ПОРОГИ

Культурно-політичний місячник для українців у Чеській Республіці
POROHY Kulturně-politický měsíčník pro Ukrajince v České republice

№ 6/2024, рік XXX | č. 6/2024, ročník XXX
Усі електронні випуски часопису "Пороги" знайдете на:
ukrajinci.cz/casopis-porohy



Колаж на обкладинці: Тетяна Пилипчук | plttn.com

НЕ ІСТОРИЧНО ПРО ІСТОРІЮ УКРАЇНИ В РОМАНІ “ЄВРОПЕЙКА”. ІНТЕРВ’Ю З АВТОРОМ ОЛЕКСІЄМ СЕВРУКОМ / С. 12

2-7

Колонка в соцмережі; Хроніки громади; Анонси; Інформаційна допомога біженцям; Правознавство;

8-11

Інфовійна: Божа роса. Як колишня працівниця RT просуває на Заході фільм “Росіяни на війні”;

12-16

Постать: Не історично про історію України в романі “Європейка”. Інтерв’ю з автором Олексієм Севруком.



ПЕРЕДПЛАТА МІСЯЧНИКА "ПОРОГИ"

ВСЬОГО ЗА 500 CZK / РІК

РАЗОМ З ПОШТОВОЮ ПЕРЕСИЛКОЮ

Посилання на формуляр

Замовити часопис можна так:
вислати кошти на рахунок: **1925774379/0800**
і повідомити редакцію про оплату
та адресу замовника.

Інформація: **uicr@centrum.cz**
або на: **ukrajinci.cz/ua/casopis-porohy**

QR Platba

Пороги – культурно-політичний часопис для українців у Чеській Республіці. Виходить 12 разів на рік. № 6/2024, рік XXX. Підписано до друку 16 серпня 2024 року. **Ел. пошта**: uicr@centrum.cz. **Інтернет-адреса**: www.ukrajinci.cz/ua/casopys-porohy/, реєстрація: МК ЧР/7044. **Номер готували**: Богдан Райчинець, Олексій Севрук, Тетяна Пилипчук, Олег Баланда. **Літературний редактор:** Богдан Козуб. **Художнє оформлення та верстка**: Тетяна Пилипчук, www.plttn.com. Використовуються повідомлення пресслужб посольств, інформагентств та ілюстрації з відкритих джерел. За достовірність викладених фактів відповідає автор статті. Редакція має право скорочувати матеріали і не поділяти поглядів автора. Часопис видається із фінансовою допомогою Міністерства культури ЧР. Видає: "Українська ініціатива в ЧР", Воцелова 3, Прага 2, ід. номер: 60448296; **контакт**: uicr@centrum.cz, www.ukrajinci.cz; Facebook.com/ukrajinska.uicr; **розрахунковий рахунок**: 1925774379/0800.

Porohy – kulturně-politický časopis pro Ukrajince v České republice. Vychází 12krát ročně. Název je odvozen od ukrajinského "porih" – práh, říční práh. Číslo 6/2024, ročník XXX. Uzávěrka: 16. Srpna 2024. **E-mail**: uicr@centrum.cz, **web**: www.ukrajinci.cz/cs/casopis-porohy/, registrační číslo: MK ČR/7044. **Číslo připravili**: Bohdan Rajčinec, Alexej Sevruk, Teťana Pylypčuk, Oleh Balanda. **Literární redaktor**: Bohdan Kozub. **Art director a redaktor**: Teťana Pylypčuk, www.plttn.com. Používáme tiskové zprávy velvyslanectví, informačních agentur a ilustrace z otevřených zdrojů. Za pravdivost uvedených informací je zodpovědný autor článku. Redakce může krátit text a neshodovat se s názory autora. Časopis vychází s finanční podporou Ministerstva kultury ČR. Vydává: Ukrajinská Iniciativa v ČR, z.s., Vocelova 3, Praha 2, IČO: 60448296, **kontakt**: uicr@centrum.cz, www.ukrajinci.cz.; Facebook.com/ukrajinska.uicr, **číslo účtu**: 1925774379/0800.

MINISTERSTVO KULTURY

ПЛІЧ О ПЛІЧ У ЛЬВОВІ

Текст: **Олексій СЕВРУК**

Місяць авторських читань, неповторний фестиваль, який вже 29 років проходить у місті Брно — і дев'ятим роком у Львові — з перервою 2022 року. Львівська частина фестивалю відбувається останніх кілька років у спрощеному, дводенному форматі. У місті спека, яку, здається, всюдисущі генератори лише підсилюють. Мала сцена драматичного театру Лесі Українки перетворюється на сауну і єдиний кондиціонер тут мало що зможе...

Попри те, кожного фестивального вечора, у суботу, 13 липня, і в неділю, 14, приходить від 30 до 40 відвідувачів, щоб послухати живе слово. Пліч-о-пліч, як обіцяє підзаголовок української гілки фестивалю.

У суботу, окрім вашого покірного оповідача, виступає Філіп Нубель, знавець китайської і зокрема тайванської літератури, поліглот, чехофранцуз народжений в Одесі, який виростав в Узбекистані. Розмова очікувано точиться навколо складної ідентичності. Та деколонізації. "Я у захваті від українців, які розпочали в себе цей складний процес," каже Філіп. Він вільно розуміє українську, хоча й говорить чеською. "Це нелегко, бо часто доводиться різати по живому," коментує він витискання пам'ятників Пушкіну та інших артефактів російської присутності з українського культурного поля. Вечір завершує читання віршів Люби Якимчук, авторки збірки Абрикоси Донбасу.

Туалет для відвідувачів облаштовано



у бомбосховищі, в підвалі старовинної львівської кам'яниці. Там так затишно і прохолодно, що навіть лунають пропозиції перенести програму другого фестивального дня саме туди. Та все ж, у неділю знову збираємось на Малій сцені. "Це відважні люди," каже на адресу глядачів Дмитро Лазуткін перед початком читань, "Іти сюди в таку спеку..." і не зрозумієш, жартує він, чи ні. Військовий із бойовим стажем і речник Міноборони, сьогодні він тут передусім як поет.

Та програма починається із виступу, без перебільшення, сміливої жінки, письменниці і журналістки Адели Кнап, яка регулярно навідувалась в Україну ще до початку повномасштабного вторгнення, а тепер Україна стала для неї другим домом. Вона регулярно пише до чеської преси колонки з Харкова, Запоріжжя, Дніпра... Про свою подорож у перші дні великої війни написала цілий роман. А на львівському МАЧі, куди прибула, на відміну від решти чеського екіпажу, з прифронтового Харкова, представила есей про Петра Лісового, репресованого мешканця будинку Слово, в чиїй квартирі вона перечікує обстріли. Вечір продовжується читанням поетесси з Брна Зузани Ґабріш, а завершує Дмитро Лазуткін, читаючи актуальні вірші про морок війни й проблиски надії.

Після читання змінюємо локацію. Запитую директора української гілки фестивалю, Григорія Семенчука, чи тут можна розпивати алкоголь на вулицях, показуючи напівпорожню пляшку львівського пива у своїх руках, про яку він, як організатор, завбачливо подбав. Він сміється і каже, що пан речник пояснить всі спірні питання.

Рушаємо пліч-о-пліч львівськими сутінками. ■

ДИТЯЧИЙ ТАБІР ДЛЯ ДВАДЦЯТЬОХ ДІТОК УКРАЇНСЬКИХ ЗАХИСНИКІВ З УКРАЇНИ ВІД UICR ТА KROK

Культурно-освітній центр Крок і Українська Ініціатива в ЧР організували і провели дитячий табір для двадцятьох дітей наших військових, що прибули з України зі своїми партнерами до Чехії.



Тиждень часу дітвора приємно проводила час, відвідували галереї, музеї, екскурсії, пражський зоопарк, приймали участь у майстер-класах, відвідали один з волонтерських осередків і навіть встигли допомогти пакувати ліки для наших військових.

Організації висловили вдячність друзям і тим, хто допомагав, щоб табір відбувся, зокрема Musil Tour Florenc, Regabus Florenc, Lubjano Trans, SVD Trans за фінансову допомогу, Іванці Карпі – за цікавезні екскурсії і майстер-класи, Бістро Soloha за смачні обіди і приємні знижки, піцерії Nominanza за смаколики і смачну піцу, Посольству України за час і комунікацію; кілька дітей виявили бажання навчатись професії дипломата.

Велике спасибі друзям у м. Брно, ресторану У Тетяни, Ільнарі Дудаш – за благодійну вечерю для дітвори. Підтримка дітей військових важлива і є частиною діяльності наших європейських громад. ■ **Пороги**

ЗБІРКА «DRONY ZA UKRAJINU» НА DONIO ВІД ОРГАНІЗАЦІЇ «УКРАЇНСЬКА ІНІЦІАТИВА» ДАЛІ ТРИВАЄ

Активний збір "Дрони для України" перевищив 1,3 млн крон і продовжується далі. Він доповнює успішно завершену збірку українських організацій "За Україну" (5,6 млн) та менші збори "Міні екскаватори для України" і допомогу жертвам атаки на Каховку (300 тис.). Окрім прямих зборів, українські організації індивідуально надають Україні необхідну підтримку.

На що саме підуть гроші з цього збору?

Безпілотники, батареї, акумулятори, аптечки, допоміжне обладнання для лікарень, автомобілі та інші технічні аксесуари, необхідні для захисту України. Ми доставляємо допомогу безпосередньо туди, де її потребують. Ні складів, ні посередників, допомога йде адресно відповідним підрозділам оборони.

Переваги збору.

Перевага збору коштів на платформі **donio.cz/drony-za-ukrajinu** полягає у швидкому реагуванні та оперативних поставках допомоги. Підтримка доставляється прямона місце, без посередників і додаткових витрат, у максимально короткі терміни.

Задонатити можна тут:
donio.cz/drony-za-ukrajinu або за QR посиланням нижче



Ось так виглядають понад 60 дронів fpv, які нещодавно було надіслано до України. ■

Пороги

УКРАЇНСЬКА СУБОТНЯ ШКОЛА ERUDYT У ПРАЗІ ОГОЛОШУЄ НАБІР УЧНІВ НА 2024-2025 Н.Р. (1-11 КЛАСИ)

Суботня українська школа «Ерудит» – це закордонний український навчальний заклад, який на основі двостороннього договору співпрацює з Міжнародною українською школою I-III ступенів міста Києва, що була створена у відповідності до наказу Кабінету міністрів України від 2007 року.



Всі учні школи за бажанням мають можливість скласти екзаменаційне тестування за Державними вимогами, та, при успішному результаті, отримати Атестат державного зразка України.

Всі вчителі є висококваліфікованими педагогами з великим досвідом роботи в Україні та Чеській Республіці. Віддані своїй праці за покликанням із любов'ю до дітей та Батьківщини.

