



журнал справжнього чоловіка

#5(7) 2012

ЕГОІСТ

НЕ ДЛЯ ПРОДАЖУ



**Оксана Юринець:
ЖІНКА УСПІШНА,
КОЛИ ПОРУЧ МІЦНЕ ПЛЕЧЕ**

ПОДОРОЖІ

Що робити
чоловікові на Мальті

СТОСУНКИ

Полігамія: природа
чоловіка чи "відмазка"

СПОРТ

Рафтинг -
екстрим на воді





КЛІНІКА РЕПРОДУКЦІЇ ЛЮДИНИ

ЛЬТЕРНАТИВА

Альтернатива – є!

*Привітний персонал, досвідчені фахівці, новітні технології –
це все про клініку репродукції людини «Альтернатива»*



**Хто на море, хто на грядки,
а ми в "Альтернативу" за малятком!**

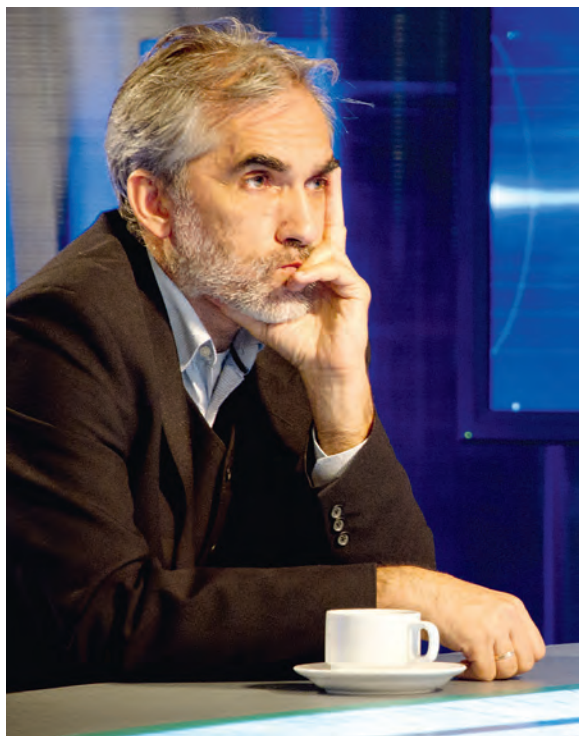
**При проходженні циклу запліднення «in vitro» до 31.08.2012
знижка на послуги 20%. Економія більше 3000 грн.**

Україна, м. Львів, вул. Героїв УПА, 73, тел.: (032) 232-77-83, (063) 230-18-72
e-mail: alternatyva.ivf@gmail.com, www.ivf.lviv.ua, skype - [alternatyva.ivf](https://www.skype.com/name/alternatyva.ivf)

**УВАГА!
АКЦІЯ!**

СУСПІЛЬСТВО

СТОР. 12-27 >



**ЯРОСЛАВ ГРИЦАК:
«НАШІ ПРЕМ'ЄР-МІНІСТРИ
ТА ПРЕЗИДЕНТИ НЕ
ЗНАЮТЬ АНГЛІЙСЬКОЇ»**

стор. 14 > стор. 26 >

**ОКСАНА ЮРИНЕЦЬ:
ЖІНКА УСПІШНА,
КОЛИ ПОРУЧ МІЦНЕ ПЛЕЧЕ**



стор. 22 >

**НАТАЛКА
ПАРХОМЕНКО:
У 32
ПРОСТО
ХОЧЕТЬСЯ
БУТИ
ЩАСЛИВОЮ!**



2

Директор: Остап Процик
Головний редактор: Всеволод Поліщук
Над номером працювали: Василь Крехівський
Микола Щепний
Ольга Ігнатова
Дизайн та верстка: Всеволод Дереваський,
Олег Пеленичка
Рекламний відділ: Максим Степанов
Зоряна Крачковська
Марія Коциба
Розміщення реклами: тел.: (032) 239-34-01

Спеціалізований журнал «Егоїст»
Зареєстрований у Міністерстві юстиції України
Свідоцтво серія КВ № 18262-7062
від 11.10.2011 р.

Адреса редакції та м. Львів,
видавця: вул. Героїв УПА, 73
Засновник: ТОВ «Егоїст Паблішинг»
Видавець: ТОВ «Егоїст Паблішинг»

Розповсюджується безкоштовно в елітних ресторанах, клубах, барах,
готелях, клініках, автосалонах, фітнес-центрах і магазинах Львова.
Частина накладу потрапить на домашні адреси або безпосередньо з
рук в руки найуспішнішим політикам і бізнесменам міста.

Наклад: 1000 примірників
Періодичність: 12 разів на рік
Підписано до друку: 07.08.2012 р.
Друк: Поліграф-сервіс

**Концепція та зміст журналу «Егоїст» є інтелектуальною
власністю. Частковий або повний передрук матеріалів,
а також інше їх використання або відтворення
допускається лише з дозволу редакції. За зміст реклами
відповідальність несе рекламодавець.**

ЗМІСТ

журнал справничного чоловіка
ЕГОЇСТ



БОРотьБА з ВОДОЮ І з СОБОЮ

стор. 30 >

ЗАХОПЛЕННЯ

стор. 28-51 >

КРЕМЕЗНІ ПЛЕЧІ - ЦЕ ПРОСТО

стор. 38 >



ВІДПОЧИНОК

стор. 52-69 >



МАЛЬТА: ОСТРІВ ВЕЗІННЯ

стор. 58 >

ДРІБНИЦІ ЖИТТЯ

стор. 70-83 >

ПОТЕНЦІАЛ ЗВИЧАЙНИХ ПРОДУКТІВ - ДЛЯ ПОТЕНЦІЇ

стор. 74 >



від редактора



Не знаю, як вам, а мені вже ну зовсім не хочеться говорити про вибори. Говорити, писати, читати, дивитися, слухати і просто думати. Але не виходить.

Може, і вийшло б, якби я не любив футбол і зовсім не виходив на вулицю. Теленовини не дивлюся, газети читаю

тільки тоді, коли щось туди пишу, причому лише до виходу в друк, без Інтернет-видань прожити можу... Але ж виходиш на вулицю, а там – планати, постери, сіті-лайти, біл-борди та інші морди... Або от хотів Євро подивитися спокійно – так кожного разу враження від футболу псувало оце гугняве «Яааа мааааюууу мріюууу...». А поміж тим комуністи: «Віддамо країну народу». «Нащо ви її взагалі брали?», – питають Інтернет-жартівники...

Але не про те мова. Я зовсім не проти виборів. І абсолютно не хочу закликати не йти голосувати. Це, звісно, особистий вибір кожного, але, як на мене, голосувати варто. Чому – то вже тема іншої розмови...

Вибори в Україні практично не завершуються. Замість коротких і динамічних американських кампаній, наші політики починають «опрацьовувати» виборця відразу по закінченню попередніх переговорів і не втомлюються це робити чотири чи п'ять років. Так, ніби хочуть переконати все населення країни, що ми – не люди, не громадяни, а лише «виборці».

Через це нівелюється саме поняття «вибору». Особливо ж – вибору усвідомленого. «Вибирай серцем», – кажуть усі. Як на мене, одна з ознак, які людину відрізняють від тварини, – вміння робити вибір не на основі інстинктів та чуттів, а ґрунтуючись на логічних умовиводах. («Голосувати серцем», – це те ж, що голосувати очима, вухами, пучками пальців або й навіть деякими іншими частинами тіла, але з додаванням флеру сентиментальності.

Якщо остаточно відірватися від політики, то існує не так уже й багато ситуацій, коли чоловік має право вибирати, покладаючись на емоції. Навіть квіти дружині чи хоханці варто обирати не такі, як «підказує серце», а такі, які їй подобаються. І далі – за аналогією.

То чи варто вимикати голову, коли йдеться про долю цілої країни?

подія місяця



Щоб нагадати кандидатам в депутати про відповідальність перед виборцями, рух «Чесно» символічно відновив традицію «ганебного стовпа» у Львові. В період передвиборчих перегонів «стовп ганьби» стане інформаційним майданчиком, де будуть оприлюднені імена тих кандидатів-мажоритарників, які не відповідають критеріям руху «Чесно» й партій, які не виключили недоброчесних кандидатів зі своїх виборчих списків. Першими на стовпі ганьби з'явилися прізвища депутатів, котрі голосували за скандальний мовний закон, а також назви партій, які відмовилися підписати угоду про дотримання принципів вибору кандидатів у депутати, задекларованих рухом.



ПП “Карабінери” охоронні послуги З нами Ви в безпеці!

www.carabineers.com.ua

Ліцензія Серія АВ №507481

м. Львів, 79035
вул. Зелена, 149 корп. 8а
(032) 247-20-90; 295-50-40
(067) 762-17-04; (099) 710-60-90
e-mail: carabineers@gmail.com
carabineers@mail.ru

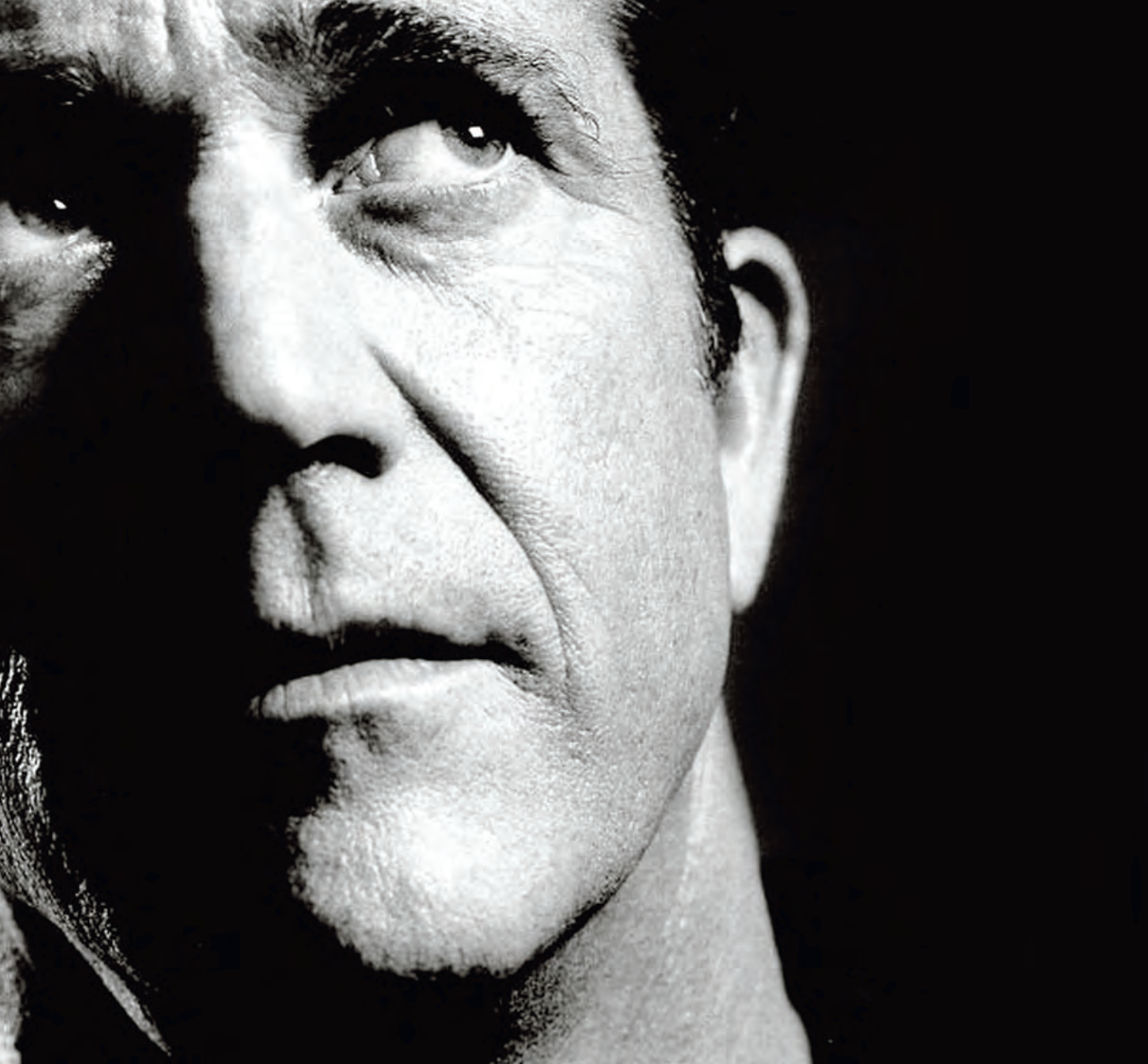
- Фізична охорона об'єктів
- Взяття об'єктів під пультову охорону
- Обладнання кнопкою тривожної сигналізації
- Спостереження за станом сигналізації
- Супроводження матеріальних цінностей та коштів
- Встановлення охоронної сигналізації
- Встановлення систем відеонагляду та домофонів





Львів'янка Яна Шемякіна завоювала для України першу золоту медаль Олімпіади-2012. У фіналі Яні більше години довелося чекати виходу на доріжку, адже судді ніяк не могли прийняти рішення щодо її суперниці. Але це не стало на заваді українці здобути перше «золото» для команди у Лондоні й дебютне у своїй кар'єрі. У додатковий час Яна Шемякіна з рахунком 9:8 здолала німкеню Брітту Хейдеманн. «Сьогодні – найщасливіший день у моєму житті. Я зрозуміла, що мрії збуваються, коли віриш і багато працюєш», – так прокоментувала свої перші емоції Олімпійська чемпіонка.

Фото PHL



Після двадцяти років
шлюбу я, здається, почав
розуміти, чого хоче жінка.
Відповідь –
десь посередині
між діалогом і
шоколадом...

[Мел Гібсон]

Тижень актуального мистецтва

31 серпня – 8 вересня 2012

галерея «Дзиґа» (вул. Вірменська, 35), Музей Ідей (вул. Вало́ва, 18а), Порохова вежа (вул. Підвальна, 4), Львівський палац мистецтв (вул. Коперника, 17), галерея «IconArt» (вул. Вірменська, 26), Фотоклуб «5x5» (пл. Коліївщини, 2), арт-простір на вул. Шевській, 1, галерея «detenpyla»



Четвертий «Тижень Актуального Мистецтва» представить інсталяції, об'єкти, відео, медіа, перформанси, виставки, лекції, дискусії та майстер-класи. Традиційно в рамках «Тижня» проходить фестиваль «Дні Мистецтва Перформанс у Львові» та працюватиме «Школа перформансу».

«Тижень Актуального Мистецтва» – це простір для творення, пошуку, генерування і трансляції новітніх тенденцій у мистецтві. Крім розвитку різних жанрів contemporary-art в Україні, «Тижень» ставить собі за мету подолання агресії українського глядача до сучасного мистецтва.

Нураторами цьогорічного бієнале є Володимир Науфман (Україна), Тамар Рабан (Ізраїль), Януш Балдиґа (Польща).

Концерт Polar Expedition

2 вересня 2012, 20:00

Арт-кав'ярня «Квартира 35» (вул. Вірменська, 35)



Лідером проекту є легенда норвезької джазової сцени – барабанщик Девід Сандбі (David Sundby). Polar Expedition – це новий міжнародний проект на європейській джазовій арені, який складається з музикантів зі Швеції, Норвегії, Польщі та України. Колектив утворився цього року і вже завоював симпатії Норвезької публіки. Музиканти є прихильниками американського мейнстріму і, за словами учасників гурту, для них головне – свінг.

Музиканти записали свій дебютний альбом і тепер презентують його у турне Польщею та Україною.

