІЗНЕСУ

CfE акселератор Українського католицького університету спільно зі Стенфордською вищою школою бізнесу (Stanford Graduate School of Business, Stanford GSB) запустив нову навчальну програму Stanford Ignite Ukraine – запалюємо українських підприємців – для представників українського малого і середнього бізнесу. 42 учасники з України 19 лютого розпочали своє навчання. Програма покликана стати мостом між українськими підприємцями й спільнотою Кремнієвої долини та каталізатором змін й розвитку малого та середнього бізнесу в Україні.

«Об'єднуючи місії УКУ та Стенфордської вищої школи бізнесу, ми прагнемо допомогти українським підприємцям зростати, втілювати амбітні та інноваційні ідеї в межах своїх бізнесів, що підвищуватиме їхню конкурентоспроможність у глобальній екосистемі. Програма [Stanford Ignite Ukraine](#) має глобальну мету – дати впевненість українським підприємцям та зміцнити їхні бізнеси», – розповідає **Іван Петренко, виконавчий директор CfE accelerator УКУ**.

За його словами, досвід та знання, отримані в середовищі Кремнієвої долини, дозволять українським підприємцям переосмислити свої бізнеси та орієнтири розвитку. Підприємці отримають практичні управлінські інструменти для впровадження змін і системний підхід до того, як долати виклики, з якими зараз зіштовхується український бізнес.

Програма складається з двох частин – онлайн та офлайн. В онлайн-частині учасники у командах працюватимуть над венчурними ідеями, проведуть інтерв'ю з цільовою аудиторією та підготують свої перші презентації. Друга частина – виїзний модуль у Стенфордській вищій школі бізнесу: навчання під керівництвом викладачів, присвячене тому, як розвивати успішне підприємство. Також заплановані кілька сесій від запрошених спікерів; зустрічі з представниками венчурних фондів, інвесторів та експертів. Крім того, протягом усього часу перебування на кампусі учасники матимуть можливість щотижня спілкуватися з людьми зі спільноти Stanford GSB та Кремнієвої долини.

Програма Stanford Ignite Ukraine організована CfE accelerator спільно з Stanford Graduate School of Business, за підтримки Міністерства економіки України, програми USAID «Конкурентоспроможна економіка України» та Українського католицького університету.

«Міністерство економіки підтримує проєкт “Запалимо українських підприємців”, адже це унікальна можливість безкоштовно пройти навчання в одній з найкращих бізнес-школ світу. Ми віримо в те, що українські підприємці та підприємці, які прагнуть розвивати свій бізнес та паралельно отримувати нові знання, матимуть справді безцінний досвід», – каже **Юлія Свириденко**, перша віцепрем'єр-міністерка, міністерка економіки України.

Як виникла ідея програми Stanford Ignite Ukraine?

Іван Петренко розповів, що все почалося з особистих контактів. У започаткуванні програми допомогла Наталія Анон – членкиня ради Фонду Українського католицького університету, партнерка УКУ, членкиня Дорадчої ради Angel One Fund. Вона понад 20 років проживає у США, де заснувала власну IT-компанію.

«Закінчивши 23 роки тому MBA у Stanford GSB, я мріяла, аби українські підприємці також перейняли від викладачів однієї із найкращих світових бізнес-школ знання та досвід, які допоможуть їм не просто розвинути власний бізнес, а дадуть змогу конкурувати на міжнародних ринках. Я вірю, що ця програма допоможе

започаткувати нові бізнеси, розвивати існуючі набагато швидше та створювати більше нових робочих місць. Це допоможе зміцнити економічну силу України в такий непростий час», – каже **Наталія Анон**.