"Тільки в нас ви отримаєте документ державного зразка України! Скористайтеся можливістю і приходьте до нас..." – школа Erudyt.

Більше інформації про цю школу, яка існує вже 16 років, ви можете дізнатися на їх сайті за посиланням erudyt.cz або на офіційній сторінкці **facebook.com/Erudyt.cz**. Для запису телефонуйте: +420 774 497 994 ■ **Пороги**

ПРОЄКТ ДЛЯ ПІДЛІТКІВ "СПАДОК МИНУЛОГО: ДОСЛІДЖУЮЧИ СВІТ РОДИННОЇ ІСТОРІЇ" В БРНО

В дні, коли українські діти повертаються до шкільних занять, Post Bellum Czechia (Paměť národa) та Post Bellum Ukraine у співпраці з Українською ініціативою південної Моравії створили новий проєкт "Спадок минулого: Досліджуючи світ родинної історії" спрямований на збереження та переосмислення досвіду попередніх поколінь.



Як добре ви знаєте історію своєї родини? Чи пам'ятаєте розповіді бабусі з дідусем про їхнє дитинство? Звідки походить ваше прізвище? А впізнаєте усіх на фото у тому старенькому сімейному альбомі? Якщо ні, не хвилюйтеся – ви не одні! Ми знаємо, що багато сторінок нашої історії було втрачено, але настав час це змінити.

Проєкт запросив підлітків віком 10-14 років, які через війну були змушені покинути Україну, долучитися до позашкільної програми в Брно, де протягом шести тижнів будуть досліджуватися сімейні історії, власна ідентичність та культурна спадщина через захопливі заняття з усної історії та сторітелінгу.

- **Коли?** Щосуботи з 14 вересня по кінець жовтня 2024 року від 12:00.
- **Де?** В Українському центрі в Брно (Moravské náměstí 755/14a). Зміни у програмі та актуалізації тут: **facebook.com/ukrijm**
- **Хто веде?** Професіонали з Українського центру в Брно та організації Post Bellum, яка вже більше 20 років займається усною історією.
- **Що у фіналі?** Нові знання, навички та сертифікат про проходження програми.

Проєкт "Спадок минулого: досліджуючи світ сімейної історії" створено у партнерстві організацій "Українська ініціатива південної Моравії", Post Bellum CZ та Post Bellum-Ukraine.

Culture Helps – це проєкт, що співфінансується Європейським Союзом у межах спеціального конкурсу пропозицій для підтримки українських переміщених осіб та українського культурного та креативного секторів. Проєкт реалізовується Інша Insha Osvita (UA) та zusa (DE) ■ **Пороги**

ЮРИСТИ В ЧЕХІЇ ПОДАЛИ СКАРГУ НА УКРАЇНСЬКИЙ ПАСПОРТНИЙ СЕРВІС

Юристи чесько-української компанії BPP LEGAL подали скаргу на Празький філіал ДП «Документ» до Чеської торговельної інспекції. Як повідомили адвокати, скаргу від імені всіх, хто зіткнувся з проблемою невидачі закордонного паспорту, подано в кінці червня.



В документі зазначається, Паспортний сервіс надавав послуги клієнтам на умовах чеського права. Юристи окреслили суть проблеми, яка полягає у припиненні надання послуг конкретній групі осіб (чоловікам віком від 18 до 60 років). Вони вказали, що це порушення закону та міжнародного права.

"Ми закликали інспекцію провести перевірку діяльності філії ДП «Документ» з метою недопущення продовження дискримінації. Також просимо зобов'язати їх усунути шкідливі наслідки", – зазначили адвокати.

Чехія не втручається в ситуацію з українськими паспортами.

"Ми поважаємо всі українські закони і всі заходи, які застосовують українські дипломати. Ми повністю підтримуємо українську боротьбу за свободу. Я не знаю всіх деталей, але ми намагатимемось допомогти. Але ця справа стосується української держави, українського посольства і консульства", – сказав очільник МЗС в коментарі "Радіо Свобода". Він не уточнив, як Чехія ставитиметься до громадян України на своїй території, які не матимуть чинних закордонних паспортів.

Зазначимо, що вчора Ян Ліпавський зустрічався зі своїм українським колегою Дмитром Кулебою. Саме він в квітні доручив «відновити справедливість» і призупинити надання консульских послуг чоловікам призовного віку.

"Він говорив, насамперед, про важливість нашої співпраці в захисті свободи



і демократії всієї Європи проти агресивного російського імперіалізму", – написав Ян Ліпавський в своєму Х.

Зазначимо, празький філіал ДП «Документ» не обслуговує чоловіків призовного віку ще з квітня. При цьому людям не видають вже готові паспорти, за які вони заплатили гроші. 26 квітня повідомлялося, що документи видадуть, однак цього так і не відбулося. Питання щодо цього Паспортний сервіс повністю ігнорує. В травні адвокати чесько-української юридичної компанії BPP LEGAL закликали філію ДП «Документ» в Празі припинити порушення закону.

Окрім цього, проти Паспортного сервісу в Празі відкрили кримінальну справу. ■ gromada.cz

ДОПОМОГА ЖІНКАМ, ЯКІ ЗАЗНАЮТЬ НАСИЛЬСТВА: КУДИ ЗВЕРТАТИСЯ В ЧЕХІЇ

В Чехії кожна третя жінка стикається з домашнім насильством. Якщо ви опинилися в такій ситуації, важливо знати, що є місця, де вам можуть допомогти.

Домашнє та сексуальне насильство залишає серйозні фізичні та психологічні наслідки. Жінки часто залишаються сам на сам з цією проблемою, не знаючи, де шукати підтримку. Особливо складно, якщо в цей момент ви на чужині, далеко від рідних та близьких.

Відомі випадки, коли іноземки (українки в тому числі), будучи необізнаними в питаннях законодавства та через мовний бар'єр систематично зазнавали домашнього насильства з боку чоловіків, які вдавалися до шантажу та погроз.



Ви маєте знати, що в Чехії ви можете анонімно звернутися по допомогу.

Допомога від ProFem.

ProFem — чеська некомерційна організація, що понад 30 років допомагає жертвам насильства. Вони надають психологічну та юридичну допомогу людям від 16 років. ProFem працює у містах Прага, Бероун, Бенешов та Прібрам.

Як звернутися:

- **Особисто:** після запису на poradna@profem.cz
- **Електронна пошта:** poradna@profem.cz
- **Телефон:** 774 433 902 (середа з 9.00 до 12.00)
- Для більш детальної інформації відвідайте **www.profem.cz**.

Памятайте, Ваше здоров'я та безпека — найважливіші. Не залишайтеся наодинці зі своєю проблемою. ■

gromada.cz

ЕЛЕКТРОННА ІДЕНТИФІКАЦІЯ В ЧЕХІЇ: ДЛЯ ЧОГО ПОТРІБНА ТА ЯК ЗРОБИТИ

Електронна ідентифікація знадобиться українським біженцям в Чехії, які захочуть подати заяву на довгострокове перебування. Розповідаємо, що це та як зробити.

Як повідомили в організації Naši Ukrajinci, щоб виявити зацікавленість в отриманні спеціального дозволу на довгострокове перебування, біженцям потрібно буде увійти на реєстраційний портал за допомогою електронної ідентифікації.

Без неї не можна буде подати відповідну заяву. Ті, хто раніше подавався на гуманітарну допомогу, вже стикалися з необхідністю електронної ідентифікації. Найшвидший спосіб пройти її – це авторизуватися за допомогою банківської ідентифікації. Тобто так само, як входите до свого інтернет-банкінгу, якщо у вас є чеський рахунок.

Варто зауважити, що недоліком цього способу є те, що деякі банки вимагають наявність дійсної візової наклейки. Якщо ж її термін дії закінчився, ваша банківська ідентифікація може бути неактивною, і ви не зможете увійти в систему з її допомогою.

Альтернативою є створення електронної ідентифікації за допомогою одного з наданих державою інструментів, таких як NIA ID або Мобільний ключ електронного уряду (Mobilní klíč eGovernmentu). Їх можна легко зробити за допомогою існуючої банківської ідентифікації або у відділенні CzechPoint.

Інструкції з налаштування електронної ідентифікації знайдете тут:



davkyuk.mpsv.cz/uk/vyber-aplikace

Нагадаємо, що виявити бажання перейти на довгострокове перебування можна буде під час онлайн-реєстрації на продовження тимчасового захисту. ■

gromada.cz

ЧЕХІЯ СКОТИЛАСЯ ВНИЗ, НА 39 МІСЦЕ, В РЕЙТИНГУ НАЙКРАЩИХ КРАЇН ДЛЯ ЕКСПАТІВ

Чехія опустилася на 39 місце в рейтингу найкращих країн для експатів (іноземців, які працюють або навчаються за кордоном).

Рейтинг найкращих країн для експатів Expat Insider 2024 оприлюднив спеціалізований портал Inter Nations.

Опитування проводили в лютому 2024 року. В ньому взяли участь понад 12,5 тис. експатів 175 національностей, які проживають у 174 країнах світу. До рейтингу потрапляють країни, де було найбільше респондентів. Цьогоріч їх 53.

Люди давали оцінку якості життя в країнах, легкості поселення, роботі, фінансам та ін.

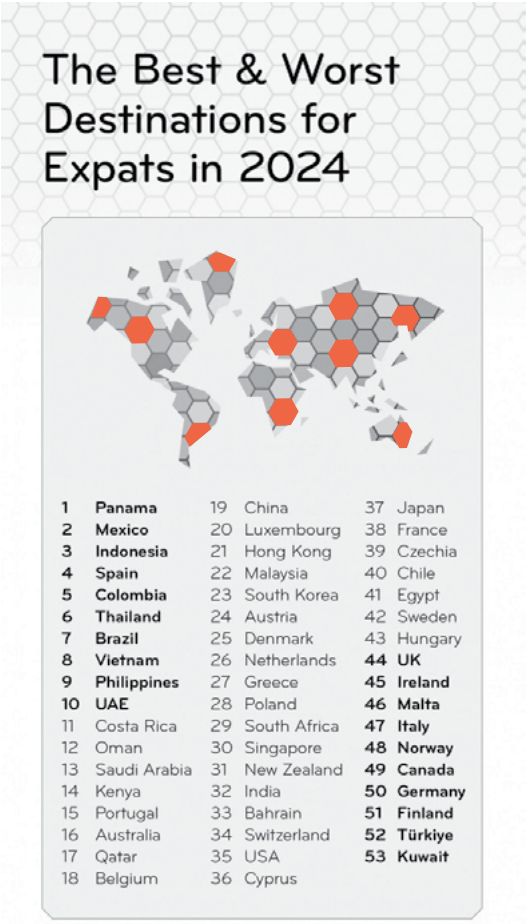
Чехія минулоріч була на 21 місці, а в цьому році опустилася в рейтингу одразу на 18 позицій. Іноземці жалілися на непривітність чехів. За рівнем доброзичливості місцевих жителів до експатів Чехія майже в кінці рейтингу – на 51 місці.