ДРАМА.UA

27–30 вересня,

Місця проведення визначаються

Фестиваль проходить під гаслом «Більше драми».

«Драма.UA» – це краш-тест нової української драми. Глядачі стануть безпосередніми учасниками процесу творення і обговорення найновішої драматургії разом із відомими драматургами, режисерами, акторами та критиками. Досліджуючи нове, фестиваль орієнтується на кращі зразки європейського театру та драматургії.



«Подих львівської сецесії»

Відкриття 4 вересня, 18.00

ТЦ «Opera Passage»

«Добре пам'ятаючи та осмислюючи минуле, ми здатні краще розуміти сьогодення та усвідомлювати себе в цьому світі. Поринаячи в минуле та формуючи в своїй уяві певною мірою адаптовану реконструкцію, ми здатні гармонізувати власне світосприйняття в площині шанобливого ставлення до вічних людських цінностей. Ідея історичного відтворення львівської сецесії виникла в мене декілька років тому. Проект створений на позитивному емоційному піднесенні. Тому робота проходила легко та невимушено. Ми всі мали змогу пережити романтику епохи сецесії. В певний момент відчувалось звільнення від проблем сьогодення, очищення від буденного клопоту та наповнення душі шляхетністю та витонченістю почуттів», – так описує підготовку фотовиставки її організатор Юрій Тітовець.



Салон-турне художньої фотографії «З любов'ю до Жінки»

Відкриття 7 вересня, 17:30

Національний музей у Львові



7-ий Міжнародний салон-турне художньої фотографії «З любов'ю до Жінки» проходить під патронатом Всесвітньої Федерації Фотомистецтва (FIAP), Фотографічного Товариства Америки (PSA), Королівського Фотографічного Товариства (RPS), Міжнародного об'єднання фотографів (UPI), Європейського Фотографічного Союзу (ISF), Спільноти Австрійського союзу фотоаматорів (VÖAV), Національної спільноти фотохудожників України та за підтримки Міністерства культури України.

Виставка триватиме 10 днів, складатиметься з 80 найкращих робіт українських та закордонних фотографів в секціях «Портрет», «Материнство і сім'я», «Жанрове фото», «Етно і тревел», «Мода та гламур», «Ню». Організатор: Фотогалерея Юрія Тітовця.

Вхід вільний.





ПОДІЯ ВЕРЕСНЯ

ЛЬВІВСЬКИЙ ФОРУМ ВИДАВЦІВ

**12-16 вересня,
Палац мистецтв**

Форум видавців у Львові залишається найбільшим книжковим фестивалем в Україні. До участі у ньому подано більше трьохсот заявок від видавництв та книготорговельних структур.

«Більшість заявок на стендові місця подано ще до 25 червня. Виставкової площі в Палаці мистецтв усім охочим, як і щороку, не вистачає. У списку очікування вже 15 видавництв, а заявки продовжують надходити. Трохи гірша ситуація з оплатою, видавці скаржаться, що не мають коштів, тому що дуже зменшилися продажі. Сподіваються на активність львівських читачів, які прийдуть на Форум», – розповідала виконавчий директор Форуму видавців Катерина Шевченко ще на початку серпня.

Участь у програмах Форуму вже підтвердило 108 письменників. Зокрема, DBC Pierre (Велика Британія), Вірляна Ткач (США), Богдан Задура (Польща), Мартін Поллак (Австрія), Адам Загаєвський (Польща), Дон Бруно Ферреро (Іспанія), Валерій Шевчук, Оксана Забужко, Юрій Андрухович, Юрій Іздрик, Ірена Карпа, Наталя Гузєєва (Україна) та інші.

На конкурс на здобуття премії «Найкраща книга Форуму-2012» подано майже 150 нових книжок.

Фото: vsiknygy.net.ua



От і знову вони до нас прийшли. Вони – це вибори, які кричать про себе з біл-бордів, рекламних роликів, Інтернету і газет... А з виборами, як воно ведеться в Україні, приходиться «безкоштовна», просто як сир у мишоловці, гречка. Подекуди вона й справді є гречкою, але останнім часом починає з'являтися ще й в інших образах. Навіть у вигляді квасу та морозива. А ще – в ремонтах доріг і (!) туалетів...

Полизати кандидата

Ось, наприклад, кримський представник Народної Партії Литвина Едуард Федоров демонструє бажання кожного політика, про яке вони, правда, не говорять вголос. Тепер виборці можуть не лише проголосувати за нього, а ще й... полизати. Причому зроблено усе дуже просто – завдяки випуску морозива, яке так і називається – «Федоров». На упаковці, як ви можете бачити на фото, – портрет (хоча у коментарях в Інтернеті частіше пишуть визначення «рожа» або «пика») кандидата і галочка, як у бюлетені.

Отаким нехитрим способом одночасно і підкупити виборця (у Криму якраз спекотно – і морозиво розбирають), і зганьбитися на всю країну. Проте, що поробиш: мандат – він, як краса, потребує жертв, та, як гроші, – не пахне...

Туалетні пристрасті

Щодо «не пахне», то це особливо актуально для найбільшої меценатки цієї кампанії, представниці Партії регіонів Ірини Горіної. Саме вона зараз є найпопулярнішим героєм колажів та жартів у мережі, витіснивши з першої сходинки навіть Наталю Королевську з її «мрією». Надто багато вже табличок із підписами на кшталт «Дорога ремонтується за підтримки народного депутата України Ірини Горіної» по її округу розставлено. Часом справді смішно: залатано ямку 10 см на 10 см, а поруч – плакат метр на півтора. «Подвиги мецената» Горіної і спонукали жартівників до створення схожих постерів, на котрих «Риба клює за підтримки Партії регіонів» і навіть «Земля крутиться за підтримки Партії регіонів».



А хіт сезону – туалетний папір в одній із громадських убиралень, біля якого висить табличка «Гігієна ваших сидниць здійснюється за підтримки народного депутата Ірини Горіної». Що тут скажеш... Нарешті регіонали знайшли гідне місце для своєї реклами!

Піар на святому

Не гребують спекулювати представники Партії регіонів та їхній сателіт Королевська навіть найсвятішим – вірою. Скандально відомий народний депутат Ігор Рибаків відзначився, потрапивши на обкладинку молитовника. На одному з фото можна побачити молитвослов, який народний обранець дарував на Зелену неділю парафіянам церков у 207 виборчому окрузі (м. Чернігів). Королевська ж, окрім популістичного ролика, у котрому обіцяє людям 1 тис. євро зарплати та 500 євро пенсії, випустила ще один шедевр – церковний календар. Цікаво, що і хустина, і загальний образ Королевської на фото дуже нагадують знамениті фотографії Тимошенко, зроблені у церкві. Отак-от водночас і на релігії піариться, й Тимошенко копіює...



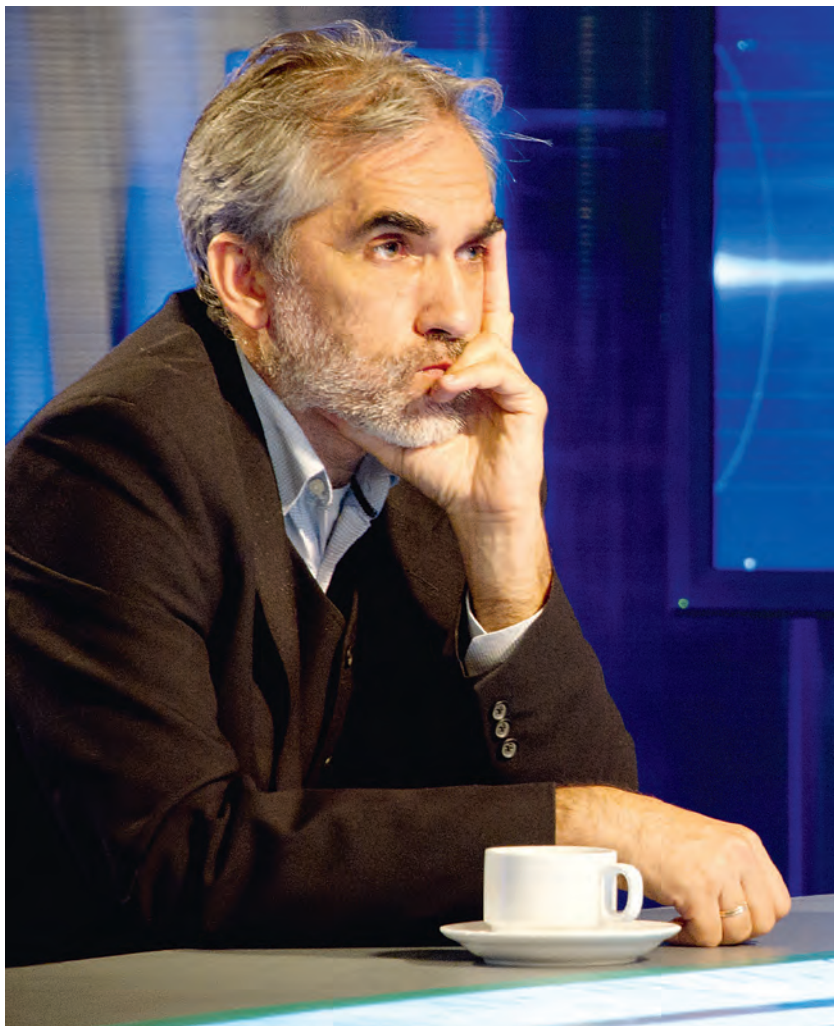
Усяка всячина

Загалом фантазія штабістів не знає меж. Так секретар Київської міської ради Олесь Довгий дарував тонометри з побажанням «довгого життя». А в Луганській області народний депутат від Партії регіонів Олексій Кунченко безкоштовно роздає виборцям окуляри. Отримати такий подарунок жителям міста пропонують лікарі під час огляду в офтальмологічному відділенні Севастопольської міської комунальної багатопрофільної лікарні. Однак для того, щоб одержати окуляри, необхідно заповнити анкету...

Усе це було б смішно, якби не було так сумно. Від того, що політики мають народ за бидло, яке можна купити банальним подарунком. Від того, що дехто справді «ведеться» на такі дешеві трюки. Від того, що далеко не всім можна пояснити, що це – порушення закону, а не «покращення життя вже сьогодні». І що ці всі люди, потрапивши у парламент, обов'язково «віддроблять» собі гроші, витрачені на «подарунки». І з відсотками...

Антін Бандера

Ярослав Грицак: «НАШІ ПРЕМ'ЄР-МІНІСТРИ ТА ПРЕЗИДЕНТИ НЕ ЗНАЮТЬ АНГЛІЙСЬКОЇ»



Пише цікаво, по-живому, сперечається аргументовано й пристрасно, все ще слухає «Бітлів», грає на гітарі. Так про історика Ярослава Грицака відгукуються його прихильники. Натомість Грицакові колеги часто зводять брови докупи і вкрай негативно описують свої від нього враження. В академічному світі цю людину не всі люблять так само, як і в політичному, – нещодавно до його будинку завітали декілька бритоголових молодиків, які представилися міліцією, але нагадували прихильників однієї з політичних сил, якими нас останнім часом нерідко лякають у телевізійних шоу.

Загалом, на перший погляд, історик Ярослав Грицак видається неприродно успішним для України чоловіком. Справа не в грошах-годинниках, а у силі спокою, якою наповнено його погляд. При цьому він активніший за юнака-максималіста: пише книги і блоги, їздить до Японії та США, читає лекції в УКУ й «Вуличному Університеті». У нього дружина і двоє синів, неабиякий творчий доробок та великий проект попереду – він пише свою історію України на замовлення одного із західних видань.

Ми говорили з Грицаком про причини і наслідки того, чим сьогодні живе пересічний громадянин. І коли нам перестане бути ліньки докорінно змінити обличчя цієї держави.

Українців об'єднують не герої, а жертви

– Під час своєї лекції, з якої у Львові почався проект «Вуличний Університет», Ви обмовилися, що разом із західними істориками працюєте над новою книгою з історії України. Мовляв, вона стане справжньою несподіванкою не лише для українських вчених, але й для звичайного читача...

– Якщо говорити точніше, то це буде швидше історія війни. Історія війни не лише України, а всього того регіону, який лежав між Москвою і Берліном. Однак очевидно, що в фокусі цієї книги буде Україна – бо вона була центром арени тієї війни.

– Якою у цій праці виглядатиме Україна?

Чим ваша версія відрізняється від тієї, яку ми знаємо з підручників?

– Давайте відмотаємо трохи назад. Ми знаємо, що Друга світова війна була найбільшою війною в історії. Як і Перша світова, почалася вона не з Америки і не з Азії, а з Європи. Очевидно, що та Європа, яку ми знаємо сьогодні, постала з досвіду війни під гаслом «ніколи більше війни».

Європейські народи не діляться на переможців і переможених, праведників і злочинців. Усі винні, бо всі піддалися Гітлеру, а деякі – ще й Сталіну. Жодна європейська країна у 1930-40-х не змогла встояти перед спонусом двох екстремістських «змів» – комунізму і фашизму. Виняток становила Англія. Але й та вважала, що головною причиною є расова вищість англосаксів над континентальними європейцями.

– Простіше кажучи, головним висновком Другої світової є розуміння, що у війнах винуваті всі. Тому не слід оперувати цими сторінками історії...

Якщо дивитися майже на тисячу років польсько-українського суперництва, то те, що сталося за останнє двадцятиріччя, можна назвати справжньою геополітичною революцією!

– Так, теперішня Європа постала із примирень. І першим з них було німецько-французьке 50-х років. Це був договір про спільне виробництво металу і вугілля, який супроводжувався договором про примирення...

– З чого, власне, і постав Європейський союз...

– Так, і значною мірою це примирення, як і початок Європейського союзу, було ініціативою двох лідерів – Шарля де Голля й Конрада Аденауера. Двоє

були антифашистами, а тому незаплямованими колабораціонізмом у роки війни. Ба більше: обоє були у русі опору. Тим не менше вони відчували необхідність вибачитися за свої народи. Наступним кроком був діалог між німецькими та польськими єпископами під час революційного Другого Ватиканського собору у 1960-х. Власне, у цьому діалозі вперше з'явилася формула вибачення: «Прощаємо і просимо вибачення» – євангельська за своєю суттю, але універсальна за своїм застосуванням. Такі кроки не знаходили розуміння у суспільстві. Комуністичну Варшаву дратувала заява польських єпископів: «Хто їх просив?». Польські комуністи воліли говорити, як вони «перемогли» у війні та відвоювали у Німеччини «віковічні польські землі» на Заході. Але єпископи-поляки були далекогляднішими за поляків-комуністів: німецько-польське поєднання – це одна з основ, на яких зараз стоїть Європейський союз.

– Повернімося до України. У чому наша користь від цих кроків 50-річної давнини?

– Україна має до цього прямий стосунок – особливо, якщо хоче до Європи. Першим кроком до цього стало польсько-українське примирення останніх двадцяти років. Чи хтось зараз у Львові ще пам'ятає, які страсті ривували тут 10 років тому з приводу Цвинтаря Орлят? А нині ми у Львові – як і в ще декількох містах України та Польщі провели спільний футбольний чемпіонат. Якщо дивитися майже на тисячу років польсько-українського суперництва, то те, що сталося за останнє двадцятиріччя, можна назвати справжньою геополітичною революцією!



Як на мене, польсько-українське примирення за своїм значенням близьке до французько-німецького: так само, як те поклато початок об'єднаної Європи, наше порозуміння дає шанс на поширення нової Європи далі на Схід, аж до Уралу. Наступним на черзі мало би бути українсько-російське примирення. Але за Путіна його дарма чекати: він розуміє вибачення не як ознаку моральної сили, а як ознаку слабкості. Тому передумовою нової Європи на Сході має бути зміна влади у Кремлі, і то не маріонеткова, а справжня.