Розуміючи, що українські підприємці постійно працюють з викликами війни та мають велику потребу в розвитку, Наталія поділилася ідеєю зі своїм колишнім професором Чарльзом Голлоуєм (Charles A. Holloway), який навіть у віці 90 років продовжує працювати в Stanford GSB. Професор Голлоуей з радістю підтримав ідею Наталії та порадив звернутися до професора Йосі Фейнберга (Yossi Feinberg), відповідального за програму Stanford Ignite. Професор відразу підтримав ідею: **«Стійкість, винахідливість та наполегливість українського народу надихає весь світ, особливо, як бізнес впроваджує інновації в умовах війни. “Stanford Ignite Ukraine” – це саме та програма, яка допоможе українським лідерам та їх бізнесам процвітати, мінімізуючи можливі ризики»**.

Також він представив Наталію Джону Левайну (Jonathan Levin), деканові Stanford GSB, який побачив величезний потенціал у створенні свого роду «мосту» між Україною та спільнотою Кремнієвої долини. Так зародилася співпраця між УКУ та Stanford Graduate School of Business на наступні чотири роки. Наталія фінансує навчання підприємців. За грантові кошти програми USAID «Конкурентоспроможна економіка України» покривають інші витрати.

Запалимо українських підприємців: про зміст програми

Далі розпочалося формування самої програми. Початково вона мала бути розроблена для стартапів. Однак у процесі роботи команда зрозуміла, що набагато більше позитивного впливу буде, якщо допомогти малому і середньому бізнесу: **«Оскільки стартап-індустрія з початком війни дещо призупинилася»,** – каже Іван Петренко.

Сама програма триває 7 тижнів. Перший місяць – онлайн-навчання. Опісля учасники на три тижні поїдуть у Стенфорд, де триватиме практична робота над проєктами. На завершення у планах організувати кілька зустрічей з бізнес-спільнотою як українців, так і американців у Каліфорнії. Також учасники матимуть декілька зустрічей з інвесторами з Кремнієвої долини, які в майбутньому можуть стати потенційними інвесторами чи партнерами їхніх бізнесів.

«Ми хочемо допомогти власникам і керівникам підприємства зробити їхні бізнеси більш успішними, побудувати ефективні бізнес-моделі та продукти/сервіси. Багато з них шукають виходу на зовнішні ринки, хочуть запускати нові продукти, або покращити уже існуючі. Ми їм у цьому допоможемо. На програмі **Stanford Ignite Ukraine** ми фокусуватимемося на тих речах, які потребують, як правило, найбільше уваги – продаж, маркетинг та дистрибуція. Також будемо говорити про лідерство у веденні бізнесу і залученні інвестицій», – каже Іван Петренко.

По закінченню програми CfE акселератор УКУ продовжить працювати з учасниками вже в Україні, відстежуватиме їхні успіхи, передовсім кількісні показники: кількість залучених інвестицій, створених робочих місць, зовнішні ринки на які вдасться вийти, збільшення продажу. Це, зі слів Івана Петренка, дасть можливість організаторам, зрозуміти, наскільки ефективною була програма і, що варто покращити у наступному відборі.

Як відбувався відбір учасників?

Організатори програми вирішили сфокусуватися на власниках малого і середнього бізнесу, які вже мають щонайменше 3 роки підприємниць-



кого досвіду. Важливо, щоб компанія була зареєстрована в Україні, мала не менше 8-ми найнятих та офіційно працевлаштованих працівників, а також, аби власники вільно володіли англійською мовою.

Після оголошення конкурсу та проведення промокампанії, на участь у програмі надійшло **977 запитань** від бізнесів з різних регіонів України – Києва, Львова, Харкова, Одеси, Івано-Франківська, Дніпра, Донецька, Херсону, Запоріжжя. Ті, хто пройшов технічні критерії, надсилали листи, в яких описували свою мотивацію та очікування.