Також респонденти сказали, що без знання чеської мови жити тут важко. На думку іноземців, вивчити її дуже важко. За доступністю мови Чехія зайняла 52 місце. Окрім цього, погані оцінки отримали охорона здоров'я та харчування.

Водночас мігранти дуже високо оцінили доступність громадського транспорту та дорожню інфраструктуру. Також іноземців загалом задоволені своєю роботою в Чехії.

Зазначимо, що шість із десяти найгірших країн у 2024 році вже були на дні списку в 2023 році. Новими у списку стали Фінляндія (з 16-го на 51-е місце і, таким чином, найбільший невдаха опитування), Канада (з 27-го на 49-е; ще один великий невдаха), Ірландія (з 39-го на 45-е) та Великобританія (з 43-го на 44-е місце). Багато з країн, що опинилися в десятці найгірших, вирізняються поганими результатами щодо особистих фінансів. Лише Німеччині (37-е місце), Мальті (36-е) та Італії (30-е) вдалося уникнути потрапляння до нижньої десятки цього індексу. ■

gromada.cz



БОЖА РОСА. ЯК КОЛИШНЯ ПРАЦІВНИЦЯ RT ПРОСУВАЄ НА ЗАХОДІ ФІЛЬМ “РОСІЯНИ НА ВІЙНІ”

Скандал навколо документального фільму “Росіяни на війні” вкотре нагадав, що українці сьогодні мусять боронити не лише Україну від російської армії, а й світ від російської пропаганди.

Текст: Інна ГАДЗИНСЬКА, texty.org.ua



Кадр з фільму "Росіяни на війні"

Скандал навколо документального фільму “Росіяни на війні” вкотре нагадав, що українці сьогодні мусять боронити не лише Україну від російської армії, а й світ від російської пропаганди.

Важко пояснити, як так склалося, що державний Канадський медіафонд (Canadian Media Fund) коштом канадських платників податків виділив 340 тисяч доларів на зйомки фільму “Росіяни на війні” росіянки Анастасії Трофімової, яка створила вже 11 документальних фільмів для державної російської компанії RT Documentary.

6 вересня на Венеційському кінофестивалі показали 11-й фільм Трофімової “Росіяни на війні” (Russians at War), у якому вона розповідає про

російсько-українську війну крізь призму російської пропаганди і показує її очима російських солдатів, що воюють в Україні.

Оновлення від 12 вересня 2024 року.

Міжнародний кінофестиваль в Торонто (TIFF) скасував покази фільму, заплановані на 13 вересня, пояснивши своє рішення міркуваннями безпеки і запевнивши, що відновлять їх, як тільки безпекова ситуація покращиться.

Канадська медіаосвітня група TVO зняла з ефіру цей фільм, відмовилась від підтримки та обіцяла розібратися, як його профінансували.

Вчора, 10 вересня, на сайті організації з'явився коментар голови ради директорів TVO Кріса Дея: *"Ми вислухали українсько-канадську громаду та її вдумливий і щирий внесок. Рада директорів TVO вирішила поважати отриманий відгук, і TVO більше не підтримуватиме та не транслюватиме фільм "Росіяни на війні". TVO перегляне процес, за допомогою якого було профінансовано цей проєкт і використано наш бренд"*, — заявив він.

10-го, а також 13–15 вересня його збираються показати і в Канаді — на Міжнародному кінофестивалі в Торонто (TIFF). Схоже, ні організатори цього фестивалю, ні медіагрупа, що відповідала за виробництво фільму, не хочуть чути протестів, заяв і застережень українців, хоча на рівні держави Канада надає значну підтримку Україні в російсько-українській війні.

Це кіно подивилася Дар'я Бассель, українська продюсерка, програмерка Міжнародного фестивалю документального кіно Docudays UA, яка першою і написала про нього, назвавши яскравим прикладом чистої російської пропаганди.

Але бажаного ефекту ні допис Дар'ї, ні хвиля обговорень у соцмережах, ні звернення Конгресу українців у Канаді та генконсула України в Торонто Олега Ніколенка поки що не дали. Станом на ранок понеділка, 9 вересня, північноамериканську прем'єру не скасовано.

RUSSIANS AT WAR PRODUCTION

RAJA PICTURES INC.

FISCAL YEAR 2022 - 2023	**CONTENT TYPE** N/A	**COMMITMENT** $340,000.00
ENVELOPE/BROADCASTER TVO	**ACTIVITY** Production	**GENRE** Documentary
DELIVERY METHOD N/A	**REGION** Toronto	**PROGRAM** Performance Envelopes
STATUS Contracted	**LANGUAGE** English	**SELECTION ROUND** N/A

Скриншот із сайту Canadian Media Fund, що підтверджує витрату коштів канадських платників податків на виробництво фільму про російських військових на війні

Медіагрупа TVO, яка співфінансувала виробництво фільму коштом платників податків (до цього також залучений уряд Франції), заявила, що фільм є "антивоєнним за суттю, несанкціонованим російськими офіційними особами і був знятий із великим особистим ризиком для режисера" та "в традиціях незалежної воєнної кореспонденції".

Закінчується пресреліз закликом переглянути фільм в ефірі каналу TVO і майбутньому прокаті та запевненням, що медіагрупа надає "високоякісний" і "етичний" контент.

Організатори Міжнародного кінофестивалю в Торонто в опублікованому на сайті релізі замовчують факт багаторічної співпраці Трофімової з RT Documentary, що є підрозділом Russia Today — фінансованої російською владою державної медіакомпанії, що слугує головним джерелом російської пропаганди у світі.

Натомість у релізі без жодних виносок чи застережень повторюється російський наратив про "український нацизм", а закінчується цей текст "зворушливим" висновком про "жертовність" російських військових і про те, що вони змушені воювати далі, щоб вижити.

Ось як анонсується фільм:

"Трофімова, не маючи дозволу, приєднується до Іллі та його підрозділу постачання, коли вони вирушають у виснажливу подорож до лінії фронту".

В онлайн-каталозі IMDb, де представлений фільм, у суботу, 7 вересня, вже після скандалу виправили локацію зйомки, замінивши Росію на Україну (адже дії у фільмі відбувалися на окупованих територіях України). А опис сюжету обмежили лаконічним: "Російсько-канадський режисер отримує безпрецедентний доступ до батальйону російської армії в Україні".

Сама режисерка називає українців "укрАинцами" (з наголосом на "а"), розповідаючи про те, що хотіла показати, що російські солдати теж люди, а не просто воєнні злочинці, як вважають усі на Заході. Тим більше, що жодного воєнного злочину за ними вона не помітила.

З усієї цієї реакції складається враження, що ні канадські продюсери, ні організатори кінофестивалів у Венеції та Торонто, ні адміністратори IMDb просто не розуміють, а що, власне, не так. І чим саме знову не задоволені українці.

Саме тому ми спробуємо ще раз по пунктах детально пояснити.



Director

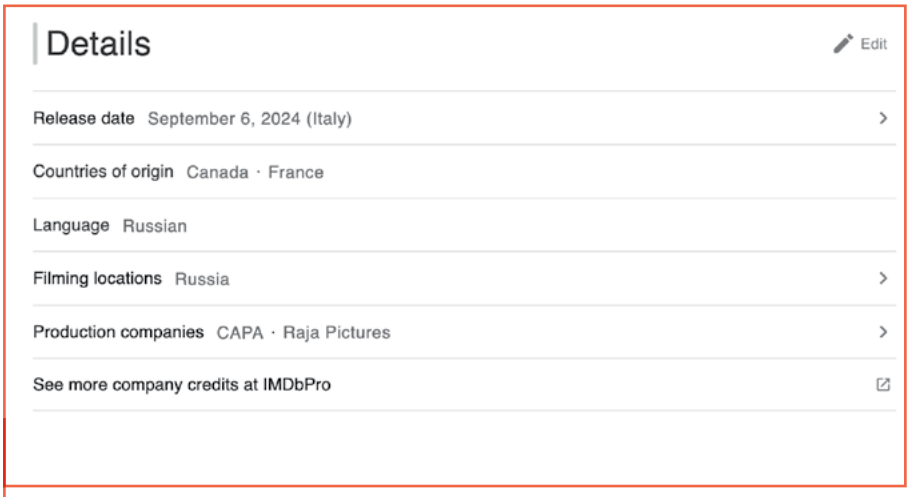
Anastasia Trofimova

Anastasia Trofimova is a Russian Canadian documentary filmmaker and cinematographer who has previously worked as a producer and translator for outlets including *The New York Times*, *The Washington Post*, and *CBC*. *Russians at War* (24) is her feature debut.

У короткій біографії Трофімової на сайті Міжнародного кінофестивалю в Торонто немає згадки про її співпрацю з RT Documentary — підрозділом російської державної медіамережі, що перебуває під санкціями в Канаді та США

1. СПІВПРАЦЯ ТРОФІМОВОЇ З RUSSIA TODAY DOCUMENTARY

Russia Today Documentary (RTD) — один із багатьох підрозділів Russia Today, міжнародної багатомовної інформаційної телемережі,



Доки навколо фільму не спалахнув скандал, на сайті IMDb було написано "Місце зйомки: Росія"

що заснована й фінансується російським урядом і є ключовим багатомовним джерелом російської пропаганди у світі.

Після повномасштабного вторгнення в Україну у 2022 році мережа перебуває під санкціями в США та Канаді. Мовлення RT призупинено в ЄС.

Компанія Apple видалила застосунок RT з усіх країн, окрім Росії. Компанія Microsoft також видалила RT зі свого магазину застосунків. Однак контент RT, попри заборони та санкції, і далі поширюється у світі.

Підрозділ RT Documentary (англійською та російською) був заснований у 2011 році, його тоді урочисто відкривав тодішній російський президент Дмитро Медведєв під час візиту до студії RT у Москві.

У березні 2022 року канал RT Documentary був заблокований на ютубі. На початку вересня американські спецслужби повідомили про розслідування спроб втручання у вибори США з боку мережі американських блогерів, створеної за участю RT

Тривала взаємодія з будь-якими підрозділами RT та російською армією (а саме такий досвід має Анастасія Трофімова, судячи з тематики її фільмографії) має бути червоним прапорцем для будь-яких західних інституцій і приводом для прискіпливої перевірки бекграунду кандидата на отримання державних коштів, грантів, участь у кінофестивалях тощо.

Але чомусь це так не працює. Світ безтурботно захоплюється тим, що "російсько-канадська режисерка отримала безпрецедентний доступ до батальйону російської армії в Україні".