А поки цього не сталося, ми маємо прагнути до українсько-українського примирення. І власне про це йдеться в нашій майбутній книжці. У першу чергу, ми хочемо протиставитися у цій роботі героїчній версії війни, яка історично є неправдивою, а морально шкідливою. Бо ця версія святкує війну як велику пригоду, об'єднання героїчних зусиль тощо. А ті, що воювали, розкажуть вам що інакше: війна – це брудна справа, навіть коли захищаєшся.

Ми хочемо перенести наголос з героїв на жертв.

І це буде «Коперників переворот»! Особливо в умовах України. Чому? Бо найбільшим, що роз'єднує українців, окрім мовного питання, є пам'ять про війну, а у цій пам'яті – пам'ять про героїв. Українці не можуть зійтися на Бандері чи на Сталіні. Але соціологія показує, що вони потрохи годяться одні з одними, коли починають говорити про жертви. Подивіться на «нарколомну кар'єру» в останні роки пам'яті про Голодомор – ця пам'ять у короткий час об'єднала усіх українців.

Коли казали, що Львів має бути українським, теж всі сміялися...

– Ідучи на цю зустріч, я розповів про це кільком знайомим, серед яких були і Ваші колеги-науковці: етнографи і філософи. Ні одні, ні інші не поділили мого захоплення Вашими працями...

– І напевне, мають рацію.

– А чому так, як Ви гадаєте?

– Ну, це ж у них слід запитати.

=====

Найбільшим, що роз'єднує українців, окрім мовного питання, є пам'ять про війну, а у цій пам'яті – пам'ять про героїв.

=====

– Я знаю, чому. Бо про це і йдеться – про ревізію не лише героїв Другої світової, а про зміну поглядів на цю війну.

Консервативне ставлення до «світочів нації» має дуже стійку природу. А Ви говорите про «Коперників переворот», про те, що не лише герої лишилися по війні. Чи цей переворот за таких обставин відбудеться? Вас не сплять на вогнищі?

– Гадаю, що до таких крайнощів не дійде. Просто буде кілька людей, які перестануть подавати руку і будуть переходити на інший бік вулиці. Такі вже є, і це, признаюся, болять.. Але, з іншого боку, я розумію, що справжні речі ніколи не є радісними, вони завжди болючі. І це треба перетерпіти. Де-де, а у Львові до гільйотини не дійде, я сподіваюся. Я завжди кажу: у місті, де п'ють каву, важко собі уявити кривавий терор.

Але відкинемо особисте вбін. Ми повинні працювати на примирення, не думаючи про швидку винагороду. Ми не спринтери, ми стайери – тобто бігаємо на довгі дистанції. А зазвичай є так, що те, з чого сьогодні сміються або чим дратуються, завтра може стати загальноприйнятою нормою.

– Наприклад?

– Був такий Єжи Гедройць. Редактор паризької «Культури» Єжи Гедройць. Це, без сумніву, був один з найкращих журналів у польській історії. Туди писали Гомбрович, Кулаковський, Мілош та інші. Гедройць любив напівсерйоз-напівжартома хвалитися, що зумів зібрати навколо себе людей, розумніших та талановитіших за нього, і змусив їх працювати на себе. Й от на початку 1950-х на сторінках «Культури» Гедройць підтримував лозунг, що «для добра поляків ми маємо визнати, що Львів – це українське місто, а Вільнюс – литовське». Після того, як він це зробив, його відкинула практично уся польська діаспора. Його вважали зрадником усі, бо вся еміграція прагнула повернутися до кордонів 39-го року, за яких Львів був польським. І почалися для Гедройця дуже важкі часи: оскільки він був антикомуністом, до того часу його ненавиділи комуністи; а відтепер його почали недолюблювати і в діаспорі. Братом по нещастю для нього був Чеслав Мілош, якого польські емігранти обзивали «комунякою» і радили повіситися на гілляці. Ціною запропонованої Гедройцем альтернативи стали самотність і ненависть. Але ж погляньте! Минуло 50 років, й сьогодні виголошена редактором «Культури» теза є доконаним фак-

том. Ба більше: поляки кажуть, що єдиний консенсус, який зараз існує у польській політиці, – це щодо важливості підтримки України.

За вікном кав'ярні, у якій ми ведемо розмову, стоять польські туристи. І справді, у них не виникає питання про те, чи є Львів польським містом...

– За цією ж схемою можна уникнути багатьох українсько-російських конфліктів, як от бійки на львівському Марсовому полі...

– Власне. Виявляється, що потрібен якийсь один чи два інтелектуали, з яких усі сміятимуться. А через 50 років їхні слова стануть нормою. Якщо ми думаємо у категоріях стайєра, а не спринтера, то важливим є запропонувати таку альтернативу, за якої неможливе сьогодні стане не те що можливим, а нормальним завтра.

«Солідарність» почалася з діалогу двох людей

– У нашому суспільстві загалом, і серед інтелектуалів зокрема, зростають протестні настрої. Дуже багато романтиків порівнюють сучасну Україну з тією ж Польщею часів «Солідарності», коли на один бік почали ставати всі – від робітника на заводі до професора в університеті. Однак у «Солідарності» були всі умови для солідарності – одна мова, спільна церква, спільна, зрештою, історія... Чи наше суспільство загалом готове зрозуміти себе як націю, щоб почати нарешті змінюватися?

– Не ображайтеся, але ви трошки ідеалізуєте Польщу. Ми повинні розуміти, що «Солідарність» – це не просто гарне гасло. Це ще й певна концепція. Поясню на прикладі: у комуністичній Польщі владу так само не любили,



Я завжди кажу: у місті, де п'ють каву, важко собі уявити кривавий терор.

як нинішні українці не люблять свою. Й поляки час до часу виходили зі своїми протестами на вулиці – у 1956, 1968, на початку 1970-х. Але всі вони були розрізнені, тож уряд дуже легко з ними справлявся. Польський комуністичний уряд застосовував «тактику саямі»: важко проковтнути усю ковбасу – але її можна з'їсти, відрізуючи шматок за шматком: нині ми арештуємо священиків, завтра – робітників, післязавтра – інтелігентів-антикомуністів. Головне, щоб, коли прийдуть за священиками, робітниками й інтелігентами мовчали. Те саме маємо сьогодні в

Україні – чорнобильці й вчителі спокійно спостерігають за «податковим майданом», а коли починають притискати чорнобильців чи вчителів, дрібні підприємці воліють у ці справи не пхатися.

«Солідарність» почалася з того, що у 1970-х Адам Міхнік написав дуже важливу книгу «Церква, лівиця і діалог». Антикомуністична лівиця, до якої належав Міхнік, була некатолицькою, а багато з її лідерів взагалі – страшно сказати – були євреями. Натомість з точки зору антикомуністичної церкви «поляки» дорівнював «католику» – й у цій концепції лівиця виглядала чужим тілом. Тож поляки мали дві антикомуністичні Польщі: одну – католицьку й консервативну, іншу – незатишно ліву й некатолицьку. При такому «двоподілі» комуністам було легко панувати над одними й іншими. А Міхнік написав: якщо лівиця хоче вигра-



ти і змінити Польщу, вона повинна почати нормальний діалог з церквою.

– І що від цього змінилося?

– Цю книжку прочитав о. Йозеф Тішнер, професор богослов'я та філософії. Він вирішив, що у цьому щось є. Тож діалог почали лівий Міхнік і католицький Тішнер. З цього народилася «Солідарність». Ліві зрозуміли, що, грубо кажучи, повинні привести робітників до церкви, а костел почав надавати майданчики некатолицьким інтелектуалам.

– І ця ідея спрацювала...

– Так. А вже потім почалося одне польське диво за іншим: поляк Кароль Войтила став Папою, у 1980 р. з'явився масовий робітничий рух

«Солідарність», а у 1989 р. польські антикомуністи виграють вибори і формують перший антикомуністичний уряд у комуністичному блоці. Звичайно, ця ідея працювала, бо був спільний ворог. Сьогодні, коли цей ворог зник, поляки знову діляться на дві Польщі. Але тепер це вже не має жодного значення – бо сьогодні у поляків є нова Польща, сильна економічно і стабільна політично. У цьому сенсі, мені здається, ми, українці, маємо чого повчитися...

Не хочеться бігати по колу на старих кониках

– Досвід «Солідарності» показує, що нам потрібен компроміс?

– Так, компроміс має бути. І він повинен бути болючим. Це не має бути

щось, знаєте, приємне. Компроміс не-комфортним виводить з поля комфорту... Коли той самий Міхнік написав цю книжку, дуже багато його вчорашніх друзів перестали з ним вітатися. Так само, як Гедройця, багато хто його вважав зрадником. Однак, як виявилось потім, Адам був правий – незабаром усі зрозуміли, що слід змінювати систему, бо на старих конячках далеко не заїдеш.

– Є надія?

– Це залежить від нас. Думаю, що наша теперішня ситуація у багатьох моментах нагадує стару польську. І там, і тут маємо владу, яку мало хто любить, а все більше і більше ненавидить. І маємо країну, яка загрозово котиться у третій світ. Надія буде, якщо ми почнемо серйозно думати про нову тактику та нову стратегію. Бо це не лише про Януковича можна сказати, що після 2004 р. він нічого не навчився й нічого не забув. Боюся, що це саме можна казати про нашу опозицію. Вона знову бігає по колу на старих конячках.

Не треба вказувати, як голосувати. Достатньо сказати: «Не бійся!»

– Польська «Солідарність» була не лише діалогом між лівими і правими. «Солідарність» була перемовною між широкими масами та інтелектуалами. Зараз ми маємо «Ініціативу 1 грудня», яка мало відома, але добре що є... Це об'єднання утворилося на заклик представителів українських церков. До її складу увійшли визнані українські авторитети – від філософа Мирослава Поповича до психіатра Семена Глузмана. Однак, як на мене, їхніх голосів ніхто не чує...

– Бо як можна почути когось, якщо ніхто нічого не говорить? «Ініціатива 1

грудня» є, але вона мовчить. Чи, вірніше, її голос слабо чути. Вона перетворюється на дискусійний клуб. Від першого грудня більше півроку минуло, а суспільство досі не дістало від «Ініціативи» чіткого меседжу.

– Якого, наприклад?

– Для тієї самої Польщі дуже важливим став простий лозунг «Не бійся!». Ці слова пролунали з вуст Івана Павла II, коли той приїхав до Польщі. Папа мав на увазі інше – мовляв, не бійтеся, Бог завше з вами! Але цей лозунг сприймався інакше – не бійтеся цієї системи, не бійтеся цього уряду, протиставляйте цій сильній владі іншу силу, силу духовного спротиву.

– Але Україна – не Польща.

– Я погоджуюся, Україна поділена історично, мовно та церковно. І у такій ситуації потрібне щось таке, що може об'єднати цих різних людей. Такий собі «колективний папа». «Ініціатива 1 грудня» могла б відіграти таку роль і ще може. «Ініціатива 1 грудня» – це перш за все представники усіх церков. Навіть Московський патріархат прислав туди свого речника! Там багато і світських людей, кожен з яких має авторитет принаймні у частини українців. При цьому учасники «Ініціативи 1 грудня» не повинні займатися політикою щоденно – для цього, зрештою, є політики. «Ініціатива» повинна подавати голос, як кажуть росіяни, «редко, да метко». Не варто, скажімо, вказувати, як треба голосувати. Достатньо сказати оте «Не бійся!». Не бійся виступити проти фальсифікацій, не віддавай нікому свій голос – бо це злочин і перед Богом, і перед країною.

– Чи почують?

– Є шанси. На суспільство, яке не боїться, влада не має ніякого впливу. Не можна грати з владою на її полі та за її правилами, тому що вона тоді неодмінно переможе. Треба вивести владу за межі її поля, змусити її грати за своїми правилами – і тоді вона одразу слабшає.

Спецслужби сприймають Україну дуже примітивно

– Можливо, слід згадати принцип, за яким свого часу з кризи вибралася Іспанія та інші країни? Можливо, нам також на якийсь час треба «забути історію»?

– Так, я про це говорив. Слід ввести мораторій не лише на історію, але й на мову. Не назавжди, звісно, а на деякий час. І я бачу, що принаймні серед учасників «1 грудня» ця думка спрацювала – ніхто не згадує ні про мову, ні про історію. Люди швидше гуртуються навколо цінностей... А про історію можна буде сперечатися, коли рівень життя стане комфортним для більшості населення – і для правих, і для лівих, і для всіх інших.

– Ми вже багато поговорили про солідарність та об'єднання. Одним з принципів і демократії, і європейської реальності є терпимість. Простіше кажучи, демократія – це влада більшості, при якій захищена меншість. На вашу думку, як у нас із терпимістю і толерантністю?

– Рівень нетерпимості в Україні, на жаль, постійно зростає. Це ефект останніх 10-ти років, зокрема Помаранчевої революції – те, що сталося під час і після неї, можна назвати холодною громадянською війною. Але,

крім цього, на толерантність серед українців повпливали інші фактори. Скажімо, теракти 11 вересня, як це не дивно. Відчувши загрозу, українці закрилися проти усіх, хто, на їхню думку, несе небезпечу тероризму. Соціологія показує, що наші співгромадяни справді вороже ставляться до арабів чи чеченців. І одних, і інших майже нема в Україні. Тому ця загроза є не реальною, а віртуальною – але тим не менше вона сильно впливає на почуття українців.

Тобто рівень нетерпимості зростає. І це погана новина. Добра полягає у тому, що він досі не перетнув граничної межі – і, як виглядає, таки її не перетне.

І ще одна дуже важлива річ. Незважаючи на те, що Україна є дуже поділеною релігійно, у нас майже немає насильницьких конфліктів на духовному ґрунті. У нас вбивають журналістів, підприємців, політиків – але чи ви чули коли-небудь, щоби хтось загинув від рук релігійного фанатика? У нас кілька християнських конфесій, нехристиянські громади, але справжніх, майже цивілізаційних конфліктів нема! І це дуже добре. До речі, багато світових дослідників у цьому сенсі порівнюють Україну зі США чи Індією: така ж сама релігійна мозаїка, й така сама, окрім всього, політична стабільність.

– А скажіть, оце підвищення рівня толерантності – воно має стати причиною чи наслідком змін у суспільстві? Тобто, українці дійдуть до компромісу завдяки терпимості? Чи навпаки – терпимість стане наслідком компромісу?

– Неможливо дати відповідь на таке питання. Це як курка і яйце – хто з них перший?

– Ну от, взяли всі мої надії повалили. Я вже сподівався, що восени у нас трапиться компроміс, і ми всі одразу заживемо щасливо...

– Ні, такі зміни, той самий «Коперників переворот» не можна прогнозувати. Хоча переміна системи визріває довго, відбувається вона швидко і несподівано. Особисто я вважаю, що Україна зараз саме дозріває до таких революційних змін у світогляді. Але прогнозувати щось дуже складно. Бо Україна дуже непередбачувана.

– Можливо, саме тому операції іноземних спецслужб не мають успіху в нашій державі? Тим самим бійкам на Марсовому полі 9 травня 2011 ніхто не повірив, бо всі розуміли, що передумов для цього не було...