Серед 42 учасників, яких обрали, є представники різних сфер, зокрема: сервіс пошуку і доставки ліків Liki24.com; виробник БПЛА «Атлон Avia»; комунікаційна агенція Gres Todorchuk; бренд одягу JUL; CleanTech-стартап, що створює біорозкладні вироби з кавової гущі rekaava; мережа магазинів туристичного та спортивного одягу й спорядження Gorganu; виробник бельгійського шоколаду Spell Chocolate; бренд ювелірних виробів dukachi; сервіс порівняння та онлайн-оформлення страхових продуктів hotline.finance; YedyunkaDGTL, компанія, що спеціалізується на маркетингу та веброботі та інші.

Сильний бізнес – це одна із заповнених нашої свободи і безпеки в майбутньому: очікування учасників

Одним із учасників програми Stanford Ignite Ukraine став Андрій Бандрівський – дистриб'ютор та виробник спорядження й одягу для походів і спорту у компанії Gorganu, **випускник Бізнес-школи УКУ**.

«Останні два роки наш ментальний ресурс зосереджений на боротьбі з викликами війни: як залишатися стійкими, втримати команду, бути корисними для клієнтів, заробляти й допомагати армії. Ми всі мріємо про свободу, про сильну Україну, яка зможе себе захистити від будь-якої агресії. Для цього нам треба стати багатію країною. І немає іншого шляху, ніж будувати яскраві та помітні у світовому контексті компанії, бренди й продукти. Це треба робити вже, але цього треба вчитися, – розповідає Андрій Бандрівський. – Я подався на програму, бо, на мою думку, це унікальна можливість навчитися в топбізнес школі світу. Мені дуже цікаво краще зрозуміти, як компанії США за 10 років стають глобальними. Я хочу побачити як вони мислять, прийняти цей досвід, щоб долучитися до процесу розвитку своєї компанії, щоб вона теж змогла рости і стала відомою у світі. На мою думку, **сильний бізнес – це одна із заповнених нашої свободи і безпеки в майбутньому**».

Також своїми очікуваннями поділилася **Олеся Єдинак-Хома**, співзасновниця та CEO **YedyunkaDGTL**, компанії, що спеціалізується на маркетингу та веброботі.

«Багато років тому я вирішила, що колись обов'язково буду вчитися у Стенфорді. Тому коли прочитала про цю можливість, і те, що програма

має на меті допомогти малому та середньому бізнесу стати більш інноваційним та виходити на нові ринки, то сприйняла це як знак. Також для мене важливо, що організаторами є CfE accelerator УКУ, з якими я розділяю спільні цінності, – розповідає **Олеся Єдинак-Хома**. – Зараз у компанії ми маємо ціль розробити експортну стратегію, щоб побудувати системний продаж за кордоном. А в сучасних умовах – це треба робити дуже швидко, з урахуванням впливу світової стагнації. У рамках виходу на зовнішні ринки ми як компанія розпочинаємо роботу з новими типами організацій та запускаємо нові продукти для них. Раніше ми більше працювали з великими компаніями та організаціями. Цього ж разу при вході на нові ринки цілимося у стартапи, акселератори, венчурні бізнеси та компанії, що створюють інновації. А в довгій перспективі плануємо запуск власних продуктів та Startup Studio. Очікую, що програма Stanford Ignite Ukraine дасть можливість потрапити в потрібне середовище, поговорити та перевірити свої гіпотези. А нові знання, здобуті у кращій бізнес-школі світу, відповідні знайомства – впевнена значно пришвидшать трансформацію мене як підприємниці, а також моєї компанії та відкриють нові обрії».

Бізнес у контексті війни

Іван Петренко наголошує, що український малий і середній бізнес, який продовжує якісно працювати, – це одне з відкриттів з початком повномасштабної війни: **«Коли до нас приїждять іноземні підприємці та на власні очі бачать, що бізнес продовжує працювати, створювати робочі місця, запускати нові продукти, сервіси, виходити на зовнішні ринки, то вони не розуміють, як це можливо»**.

Малий і середній бізнес – це основа будь-якої економіки, підприємці потребують підтримки в умовах війни. І запуск такої програми – це також освітній внесок у майбутню перемогу.