> *Ні канадські продюсери, ні організатори кінофестивалів у Венеції та Торонто просто не розуміють, а що, власне, не так*

2. "БЕЗПРЕЦЕДЕНТНИЙ ДОСТУП ДО РОСІЙСЬКОЇ АРМІЇ"

Незалежних журналістів у Росії ніхто не допустить до військових частин. Та навіть якби й допустили, то за негативне висвітлення цієї війни в Росії передбачена кримінальна відповідальність. Важко очікувати від працівниці пропагандистського каналу, що вона готова сісти в тюрму заради правдивого військового репортажу.

Тож перед нами черговий трюк, покликаний ввести в оману наївних західних медіапродюсерів і чиновників.

Але історія створення фільму, яку пропонують організатори канадського кінофестивалю, вражає своєю простотою. Трофімова (на момент вторгнення, якщо вірити її соцмережам, вона перебувала в Москві) начебто випадково зустріла в поїзді українця на ім'я Ілля, який вирішив воювати за Росію, а потім, "не маючи дозволу", поїхала разом із ним до лінії фронту, де й провела сім місяців разом із його підрозділом (судячи з контексту, десь під Бахмутом, на окупованій російською армією Донеччині).

Ось так просто, уявляєте!

Жодних допитів ФСБ, жодних перевірок, жодної акредитації та жодних перешкод з боку російської влади. Достатньо було просто не запитувати дозволу! Місцеві мешканці окупованих Росією територій часто говорять про атмосферу постійного страху і терору, про те, що там постійно зникають люди, а мобільні телефони повсякчас перевіряють на предмет того, чи не читає людина українські медіа або телеграм-канали.

Місцевих мешканців кидають до катівень, наприклад, навіть за те, що хтось "надто часто потрапляв їм на очі".

А от до режисерки із західною освітою (організатори фестивалів підкреслюють, що вона має канадську освіту), яка протягом семи місяців жила в бойовому підрозділі й знімала якесь неузгоджене кіно, на численних російських блокпостах жодних питань чомусь не виникло.

Отже, ми впевнені, що такий фільм про війну неможливо було зняти без відома російської влади. Вкрай наївно припускати, що це відбувалося на власний ризик авторки фільму й без узгодження щонайменше з командуванням підрозділу, місцевою окупаційною адміністрацією та ФСБ.

А зважаючи на рівень централізації влади та ухвалення рішень у Росії, навряд чи цей дозвіл був виданий на місцевому рівні.

Трофімова — близька знайома соратника Пригожина.

До речі, на фейсбук-сторінці Трофімової, якщо погортати її трохи глибше, можна побачити некролог, який

> *Світ безтурботно захоплюється тим, що "російсько-канадська режисерка отримала безпрецедентний доступ до батальйону російської армії в Україні"*



Скриншот із фейсбук-сторінки Анастасії Трофімової. У дописі йдеться про смерть Кирила Романовського

вона написала після смерті російського "воєнкора" Кирила Романовського.

Російські медіа називають Романовського другом і соратником нині покійного Євгенія Пригожина, лідера приватного військового угруповання "Вагнер", яке воювало в Україні, Сирії та Африці. Він був російським пропагандистом та особистим "літописцем" Пригожина, супроводжував підрозділ упродовж восьми років і написав про це книжку.

Анастасія Трофімова у відповідь на звинувачення українських кінематографістів у спробі гуманізації загарбників відповіла, що "*ми повинні гуманізувати всіх. Це величезна трагедія для нашого регіону в першу чергу*". І додала, що "*ці чорно-білі стереотипи одне про одного тільки сприятимуть продовженню війни. Це призведе до того, що ненависть тільки зростатиме... На жаль, це шлях, яким ідуть політики, але я не думаю, що це той шлях, яким повинні йти звичайні люди*".



«TIFF змушений зупинити майбутні покази фільму «Росіяни на війні» в п'ятницю, суботу і неділю, оскільки нам стало відомо про значні загрози для роботи фестивалю і громадської безпеки. Хоча ми твердо дотримуємося нашої вчорашньої заяви, це рішення було ухвалене з метою гарантування безпеки всіх гостей фестивалю, персоналу і волонтерів», — йдеться в заяві фестивалю.

3. РОСІЯ — АГРЕСОР, УКРАЇНА — ЖЕРТВА. А НЕ НАВПАКИ

Попри спроби Трофімової розмити фокус і відмежувати державу від якихось "політиків", варто чітко пам'ятати, що неспровокована загарбницька війна, яку веде Росія проти України, — це не просто "шлях, яким ідуть політики". Держава Росія виступає агресором, залучивши до нападу сотні тисяч громадян і знищуючи населення незалежної сусідньої країни.

Про різницю в статусах України і Росії в цій війні, здається, забув і директор Венеційського кінофестивалю Альберто Барбера.

Даючи коментар французькій агенції AFP, він виступив на захист стрічки російської режисерки, висловивши сподівання, що "фільми про війну, показані в межах фестивалю, не стануть заручниками ідеологічних упереджень та полемічних заяв, від яких жодної користі. Серед найактуальніших дві документальні стрічки про війну в Україні, які розглядаються з кардинально протилежних поглядів".

4. "Україна вісім років обстрілювала Донбас" (ні)

Режисерка переказує, що мешканець окупованої Донеччини воює на боці Росії, бо "Україна вісім років обстрілювала Донбас", коли почалася громадянська війна, але не пояснює, що насправді Україна не обстрілювала Донбас, а війна, яка почалася у 2014 році, не була громадянською, це було неоголошене вторгнення російської армії.



Міністерство закордонних справ України висловило обурення через плани Цюрихського кінофестивалю включити до програми документальний фільм «Росіяни на війні».

5. "Український нацизм", якого немає

Це ще одна теза, яку озвучує персонаж фільму і яка не деконструйована нібито незалежною режисеркою. "Нацизм в Україні" — конструкт російської пропаганди, використаний російською владою для виправдання вторгнення.

Проте насправді в Україні не толерують ні нацизму, ні неонацизму. На відміну від Росії, Україна — демократична країна.

Україна з року в рік була однією з найтолерантніших до євреїв країн у Європі. В українському парламенті немає жодної крайньоправої сили. Нагадаємо відомий факт: Володимир Зеленський, який набрав 73% голосів на президентських виборах, — етнічний єврей. Усі ультраправі партії на останніх парламентських виборах здобули лише близько 2% голосів і взагалі не пройшли до парламенту.

> *Перед нами черговий трюк, покликаний ввести в оману наївних західних медіапродюсерів і чиновників*

Звинувачення України в нацизмі не мають підтвердження серед дослідників, журналістів і науковців.

Але всі ці аргументи, схоже, не переконливі ні для директора Венеційського кінофестивалю, ні для директора Міжнародного кінофестивалю в Торонто. Надавши російській режисерці можливість донести до глядачів ключові меседжі російської пропаганди щодо війни в Україні, вони впевнені, що вчинили етично. ■

НЕ ІСТОРИЧНО ПРО ІСТОРІЮ УКРАЇНИ В РОМАНІ “ЄВРОПЕЙКА”. ІНТЕРВ’Ю З АВТОРОМ ОЛЕКСІЄМ СЕВРУКОМ

Олексій Севрук — письменник, перекладач і редактор, який народився в Україні та виріс у Чехії. Вивчав україністику на факультеті мистецтв Карлового університету в Празі. Працював перекладачем відомих українських та чеських авторів, таких як Юрій Андрухович, Сергій Жадан, Патрік Оуржеднік. Поряд із творчістю, він активно займається архівною роботою, досліджуючи спадок української літератури в Чехії. У своєму першому романі "Європейка", написаному чеською мовою, він досліджує українську ідентичність через спогади своєї бабусі. Олексій пише в стилі, що нагадує народну оповідь, зосереджуючись на історіях про минуле України. Устами ліричної героїні він розповідає про багато травмуючих подій 20-го століття: війни, окупацій, голодоморів, серед яких контроверсійні твердження, як-от про те, що на заході України люди ставилися до нацистів більш привітно, ніж мешканці решти її території. Чи виправдане поширення цього наративу для чеського читача та як його варто сприймати — це одні з питань, які обговорюються в інтерв'ю з автором.

Розмову провела: Тетяна Пилипчук

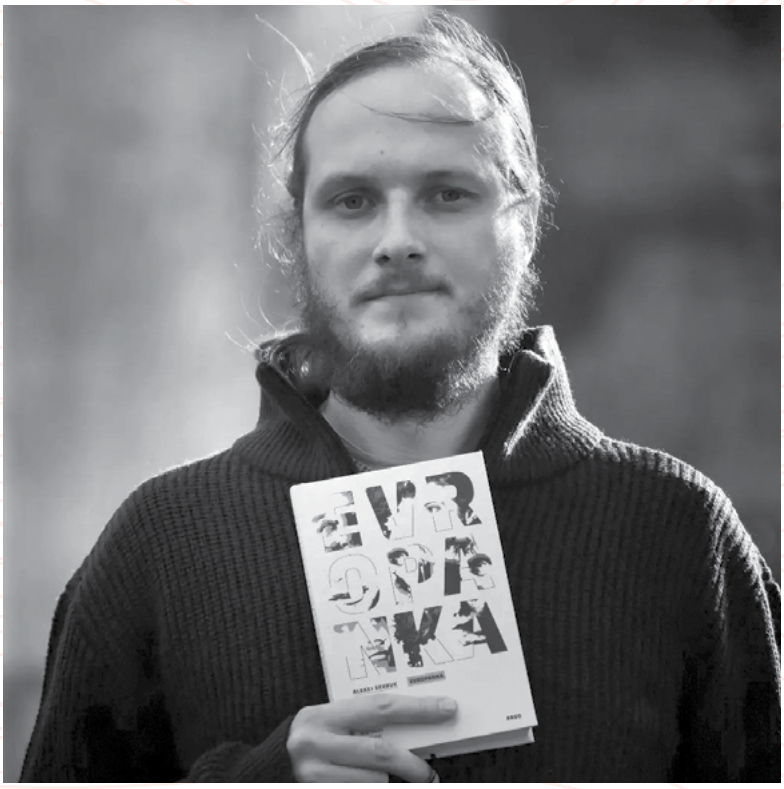
— Розпочнемо з освіти. Ти закінчив україністику, хоча у своїх попередніх інтерв'ю згадував, що це було не зовсім те, що хотів вивчати спочатку...

— Я хотів працювати в гуманітарній сфері. Розумів, що на україністику можу відносно швидко потрапити. А потім відчув, що україністика – це саме той напрямок, у якому хочу й можу працювати.

— За твоїми плечима чималий перекладацький досвід, зокрема переклади «Московіади» Андруховича, «Біґ Маку» Жадана, його поезії. Чи плануєш і надалі перекладати?