– Так. Помилка цих, як ви кажете, спецслужб у тому, що вони сприймають Україну дуже примітивно. Зрештою, мої знайомі-економісти кажуть, що теперішній український уряд припускається тієї ж помилки: вони не розуміють усієї складності, усієї різноманітності України. Вони сприймають державу як, умовно кажучи, великий Донбас. Чи навіть гірше – ставляться до неї, як до завбазу до свого підприємства. Вони дорвалися до влади у великій країні, а думають про неї на рівні директора заводу чи голови колгоспу. І це їхнє найслабше місце.

– Ну але в цьому була помилка і попередньої влади, яка сприймала Україну, як Галичину, грубо кажучи...

– Так. Як хтось влучно сказав про українську еліту: владний клас України є дуже низького класу.

– Він у нас відсутній практично...

– Ну ні, політична еліта у нас є, бо за визначенням, елітою є ті, хто при



владі. Інша справа, що вона є дуже провінційною. Їх так виховували, це радянський стиль – думати у категоріях такої собі Української РСР, відрізаної від зовнішнього світу. І Ющенко, і Янукович, і Тимошенко є, на жаль, вихованцями тієї еліти. Візьміть дуже простий факт: жоден з них не знає англійської мови. Єдиною мовою між національного спілкування для них є російська. Це говорить про те, в якому просторі вони живуть.

Що тішить: за останні двадцять років у нас з'явилося «покоління Y». Це генерація Інтернету, а він є за означенням

глобальним. Це означає одну просту річ: за своїми цінностями молоді люди 15-25 років зараз набагато ближчі до своїх ровесників у Польщі чи Іспанії, аніж до нас, старших українців, які мають 50 років і більше. Коли ці молоді люди за 20-25 років перестануть бути молодими, й увійдуть у вік, коли на їхні плечі за означенням впаде тягар відповідальних рішень, це вже буде інша країна. Тому, хоч це й звучить банально, боротьба за майбутнє України є боротьбою за це покоління – за людей таких, як Ви.

Володимир БЕГЛОВ

акція з 10.07 по 29.09

* - під виграшем розуміється можливість
придбати iPad2 від Apple за 1 грн



ВИСИТЬ ЯБКО, ВИСИТЬ
придбайте обручки -
виграйте iPad2 *



 **АДАМАС**
ювелірна компанія

ТЦ "King Cross Leopoldis"
вул. Любінська, 104
ТЦ "Шувар"



Оксана Юринець: ЖІНКА УСПІШНА, КОЛИ ПОРУЧ МІЦНЕ ПЛЕЧЕ

Оксана Юринець – єдина жінка, яка має намір балотуватися у мажоритарному окрузі Львова від партії УДАР – не на жарт сплутала карти чоловікам-політикам. З опонентом-жінкою завжди важче сперечатися, принаймні якщо чоловік не забуває, що він саме чоловік, а не лише політик. До того ж, пані Оксана – економіст (кандидат економічних наук) за покликанням і фахом, а не заради диплома, як зазвичай буває в українських політиків. Біля неї важко спекулювати опозиційністю, адже свою опозицію до чинної влади на чолі з президентом Януковичем вона доводить роботою в обласній раді. З таким опонентом важко піаритися на мовному питанні тим, хто перейнявся проблемами української мови лише перед виборами, адже Оксана Юринець уже давно є членом Товариства «Просвіта» НУ «Львівська політехніка».

Утім, «Егоїст» більше цікавило теперішнє життя депутата обласної ради та майбутні плани жінки, яка, цілком вірогідно, представлятиме Львів у Верховній Раді уже за кілька місяців. Щоправда, почалася розмова доволі несподівано – поруч був увімкнений телевізор, і в новинах якраз показували приліт українських олімпійців з Лондона. «Мені особливо приємно, що почалися наші золоті медалі з фехтувальниці, а завершив Олімпіаду золотом наш боксер», – прокоментувала Оксана Юринець. Перше питання виникло саме собою:

– З прихильністю до боксу у випадку з членами партії УДАР все зрозуміло. А звідки любов до фехтування?

– Це історія з дитинства, коли сама займалася фехтуванням. Відтоді намагаюся стежити за змаганнями з цього виду спорту, вболіваю за українських спортсменів...

– Невже і Ви, як Ваш лідер, професійно займалися спортом?

– Ніні. До професійного рівня не дійшло. Просто у шкільні роки ми жили у Підбірцях під Львовом. А тамтешня школа завжди славилася тим, що мала багато якісного спортивного обладнання. Протягом всього року можна було займатися фехтуванням, а взимку – санами або лижами. І тренери до нас приїжджали доволі відомі. Але, зрештою, спорт перейшов у хобі, а на першому місці по закінченні школи стали наука і громадська діяльність. Мене завжди цікавили економіка та суспільні проблеми. Так обрала фах економіста, а паралельно почала займатися громадською діяльністю: товариство «Родина», що разом з УМХ вирушало на з'їзди молоді, європейські та світові. Була активістом і товариства «Просвіта», студентських організацій, потім – Рада молодих вчених НУ «Львівська політехніка».

– Виходить, не спортивний досвід привів Вас у партію УДАР до Віталія Кличка?

– Зовсім ні. На початку це був просто інтерес до діяльності людей, яких добре знала, і які створювали обласну організацію УДАРу. Хоча спершу ставилася до того скептично. Однак коли почала заглиблюватися, зрозуміла, що назва УДАР – то не якесь епатанжне гасло. «Український демократичний альянс за реформи» – повна назва партії, яка несе значно глибший зміст. Адже демократична влада і ліберальна економіка, на мою думку, – саме те, що потрібно Україні для системних змін. Адже рівні для всіх умови ведення бізнесу, позитивний інвестиційний клімат, захист особистих прав та свобод громадянина стосуються не лише бізнесменів, а й кожного. Осільки це і робочі місця, і відрахування, які потім ідуть на соціальні програми, і середовище, в якому набагато тяжче виживати системі тотальної корупції, яка є в нашій державі.

Остаточне ж рішення ухвалила після особистої зустрічі з Віталієм Кличком. По-перше, зрозуміла, що ми поділяємо схожі, ліберальні, погляди на економіку і на суспільний розвиток. По-друге, відчула справжню чоловічу силу. Опираючись на такі міцні плечі, жінкам, яких в УДАРі немало, набагато легше працювати в справі, яку традиційно в Україні вважали чоловічою.

Зараз я вкотре переконалася у правильності свого вибору. Адже саме УДАР найбільш послідовно дотримується демократичних принципів. Ми



першими оприлюднили список потенційних кандидатів. Саме ми, поки інші лише говорили про люстрацію, справді відсіяли всіх, щодо кого виникли підозри у корупційному минулому. Саме серед наших кандидатів будуть відсутні люди, за плечима яких є негативний досвід минулого депутатства.

– А як взагалі з'явилася ідея зайнятися політикою?

– Уперше замислилася про це ще як учасник міжнародних культурних обмінів. Ми багато їздили за кордон зі студентами, і мене часом вражав подвійний стандарт у ставленні до українців. Навіть у дрібницях з нами часом поводилися гірше, і притому ми самі звикли це терпіти. Мене драгувало і те подвійне ставлення, і відсутність обурення ним з боку більшості українців.

Але остаточне рішення сформулювалося десь у 2005 році, після Помаранчевої революції. Ми повернулися з неї дуже натхненні, з купою ідей щодо громадських проєктів, з вірою в нові умови для бізнесу. Запустили

власне виробництво з думкою про те, що цю владу треба підтримувати, що тепер у нас своя Україна, тут треба й самим все провадити почесному, платити податки, пропагувати це серед знайомих. Але, зрештою, час ішов, гасла залишалися гаслами, попри всі заяви, значно легше справи йшли в тих, хто займався дурисвітством, бандити все не сідали у тюрми... І десь в цей момент ми з чоловіком зрозуміли, що не можна чекати, що хтось змінить Україну за нас. Що коли все довкола тоне в корупції, неможливо щось змінити, лише чесно виконуючи свою роботу одній людині чи навіть невеликій групі. Треба йти у владу і змінювати її зсередини.

– А як виникла ідея балотуватися в депутати Верховної Ради?

– Загалом це доволі логічне рішення для людини, яка займається політикою. Якщо вже сказано «А», то треба колись сказати й «Б». Тим більше, що я вже реалізувалася у сім'ї, як дружина людини, котра повністю поділяє і мої життєві цінності, і політичні погляди, як мама двох дітей. Так само – як науковець та громадський діяч. Здобуваю безцінний досвід в обласній раді, де намагаюся працювати, а не лише числитися, як деякі колеги... Зрештою, остаточно рішення викристалізувалося, коли стало зрозуміло, що буде балотуватися від інших партій в окрузі, з яким найбільше працюю як депутат обласної ради. Але не буду хаяти потенційних суперників. Це люди з доволі довгою і відомою політичною історією, виборці зможуть судити про них краще за мене.

– У Львові у Вас доволі комфортне життя. Своє житло, друзі, родина, діти тут ходять в школу і садочок, мають друзів... Чи готові Ви кинути це все і переїхати до Києва, де в депутата Верховної Ради робоче місце?

– Насправді це міф – що народний депутат має жити у столиці. Його поширюють політики, які лише формально вважаються львів'янами, а насправді вже давно побудували своє життя у столиці і в проблемах Львова не особливо й орієнтуються. Насправді навіть законодавством чітко передбачено, що чималу частку робочого часу народний депутат має проводити у своєму окрузі. Тому я не планую, якщо стану депутатом, переїжджати на постійно до Києва. Їздити на сесії, на засідання комітету – так. В принципі, у столиці в нашої родини багато друзів, які можуть час від часу прихистити. Та й на якийсь комфорт під час поїздок на роботу просто не буде часу.

– Це означає, що Ви відмовитеся від квартири, яка належить депутатові Верховної Ради?

– Я б не забігала настільки наперед. Треба вирішувати проблеми з їхньою появою. Спочатку треба ще виграти вибори. Над таким питанням, як депутатська квартира, я взагалі ще не замислювалася. Але можу сказати точно: навіть якщо її доведеться взяти, то це буде не приватизація, а лише використання на час депутатських повноважень, з поверненням державі після закінчення мандата. Зрештою, такий принцип давно пора втілити й законодавчо, зважаючи на те, які величезні в Україні витрати на депутатський корпус та чиновницький апарат.

– Якщо вже заговорили про зміну законодавства – яким буде перший законопроект, поданий народним депутатом Оксаною Юринцею?

– Зважаючи на те, що відразу після виборів головним завданням Верховної Ради буде ухвалення бюджету, то перші ініціативи будуть стосува-

тися саме бюджетного процесу. У мене, як і в інших львівських кандидатів від УДАРу, вже намічені певні кроки в цьому напрямку. Насамперед ідеться про контроль за тим, аби парламент не «забував», як це було раніше, виділяти гроші на охоронну діяльність в зоні історичної спадщини ЮНЕСКО у Львові. Адже це передбачено законом, а на практиці Львів недоотримує гроші, критично необхідні на захист пам'яток архітектури. Це ж нонсенс – саме на Львівщині зосереджено понад 50 відсотків усієї історичної спадщини України, а гроші йдуть в набагато бідніші архітектурно й історично регіони...

– Та все ж, окрім поправок до бюджету, яким буде перший законопроект власного авторства?

– Думаю, це не буде проект виключно Оксани Юринець, а підготовлений цілою групою в партії УДАР, як за моєї участі, так і за участі нашого лідера. Йдеться про ініціативу щодо перенесення до Львова одного з міністерств. Радше за все, ітиметься про Міністерство науки, освіти, молоді та спорту. Це, по-перше, автоматично підвищить статус міста. По-друге, навряд чи за перебування у Львові Табачник чи інший міністр дозволить собі такі антиукраїнські випадки, які він робить, сидячи у Києві. Крім того, це дасть змогу Львову притягнути щонайменше нові державні, якщо не приватні інвестиції. Не варто забувати, що реалізувавши успішно насамперед для власних кишень Євро-12, зараз владоможці у Києві палають бажанням протягнути проект Олімпіади-22 в Україні, зокрема у Львівській та Івано-Франківській областях. Якщо профільне міністерство буде у Львові, шанси на те, що гроші, витрачені з бюджету на цей проект, осідатимуть тут, суттєво зростають.

З інших законопроектів, які вважаю критично важливими для України, насамперед згадаю законодавство, яке регулює права місцевого самоврядування в Україні. У нас є жахливий переніс повноважень на користь центральної влади. Та й ми, окрім короткого періоду після революції, практично не мали влади, яка б цим перекидом користалася на користь Львова. Як наслідок, наші податки часто йдуть на підтримку часом цілком і без того успішних металургійних підприємств. У той час, коли Львів робить ставку на туристичну сферу, на сферу послуг, на високі технології. Тому йдеться не просто про те, щоб залишати тут більшу частку податків, але й можливість розподіляти їх використання відповідніше до пріоритетів, обраних містом.

– Це речі, які стосуються всього міста чи навіть усієї країни. Ви ж говорите про те, що збираєтеся жити у Львові, аби постійно бути в окрузі. Що плануєте зробити саме тут?

– По-перше, продовжити справу, розпочату в обласній раді, де я беру участь у тимчасовій контролній комісії з розв'язання проблемних питань забезпечення житлових прав мешканців гуртожитків та сприяння дотриманню житлового законодавства суб'єктами підприємництва Львівської обласної ради. Їх дуже багато саме у Франківському районі. Думаю, маючи повноваження як щодо депутатських запитів і звернень, так і проведення виїзних засідань комітетів Верховної Ради та законодавчої ініціативи, зможу впливати на процес ефективніше.

Другий пріоритет – це здоров'я дітей та підлітків. Адже округ доволі строкатий, і поміж заможними й забезпеченими масивами є доволі де-



пресивні. Деколи нас приводять у двори, які просто завалені використаними шприцами. І старші хлопці або батьки дітей звертаються навіть не за якимись крутими майданчинами. Просяють: «Поставте кілька перекладин і бруси, щоб можна було займатися фізичними вправами та показувати малим, що алкоголь і наркотики – не єдиний спосіб відпочинку». Мене, як маму, це питання дуже непокоїть. Так само як і дії, а частіше бездіяльність міліції, яка щонайменше просто ігнорує проблему наркоманії.

Ще один проект, який хочеться втілити на території округу – повноцінна відпочинкова зона. Адже тут із цим доволі проблематично, незважаючи на те, що є такий фантастичний природний ресурс, як Пісочні озера. Створити систему очищення води, привезти кілька вантажівок пляжного піску, ізолювати місця відпочинку людей від території, де вигулюють собак – і тут можна створити просто райський куточок. На жаль, цим не хоче займатися міська влада, тому на неї доведеться тиснути завдяки депутатському мандату...

Розмовляв Андрій Кожушок



ЖІНКИ
ПРО
ЧОЛОВІКІВ

У 32 ПРОСТО
ХОЧЕТЬСЯ
БУТИ
ЩАСЛИВОЮ!

Я навіть не можу згадати, коли вперше почала замислюватись над роллю чоловіка у моєму житті... Мабуть, чи не для кожної дівчинки ідеал справжнього чоловіка – це тато, адже саме він з дитинства є першим прикладом чоловіка, а ще дід, потім – брат. До цього списку з часом додається «Василько з першого класу», «Сергій з університету»...

Але справжнє усвідомлення того, хто ж такий «чоловік» приходить тоді, коли ти вже здобуваєш певний досвід, коли починаєш бачити як позитивні, так і негативні сторони чоловічого «я». У цьому нам допомагають друзі, вдалі або ж невдалі стосунки і сльози, які бувають не тільки від щастя.

Мої думки стосовно чоловіків мінялися з роками. Я, мабуть, поділю свою розповідь на три періоди.