«Важливо, щоб подібна програма не була одиничною, тому наступний набір на Stanford Ignite Ukraine почнеться восени 2024 року. Далі, можливо, нам вдасться організувати навчання для викладачів і студентів УКУ. Нам буде дуже цікаво спостерігати за спільнотою, яка формуватиметься через цю програму, і як українські підприємці впроваджуватимуть новий якісний досвід у своїх бізнесах та інституціях», – підсумовує Іван Петренко.

Додамо, що програма USAID «Конкурентоспроможна економіка України» підтримує український бізнес з метою підвищення конкурентоспроможності на внутрішньому ринку України та на міжнародних ринках, допомагає в розбудові спрощеного та прозорого бізнес-клімату, а також забезпечує українські компанії можливостями скористатись перевагами міжнародної торгівлі.

Благодійний вєгїр театралїзованого гїтання творїв Лесї Українки акторами з Києва



Павло Вінер Марина Анїсович Олена Сїкорська Олександр Литовченко San Francisco
2 March, 2024 at 5 PM

ГРОМАДА

[Вона сказала, що не покине, що кохає.]
початок на стор.7

Результати 24-го Загальнонаціонального **опитування** Україна в умовах війни за 2023 рік, яке було проведено соціологічною групою **Рейтинг**, свідчать, що понад половина українців (65%) мають близьких, які долучилися до ЗСУ з початку повномасштабної війни. З думкою про такі родини, Анна поділилася своїми ТОП-4 рекомендаціями:

- «Мати терпіння. Це допоможе чекати та прийняти те, що може статися чи вже сталося. Всупереч і попри, треба вчитися проявляти терпіння. В мене не завжди виходить, проте я не перестаю докладати зусиль»

- «Постійно спілкуватися. Там їм не вистачає підтримки. Вони її шукатимуть деінде, якщо не отримають її від найближчих. Пишіть, телефонуйте!»

- «Вестищоденник,абоблог.Явирішила, що буду вести свій інстаграм блог. Розповідати про наше життя і говорити на цю тему. Те, як ми з чоловіком даємо раду нашим викликам. Як живемо, як працюють протези, чому він навчився, як ми пояснюємо і комунікуємо з сином. Вірю, що наша історія може надихнути багатьох. Заохотити боротись за своїх коханих і разом з ними вболівати за шлюб і докладати зусиль, аби не просто зберегти родину, але й бути щасливими. То важка праця»

- «Ну ще, мабуть – просто кохати. Вірно і віддано кохати»

[Новий сенс Міжнародного жіночого дня формується саме зараз]
початок на стор.11

про рівні права та можливості для чоловіків та жінок при проходженні військової служби. Невдовзі після ухвалення, з підрозділів, де жінка ставала командиром, починали масово переводитися люди, аби не служити разом зі «слабкою статтю».

Проте, позитивні тенденції помітні, зокрема через збільшення кількості жінок в Збройних Силах. До початку лютого цього року більшість жінок була вимушена носити чоловічу форму та бронжилети, які не враховують анатомічні властивості жіночого тіла. Форма від держави була одна – парадна, зі спідницею та підборами. Виготовленням практичної форми для жінок спочатку займалися волонтерські організації, які, як досить часто зараз відбувається в багатьох сферах, стають рушіями прогресу. Тепер, завдяки об'єднаним зусиллям волонтерів, дизайнерів та держави, всі військовослужбовиці будуть забезпечені зручною уніформою. Наявність правильного бронжилета часто рятує життя, він є необхідністю, а не примхою. Якби кількість жінок у силових структурах й далі лишалася низькою, не факт, що цих змін можна було б досягти вже цього року.