— Так. Власне, те, що я вирішив написати роман про Україну для чехів, є своєрідним продовженням моєї перекладацької діяльності. Я почав перекладати стихійно. Подумав, що було б чудово, якби те, що я читав українською мовою, прочитали мої чеські друзі. Ту ж саму «Московіаду» або оповідання Жадана. А потім вирішив написати щось своє.

— Що надихнуло тебе назвати свій роман саме так? Що вкладаєш у цю назву – “Evropanka”?





— Спочатку я не був упевнений у цій назві. Моя дружина, яка часто є першою читачкою моїх творів, каже, що я не вмію давати назви. Вона, зазвичай, прочитає моє оповідання, назве його по-своєму й потім називає це оповідання своєю назвою. Але з "Європейкою" вона не мала жодних проблем. Вона сказала, що це чудова назва.

— Багато критиків розцінюють цю назву як своєрідне послання до тих чехів, котрі забувають, що Україна — це теж Європа. Можу додати, що інколи й самі українці про це забувають.

— До речі, в самій книзі це слово використане з іронією. Коли героїня повертається з чеської еміграції у своє містечко, а там їй говорять: "О, європейка приїхала". Вона відповідає: "Яка я європейка?". Це єдине місце в книжці, де ця європейська ідентичність згадана. Й головна героїня від цього відхрещується. Вона каже: "Я українка, така, як ви, я все життя тут жила з вами, в цьому місті. І тут вже в такому літньому віці я дочекалася такого прийняття, що ви мене називаєте європейкою? Яка я європейка? Я така, як ви".

— Під час читання книжки неможливо не відзначити форму та стиль написання. Вона, наче мозаїка, розбита на незлічувані епізоди, які розпадаються і знову неочікувано з'єднуються. Як ти прийшов до такого стилю написання та чому обрав саме його? Як можна назвати такий стиль?

— Коли почав писати, ми очікували другу дитину. Мені надали стипендію на тиждень у монастирі в місті Броумов. Тобто я міг там закритися й цілий тиждень, наприклад, дивитися Нетфлікс чи бігати. Ніхто не вимагав від мене жодної звітності. Але я зрозумів тоді, що цей тиждень — це єдиний час, який я маю для того, щоб щось почати писати. Бо вдома я нічого не зміг би написати, тому що просто не мав би часу. І зараз його не маю. Але така модель — взяти тиждень відпустки, від роботи, від сім'ї, закритися десь і писати — це досить таки продуктивно.

Писав так, як писалося. Не дуже теоретизуючи. Чому саме так вийшло? Воно дійсно як якесь веретено. Річ у тім, що я хотів сказати дуже багато про Україну, про її історію. Й шукав оповідача, який би це все міг розповісти. А коли їхав до Броумова, то в цей рік ми святкували 100 років від народження моєї бабці. І я згадав, що вона була чудовим оповідачем, пам'ятаю, як вона оповідала різні речі, бувальщини і байки. Я поставив перед собою її фотографію й намагався уявити, як би вона мені розказала ці історії. І цей стиль з'явився сам собою, тому що я намагався імітувати, власне, як розмовляє якийсь такий народний оповідач, бабця з малого містечка, яка мала тяжке життя, є досить розумною жінкою, попри те, що має якихось вісім класів початкової школи. А старі люди, особливо коли щось розповідають, починають від одного, потім переходять до чогось іншого, потім повертаються, потім починають знову розповідати щось, що вони вже розповідали перед цим, але якось трохи



Місяць авторських читань у Львов: пліч о пліч 2024

інакше. Тобто, оповідачка диктувала стиль оповіді.

— Чи складно тобі було вжитися в образ своєї бабусі, щоб передати її думки?

— Це було досить природно, тому що я її добре пам'ятаю, вона померла у 2002 році. Тобто мені було на той час 17 років, і я любив з нею говорити. Підсідав і запитував, наприклад: "Бабусю, розкажіть, які у вас були стосунки з дідусем?". Тому що діда я взагалі не пам'ятав. І бабуся любила розповідати. Тоді ще не було інтернету, смартфонів, принаймні у нас, тож порозмовляти з бабусею – це була така відрада.

— На скільки цей образ, що ти описав, відповідає реальній особі?

— Невдовзі після того, як вийшов роман, мені подзвонила моя тітка – донька бабусі.

Зазвичай ми зідзвонюємося раз на рік, на дні народження. А тут вона мені подзвонила просто, щоб сказати: "Я вже прочитала майже половину книжки – чую й бачу свою маму". Це для мене була сатисфакція.

— Батько твоєї бабусі був чехом. Як познайомилися прабабуся з прадідусем? Як він потрапив в Україну?

— Прадідусь був військовополоненим. За Першої світової їх розміщували по хуторах, де вони могли приносити користь для господарства. Й ось моїй прабабусі, яка втратила двох чоловіків у двох попередніх війнах (російсько-японській та Першій світовій), привезли цього молодого хлопця і підселили до неї як наймита, чорноробу.

— Ти досить відсторонено описуєш тяжкі моменти нашої історії, які прожило це покоління людей. Це навмисно?

— Розумієш, я цю книгу писав чеською мовою, бо хотів, щоб її прочитав чеський читач. А якщо почнеш відразу бити себе в груди й казати, як ми страждали, як ми мучилися, і як це все було жахливо, то це не кожного спонукатиме читати далі. Мовляв, навіщо мені читати знову про якісь жахи? Тобто, для того, щоб заохотити читача, я намагався бути трошки відстороненим.

— Після смерті бабусі минуло чимало років. Ти настільки добре пам'ятаєш ваші розмови? Чи записував їх тоді за нею?

— Я писав цей роман так, ніби уявив, що між нами лежить диктофон, і я просто записую те, що вона говорить. Для мене інспірацією було те, що робить ініціатива «Пам'ять народу», вони фіксують усно переказані історії від людей, які щось пам'ятають. Я подумав, от шкода, що коли бабуся була жива, таких речей не відбувалося. Тож поставив собі за мету відтворити щось подібне.

— Коли я читала цю книгу в оригіналі, то відчула, що ти все ж таки трохи адаптував текст для чеського читача. Чи правда це?

— Так, я фактично був перекладачем. З бабусею ми розмовляли українською мовою, її чеська була досить слабка, оскільки вона виїхала в Чехію вже в похилому віці. А перекладач завжди перекладає не дослівно, а шукає функційний еквівалент, тобто щось, що буде в цільовій мові діяти так само як і в мові оригіналу. Це як локалізація реклами, але трошки більш софістиковано.

— Думаю, що чимало українців, прочитавши твою книгу, пошкодують, що не встигли свого часу розпитати своїх бабусь та дідусів про минуле...

— Та я теж не зовсім встиг. Багато доводилося вгадувати з контексту.

— Якраз хотіла спитати, де, власне, починається фактологія?

— Там є підзаголовок «Історії з Полісся». Тобто, це і є, власне, корпус таких історій, які можна почути при якомусь застіллі, коли вже люди ви-

> *...Якщо почнеш відразу бити себе в груди й казати, як ми страждали, як ми мучилися, і як це все було жахливо, то це не кожного спонукатиме читати далі. Мовляв, навіщо мені читати знову про якісь жахи?..*

пили по “сто грам”, почали розповідати про спільних предків. І один починає розповідати одне, а другий каже «Та ні, що ти тут розповідаєш? Це ж було зовсім по-іншому». І починає розповідати ту саму історію, під іншим кутом. Мені як дитині, як підлітку, завжди було цікаво слухати старших людей, як вони сперечаються, й самому намагатися реконструювати, що ж там насправді відбулося.

— Декілька разів у книжці ти згадуєш, що на заході України були більш схильні до колабораціонізму з німцями. Чи не здається тобі це твердження маніпулятивним з огляду на те, що в західних областях на той момент люди лише познайомились із жахами радянської окупації, що почалась з вересня 1939-го? (Під час радянськкской окупації Львова 1939-1941, місцеві жителі дізнались, що таке голод, а лише за два дні 24-25 червня, перед відступом, підрозділи НКВС розстріляли 2,5 тисяч мирних осіб. (ред.)

— Знаєш, я над цим не задумувався, але варто пам'ятати, що оповідачка все життя була радянською громадянкою. Радянська пропаганда стверджувала, що у Львові вітали Гітлера із хлібом і сіллю - що, зрештою, не було безпідставним. Тому оповідач не може, через історичні обставини та власний досвід із радянською пропагандою, бути "радикальним бандерівцем", наприклад. Він буде казати те, що йому казали з телебачення й на якихось партійних зборах. Хоча героїня не була в партії, але моя баба, наприклад, коли ми вже жили в Чехії, використала таке порівняння, що ось там хтось отримав, як шведи під Полтавою. Кажу: “Бабусю, так шведи ж були на нашому боці під Полтавою, що ви таке говорите?”. Але в ній вже були вкорінені ці ідіоми радянські. Це була частина її ідентичності. Це не можна викинути з оповіді.

— Але чи потрібно на цьому акцентувати? Адже, як і твоя бабуся, багато людей в Україні й поза її межами (в Чехії зокрема) далі несвідомо перебувають під впливом російської пропаганди?

> *Це не історична публікація, це не книга фактів. “Європейка” радше має заохотити читача дізнатись, а як же воно було насправді, ніж запропонувати готові відповіді. На що, зрештою, вказують рецензенти.*

— Це не історична публікація, це не книга фактів. “Європейка” радше має заохотити читача дізнатись, а як же воно було насправді, ніж запропонувати готові відповіді. На що, зрештою, вказують рецензенти.

– Передаючи ці твердження далі, навіть у такій вільній формі, як переказ історій від бабусі, чи не здається тобі, що відбувається подальше поширення цієї пропаганди у вигляді напівправди?

– Я розумію твій закид, але не погоджуюся з ним. Так, це добре, що ти це проблематизуєш. Я не вважаю за потрібним озиратися на російську пропаганду і постійно думати: «А що ж там роспропаганда? Чи, бува, це її не підсилить?» Було б хибним так поводитися. Це, власне, означало б перемогу тієї таки пропаганди.

— Насправді, з досвіду того, як пробігають дискусії між українцями й чехами, це досить відчутно, що чехи не повністю розуміють нашу історію.

— Ні, вони здебільшого взагалі не розуміють – якщо це не фахівці з історії східної Європи, це зовсім інший бекґраунд. У них немає досвіду трьох голодоморів, окупації. Німці тут також робили жахливі речі, але не в таких масштабах. Тобто цей історичний досвід можна перенести саме якимось таким тонким підходом.

– Розкажи, ще, будь ласка, чим зараз займаєшся? Пам'ятаю, що ти працював головним редактором журналу Plav?

– Через таку річ, як синдром вигорання, це для мене закритий етап. Зараз працюю архіваріусом у музеї чеської літератури. Займаюсь українськими фондами, які там перебувають. Зараз, наприклад, опрацював листи Євгена Маланюка до Йозефа Сватоплука Махара, які мають вийти в журналі Literární archiv. Як натхненний молодий поет пише до старого чеського поета й розповідає, як мусив переїхати у Варшаву і як йому там не подобається. Загалом 14 листів, дуже цікавий матеріал.