Мені було 16, а його звали Тарас (назву його цим іменем, щоб не ображати справжнього героя цієї історії). Образ із фільму «Плакса» – стильна зачіска а-ля Джонні Депп, висоний, зрозуміло, що був ще тим розбишакою, – дівчатам же не подобаються «чемні» хлопчики. А коли напакостив, то завжди писав мені вірші та завалював квітами. Ну як тут не закохатися?! Одним словом, справжнє кохання, яке, як здається в той час, триватиме вічно. Але ось інший бік медалі: любов до пляшки, безкінечна брехня, відсутність часових рамок – «сьогодні» могло настати «завтра». Не обійшлося у цій історії і без інших дівчат, яким він, мабуть, теж писав вірші та дарував квіти.

Уже в 26 я почала помічати у чоловіках набагато більше. Вже простими віршами чи пустими словами мене не заманиш. Парадокс у тому, що ми даємо собі мільйон обіцянок, мовляв, я більше ніколи не стану на ті ж граблі. Можливо, я й не наступала

на «ті ж граблі», але знаходила «інші». Скажіть, як можна бути з чоловіком, якому в паспорті вже стукнуло 30, а він поводить себе, ніби щойно закінчив школу? Мене завжди дратував цей інфантилізм у мужчинах. Ти ж хочеш бачити поруч із собою чоловіка, а не хлопчика, якого потрібно бавити, і за якого ти мусиш приймати дорослі рішення, а потім ще чомусь вийти за нього заміж. У певний час набридло чути «давай ти сама вирішиш...», «давай про це завтра поговоримо...», «давай не думати про погане, все ж і так добре...» Так хочеться, щоб поруч з тобою був мужній чоловік. Ні, я не маю на увазі перекачаного здоров'я під два метри зростом. Ми говоримо про внутрішню мужність – чоловік, який вміє відповідати за когось окрім себе. Ну і, звісно, чесний. Адже так не хочеться знаходити щотиння у своїй квартирі помаду «Ангели», сережки «Вероніки» чи бюстгальтер «Сніжани»... Я допускаю, що чоловік може попохати когось іншого, оскільки життя сповнене сюрпризів. Але я не хочу брехні!

У 32 тобі просто хочеться бути щасливою. А хто вміє дарувати це щастя – скромний бібліотекар Іван Іванович, крутий олігарх Рінат Леонідович чи просто хлопець, який живе у сусідній квартирі – не має значення. Головне, щоб у твоєму житті зустрівся гармонійний, сформований як особистість чоловік, що здатен відповідати за свої вчинки і готовий створити повноцінну сім'ю. Нехай він не є ідеалом, якого ми звикли бачити на сторінках журналів, але хай він буде людиною, з якою захочеться провести все своє життя. Поверте, цього буде достатньо.

*Наталка Пархоменко,
актриса Львівського академічного
театру ім. Л. Нурбаса, ведуча ранкового
шоу «Зарядка» на «Радіо Люкс Фм»
фото Оксани Ткачук*



ЗАХОПЛЕННЯ

СТОР. 28-51 >

Нечоловіча Олімпіада України

Щось не те коїться з українськими спортсменами на Олімпіаді. Ні, звісно, приємно, що завойовуються медалі, зокрема й золоті (хоча хотілося б більше). Але подивіться: всі нагороди, отримані українською збіркою за перший тиждень Олімпійських ігор в Лондоні, заробили винятково жінки. Так, чудово, що у нас є такі вправні та переважно ще й доволі симпатичні (і самому любо подивитися, й Україну ще й з цього боку гарно представляють) Катерина Тарасенко, Наталія Довгодько, Анастасія Коженкова, Яна Дементьєва, Яна Шемякіна, Олена Костевич... Але чому так невдало почали виступи чоловіки?

Невже просто генетика вже змінилася протягом радянських часів, коли культивувався стереотип, що чоловік має вдома відпочивати й читати газету, а жінка тим часом бігати по магазинах з торбами і гарувати по господарці? Це, звісно, більше жарт. Таких висновків ми точно робити не будемо. Але все ж привід задуматися у нас, чоловіків, є...

Ставка на болгарина

От де чоловіки ще довго випереджатимуть жінок – то це у футболі. Правда, мій брат нещодавно добряче насмішив мене такою сентенцією: «Подивився, як грає жіноча збірна Бразилії, – зрозумів, що в Україні футболу нема». Але все одно, інтерес до жіночого футболу зростає доволі повільно, і сам жіночий футбол таки, попри всі жарти, відстає від чоловічого. Хоча, звісно, в цьому винні не самі жінки-футболістки, а лише історичні умови...

Але завершимо з ліричними відступами. Найприємніша новина футбольного Львова за останній час – призначення нового головного тренера «Карпат». Ним став болгарський фахівець Ніколай Костов. Приємна звістка не стільки тому, що вболівальники «Карпат» аж так недолюблювали Павла Кучерова, скільки через те, що за таких результатів і гри команди, у ній очевидно треба було щось змінювати. І призначення доволі відомого (порівняно з попередником) тренера – ознака того, що керівництво справді захотіло

якісних змін. Та й сама особа Костова надихає оптимізмом, адже свого часу він поставив дуже непогану гру донецькому «Металурга». Хочеться вірити, що в «Карпатах» вийде принаймні не гірше...

Чи допоможе тренер?

Та чи допоможе зараз «Карпатам» навіть найкращий тренер? Адже давно ходять розмови про те, що біда команди – в конфліктах між футболістами та у відсутності дисципліни в клубі. Повзуть навіть чутки, ніби під час останнього матчу проти «Ворскли» гравці не викладалися на повну, бо «зливали» тренера...

Це, звісно, тільки чутки, яким підтвердження нема. А от щодо дисципліни... Узимну гравці «Карпат» уже світилися в нічному клубі з порядними дозами алкоголю. І ось – знову. Після поразки від полтавської «Ворскли» «карпатівців» помітили за спиртним і з цигарками у одному з закладів поблизу Львова (дивіться світлину нижче). Гравці «біло-зелених» не надто переймалися черговою поразкою та вирішили відпочити в Дублянах. Цікаво, що ж вони святкували? Що програли лише 1:3, а не 1:5, як «Іллічівцю»? З таким підходом до дисципліни теперішнє 14 місце може бути «за щастя». Хіба що тренер візьме команду в залізну руку або ж просто дещо перетрусить склад...





БОРОТЬБА З ВОДОЮ І З СОБОЮ

Рафтинг – екстремальний спорт, що набирає популярності в Україні



Igor Маркін – один із найвідоміших львівських екстремалів. Його ім'я добре знайоме паропланеристам, спелеологам, альпіністам. Широкий же загал дізнався про Маркіна та його друзів після їхньої поїздки з України до Китаю на «Запорозжцях» у 2004 році. Зараз Igor професійно займається рафтингом – екстремальними сплавами річками. Причому сплавляється не лише сам, але й організовує такий екстрім для інших. Саме Iгора Маркіна ми попросили написати про водний екстремальний спорт, який набирає популярності серед українців.

Відкриття сезону

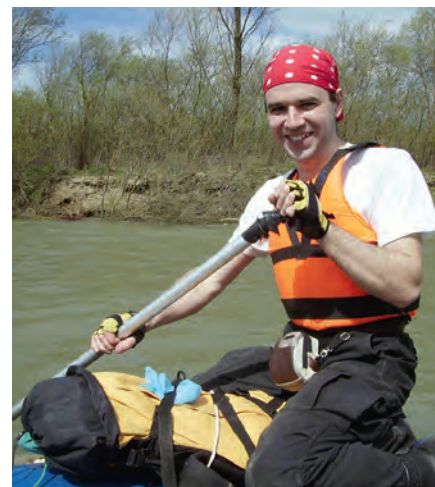
Виходимо із шивери, й одразу нас кидає у небезпечний правий поворот із островом посередині. Миттєво пригадую, що зовнішнє русло захаращене поваленим деревом, отож маємо якісь долі секунди, аби вписатись у правий прохід. Знову удар. Краєм ока зауважую Павла високо над собою. Але й цього разу усі втримались – просто молодці! Часу розслаблятися немає – перед нами наступна перешкода. Викрикую команди майже безперервно.

Ось перед нами й славнозвісний поріг Гук, а за ним – не менш небезпечний Гучок. Крики радості й сміх супроводжують кожен новий поріг, а вони на цій ділянці Черемошу тягнуться майже безперервно. Кричу, аби не розслаблялись та сконцентрували всю свою увагу на наступній халепі. Цілу мою команду уже не раз обдало із ніг до голови зимною травневою водою Черемошу, і якби не гідрокостюми, то ця процедура була б малоприємною. В крові у кожного кипить адреналін, і остання поважна перешкода на Чорному Черемоші повинна бути пройденою!

Команда просто рветься у бій, не зважаючи на те, що на Черемоші вони уперше, а рівень води цього травня є просто чудовим. На мені велика відповідальність, як, зрештою, й на кожному з інструкторів, що слідують за мною.

Це перший сплав у цьому сезоні – на сьогодні уже традиційне першотравневе відкриття на Черемоші. Тут з кожним роком у цей період розгорається усе більший ажіотаж: спортивні клуби, змагання, комерційні сплави, намети, пансіонати, машини, мікроавтобуси, катамарани, рафти, каяки – це усе нагадує справжній фестиваль водного туризму в Україні.

Увечері втомлені, але щасливі, повернемось до гуцульської оселі, що на самому березі ріки; й до нашої приватної господині пані Параски, що знов розпечує для нас смачнющими автентичними гуцульськими стравами в усьому їх різноманітті. Пані Параска тримає власну пекарню. Щодночі господарі





стають о третій годині, аби розпалити піч. Пізніше, коли вона розжарена, а полум'я згасло, до неї вкладають хлібини у спеціальних формах. Смачнішого хліба нам не доводилося їсти, і у цьому питанні уся моя група є солідарною.

Вчора усі разом ми зійшли на гору Піп Іван – крайню вершину Чорногорського хребта з протилежного від Говерли боку. Це другий за висотою пік Українських Карпат, проте цікавий він скоріш величною обсерваторією, яку також звуть «білим слоном», збудованою ще за польських часів та покинутою протягом останнього півстоліття.

Похід з села Зеленого на Піп Іван займає цілий день, шлях стрімкий та скелястий, а в погану погоду ще й вимагає певного вміння орієнтуватись. Погода в ці дні чудова, а загалом ця весна – рання і сонячна, отож похід став лише приємністю. Сніг лежить тільки плямами, і провалюватись по пояс, як я цього очікував, не довелось. Спускались в долину скелястим відрогом поміж чудернацьких кам'яних фігур. Це, без сумніву, один із найцікавіших одноденних маршрутів в Українських Карпатах.

Місця для рафтингу

Найпопулярнішими рафтинговими річками у світі є North Johnstone у Австралії, Sun Kosi в Непалі, Futaleufu у Чилі, Rio Upano в Еквадорі, Alsek та Tatshenshini на Алясці та в Канаді, Zambezi в Зімбабве та Замбії.

Сплави в Європі

Що ж стосується найближчої до нас частини Європи, то тут можна пригадати перш за все річку Sjøa в Норвегії, яка при сплаві безперечно вимагає досвіду. Не менш складною і захоплюючою є East Glacial River в Ісландії. Є та-

кож багато «білої води», як називають річки, придатні для рафтингу, у Альпах. Наприклад, Isère у Франції є однією із найвідвідуваніших. Менш небезпечною за усі попередні є ріка у Швейцарії, що зветься Simme, – вона найбільшою мірою пасувала би для сімейного відпочинку, чи то для груп школярів, скажімо. Якщо ж ви шукаєте екстриму в Альпах, то на затиснутій у вузькій гірській ущелині річці Isel у Австрії трапляються пороги 3 і 4 категорії складності, а скелі часом доведеться оминати за сантиметри від шолома.

Ріка Coruh, що біжить віддаленими горами Качкар у Туреччині та вливається у Чорне море, є, мабуть, одним з найцікавіших місць для рафтингу у світі. Оточена чудовою недоторканою природою та древніми руїнами, деякі з котрих віком сягають часів Візантійської цивілізації, вона водночас є й однією з найскладніших рафтингових річок. На річці Olt в Румунії можна знайти ділянки як для новачків, так і для досвідчених рафтерів – аж до порогів 4 категорії складності. В Болгарії найвідомішою у плані сплаву є ріка Struma, проте вона не для новачків.



Річки для рафтингу в Україні

Найвідомішою «рафтинговою» річкою України є Чорний Черемош – це, мабуть, єдина гірська річка, де щовесни вода гарантовано піднімається на достатній рівень, аби забезпечити захоплюючий сплав. Чорний Черемош

є найзручнішим для сплавів, оскільки має широку та довгу долину водозбору і дорогу вздовж річки. Черемош межує з високим Чорногорським хребтом, який постачає річку водою від танення снігу та дощів. На ділянці довжиною близько 10 км – від с. Зелене до с. Красник – зосереджені всі значні пороги Чорного Черемоша: Верхня і Нижня Дземброня, Біла Кобила, Верхній і Нижній Гук. На цій ділянці знаходяться майже всі можливі типи водних перешкод.

Білий Черемош більш порожистий, порівняно з Чорним, і загалом цікавіший для туристичного сплаву. Але значним недоліком річки є погана дорога до традиційного місця старту. Добиратись сюди варто на позашляховику або вантажівці. Прут зручний наявністю асфальтованої дороги вздовж річки, але на ньому важко застати достатній рівень води. Водночас на Пруті зосереджені одні з найскладніших порогів в Україні.





ЩО ВЗЯТИ З СОБОЮ НА СПЛАВ

Прихопіть із собою на сплав сонцезахисний крем, дощовик, теплий костюм (герметично запакований). Найкраще під час сплаву вдягнутися у легкий літній одяг. Ідеальне взуття – кеди. Рекомендується мати при собі на катамарані каналки у якості сніданку й додатковий «перекус». Алкогольні напої під час сплаву заборонені. Якщо ви берете на катамаран такі речі, як мобільний телефон або фотоапарат, то перед сплавом вони повинні бути герметично запакованими в окремий пакет. Усе індивідуальне спорядження бажано помістити в невеличкий наплічник (можна один на декілька осіб), який буде прив'язаним до катамарана.

Останнім часом набирає популярності рафтинг у Львівській області – на річках Стрий та Опір. Географічне розташування та якісне дорожнє сполучення дозволяють туристам швидко та комфортно дістатися до маршрутів сплавів. Для львів'ян та гостей міста ми часто організовуємо одноденний сплав по Стрию. Рафтинг тут є ідеальним для новачків – це вже справжня гірська річка, проте перешкоди на цій ділянці не ризиковані. Також, ця програма включає відвідини оглядового

майданчика на скелях понад рікою із фантастичним видом на Синевирську долину. Перевагою одноденного сплаву по Стрию є близький доїзд зі Львова, що займає всього 1,5 години. Зазвичай наприкінці екскурсії ми влаштовуємо пікнік із шашликом. Після смачного обіду, за бажання, гості можуть відвідати печерний монастир в с. Розгірче.

Маємо ми й одне унікальне місце в Україні, щоправда не придатне для рафтингу як такого (оскільки ріка рівнинна), але ідеальне для каякінгу та сплавів на катамаранах, – Дністровський каньйон. Це, без перебільшення, одне з найкрасивіших місць у світі – він є чи не найбільшим каньйоном Європи глибиною від 100 до 250 метрів і довжиною 250 км. Фантастичні вигини Дністра в межах Каньйону неймовірно живописні на всьому протязі маршруту річкою. Вкриті лісами схили, що чергуються з крутими скелями, прикрашені великою кількістю водоспадів, печерами, скельними монастирями, руїнами замків.