Зміни в ставленні найбільш помітні, за словами жінок, серед молодих хлопців, які сприймають посестер на полі бою з розумінням та вва-

жають за рівню. Відчутно, що щось потроху змінюється, навіть коли просто йдеш вулицею, де розвішані оголошення про пошук на військову службу не тільки чоловіків, а й жінок. «Сьогодні на полі бою в Україні ми маємо найбільшу кількість жінок в новітній світовій історії. Вони проявляють себе не лише як гарні військові фінансистки чи лікарки, але і як сміливі військовослужбовиці, що віддано захищають свою Батьківщину. Наше завдання зробити все, щоб вони могли будувати кар'єру», – наголошує заступниця Міністра оборони України Наталія Калмикова.

В інших професіях, де відсоток чоловіків теж значно більший, як робота в правоохоронних органах, Державній службі з надзвичайних ситуацій, поки не спостерігається достатньо публічних зрушень. Але новий сенс вкладу жінки в спільне майбутнє України формується просто зараз. Тому впевнені, що в наступні роки кожна жінка отримає право на адекватне ставлення, втілення своєї кар'єрної мрії, а радянські стереотипи зникнуть так само, як нам бажається зникнення агресора з політичної мапи світу. Поки ще не вирішено точно: чи скасувати вихідний на Міжнародний день боротьби за права жінок, чи перестати відзначати 8 березня взагалі, чи зробити схоже свято в інший день. Однак впевнені, що жінка завжди зрадіє щирому привітанням за свої професійні здобутки та моральні якості, як і чоловік. Не тільки 8 березня, а в будь-який інший день також.



MNC
INSPIRING SUCCESS
INSPIRANDO ÉXITO



SAN FRANCISCO
HUMAN SERVICES AGENCY

ФЕДЕРАЛЬНА ПРОГРАМА «ЖИТЛОВА ДОПОМОГА УКРАЇНЦЯМ» (HAU)

ВИМОГИ

- Мати статус УНР (Український гуманітарний пароль)/U4U з датою в'їзду до США в період з 24.02.2022 по 30.09.2023.

Відповідність вимогам НЕ є гарантією допомоги. У зв'язку з обмеженими ресурсами, програма HAU надаватиме пріоритет домогосподарствам, які найбільше цього потребують.

НЕОБХІДНІ ДОКУМЕНТИ

- Копія документу підтверджуючого особистість з фотографією
- I-94 або інше підтвердження статусу УНР/U4U
- Підтвердження орендної плати та інформація про орендодавця (квитанції про орендну плату, контракт оренди, форма W9, контактні дані орендодавця)
- Копія квитанції про оплату комунальних послуг із зазначенням прізвища та адреси)
- Підтвердження адреси

ЗВ'ЯЖІТЬСЯ З НАМИ

ЕЛЕКТРОННА ПОШТА

haumncsf.org

НОМЕР ТЕЛЕФОНУ

415 653 5701 ext. 1128

415 653 5701 ext. 1211

АДРЕСА

- 1329 Evans Ave
San Francisco, CA 94124

- 3001 24th Street
San Francisco, CA 94110

Завітайте до нас!
Понеділок - П'ятниця
9 ранку - 4.30 вечора



Kakinuki Law Office PC
垣貫法律事務所 PC

John Kakinuki, Attorney
弁護士 垣貫 ジョン

1050 Northgate Dr, Ste 270
San Rafael, CA 94903, USA

Tel 415-492-2011
Fax 415-492-2012
john@kakinukilaw.com
www.kakinukilaw.com

Ви можете підтримати нашу газету, якщо зробите одноразовий PayPal внесок чи виставите повторний щомісячний внесок і перейдете на сторінку після сканування QR-коду. Газета «Громада» є некомерційною організацією з правом на списання 501(c)(3) податків.



You could support our newspaper by following QR code to PayPal link where you could make one time payment or reoccurring monthly payments. Newspaper Hromada is a tax-deductible 501(c)(3) non-profit organization.