Також зараз опрацьовую архів Олджіха Ноузи, який після Другої світової війни почав перекладати Тичину, Рильського, Антонича на чеську мову, коли це ще було ще можливим, перед 1948 роком. Він самостійно почав учити українську мову, і шкода, що про нього та його працю майже ніхто не знає. Хочеться зібрати ці вірші, які виходили тоді в різних часописах, написати щось про нього.

– Тобто ти зараз в ідеальному місці? Можна так сказати?

– Так, я 15 років навчався для того, щоб знайти цю роботу.

— Насамкінець не можу не запитати про твої подальші творчі плани.

– Маю декілька оповідань, з яких можна зробити збірник. Там ще чогось бракує, якогось одного оповідання, яке закриє збірку. Якщо ще колись писатиму роман, то це буде щось зовсім інше. ■



"Evropanka: historky z Polesí",
Рік видання: 2023
Видавництво: Argo

ІСТОРІЯ ЧЕХІЇ
ВІД БРАТІВ КАПРАНОВИХ



Цей матеріал з історії Чехії ми адаптували із відео ютуб-каналу "імені Т. Г. Шевченка", авторства братів Капранових. До вашої уваги ***друга частина****.*

Адаптував: Олег Баланда

Після Першої світової війни Чехія стала важливою для українців. Спочатку туди тікали від воєнних дій мешканці Галичини. А після поразки ЗУНР саме там була інтернована більшість воїнів Української галицької армії. Пізніше сюди тікали українські діячі з Галичини від переслідувань польської дефензиви, а наддніпрянські — від чекістів. Чеська мова схожа на українську, чеський звичай близький до українського. Крім того, як ми вже відзначали, в країні була демократія.



Поштівка. Музей Визвольної боротьби України, Прага. На фото: куток театрально-мистецького відділу музею. Це був насамперед музей дипломатичних документів часів УНР та Української Держави (1917–1921)

Тому з Відня до Праги переїхав "Український вільний університет" (УВУ)[1]. Місцеві українці відкрили свою гімназію та створили вищі навчальні заклади: Український високий педагогічний інститут імені Драгманова, Українську студію пластичного мистецтва, Український інститут громадознавства, Українську господарську академію, а також Українське історично-філологічне товариство та Музей визвольної боротьби України.

У цих закладах навчалися емігранти, а згодом приїздили студенти з Галичини й Закарпаття. Після поразки Карпатської України до Чехії перебрався її уряд на чолі з Августином Волошином. У Празі було засновано організацію «Центральний союз українського студентства», яка об'єднувала півтора десятки молодіжних організацій європейських країн і представляла українське студентство з-поза меж СРСР на міжнародному рівні.

Кінець XIX – початку XX століття

Наприкінці XIX та на початку XX століття Чехія розвивалася як індустріальний район, а під час Першої світо-

[1]УВУ – заснований у 1921 році в Німеччині, є єдиним у світі вищим навчальним закладом поза межами України з українською мовою навчання.

вої там виробляли багато зброї. Гарріг Масарик, розуміючи, що незалежність може захистити тільки сильне військо, багато зусиль приділив саме виробництву зброї, перетворивши країну на одного зі світових лідерів у цій справі. Так, Чехословаччина була однією з небагатьох країн світу, яка виробляла власні танки не лише для себе, але й на експорт.

А чеські гармати й кулемети закуповували десятки іноземних армій. Тим більш дивною видається історія з Мюнхенською змовою, коли світові лідери погодилися на ультиматум Гітлера й позбавили Чехословаччину своєї підтримки перед обличчям німецьких агресорів. Адже Чехословацька армія була тоді однією з найкраще озброєних у Європі й за сприяння союзників могла б завдати Німеччині багато прикрощів на полі бою.

Однак зрада з боку Франції та Великої Британії, які боялись ескалації, деморалізували чеські еліти. Приводом для німецьких претензій стало німецькомовне населення Чехії, яке пристрасно хотів захистити Гітлер від чеських націоналістів.

Історія свідчить, що цей механізм працював завжди, тож працює й зараз. Отже, у 1938 році на конференції в Мюнхені Німеччина, Італія, Франція та Велика Британія підписали угоду, за якою Німеччині відходила Судетська область Чехії, разом із заводами, шахтами, залізницями тощо. Крім того, Чехословаччину зобов'язали задовольнити територіальні претензії з боку Угорщини та Польщі.



Едвард Бенеш в році 1942



Струківська церква в Ясінях на поштовій марці Карпатської України.
Фото: Путівник Закарпаттям, Академія

Високі сторони гарантували Чехословаччині недоторканність нових кордонів, безпеку та інші гаразди. Один в один, як в Україні пізніше гарантували в Будапештському меморандумі. Чехословаччина погодилася, й одразу на неї накинулися сусіди.

Угорщина відхопила Підкарпатську Русь, частину Словаччини, Польща – Тєшинську Сілезію, а Німеччина – Судети. Період до анексії Судетів у чеській історії має назву Перша республіка, після чого почалася Друга республіка. Втім, вона тривала недовго, бо через рік один із новоявлених гарантів окупував залишки Чехії й водночас визнав незалежність Словаччини.

Так уперше в історії словаки отримали державність. І отримали її від Гітлера. На чеських землях було створено протекторат Богемії та Моравії. Зверніть увагу, окупанти самою назвою розділили країну на частини. Вони завжди так роблять.

Окупація Німеччиною

Причиною порушення Мюнхенської угоди та окупації Чехії Гітлер назвав те, що країна занурюється в хаос і населення потребує захисту. Точно так само невдовзі Сталін виправдав окупацію східних земель Польщі.

Здається, це народна пісня всіх окупантів: "*Ми йдемо вас рятувати*". Ну, а світ, на прикладі Чехії, повинен був затямити, що спроби умиротворити агресора призводять до збільшення агресії. Проте, здається, ми погано вивчаємо уроки історії.

Протекторат Богемії та Моравії був автономним утворенням у складі Третього Рейху. Він мав власний уряд і формальну посаду президента, але насправді всім керував рейхспротектор, призначений Берліном.

Століття, які Чехія провела під німецькою владою, дали підставу німцям вважати її "споконвічно" своєю, а чехів одним народом з німцями – і це не перебільшення. Національна політика Рейху щодо чеського населення базувалася на тих самих засадах, що й нинішня політика Москви в Україні.

Тих із чехів, хто хотів понімечитися, вважали за своїх. Інших примусово асимілювали, незгодних та впертих виселили, а на їхнє місце поселили німецьке населення. Чеські політики, які емігрували до Франції, створили там Національний комітет звільнення Чехословаччини під керівництвом останнього президента Едварда Бенеша.

Згодом комітет перебрався до Лондона, який визнав його офіційним представником Чехословацької держави. Але крім загальнополітичної діяльності, чеський уряд у вигнанні займався й конкретними справами. Зокрема, разом із британськими спецслужбами він організував ліквідацію начальника головного управління імперської безпеки, виконувача обов'язків рейхспротектора Богемії та Моравії, одного з ідеологів остаточного розв'язання "єврейського питання" Рейнхарда Гейдріха.



Власівці були громадянами Радянського Союзу, які під час німецького полону вступили до Російської визвольної армії (РОА). З початку 1945 року вони разом з німцями воювали проти СРСР, але в кінці війни допомогли звільнити Прагу.

На території Чехословаччини діяв рух спротиву, який координував той-таки Національний комітет. Студентські демонстрації змусили окупантів закрити всі університети й коледжі. Лідерів студентів розстріляли, сотні активістів відправили до концтаборів. Чеські культурні заклади не працювали, чеських робітників депортували до Німеччини для роботи на тамтешніх заводах. На східному боці фронту з чеських і словацьких полонених, добровольців та інтернованих військових у складі Червоної армії було створено перший Чехословацький армійський корпус, Чехословацьку авіадивізію та Чехословацьку танкову бригаду.

В останні дні Європейської війни в Празі спалахнуло стихійне повстання, до якого на боці чехів несподівано приєдналася перша піхотна дивізія російської визвольної армії генерала Власова.

Бої в місті тривали до підписання капітуляції Німеччини, після чого Прагу зайняла Червона армія. Таким чином німецька окупація Чехії змінилася радянською. Але спочатку все здавалося достатньо оптимістично.

Післявоєнний час: Третя республіка

Восени 45-го Національний комітет звільнення Чехословаччини скликав тимчасовий парламент, який підтвердив президентські повноваження Бенеша. Так почалася Третя республіка. Влітку 46-го в країні відбулися повноцінні вибори, і Бенеш став постійним президентом.

Чехословаччині повернули Судети й чеську Тєшинську Сілезію, а от Підкарпатську Русь, яка колись була у складі держави, забрав собі СРСР й утворив там Закарпатську область. За пропозицією комуністів, німців та угорців з чеських земель депортували, а їхнє майно конфіскували.

Проте Москва наполегливо просувала в чеську політику своїх людей. Ще у 1921 році комінтерн, який займався організацією світової революції, створив комуністичну партію Чехословаччини. Одним із її засновників став Клемент Готвальд, колишній солдат австро-угорської армії, який здався в полон Росії й там потрапив під вплив більшовиків. Комуністична партія брала активну участь у підпільній боротьбі проти нацистів і забезпечувала співпрацю із СРСР.



75 років Свободі Народові

СВОБОДА
УКРАЇНСЬКИЙ ЩОДЕННИК

SVOBODA
UKRAINIAN DAILY

РІК LXXV. Ч. 154. ДЖЕРЗІ СИТІ і НЬЮ ЙОРК, ЧЕТВЕР, 22-го СЕРПНЯ 1968 ЦІНА 10 CENTS JERSEY CITY and NEW YORK, THURSDAY, AUGUST 22, 1968 No. 154. VOL. LXXV

СОВЄТСЬКІ ВІЙСЬКА ОКУПУВАЛИ ЧЕХО-СЛОВАЧЧИНУ

ВІДКРИТОЮ АГРЕСІЄЮ І ТАНКАМИ ТА ГАРМАТАМИ МОСКВА НАМАГАЄТЬСЯ ПРИПИНИТИ ДЕМОКРАТИЗАЦІЮ ЧЕХОСЛОВАЧЧИНИ; НОВА АГРЕСІЯ МОСКВИ ВИКЛИКАЛА КРИЗУ В СВІТІ; ПРЕЗ. ДЖАНСОН ВІДБУВ НАРАДИ КРАЄВОЇ РАДИ БЕЗПЕКИ; БРИТІЙСЬКИЙ ПРЕМ'ЄР ВЕРНУВСЯ ДО ЛОНДОНУ; ЧЕХОСЛОВАЧЧИНА НЕ СТАВИТЬ ВІЙСЬКОВОГО СПРОТИВУ, АЛЕ ПРИХОДИТЬ ДО СПОНТАННИХ СУТИЧОК МІЖ НАСЕЛЕННЯМ І ОКУПАНТАМИ

— КОРОТКІ ВІСТІ —

Середа, 21-го серпня 1968 р.