Існує в Україні й безліч інших рік, придатних як для рафтингу, так і для рівнинних сплавів: Прут, Південний Буг,



Збруч, Свіча, Лімниця, Стохід, Мізунка, Тиса, Стрипа тощо. Більше про це різноманіття можна довідатись на нашій Інтернет-сторінці www.raftingukraine.info

Катамарани

Рафтинг – явище відоме у всьому світі, проте на теренах пострадянських не менш популярними є, мабуть, сплави на катамаранах. Катамаран – це плавальний засіб, що складається з

двох надувних балонів та рами. Він є маневренішим, має менший опір (що дозволяє використовувати його також і на рівнинних річках), проте є не таким безпечним, як рафт.

Маршрути

Вийжджаємо або на один день, або ж робимо багатоденні маршрути. Останні можуть відбуватись, залежно від побажань клієнта, з ночівлею в наметах або в готелях. Одноденні сплави зазвичай поєднуються із шашликом. Найчастіше сплавуємось вздовж одного маршруту протягом усієї подорожі, проте на річках із порогами буває так, що багато разів проходимо одну й ту саму найцікавішу ділянку – як це, наприклад, часто відбувається на Черемоші.

Нерідко проводимо рафтинг у поєднанні з гірськими прогулянками й походами, велопоходами, кінними походами, відвідинами печер, проживанням в готелях. Рафтинг – це також чудовий варіант провести корпоративний або інтеграційний виїзд на природу.





ВІД АВТОРА

Я завжди намагався своє життя перетворити на пригоду: тундра, Тибет, Непал, Індія, Сирія, майже усі кавказькі країни та держави Середньої Азії й інші десятки країн Азії і Європи. Їх усіх я відвідав свого часу як журналіст, фотограф, просто мандрівник. Після університету чотири роки жив і вчився у Великобританії, працював гідом у Туреччині, журналістом у Казахстані, в рекламному агентстві у Варшаві. Зараз я у теплу пору року займаюся туристичною діяльністю в Україні, а в холодну – сімейною психотерапією у Варшаві.

Будучи вже на той час професійним спелеологом, альпіністом, парашуїстом та водником, у 2004-му я разом з двома друзями вирушив до Китаю на старенькому «Запорожці». За нашою подорожню стежило чимало українців, а наші мандрівні нотатки викликали чималий інтерес у читачів. В 2005-ому було видано мою книгу

«Кожен день, як останній, або Автостопом по Євразії».

Після «Запорожця» ми реалізували ще два проекти. Унікальна ідея допомогла привабити медіа-партнерів, а вдалі домовленості із останніми щодо реклами – спонсорів. Пізніше я ще двічі проводив подібні проекти за такою схемою: ми надсилали у редакції пропозиції щодо тижневих публікацій наших статей, своєрідного мандрівного щоденника. Треба сказати, що нам не відмовляли, окрім того ми отримували гонорари за авторство. Також на вигідних умовах нам вдавалось розмістити рекламу наших спонсорів у ЗМІ. Так ми окупували подорожі.

Рафтингом я захопився, мабуть, оскільки врешті-решт визнав, що боюся висоти. Більше десяти років літав на паропланах, але постійно був у якомусь напруженні, не міг досягнути психологічного комфорту.

Тому продав свій – на той час другий – пароплан і придбав свій – на той час перший – катамаран. Проте найважливішим у моєму житті став момент народження сина, після чого увесь ризик для життя, пов'язаний із польотами, просто перестав бути актуальним.

Після того як намандрувався досхочу й набрався відповідного досвіду, я вирішив відкрити щось своє в Україні. Мої друзі тоді якраз отримали ліцензію туроператора. Ноли розпочинав цю справу п'ять років тому, рафтинг в Україні тільки починав розвиватись. Я тоді одне літо якось пропрацював гідом у Туреччині. По два або три рази на тиждень виїжджав зі своїми групами на сплав у Кепрюлю каньйон – неймовірне місце із чудовими умовами для рафтингу. Звісно, в Україні умови не на стільки добрі, проте ідея впровадити щось подібне й у нас тоді намертво засіла в моїй свідомості.

Спорядження

Зі спорядження необхідними є весла та жилети. Якщо ріка із порогами вище другої категорії складності, обов'язковими є шоломи. Навесні часто додають комфорту гідрокостюми. Досвід, фізична підготовка та вікові обмеження залежать від складності ріки, проте на найпопулярніші з них – Стрий та Дністер – часто приїжджають сім'ї з дітьми від 8-ми років.

Коли краще сплаватися

В умовах Українських Карпат найкращий рівень води для рафтингу у березні – але в цей час зазвичай сплавляються лише професійні групи, проводяться змагання. Туристичний сезон відкривається першого травня. Традиційно найкращим часом для рафтингу в Карпатах вважалась весна, але останніми роками збільшується кількість дощів влітку, що спричиняє паводки та високий загальний літній рівень води. Я особисто дуже люблю сплави у вересні та в жовтні, коли ще достатньо тепло, але вже відсутня літня спека, що часом вносить трохи дискомфорту у липні та серпні.

Категорії складності

За міжнародними стандартами, річковим порогам присвоюються шість різних категорій складності. Проходження порогів першого та другого складності вважається досить легким і не вимагає особливої майстерності. У сплав такою річкою можна взяти навіть дітей.

При проходженні порогів третього рівня, зростає навантаження і доводиться докладати вже більше зусиль при маневруванні. Хоча при всій складності й можливих різних екстремальних ситуаціях, нічим серйозним, крім значного викиду адреналіну, вони не загрожують.

На відміну від попередніх категорій, четвертим рівнем називають дійсно складні пороги, проходження яких пов'язане з небезпекою і вимагає від рафтера миттєвої реакції, великої майстерності та досвіду. Пороги п'ятої та шостої категорій складності під силу тільки професійним спортсменам та дуже досвідченим любителям.

Igor Markin



Львів, вул. Кубанська, 8

ЕЛІТНЕ ЖИТЛО У ЦЕНТРІ ЛЬВОВА усі переваги сучасного комфорту та гармонія природи:



- затишний район центрального Львова поблизу Снопківського парку;
- преміум житло від двокімнатних квартир до просторих двоповерхових апартаментів;
- висока якість будівництва;
- елітні природні оздоблювальні матеріали;
- передові сучасні технології інжинірингу;
- цілодобова охорона та цифрова система відеоспостереження;
- дворівневий паркінг та гостьова автостоянка.

Комплекс введено в експлуатацію.
Залишилось вільними лише 20 квартир.

**У продажу є апартаменти "під ключ"
площею 127,8 кв.м, 142,4 кв.м**

Відділ продажів: +38 (032) 290 10 72, +38 (067) 672 05 46, +38 (093) 731 55 73
www.zelenaterasa.com.ua

КРЕМЕЗНІ ПЛЕЧІ - ЦЕ ПРОСТО!



Частенько дівчата мріють про хлопців, за плечима яких можна заховатися від чогось недоброго. Щоб могли це зробити, треба мати за чим ховатися. Потужні та міцні плечі суттєво впливають на загальний вигляд верху торса чоловіків, а тому заслуговують на окремі тренування.

М'язи плечей, про тренування яких ми поговоримо, називаються дельтами. Вони складаються із трьох пучків:

передній, середній та задній. Тому для того, аби плечі виглядали естетично і пропорційно, потрібно підбирати вправи таким чином, щоб під час тренування охопити всі три частини. Ми пропонуємо чотири вправи, які можна виконувати вдома, маючи гантелі та невеликий гриф. Виконання цих вправ значно покращує загальний вигляд та тонус ваших дельт.



Вправа 1. ЖИМ ГАНТЕЛЕЙ, СИДЯЧИ НА ЛАВІ

Ця вправа допомагає накачати передню частину плечей. Вона дає змогу наростити масу дельт і силу м'язів плечей, надаючи їм округло-випуклої форми.

Для цього сядьте на лавку з вертикальним положенням спинки. Візьміть гантелі так, щоб вони були на рівні ваших вух. Руки зігнуті у ліктях під кутом 90 градусів. Долоні повернуті вперед. А тепер вижміть руки вгору над головою так, щоб гантелі у верхній точці торкнулися одна одної.

При виконанні жиму гантелей сидячи, обов'язково тримайте спину рівною, не вигинайте її та не розслабляйте, а голова має бути трошки припіднятою. Перш ніж піднімати важкі гантелі, потренуйтеся з легшими, щоб навчитися правильної техніки і не травмуватися.

Цю вправу також можна виконувати зі штангою, однак гантелі допомагають залучити до роботи потрібні нам м'язи значно краще.



Вправа 2. ТЯГА ШТАНГИ ДО ПІДБОРІДДЯ

Це класична базова вправа для тренування середнього пучка дельт. Візьміть гриф у руки хватом зверху і станьте прямо. Трошки прогніть спину та розпрямте плечі. На вихідному положенні руки обов'язково мають бути випрямлені в ліктях.

А тепер, напружуючи плечі, піднімайте гриф до підборіддя, розводячи лікті. При виконанні цієї вправи не вигинайте спину – вона має бути прямою, а підборіддя, до якого тя-

нете, – горизонтальним. Штангу піднімайте максимально високо.

Зауважте: лікті завжди мають бути розведені в боки, а не перед собою. Вперед вони завжди повертаються, коли братися за гриф вузьким хватом. Однак не радимо так виконувати цю тягу, бо надто вузький жим обмежує амплітуду руху і зменшує ефект, а нам під час тренування цього не треба. І ще: у жодному випадку не сутультеся!





Вправа 3. ПІДЙОМИ ГАНТЕЛЕЙ ПО ЧЕРЗІ ПЕРЕД СОБОЮ

Ще одна вправа, яка допоможе розширити плечі, і яку легко виконувати навіть у домашніх умовах. Для цього станьте прямо, візьміть гантелі хватом зверху та починайте перед собою піднімати кожну руку по черзі. Долоні повинні бути повернуті до себе. Наскільки високо піднімати гантелі? Так, щоб вони у найвищій точці були на рівні плечей або навіть трошки вище.

Під час підйому гантелей не хитайтеся: працювати повинні тільки плечі. Якщо ж корпус хитається і округлюється

спина, – це ознака неправильного виконання вправи, а відтак не буде очікуваного результату.

Відносно легкі гантелі допоможуть виконувати точніші рухи та повністю тренувати м'язи дельт.

До речі, ця вправа має різні варіанти виконання: якщо гантелі піднімати перед собою, то в основному тренується передня ділянка плечей. Але якщо гантелі розводити в боки, то працювати буде середня частина. Відповідно, ці дві вправи можна чергувати.

Вправа 4. ПІДЙОМ ГАНТЕЛЕЙ В БОКИ ПІД НАХИЛОМ

Настав час дізнатися, як накачати задню частину плечей. Для цієї вправи треба приберегти сили, бо вона є однією з найважчих, але і чи не найефективніших вправ для задніх дельт, яку можна робити вдома. Отже, ставте ноги на ширині плечей і трохи зігніть у колінах. Спина має бути прогнутою, а сам корпус – нахиленим вперед. Візьміть гантелі, а руки трохи зігніть у ліктях.

Коли усе готове, розведіть гантелі в боки так, наче зводите лопатки разом, і затримайтеся в такому положенні на секунду. Якщо ви не в змозі цього зробити, значить підняли завелику для себе вагу. Лікті повинні бути на висоті

плечей. Найпоширенішою помилкою є недостатній прогин вперед. Якщо не нагнутися якомога глибше, то ефект вправи зводиться до нуля. Зауважте: руки мусять бути міцно зафіксовані, а працювати мають виключно плечі, які й тренуємо. Вправу можна виконувати також сидячи.

Таким чином, з допомогою цих чотирьох вправ можна накачати гарні плечі, які додадуть мужності будь-якому чоловікові. Адже сильні плечі з міцними руками – одні з складових атлетичної статури.

Антон Павленко

FLY FISHING ONLY,

або Подорож нахлистовика до Польщі за фореллю



Нахлистовика постійно тягне туди, де він раніше не був. А коли починається відпустка, то всі думки спрямовуються кудись подалі, бажано за кордон, щоб сповна насолодитися боротьбою зі стихією. Відповідно до української приказки: у сусіда робота краща, дружина красивіша, діти слухняніші... Треба визнати, що це правда, але замість роботи, дружини і дітей можна підставити дороги, чистоту та рибу. На превеликий жаль, в Україні, як би не хотілося, всього цього нема...

Ще з початку року я планував вирушити у Словаччину, до міста Попрад на однойменну річку з її чисельними притоками. Така поїздка мала відбутися у квітні. Справа в тому, що в цей час словаки організовували великий семінар для різних європейських збірних,

це мало бути щось схоже на тренування перед етапом Чемпіонату світу. По-трапити на такий форум було б дуже корисно – жодне відео чи книжка не розкажуть більше, аніж живе спілкування з визнаними нахлистовими майстрами. Проте в останню мить все зірвалося – словаки перенесли семінар «на потім», а жодному з моїх колег, з ким я планував їхати, не вдалося зробити візи. Тож я залишився один. Ясно, що їхати в Словаччину самому було накладно, тож я почав шукати інші варіанти. Якось згадав про те, що один з наших друзів, Андрій Скворчинський, виставляв на форумі фотографії та звіт про риболовлю в польському містечку Кросценко над Дунайцем, що розташоване практично на самому кордоні зі Словаччиною. Там, мовляв, є спеціальна ділянка довжиною 12 кілометрів. Ловити на ній можна виключно нахлистом, суворо дотримуючись ряду умов. Цю місцину систематично зариблюють струмковою фореллю та



дунайським лососем. Судячи з його фотографій, природа у цих краях була першокласною, а риба – ще кращою. Вирішено, їду в польські Бескиди!

Хирова дорога

Сказати легше, аніж втілити сказане в життя. Я почав вишукувати різноманітні шляхи, якими можна було добратися до цього містечка. Спершу я планував перейти кордон пішки, а потім автостопом добратися до Кракова, звідки вже на автобусі доїхати до Кросценко. Потім шукав бюджетний варіант перельоту Львів – Краків. Згодом переключився на автобуси та поїзди. Поки я міркував, як вигідніше і краще, на допомогу прийшов батько – погодився скласти мені компанію, а також виконувати функції особистого фотографа. Він узяв на кілька днів відпустку, залишив усі професорські справи та підготував авто до дороги. Зважаючи на такий подарунок долі, замість одного рюкзака я взяв ще й цілу валізу різноманітних речей, зокрема й всі свої матеріали для в'язання мушок – хто його знає, на що буде ловитися польська форель...





О четвертій ранку в п'ятницю ми вирушили зі Львова у напрямку кордону. Одразу вирішили, що краще їхати на Смільницю, де хоч погана дорога, зате менше автомобілів і кордон можна буде проїхати швидше. Власне, погана дорога – це просто справжній комплімент до того, через що нам довелося їхати. Починаючи від містечка Хирів (мабуть, воно має прямий стосунок до

якості «траси»), ям було більше, аніж самого асфальту. Якихось 20 кілометрів ми долали ледь не годину. Коли нарешті добралися до місця, звідки вже видно Польщу, я спитав у прикордонника: «Цю дорогу хтось візьметься ремонтувати?». Відповідь була просто геніальною: «Ні, її не можна чіпати. Це пам'ятка архітектури». Ми посміялися, а я спитав і про те, що водиться у річці

Стрвяж, яка тече з Польщі в Україну. «Ну, ось в цьому районі, де кордон, форель ще є, а там, де починається село, – її вже нема. Поляки кажуть, що коли форель перепливає в Україну, то назад уже не повертається». Що не кажіть, а це в нашому стилі...