Orest Balytsky D.M.D.
Diplomate, American Board of Endodontics



(707) 763-2170
orbendo17@msn.com
www.petalumaendo.com

UKRAINIAN FOLK MUSIC, VOL. VII

Our Songs, Our Heritage



recorded and performed by
BROTHERS IVAN



STANFORD IGNITE UKRAINE

PLEASE JOIN US FOR A NETWORKING RECEPTION ON MARCH 22

to meet 42 entrepreneurs from Ukraine selected
for this special program to enhance their
ability to aid in the economic recovery and
reconstruction of Ukraine.

Friday, March 22, 5:00 to 8:00 PM
The Stanford Faculty Club
439 Lagunita Drive, Stanford, CA 94305

For more information, visit: pxl.to/ucu

STANFORD
BUSINESS
Executive Education



Liudmyla Kinal, DDS

kinaldds@gmail.com

(760) 536-3094

ПОВНИЙ СПЕКТР СТОМАТОЛОГІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ВКЛЮЧАЮЧИ:

- КОРОНКИ
- ПЛОМБИ
- ПРОТЕЗУВАННЯ
- ПЛОМБУВАННЯ КАНАЛІВ
- ЩЕЛЕПНО-ЛИЦЕВА ХІРУРГІЯ
- ІМПЛАНТИ
- ЕСТЕТИЧНА СТОМАТОЛОГІЯ
- ДИТЯЧА СТОМАТОЛОГІЯ



Kinal Dental

5519 Mission Road, Suite A
Bonsall, CA 92003



Law Offices Of Serhiy Nikolaichuk
Personal Injury, Estate Planning, Probates

Serhiy Nikolaichuk
Attorney at Law

Tel.: 415.980.0130
Fax: 888.979.8727
sn@sninjurylaw.com

4366 Auburn Blvd., #104
Sacramento, CA 95841

2950 Buskirk Ave., Unit 300
Walnut Creek, CA 94597

1350 Old Bayshore Hwy., Ste. 520
Burlingame, CA 94010

ПОДІЇ / EVENTS 2024

БЕРЕЗЕНЬ/MARCH

Нд/Su	Пн/Mo	Вт/Tu	Ср/We	Чт/Th	Пт/Fr	Сб/Sa
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

9 БЕР/MAR
ДЕНЬ
НАРОДЖЕННЯ
ТАРАСА
ШЕВЧЕНКА

9 БЕР/MAR
"ЗАПУСТИ"
Holy Trinity Ukrainian Orthodox Church
Де: Holy Trinity Ukrainian Orthodox Church, 2531 Rio Linda Blvd, Sacramento, CA 95815
Коли: Sunday, 4 PM
Дорогі друзі! Українська Православна громада м.Сакраменто запрошує Вас на святкування «Запустів» на передодні великого посту.
У програмі свята:
Концерт учасників художньої самодіяльності, виступи співаків Анички, Андрія Шегери, Аліни Яровенко, та молоді м. Сакраменто, декламування віршів Т. Г. Шевченка.
Смачні українські страви, танцювальна забава, конкурси.
Ціна квитка: дорослі – \$50; студенти - \$25; Діти – \$15
Замовлення приймаються за тел.: (916) 799-7175, (916) 677-7053
<https://www.facebook.com/events/341693918856764/>

9 БЕР/MAR
TARAS
SHEVCHENKO
210TH –
CONCERT AND
OPEN MIKE!
Ukrainian American Coordinating Council, Українська Школа Св. Княгині Ольги – Ukrainian School, Ukrainian Event Center and Music Hall
Де: Ukrainian Event Center and Music Hall, 345 7th Street, San Francisco, CA 94103
Коли: Saturday, 5 PM – 7:30 PM
Dear Ukrainian Community and Friends!
Concert and Open Mike!
"Bury me Thus I Pray, and Rise! From Chains, Set yourself Free! And with your Foes' Holy Blood, Baptize your Liberty"