В АМЕРИЦІ

ПРЕЗИДЕНТ ДЖАЙСОН ПІДПИСАВ ЗАКОН про контролю м'яса домашньої птиці, головним чином курячого. Президент заявив, що „негігієнічні різні треба буде вичистити, або їх замкнути". Згідно з підписаним законом стейти мусять ввести контролю м'яса з домашньої птиці до двох років. Коли це не станеться і коли стейтова контрола не буде така сама, якої вимагається від Федеральної Контролі, тоді в тих стейтах, що не виконають свого завдання, введені будуть федеральні контрольори. Американці річно спожівають 12 більйонів фунтів м'яса домашньої птиці, з чого 13 мілйонів досі не має належної контролі.

ПАНІ РИЧАРД М. НІКСОН ВИЯВИЛА, яку роль

Прага. — Вночі з вівторка на середу 21 серпня ц. р. совєтські війська, разом із військовими частинами Східної Німеччини, Польщі, Мадярщини й Болгарії, вмаршували до Чехословаччини. Кількість совєтського й сателітського війська ще ясна, але було відомо, що в останньому часі Совєти зосередили над чеським кордоном 18 своїх і дві східньо - німецькі дивізії, підпорядковані також совєтському командуванню. Офіційне повідомлення про вмарш совєтських військ появилось в чеському радіо о год. 1.30 по півночі, пів

Наслідни агресії Москви в ЧСР на події в Америці

За всімі найпершими коментарями американських преси й радіопередач — совєтська агресія в Чехословаччині матиме позитивний вплив на американську закордонну політику і внутрішні відносини в Америці. „Совєтська інвазія в Чехословаччині переформувала світ і американську політику" — стверджує Джеймс Рестон на самому початку свого комен-

РЕПРЕЗЕНТАНТИ УККА ЗГОЛОСИЛИ ПРОПОЗИЦІЇ ДО ПЛЯТФОРМИ ОБОХ ПАРТІЙ

Перша шпальта газети «Свобода» про окупацію Чехословацької Соціалістичної Республіки



Радянський танк в Празі, 1968 р.

У березні 1945 року в Москві було підписано договір про створення Національного фронту Чехословаччини з представників провідних політичних сил для забезпечення влади в повоєнний період. Тут треба знову згадати, що між війнами Чехословаччина була однією з лічених реально демократичних країн Європи, тому мала міцну традицію народовладдя. І до складу Національного фронту ввійшло цілих 8 партій.

Щоправда, вони здебільшого дотримувалися лівих поглядів. А от представників правих, буржуазних політичних рухів до підписання в Москві не запросили. Саме Національний фронт сформував перший чехословацький уряд у 45-му, який після виборів очолив лідер комуністів Клемент Готвальд.

Міністерські портфелі поділили між членами Національного фронту. В такій конфігурації влада країни існувала ще два роки. І поки в решті країн, які опинилися під рукою Сталіна, відбувалося встановлення комуністичної диктатури, в Чехословаччині розквітала народна демократія.

Проте комуністи активно намагалися захопити владу. У лютому 48-го вибухнув скандал. Міністр внутрішніх справ від комуністичної партії затіяв чистку в поліції та став заповнювати її своїми людьми. На знак протесту міністри від двох партій подали у відставку, щоб ініціювати зміну уряду. Але комуністи використали момент для захоплення влади. Страйками та демонстраціями вони змусили Бенеша замінити більшість вибулих міністрів на комуністичних кандидатів.

Так комуністи та їхні союзники отримали більшість в уряді й розпочали узурпацію влади. Ці події отримали назву Звитяжний лютий. За спогадами головного радянського терориста Судоплатова, резидент НКВС у Празі шантажував президента Бенеша інформацією про таємну передачу Підкарпатської Русі Радянському Союзу та іншим компроматом.

Прихід комуністів

Після того як Бенеш відмовився підписати розроблений комуністами проєкт нової конституції, він подав у відставку й за три місяці помер. Наступним президентом Чехословаччини став лідер комуністів Клемент Готвальд. І країна остаточно опинилася під контролем Москви.

Розпочалися політичні репресії, колективізація, націоналізація, індустріалізація, планова економіка – весь комуністичний набір. Зрозуміло, що українські організації в країні вимушені були закритися або перебратися західніше, де їх не могла дістати рука Москви. У 1960 році Чехословацька комуністична партія проголосила, що соціалізм збудовано.

Празька весна

І до назви країни додали слово соціалістична – Чехословацька соціалістична республіка. Однак уже за 20 років після приходу комуністів до влади словак Олександр Дубчик, який отримав посаду генерального секретаря компартії, почав проводити політичні реформи під гаслом «Соціалізм з людським обличчям», які передбачали демократизацію та лібералізацію.

Його підтримала більшість у керівництві партії та країни, яка сподівалася на позитивні зміни, а також народ, який уже "переїв" соціалізму.

Події січня-серпня 68-го отримали назву «Празька весна». У відповідь на неї Москва, яка боялася втратити контроль над країною, ввела туди війська Варшавського договору й силою зброї придушила народні протести.

Дубчика зняли, реформи згорнули, Чехію повернули в комуністичне стійло. Але тут таки ухвалили конституційний закон, який перетворив країну на федерацію двох рівноправних республік – Чехії та Словаччини. З одного боку це був хабар національним рухам, а з іншого – це розділяло опозиційні сили та полегшувало боротьбу з ними.

Однак, як бачимо, радянська влада трималася в країні на багнетах. Тож одразу після того як СРСР захитався під тиском внутрішніх проблем, надмірних витрат та зовнішніх економічних санкцій, так звані країни соціалістичного табору одна за одною почали відходити від соціалізму. В Чехії цей процес отримав назву Оксамитова революція, у Словаччині – Ніжна революція.

Все почалося зі студентських демонстрацій, потім пішли страйки, під тиском яких комуністичне керівництво країни подало у відставку. Головою парламенту обрали лідера Празької весни Олександра Дубчика, а президентом – лідера дисидентського руху, драматурга й публіциста Вацлава Гавела. А вже навесні 90-го в назві країни слово "соціалістична" замінили на "федеративна", й вона стала Чеською і Словацькою Федеративною Республікою. У країні почалися економічні та політичні реформи. Радянський військовий контингент було виведено з її території. Ну а в 93-му Чехія та Словаччина остаточно розділилися на дві країни – Чеську та Словацьку республіки.

У 1995 році до Чехії перебазувалося "Радіо Свобода", яке фінансував конгрес США для поширення інформації в країнах соціалістичного табору та постсоціалістичних країнах. Радіо мало зокрема й українську редакцію.

Чехію першою з усіх подібних країн було прийнято до Організації економічної співпраці та розвитку, яку створили після Другої світової війни для координації економічного відродження. А далі пішло все само собою: НАТО, ЄС, Шенгенська зона.

До речі, до зони євро Чехія не входить – чехи тримаються за свою крону. ■

ВАЖЛИВІСТЬ ПРАВИЛЬНОГО ПИТНОГО РЕЖИМУ: ВОДА ЯК КЛЮЧ ДО ЗДОРОВ'Я ТА ЕНЕРГІЇ

Чи замислювалися ви коли-небудь, скільки води потрібно вашому організму щодня, щоб залишатися здоровим і енергійним? Уявіть, що наш організм — це складна система, де вода виконує роль важливого транспортера, охолоджувача та очищувача. Від того, скільки води ми споживаємо, залежить наше самопочуття, рівень енергії та загальний стан здоров'я. Але як дізнатися, чи п'ємо ми достатньо води і чи правильно організовуємо свій питний режим?

Цей матеріал був створений в рамках двосторонньої ініціативи ДІОЗ та Фондів ЄЕЗ і Норвегії під назвою:
Покращення доступу до первинної медичної допомоги для найбільш маргіналізованих громад у Чеській Республіці

Вода — це не просто рідина, яку ми споживаємо щодня. Це основа життя на Землі, необхідний компонент для всіх живих організмів. Вона присутня у кожній клітині нашого тіла, бере участь у всіх життєвих процесах і забезпечує нормальне функціонування організму. Однак часто ми не усвідомлюємо її важливість і недостатньо уваги приділяємо своєму водному балансу. Давайте разом розглянемо основні принципи правильного питного режиму, які допоможуть вам зберігати енергію, покращувати здоров'я та підвищувати якість життя.



Основні принципи правильного питного режиму:

- Варто пити воду рівномірно протягом дня.
- Замість того, щоб пити багато води за один раз, краще робити це регулярно, невеликими порціями. Це допомагає підтримувати стабільний рівень гідратації і запобігає перевантаженню нирок.
- Починайте день зі склянки води
- Вранці після пробудження організм потребує води для активації обмінних процесів та відновлення після нічного зневоднення. Склянка теплої води з лимоном — чудовий спосіб розпочати день.
- Пийте воду перед їжею

Вживання води за 20-30 хвилин до їжі сприяє кращому травленню і допомагає уникнути переїдання. Однак варто уникати великих обсягів рідини під час прийому їжі, щоб не розбавляти шлунковий сік.

Не забувайте пити воду під час фізичних навантажень

Під час тренувань організм втрачає значну кількість води через піт, тому важливо поповнювати ці втрати. Пийте воду перед тренуванням, під час нього (якщо це тривала сесія) та після, щоб відновити водний баланс.

Враховуйте споживання інших рідин та продуктів

Крім чистої води, гідратацію також забезпечують інші напої (соки, чай, супи) і продукти, багаті на воду (фрукти, овочі). Однак напої з високим

вмістом цукру або кофеїну можуть мати зневоднюючий ефект, тому не варто замінювати ними воду.

Рекомендовані норми споживання води

Рекомендації щодо споживання води можуть варіюватися залежно від віку, статі, рівня фізичної активності та кліматичних умов. У середньому дорослій людині рекомендується споживати близько 2-2,5 літра води на день. Однак ці показники можуть змінюватися залежно від індивідуальних потреб. Наприклад, під час фізичних навантажень або у спекотну погоду потреба у воді може значно зрости.

Важливо також враховувати, що частину необхідної кількості води ми отримуємо з їжею, особливо з фруктами та овочами, які містять велику кількість рідини. Проте основним джерелом води повинна залишатися чиста питна вода, яка забезпечує найкращу гідратацію без додаткових калорій або шкідливих добавок.

Питний режим і харчова піраміда

Харчова піраміда є наочним посібником для здорового харчування, який допомагає зрозуміти, які продукти і в яких кількостях слід споживати для підтримання здоров'я. Вода є основою цієї піраміди, підкреслюючи її важливість у нашому раціоні.