План «Б»

На кордоні ми чекали майже дві години – в цей час якраз почалися перезмінки. Врешті-решт ми переїхали українську зону і підійшли до польських митників. «Куди їдете?», – спитала пані за склом. «На Дунаєць, ловити рибу». Мабуть, такого дуєту поляки ще не бачили, але їх швидко переконали кілька примірників журналу «Риболов-профі», які я, про всяк випадок, взяв зі собою. Кілька хвилин, і ми вже їхали по акуратній польській дорозі, яка може й не була ідеальною, зате таких понять як «яма» там не було.

Ми проїхали курортне містечко Устрики-Долішні, помилувалися акуратністю та чистотою. Невдовзі зупинилися біля одного з чисельних заїздів,





де пообідали стравою з молодого баранчика та овочами. Коли ми вийшли, щоб продовжити рухатися у бік Кракова, почався сильний дощ. Ну, думаю, пропала моя мандрівка. Ще у Львові я боязно заглядав на польські сайти з погодою, але за кілька днів до від'їзду просто перестав це робити. Там без перерви передавали одне й теж: дощі з грозами. У якості запасного варіанту я взяв координати словаків. Виявилося, що від Кросценко до Попраду – якихось 60 кілометрів. Якщо в Польщі буде наламутна вода – можна задзвонити до словаків та махнути туди. Проте десь вдалині було видно шматочки чистого неба. Я щиро вірив, що сонце світить саме туди, куди ми їдемо.

Відчуйте різницю

Я був за штурмана і тримав у руках карту – навігатор іноді губився, бо в Польщі так часто будують нові дороги, що «супутник не встигає їх відстежувати». Дощ не припинявся, а вже ось-ось ми мали в'їхати на міст через Дунаєць.

Момент істини – якщо річка брудна, то можна одразу зупинятися і телефонувати до словаків. Але на диво Дунаєць спокійно плив без жодного натяку на забруднення! Ще кілька кілометрів, і ми в'їхали до Тилманової – містечка перед Кросценком, де вже починалася спеціальна нахлистова ділянка. Ось і перший нахлистовик – він стояв посеред ріки у дощовину, але впевнено ма-

хав волосінню, не зважаючи на опади. Невдовзі ми знайшли і будинок пані Мариші – нам його порадили організатори краківського клубу «Главатка», які, власне, і займаються зарибленням ріки. Окрім того, що пані Мариша здає кімнати для нахлистовиків, вона також продає ліцензії. Однак виявилося, що вільних місць у неї нема. Тому жінка швидко зв'язалася з сусідкою,





яка залюбки погодилася нас поселити. Усі будинки в тих краях просторі та акуратні. У кожному є душ, чиста постіль, телевізор, холодильник, кухня, балкони. Неймовірно, але якщо порівняти ціни, то за ті ж 25-30 злотих у наших рідних Карпатах ви отримаєте ліжко на пружинах, постіль, яку вже давно погризли миші, і туалет у лісі. Поки ми поселялися, я спитав чи можна придбати ліцензію на півдня, адже вже була четверта вечора. На жаль, таке щастя можна купити з понеділка по четвер, а от в п'ятницю навіть за годину ловлі треба було сплатити повну суму. Денний дозвіл на спецділянку Дунайця вартує 73 злотих (162 гривні). Звісно, це недешево, можна навіть сказати, що дорого. Однак, у тій же Словаччині ліцензія коштує ще дорожче – 20 євро.

Умови для Дунайця доволі прості та зрозумілі. Правило перше – усю зловлену рибу слід максимально швидко відпустити назад у річку. Друге – усі гачки повинні бути без борідок. Третє – обов'язкове використання підсак. Одрразу ж попередження – якщо

хтось надумає ловити без ліцензії, і його упіймають на гарячому – два роки позбавлення волі. Сумніваюся, що когось закортить половити форель без дозволу. Жорстоко? Дорого? Може. Але, схоже, тільки так і можна зберегти красу.

Будемо знайомі

Якраз із будинку пані Мариші поча-

ли один за одним виходити нахлистовики при повному параді – у вейдерсах, з модними підсакми, новими вудками. Я ж наразі на вейдерси не наскладав, проте взяв з собою звичні заброди, три вудки – п'ятого, третього і першого класів, а також нахлистовий підсак, який, правда, більше підходив для щук, аніж для форелі. Кілька гачків з мушками позбавив борідок ще у Львові, тож тепер відповідав усім критеріям ліцензії. А щодо риби – я б відпускав її у будь-якому випадку. Все ж нахлист – це мистецтво, а не спосіб добування їжі...

Дощ не припинявся, але хіба це могло когось стримати? Я ж все одно збирався стояти у воді, а водонепроникна куртка і бейсболка мали захистити від промокання. У місці, де ми зійшли, річка була досить швидкою – на суху мушку не половиш. Я вирішив почати з німф, а потім і з стрімерів. Однак форель ігнорувала мої приманки. Попри це я наче відчував, що риби в ріці дуже багато. І справді, трохи далі від





мене плюхнулася одна, а біля неї – інша плямиста красуня. Я пройшов трохи далі, побачив прекрасну місцину, де був перепад, повільніша течія і достатньо місця для того, щоб розгорнути волосінь. Можна було спробувати половити на суху мушку, що я й зробив. Не знаючи з чого почати, вибрав волохатого стимулятора. Відомий нахлистовик Ігор Тяпкін розповідав, що ця муха не імітує реальну комаху, а для риби є наче добрим шматком м'яса, за яким слід піднятися на поверхню води. Щойно стимулятор упав на воду, я помітив різкий ривок з дна – форель взяла! Але радів я недовго, бо за якусь мить риба крутнулася і щезла. Я відійшов на кілька метрів та закинув у інше місце – знову вихід, і знову за якусь секунду форель змогла звільнитися. Можливо, справа

була в тому, що розмір гачка був досить малий, а може тому, що я просто не зорієнтувався, як правильно тримати рибу на гачку без борідки. Ну, нічого, головне, що риба є, і вона дуже активно харчується. Я замінив муху на трохи більшу та спробував половити у прибережній зоні. Форель стояла і тут, просто під ногами. За якусь мить, перший пстронг (польська назва) опинився на березі. За цим же маршрутом послідувало ще кілька форелей, правда, не дуже великих. Більша риба трималася на швидкій течії. Вона видавала себе неймовірними стрибками на метр, а то й більше. Може так вона ловила необережних комах, а може просто розважалася, хотіла показати себе в усій красі. Згодом вдалося упіймати ще й кількох хариусів, але теж невеликих. Тим часом

почало темніти, а я хотів перевірити, чи є ще якісь цікаві місця та пішов униз течією. Далі, щоправда, річка була доволі одноманітною, але на німфи справно клювали і форель, і хариус. Коли стало зовсім темно, ще й уперіцив дощ, я спробував половити на мокрі мухи. Результат не забарився – ледь не кожна проводка закінчувалася сильним ударом. Таким чином мені вдалося упіймати близько п'ятнадцяти форелей та п'ять хариусів. Непогано як для початку. Але це було знайомство. Маючи певну інформацію, я вже планував, де і на що ловитиму завтра.

Та про це – вже у наступному номері «Егоїста»...

Ростислав Яцишин

NIKO WEST OFFROAD FEST - ЛІТО 2012

Третього серпня на території ресторанного комплексу «Вілла Австрія» відбувся позашляховий фестиваль «NIKO West Offroad Fest – літо 2012», який для прихильників екстремальної їзди вже вдруге підготувала компанія «НИКО-Захід», офіційний дилер Mitsubishi Motors у Львівській області.



Цей день став незабутнім для гостей заходу, адже до їхньої уваги було запропоновано багато різноманітних розваг та активностей. Родзинкою свята, звичайно, була можливість протестувати будь-який з позашляховиків бренду Mitsubishi в умовах спеціально підготовленої для цього польової траси та оцінити усі можливості обраного автомобіля в складних дорожніх умовах.

Крім того, учасники «NIKO West Offroad Fest – літо 2012» змагалися за призові місця, адже, тест-драйв відбувся у формі захопливих командних ігор. До уваги охочих був представлений цілий тестовий парк позашляхової групи Mitsubishi, а саме моделі

ASX, Outlander XL, Pajero Sport, Pajero Wagon та L200.

Гості фестивалю поділились на 10 команд, які здобували бали за участь в кожному виді змагань, серед яких, окрім тест-драйвів, були також рибалка від Львівського клубу активного відпочинку та рибальсько-мисливського магазину «Ловчий», мультимедійний тир, пейнтбол від пейнтбольного клубу Psihov Group. Окрім того, здобути бали за водіння команди могли не лише за керування автомобілями Mitsubishi, а й за кермом buggy від партнера заходу «BRP CENTER Львів». Отримати справжнє задоволення від події учасникам тест-драйвів допомагали досвідчені

інструктори з водіння, рибалки, стрільби, пейнтболу тощо.

Під час перерв гості мали можливість підкріпити сили в фуршетній зоні від ресторанного комплексу «Вілла Австрія» та погостувати смачними фірмовими стравами та десертами закладу.

Медійним партнером заходу став журнал справжнього чоловіка «Егоїст».

Усіх, хто не мав можливості відвідати унікальний фестиваль «NIKO West Offroad Fest» та протестувати позашляховий ряд Mitsubishi, компанія «НИКО-Захід» запрошує на індивідуальний тест-драйв до автосалону. Запис за тел. 29-89-555



RAFTINGUKRAINE.INFO

Подробиці за телефоном:
(032) 232 4 222

www.sportlife.ua



ДАВАЙ ЗАЙМЕМОСЬ ФІТНЕСОМ!

ТЦ "Інтер-сіті"
пр. В.Чорновола, 67Б

4
СТУДІЇ
ГРУПОВИХ
ПРОГРАМ

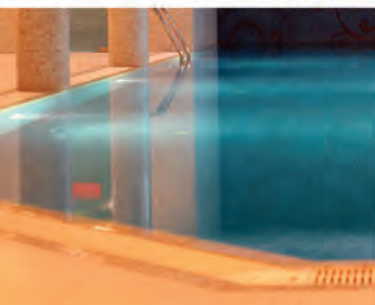


3
БАСЕЙНА

для немовлят,
з гідромасажем,
джакузі



ДИТЯЧА
СПОРТИВНА
АКАДЕМІЯ



СОЛЯНА
ПЕЧЕРА

СПРАВЖНІЙ JEER – ТІЛЬКИ ОДИН

Що таке Jeer, напевно, знають усі, ну або думають, що знають. Це не просто великий позашляховик, за кермом якого можна долати будь-які перешкоди. Jeer – це, насамперед, назва легендарної торгової марки, яка вже понад 70 років виробляє позашляховики і вже стала справжньою американською легендою. А самі автомобілі марки Jeer – одні з найкращих в світі позашляховиків.

Цю марку вибирають люди, для яких на першому місці знаходяться рівень безпеки, комфорт і престижність авто. Всі ці критерії бездоганно поєднуються в Jeer Grand Cherokee – автомобілях, які доставляють в Україну в різних комплектаціях, залежно від побажань клієнта.

Зокрема, якщо говорити про комплектацію Overland, то вона включає в себе унікальний салон зі шкiряними вентиляційними сидіннями, нове кермо з дерев'яним оформленням, великий панорамний дах з електроприводом. У списку опцій передбачені такі рішення, як безконтактний доступ у салон, кнопка пуску двигуна, підігрів кермового колеса, датчики освітлення та дощу, камера заднього виду та інші зручності. Завдяки застосуванню високоякісних м'яких матеріалів і дорогої шкіри, інтер'єр автомобіля вражає. Стриманий, розкішний, строгий і водночас дуже елегантний.

Особливістю стандартної комплектації Jeer Grand Cherokee є пневмопідвіска Quadra – Lift II, яка забезпечує неймовірні позашляхові якості автомобіля, дозволяє збільшити дорожній просвіт до 28 см (цього більше ніж достатньо для подолання ділянок з поганою дорогою). У нормальному стані дорожній просвіт складає 20,5 см, а на великій швидкості (понад 80 км/год) електроніка опустить кузов до рівня 19-ти см для кращої аеродинаміки. Система



повного приводу Quadra Drive робить авто по-справжньому універсальним для будь-яких умов. Jeer Grand Cherokee пропонується з одним з двох бензинових двигунів: 3,6-літровим V6 потужністю 286 кінських сил (6350 об/хв.) і 5,7-літровим восьмициліндровим двигуном потужністю 352 кінські сили (5200 об/хв). Доступний також дизельний варіант двигуна (V-подібний, 6 циліндрів, 241 кінська сила, 4000 об/хв.).

Сидячи за кермом такого автомобіля, будь-які перешкоди долаються швидко та просто. Це авто дає про свого власника.

Придбати ж цю розкіш можна і в нас, не виїжджаючи за межі Львова, в новому автомобільному салоні «Галичина-авто», який відсвяткував своє відкриття 15 травня і вже встиг порадувати відвідувачів європейським сервісом, професійністю персоналу та найбільшою кількістю представлених брендів – JEER, CHRYSLER, DODGE, CHEVROLET, KIA MOTORS, OPEL, LADA, CHERY, ZAZ та ін. Враховуючи такий асортимент, салон орієнтується на широкую аудиторію, до кожного клієнта тут проявляється індивідуальний підхід.

Саме завдяки автомобільному салону «Галичина-авто», в Україні на одного щасливого власника нового Jeer Grand Cherokee стало більше.

Зоряна Крачковська



КОМЕНТАР

Андрій, власник JEER GRAND CHEROKEE:

Великою заслугою того, що я придбав цей автомобіль, є вдале розміщення «Галичини-авто»: я проїжджав повз Городоцьку, 282 і випадково побачив рекламу Jeer, до якого я вже давно приглядався. Особливо після останньої подорожі по дорогах та глибинах Закарпаття я почав все більше задумуватися над тим, щоб все-таки якомога швидше придбати нове авто. Шукав його і на іноземних сайтах, проте ціна нового автомобіля в «Галичин-авто» була приблизно на 20% нижчою, ніж за кордоном.

У виборі Jeer Grand Cherokee мені допомогло ідеальне співвідношення ціни та якості автомобіля, імідж виробника з багаторічним досвідом (понад 70 років!), прекрасне поєднання комфорту і прохідних здібностей. Та й обслуговування в салоні зіграло чималу роль. Коли я зайшов у «Галичину-авто», а це було ще за 3 дні до відкриття, вони ще не мали цього авто представленого для тест-драйву. Для мене спеціально замовили автомобіль, і я зміг переночувати в тому, що підхід до кожного клієнта тут індивідуальний. Приємно вразив і термін доставки – авто прибуло вже за місяць.

Я залишився задоволеним європейським рівнем обслуговування. Результатом такого сервісу та щасливої випадковості стало те, що сьогодні я став власником Jeer Grand Cherokee.

ВІДПОЧИНОК

СТОП. 51-67 >



Про що писати влітку, як не про курорти і пляжі. Дорогі та дешеві, близькі та далекі, екзотичні та «рідні», переповнені людьми і навпаки, дикі та безлюдні. Звісно, можна перелічувати і такі, проте ми вирішили розповісти вам про найліпші. Найкращі у своїй категорії пляжі нещодавно відзначив американський телеканал Travel Channel, роздавши свої традиційні Travel Channel's Best Beach Awards.