(The Testament, Shevchenko, 1845)
This Year the Taras Shevchenko Concert is dedicated to the Ukrainian Soldier, Men and Women, Heroes of Ukraine!
Your part for the success of this event is very simple by doing any or all of these three things:
1. Attend the concert!
2. Bring your friends!
3. Support by donating money in any amount, no matter how small; and/or, donating your time, no matter how little.
<https://www.facebook.com/events/ukrainian-event-center-and-music-hall/taras-shevchenko-210th-concert-and-open-mike/1125401975556239/>

10 БЕР/MAR
ШЕВЧЕНКІВСЬ-
КЕ СВЯТО
Українська Школа Св. Княгині Ольги – Ukrainian School
Де: Українська Школа Св. Княгині Ольги – Ukrainian School, 110 Brussels St, San Francisco, CA 94134
Коли: Sunday, 2 PM
Цього року відзначатимемо 210 річницю з дня народження великого українського генія та пророка – Тараса Шевченка. Запрошуємо на декламування віршів поета та на виставу "Обери свого Шевченка".
<https://www.facebook.com/events/110-brussels-st-san-francisco-ca-united-states-california-94134/%D1%88%D0%B5%D0%B2%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D1%96%D0%B2%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B5-%D1%81%D0%B2%D1%8F%D1%82%D0%BE/712820351002243/>

16 БЕР/MAR
WOMEN IN
ART – TRIBUTE
TO LOCAL
UKRAINIAN-
AMERICAN
ARTISTS
UNWLA Northern California, Branch 107 & Masha Made Magic
Де: The Huddle, Google Visitor Experience, 2000 N. Shoreline Blvd., Mountain View, CA 94043
Коли: Saturday, 11:30 AM – 4:30 PM
We are excited to announce a unique event for Women's History Month, which will shine a spotlight on the vital contributions of women in Ukrainian culture and art.
This event is free for visitors but your donations are always welcome!
Meet talented Ukrainian-American artists from California: see their unique art pieces, hear artist talks, and ask your questions! We gather Californian women artists of Ukrainian origin to showcase the diversity and uniqueness of their styles and techniques and pay tribute to their talents. Learn about their journey in the arts, thoughts on cultural heritage, and dreams for the future.
In the evening, you can also expect poetry readings dedicated to female themes in Ukrainian poetry. Join us to enjoy beautiful works of classical and contemporary Ukrainian authors, and take the opportunity to read and share

your favorite poems with guests!
Event schedule:
11:30 – Doors Open
11:30-1:30 – Artists Talks
1:30 - 2:30 – Panel Discussion
3:00 - 4:30 – Poetry Reading
FREE ADMISSION!
<https://www.facebook.com/events/2000-n-shoreline-blvd-mountain-view-ca-94043/women-in-art-tribute-to-local-ukrainian-american-artists/366811009480113/>

17 БЕР/MAR
ТАРАС
ШЕВЧЕНКО В
САКРАМЕНТО –
25 РАЗ!
Де: Holy Trinity Ukrainian Orthodox Church, 2531 Rio Linda Blvd., Sacramento, CA 95815 Brussels St, San Francisco, CA 94134
Коли: Sunday, 4 PM – 7 PM
В програмі поетичні твори великого поета України Тараса Шевченка у виступах учнів Школи Українознавства, Українського дитячого центру м. Розвіл (директор Наталя Фанга), Ансамблю бандуристів, вокального ансамблю «Коляда» (керівник Андрій Криштафович), творчої молоді Сакраменто і околиць, та професійних і самодіяльних артистів: Іванни Андрейків, Олі Герасименко, Олександри Забашти, Наталії Коханої, Оксани Манжай, Марічки Омельчук, Іванни Таратули та ін.
The program includes the poetic works of the great Ukrainian poet Taras Shevchenko by performances of students of the School of Ukrainian Studies, the Ukrainian Children's Center in Roseville (director Natalia Fanha), the Bandura Ensemble, the vocal ensemble "Kolyada" (director Andriy Kryshhtafovych), creative youth of Sacramento and the surrounding area, and professional and amateur artists: Ivanna Andreykiv, Ola Herasymenko, Oleksandra Zabashta, Nataliya Kokhanyy, Oksana Manzhay, Marichka Omelchuk, Ivanna Taratula, and others.
<https://www.facebook.com/events/2531-rio-linda-blvd-sacramento-ca-95815/%D1%82%D0%B0%D1%80%D0%B0%D1%81-%D1%88%D0%B5%D0%B2%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE-%D0%B2-%D1%81%D0%B0%D0%BA%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%BE-25-%D1%80%D0%B0%D0%B7/3596885980567760/>