Споживання достатньої кількості води сприяє правильному засвоєнню поживних речовин, підтримці метаболізму та регуляції апетиту. Вода допомагає контролювати відчуття голоду і може зменшувати бажання споживати зайві калорії, що особливо важливо для підтримання здорової ваги.

Вміст цукру в напоях як невидима загроза

На жаль, у сучасному світі люди часто замінюють воду солодкими напоями, такими як газовані води, соки з доданим цукром та енергетики. Ці напої часто здаються невинним задоволенням, але вони можуть приховувати небезпечну кількість цукру, що негативно впливає на наше здоров'я. Вміст цукру у таких напоях, як газовані напої, енергетики, соки та навіть деякі види чаю чи кави, часто перевищує рекомендовану денну норму споживання цукру.

Давайте розглянемо, що ми насправді п'ємо, і як це впливає на наш організм.

Газовані напої

Газовані напої є одними з найпоширеніших джерел доданого цукру. Одна банка (330 мл) звичайної газованої



води може містити до 9-10 кубиків цукру, що приблизно дорівнює 35-40 грамам. Це більше, ніж дорослим рекомендовано споживати за весь день.

Енергетичні напої

Енергетики часто рекламують як джерело додаткової енергії, але вони також містять значні кількості цукру та кофеїну. Один стандартний енергетичний напій (250 мл) може містити від 5 до 7 кубиків цукру (20-28 грамів).

Фруктові соки

Хоча фруктові соки здаються здоровішим варіантом, вони можуть містити майже стільки ж цукру, скільки і газовані напої. Наприклад, у 1 л апельсинового соку може бути від 20 до 100 грамів цукру.

Кава та чай із доданим цукром

Багато людей додають цукор або підсолоджувачі у каву чи чай, що може швидко підвищити загальне споживання цукру протягом дня. Наприклад, латте з сиропом може містити до 5 кубиків цукру (20 грамів).

Як зменшити споживання цукру?

- Обирайте воду як основне джерело рідини.
- Читайте етикетки і звертайте увагу на вміст цукру у напоях.
- Зменшуйте кількість доданого цукру у каві та чаї.
- Замість соків вибирайте свіжі фрукти, які також містять клітковину.
- Розбавляйте фруктові соки водою або вибирайте свіжовичавлені соки без доданого цукру.

Висновок

Правильний питний режим є основою здорового способу життя і важливою частиною харчової піраміди. Вода повинна бути основним джерелом рідини в нашому раціоні, тоді як споживання солодких напоїв слід максимально обмежити. Дотримання рекомендацій щодо споживання води забезпечує оптимальну гідратацію, підтримує нормальну роботу організму та запобігає розвитку багатьох захворювань.

Вибір на користь чистої води — це крок до покращення здоров'я та підвищення якості життя. Вода не тільки забезпечує наш організм необхідною рідиною, але й допомагає уникнути шкідливих наслідків надмірного споживання цукру та інших добавок, що містяться в солодких напоях. Адекватне споживання води допомагає підтримувати енергію, здоров'я шкіри, нормальну роботу нирок і серця, а також покращує загальне самопочуття. Дотримуючись простих правил питного режиму, ви можете значно підвищити якість свого життя та знизити ризик розвитку багатьох захворювань.

Здоров'я починається з простих речей — і правильне споживання води є однією з найважливіших із них. Пийте воду правильно і залишайтеся здоровими! ■

Дізнайтесь більше про акції та події на наших каналах за QR посиланнями

Facebook

Telegram

Instagram

Шановні українські друзі

*Дозвольте познайомити вас з **Mensa Czech Republic**.*

Це некомерційна неполітична асоціація інтелектуально обдарованих людей вищого рівня, без розрізнення раси та віросповідання. Умовою членства є успішне проходження тесту IQ.

Тестування кандидатів проводиться безперервно в різних містах Чехії. Оскільки це не текстове завдання, а графічне, для тестування не потрібне досконале знання чеської мови.

*Члени **Mensa** організовують різні заходи, для участі в яких членство в **Mensa** не обов'язкове.*
Існує кілька типів заходів, таких як:

- *Екскурсії та відвідування різних закладів;*
- *Зустрічі сімей обдарованих дітей;*
- *Літні табори для обдарованих дітей;*
- *Екскурсії, спортивні та інші спільні заходи.*

Усі події публікуються в календарі на сайті mensa.cz і доступні для всіх, хто бажає зареєструватися.

*Mensa приділяє велику увагу підтримці дітей та молоді. Окрім літніх таборів, волонтери **Mensa** також проводять інші заходи:*

- *Щороку **Mensa** організовує логічну олімпіаду для дітей та учнів, яка є унікальною та найбільшою у світі подією такого роду. Перший раунд проходить онлайн, другий і третій – очні, а третій (фінальний) відбувається в Празі (наприклад, у Чеському парламенті чи Празькому Граді). Минулого року в логічній олімпіаді змагалися понад 100 тисяч учасників.*
- *У дитячих садках і початковій школі вони допомагають створювати клуби для обдарованих дітей та підтримують їх у розвитку.*
- *У Празі є власна 8-річна гімназія Mensa, де навчаються діти, які пройшли IQ-тести та вступний процес.*

*Ті, хто бажає дізнатися більше, можуть відвідати вебсайт **Mensa Česko** mensa.cz, де можна знайти більше інформації, зокрема електронний журнал, або слідкувати за соціальними мережами Mensa.*

Запрошуємо всіх, хто хоче допомогти або взяти участь у діяльності Mensa!

*Від **Mensa Czech Republic**: **Jan Pokorný***
*Контакт: **sekretarka@mensa.cz***

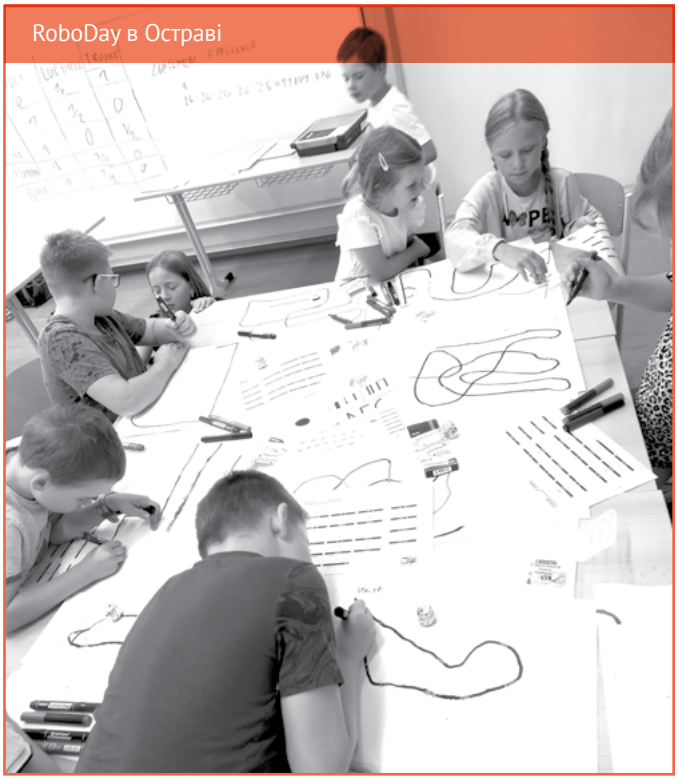
Вихідні для сімей з обдарованими дітьми 2024



EMSC - міжнародний літній табір European Mensa для студентів, загальною мовою є англійська



RoboDay в Острави



ČEŠTINA

jednoduše s úsměvem

Konverzace a gramatika / Бесіда і граматика

on-line pro cizince
začátečníky i pokročilé

онлайн для іноземців
початківці та просунуті

45 хв. **345 Kč** (за 2 особи – 245 Kč / особа)
60 хв. **395 Kč** (за 2 особи – 295 Kč / особа)

Prosím, kontaktujte mne na /
Будь ласка, контактуйте зі мною:
T: +420 704 350 342
E: johnny.english.cz@email.cz

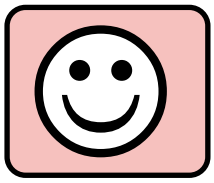


ТУТ МОЖЕ БУТИ ВАША РЕКЛАМА

Для більш детальної інформації пишіть на електронну скриньку нашої редакції:
uicr@centrum.cz

8 способів боротьби зі стресом

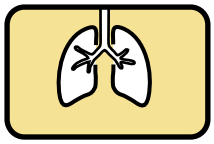
Чи вдалося вам щось з цього сьогодні?
Спробуйте щодня один спосіб.



1. Посмішка - куточки рота підняті вгору є сигналом для організму заспокоїтися та розслабитися, навіть коли ви перебуваєте у стані стресу. ☑



2. Рух - щонайменше 10000 кроків щодня. Будь-яка фізична активність є корисною, наприклад, ходьба по сходах. ☐



3. Релаксуюче дихання - у ритмі вдих на три, видих на шість. Повторіть кілька разів поспіль. ☐



4. Їжа - горіхи та мигдаль містять вітаміни групи В, які необхідні для покращення роботи нервової системи та роботи головного мозку, а також магній, який необхідний для проведення нервових імпульсів, які виснажуються під час стресу. ☐



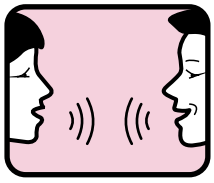
5. Концентрація - зосередження на тому, чим зараз займаєтеся. У такий спосіб захищаєте головний мозок від перевантаження. Подібно то того, як повністю занурені у гру діти, не зайняті нічим іншим. ☐



6. Зосередьтеся на тому, що ви можете контролювати - ви не можете змінити характер своїх рідних чи минуле. Думайте тільки про те, що можете змінити. ☐



7. Баланс - баланс між роботою та відпочинком. Використовуйте тайм-менеджмент. Приділіть увагу тому, що приносить вам задоволення, наприклад, музика, читання, фізичні вправи або повноцінний сон. Час від часу влаштовуйте собі день без технологій. ☐



8. Зустрічі з друзями - соціальна підтримка дуже важлива. Пам'ятайте, що розмова - це не боротьба за слова. Навіть іншій людині є що сказати - давайте навчимося слухати. ☐

МЕДІАТОР ДЛЯ УКРАЇНИ

Facebook Instagram Telegram

Для отримання більш детальної інформації пишіть на нашу електронну адресу: ua.mediator@szu.cz, або телефонуйте за номером: +420 725 191 373
Відвідування всіх заходів - БЕЗКОШТОВНО

Цей матеріал був створений в рамках двосторонньої ініціативи ДІОЗ та Фондів ЄЕЗ і Норвегії під назвою:
"Покращення доступу до первинної медичної допомоги для найбільш маргіналізованих громад у Чеській Республіці".