23 БЕР/MAR
"UKRAINIAN
PYSANKA"
WORKSHOP
BY SOFIYA
OHORODNYK
UNWLA Northern California, Branch 107 & Sofiya Ohorodnyk
Де: St. Volodymyr Ukrainian Catholic Center, 445 Washington Street, Santa Clara, CA 95050
Коли: Saturday, 10:30 AM
Join us for an unforgettable workshop with Sofiya Ogorodnyk as she guides participants through the

art of creating classic pysanky on March 23rd in Santa Clara, CA.
All essential materials provided (including chicken eggs, pens, wax, candles, dyes, plates, pencils, napkins, and a secure transportation box for your finished pysanka)
Suitable for participants aged 6 and above.
<https://www.facebook.com/events/445-washington-street-santa-clara-ca-95050/ukrainian-pysanka-workshop-by-sofiya-ohorodnyk/750207630435292/>

24 БЕР/MAR
ВХІД
ГОСПОДНІЙ
В ЄРУСАЛИМ
(ВЕРБНА
НЕДІЛЯ)
31 БЕР/MAR
ВОСКРЕСІННЯ
ГОСПОДНЄ –
ВЕЛИКДЕНЬ

31 КВІ/APR
10TH ANNUAL
PYSANKA
WORKSHOP IN
SAN FRANCISCO
St. Michaels Ukrainian Orthodox Church & Ukrainian School of San Francisco / Українська Школа Сан-Франциско
Де: St. Michaels Ukrainian Orthodox Church, 345 7th Street, San Francisco, CA 94103
Коли: Saturday, 3:30 PM – 6:30 PM
Would you like to create your own pysanka for Easter and help Ukraine? Join us for Pysanka workshop and explore the art, symbolism and joy in creating pysanky.
Pysanky are Ukrainian Easter eggs, decorated using beeswax and dyes that are applied in layers.
No experience is necessary.
Each participant will make a unique and beautiful egg in this hands-on workshop.
All instructions and materials will be provided, though might be limited.
Suggested fee is \$20 per adult, \$5 for kids 12-18 y.o., FREE for the kids under 12 y.o.
We'll have coffee, teas, desserts, cheese and fruits.
All proceeds will go to the humanitarian help for Ukraine and emergency medical supplies.
<https://www.facebook.com/events/s/10th-annual-pysanka-workshop-i/297546210012774/>

ОГОЛОШЕННЯ | ANNOUNCEMENT

Для розміщення реклами, оголошень та інших повідомлень звертайтеся info@hromada.us до 25 числа кожного місяця
To place ads and other announcements, please contact info@hromada.us

ВІДМОВА ВІД ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ | DISCLAIMER

«Громада» існує для обслуговування потреб української громади західного узбережжя та всіх, кого цікавить українська історія, культура й українські новини. Ми резервуємо за собою право на відмову друкувати будь-які матеріали. Газета «Громада» не може нести відповідальності за достовірність публікацій третіх осіб.
«HROMADA» exists to serve the needs of our Ukrainian community of the West Coast of the US and all those interested in Ukrainian history, culture and Ukrainian news. We reserve the right to refuse to print any materials. «Hromada» newspaper cannot be held liable for the reliability of third-party publications.