За їхньою версією, переможцями цього року стали:

- Найекзотичніший пляж – Anse Source d'Argent, Сейшельські острови.
- Наймальовничіший пляж – Zlatni rat, острів Брач, Хорватія.
- Найкращий пляж для вечірок – Paradise Island, Багамські острови.
- Найсенсуальніший пляж – Copacabana, Ріо-де-Жанейро, Бразилія.
- Найкращий пляжний бар – Tropicana Beach Bar, Міконос, Греція.
- Найкращий пляж для пригод – Whangarei, Нова Зеландія.
- Найкращий пляж, про який ви поки не чули – Llandudno, Південна Африка.
- Найкращий сімейний пляж – Cape May, Нью-Джерсі, США.
- Найромантичніший пляж – Matira Beach, Бора-Бора, Французька Полінезія.
- Пляж з найкращою набережною – Ocean City, Меріленд, США.

Як бачимо, окремі переможці знаходяться не так вже й від нас далеко. А ще кожен з них можна відвідати і у вересні. Бажаємо зробити правильний вибір!



Найекзотичніший пляж

Anse Source d'Argent, Сейшельські острови

Це, напевно, найвідоміший пляж Сейшелів. Його неодноразово називали найкращим пляжем світу, він вважається найбільш фотографованим пляжем на планеті. Майже усі зображення сейшельських листівок та шпалер для робочого столу зроблені саме тут. Пляж знаходиться у парку L'Union Estate і є частиною заповідника, тому вхід сюди платний.

Бухта Anse Source d'Argent розташована на одному з найкрасивіших сейшельських островів – Ла Діг. З французької назва пляжу перекладається як «джерело багатства». Цим багатством є зелені пальми, блакитні води океану та рожевий пісок, який є нічим іншим, як подрібненими часом та природою величезними гранітними валунами.

Сейшли загалом і Anse Source d'Argent зокрема, ідеально підходять, якщо ви хочете втекти від усього та усіх. Тут ви не знайдете помпезних курортів, завжди гамірних казино та жвавого руху в готелях. Тут – лише спокій, комфорт на лоні недоторканої природи. Тому не дивно, що раніше Сейшельські острови вважалися місцем, де знаходиться Едемський сад.

Наймальовничіший пляж

Zlatni rat, острів Брач, Хорватія

Це справді унікальне місце, що набуло своєї популярності завдяки косі завдовжки 580 м, яка відходить з острова прямо у море. Його особливістю є й те, що вигляд та форма коси, а відповідно й самого пляжу, постійно змінюються внаслідок впливу вітру та води, тому ви ніколи не застанете такий самий Zlatni rat двічі.

Курорт, який, наче білий язик, простягається у море, пропонує відвідувачам численні ресторани, бари, клуби та широкі можливості для активного відпочинку на воді – парасейлінг, кайтсерфінг, віндсерфінг, катання на катамаранах, водних лижах, «бананах». Майже весь пляж відгороджений від відкритого моря захисною сіткою, і лише його кінчик відкритий для серферів. Тут часто мають місце численні змагання та чемпіонати з цього виду спорту.

Попри те, що вживу чи на фото здалека Zlatni rat може видаватися піщано-білим, насправді пляж гальковий, хоча можемо сказати, що це аж ніяк не недолік.

Іншого такого місця немає, тому наполегливо рекомендуємо його відвідати. До того ж, знаходиться ця вся краса не так далеко від Львова, погодьтеся ;)



Найкращий пляж для вечірок

Paradise Island, Багамські острови

Під вечірками мається на увазі нічне життя загалом. Повірте, тут є чим зайнятися. П'ять миль завдовжки та майже одну завширшки Paradise Island можна вважати найдорожчим та найбільш туристично орієнтованим пляжем Багамів. Численні клуби, бари, ресторани, кафе, готельні комплекси, а також казино у стилі Лас-Вегаса – ось за що він отримав свою перемогу.

Але і вдень тут сумувати не доведеться. Щодо відпочинку на морі, то Paradise Island вражає своїми пляжами із сніжно-білим піском. Повірте, такого ви ще не бачили. Тут достатньо атракцій – вітрильний спорт, сноркелінг, дайвінг, прокат гідроциклів, човнів та яхт. А якщо захочете чогось «непляжного», то до ваших послуг першокласні поля для гольфу.

Пишучи про цей багамський рай, не можна не згадати і про найвідоміший його курорт – вражаючий Atlantis Paradise Island – старший брат однойменного комплексу, який знаходиться у Дубаї.

Кажуть, що нічному життю, «гарячим» готелям, азартним іграм, казино та пляжам острова важко чинити опір, тому тут потрібно просто віддатися усім насолодам.



Найсексуальніший пляж

Copacabana, Ріо-де-Жанейро, Бразилія

У південній частині Ріо-де-Жанейро, в місці, яке називають Zona Sul, знаходиться багато готелів, ресторанів, барів, кафе, клубів та магазинів. А також це місце, де розкинувся часто називаний найвідомішим пляжем світу Копакабана. Запальні та вибухові південноамериканські ритми, бразильський карнавал, танці босоніж на теплому піску у Новорічну ніч – ось за чим сюди радять їхати. Але це ще не все. Майже щороку саме тут відбувається Чемпіонат FIFA з пляжного футболу.

Також на території Копакабани багато де ви побачите тренажери та спортивні майданчики, а також людей, які займаються там, або просто бігають уздовж пляжу, їздять на роликах чи велосипедах. Усе це відображає ставлення бразильців до здорового способу життя. І точно саме завдяки красивим місцевим жителям та туристам, які до них тягнуть, цей пляж названий цього року найсексуальнішим.

До речі, дивитися варто не тільки на людей. Тут знаходяться також варті уваги історичні пам'ятки, наприклад, оборонні форти на обох кінцях пляжу.





Найкращий пляжний бар

Tropicana Beach Bar, Міконос, Греція

Міконос входить до групи островів Кіклади у Егейському морі. Він (на рівні з Сантоніні та Крітом) є одним з найпопулярніших та найвідвідуваніших островів Греції і приваблює тисячі відвідувачів щорозу. Чим? Захоплюючим нічним життям, славнозвісною космополітичною атмосферою, мальовничими кікладськими краєвидами, делюкс-готелями, великою кількістю історичних пам'яток, а також прекрасними піщаними пляжами. Часто острів називають «грецькою Ібіцою». Думаю, ви здогадуєтеся чому.

Визнаний однією з туристичних Мекк Міконос є одним з найвідвідуваніших грецьких островів, а відповідно, і одним з найдорожчих. Туристи, які сюди збираються, повинні бути готовими до гучних танцювальних вечірок, скромних англійських сніданків та високих цін на все.

Так-от, плавно підходимо до закладу, який приніс нагороду острову в номінації «Найкращий пляжний бар».

Tropicana Beach Bar знаходиться на Парадайз-Біч. Саме тут проводять найгарячіші на острові вечірки, починаючи вже з раннього вечора. Це підходяще місце для молоді, тут коктейлі течуть рікою з раннього ранку до пізньої ночі.

Найкращий пляж для пригод

Whangarei, Нова Зеландія

Отже, найкращий для пригод пляж – Whangarei. Але ж про які пригоди йдеться? Мається на увазі занурення у підводних печерах.

Печерний дайвінг – це тип технічного дайвінгу, для якого потрібне спеціальне екіпування, і який призначений для дослідження печер, що частково або повністю знаходяться під водою. Порівняно зі звичайним дайвінгом чи «печерним» спортом у такого роду занурень є суттєво менше прихильників. Частково це пов'язано, мабуть, із необхідністю у спеціальному обладнанні, додаткових навичках, а також високих потенційних ризиках – кесонній хворобі та утопленні. Проте ті, хто подолують ці фактори, здійснять захопливі мандрівки під водою, де дайверів чекає незвідана природа та справжнє випробування можливостей та навичок.

Whangarei – дуже спортивне місто. Тут добре розвинені такі види спорту як регбі, футбол, хокей на траві, гольф. А ми вас запрошуємо сюди на найкращий у світі субтропічний дайвінг.





Найкращий пляж, про який ви поки не чули

Llandudno, Південна Африка

Визнаний найкращим досі не розкритим пляжем Llandudno знаходиться неподалік південноафриканського Кейптауна і вважається одним з його найпривабливіших жилих округів. Llandudno складається з двох пляжів – Північного та Західного берегів, які знаходяться у мальовничій місцевості. Південний берег розташований між вапняковими мисами Великий та Малий Орм. Тут ви знайдете звичні британські пляжні розваги, наприклад прогулянки на катері по бухті, пірс Llandudno. Щодо Західного берега, то він приваблює відвідувачів ніжними піщаними дюнами та фантастичними краєвидами оточуючої місцевості.

Пляжі Llandudno притягають туристів спокійною атмосферою, можливістю організувати пікнік, насолоджуватися красивим заходом сонця. Полюбляють ці місця також і фотографи, серфери, ті, хто катаються на водних лижах, та інші відпочивальники, які ведуть активний спосіб життя.

Проте цей пляж у формі півмісяця, оточений масивними гранітними валунами, залишається спокійним і не дуже за-

Найкращий сімейний пляж

Cape May, Нью-Джерсі, США

Один з найстаріших пляжів у США, Кейп-Мей сьогодні №1 в країні, якщо йдеться про безпеку відпочивальників. Тут ведуться постійні дослідження стану води, і в разі порушення стандарту щодо кількості бактерій, прибережна смуга буде негайно закрита. На курортних пляжах міста постійно працює кваліфікована команда рятувальників, які в денний час стежать за безпекою відпочивальників. Мабуть саме тому, це найкраще місце для відпочинку цілою сім'єю.

Cape May – півострів, розташований на крайньому півдні Нью-Джерсі. А пляжі міста є частиною довгої узбережної смуги чистого піщаного узбережжя з прохолодним океанським бризом. Це аристократичний курорт, на що вказують, як і ціни на все, так і сам його вигляд. Коли поряд з Філадельфією була столиця колоніальної держави, її батьки-засновники полюбляли приїздити сюди на відпочинок. Багато непересічних осіб, та навіть самі президенти США, відпочивали тут свого часу, тому окремі готелі ще й досі борються між собою за звання «Літнього Білого Дому».



Найромантичніший пляж

Matira Beach, Бора-Бора, Французька Полінезія

Разом з Мальдівами, Сейшелами та Балі, Бора-Бора безперечно входить до переліку найромантичніших місць планети. Острів – один з найчарівніших куточків Французької Полінезії, який знаходиться у південній частині Тихого океану. Свою нагороду Matira Beach отримав з кількох причин: відокремлені пляжі, інтимні готелі, спокійна атмосфера, що оточує все довкола. До речі, він – один з небагатьох (а може й єдиний) міський, тобто неприватний, пляж на острові.

Проте, не плутайте романтику з нудьгою. Тут є багато різних активностей для шукачів пригод, як-от годування акул у лагуні, джип-сафарі островом. Багато цікавого тут для любителів історії. Справа в тому, що під час Другої світової війни острів був базою для заправки американських військ, тому охочі знайдуть тут багато військових орієнтирів, «гарячих» точок, пам'яток історії тих часів.

Проте повернемося до романтики. Якщо ви хочете усаїтнитися з коханою подалі від усього урбаністичного Бора-Бора – найкраще для цього місце. Замовляйте індивідуальні вечери на острові або сніданки, які доставлятимуть вам на каное, та насолоджуйтеся цим раєм у власному бунгало.

**Пляж з найкращою набережною**

Ocean City, Меріленд, США

Як зізнається Travel Channel, який і роздавав нагороди, набережна Оушен Сіті здобула перемогу завдяки орієнтованості та пристосованості для сімейного відпочинку. 2,5-кілометровий променад пропонує не лише красивий вид на море, але й багато різних атракцій: картинг, аквапарк, міні-гольф, численні кінотеатри, дитячі атракціони та луна-парк тощо. Курортна зона, частиною якої є набережна, вміщає щороку до 8 мільйонів відвідувачів. Променад є також основним районом шопінгу та розваг у місті.

Оушен Сіті має довгу історію рибальства і навіть позиціонує себе як «Столиця білого марліна». Протягом літа тут рибалять на марліна, тунця, ваху та інших промислових риб. А на початку серпня на знаменитій набережній проходить один з найбільших у світі рибальських турнірів – White Marlin Open. До слова, його призовий фонд за найбільших впійманих білого і синього марлінів та тунця може сягати понад 1 мільйон доларів. Може і вам спробувати удачі? Відпочити та заробити мільйон – ото була б приємність!





ОСТРІВ ВЕЗІННЯ

Мальта – країна хрестоносців, срібла, кроликів,
вина і душевного спокою

Місце, де жив Святий Павло, земля хрестоносців, чудові вироби зі скла і срібла, пляжі та багато-багато католицьких храмів... Це перші асоціації, які видасть вам про Мальту будь-який пошуковик в Інтернеті. І справді, Мальта – острів із багатющою історією та чудовим кліматом. І про це ми обов'язково поговоримо.

Спочатку – про людей

Але почати хочеться з іншого. Адже, попри всі архітектурні, історичні та природні приваби Мальти, головна цінність цієї країни – її люди. Ідучи з острова, господареві нашої мальтійської квартири я сказав, що таких милих та привітних людей я не зустрічав більше ніде. І це не була звичайна ввічливість. Зустріти роздратованого чи хамовитого мальтійця – справа дуже нелегка. Переважна більшість – усміхнені та завжди готові допомогти чи щось підказати, кинувши всі свої справи. Одного дня ми заблукали в нетрях передмістя столиці Мальти – Валетти – розшукуючи давні римські могили. Чоловік, який явно нудись поспішав, побачивши розгублених туристів, розвернувся і повів нас сплетінням вуличок у протилежний бік, аж доки не переконався, що вже точно дійдемо, нуди нам треба. Дорогою ми ще й вислухали цікаву розповідь про місця, якими йшли, хоча жодного стосунку до туристичного бізнесу чоловік не мав. І такі історії траплялися на кожному кроці.

Бідність – не злочин

Ще одна приємність на Мальті – практично повна відсутність злочинності. Першого дня дуже дивують автомобілі, залишені незамкненими, з гаманцями, грошима чи документами біля лобового скла. Далі розумієш, що таке можна побачити скрізь, і за тиждень уже не дивуєшся. Так само, як і тому, що поліції на дорогах немає взагалі, але при цьому ніхто не порушує правил. Можливо, причина цьому – мальтійське сонце, яке навіть туристів



змушує нікуди не поспішати. А може, суми штрафів, які вказані просто на дорожніх знаках. Скажімо, більше, ніж 50 євро – за виїзд приватного авто на окрему смугу, призначену для рейсових автобусів. Як наслідок, жодного легковика на тих смугах немає, і уявити таке просто неможливо. До речі, Мальта цілком спростовує теорію про те, що головною причиною злочинності є бідність. Насправді тут живуть дуже небагаті люди. Більшість авто – тридцяти- чи навіть сорокарічні малолітражки, дуже багато автомобілів «Шкода Фаворит», – я такі востаннє бачив ще зовсім маленьким, на початку 80-их років, коли на них приїжджа-



ли до Львова туристи з Чехословаччини або Польщі. Поруч із будинком, де ми знімали квартиру, була навіть «Таврія» – з тих перших, випущених на початку дев'яностих. Я спершу не повірив очам, але обійшов авто – справді, написано Tauria, тільки кермо представлено наліво (до річч, на Мальті лівосторонній рух). Хоча найбільше здивував президентський автомобіль, який можна побачити у відкритому для відвідувачів дворі президентського палацу (там навіть є спеціальний майданчик зі столиками, де можна перекусити канапками). Президентський герб красується на справжньому мінівені (такий собі двомісний бусик півтора метра довжини, а не ті величезні мікроавтобуси, які називаємо мінівенами ми), якому років явно набагато більше, ніж автору цього тексту.

Країна автобусів

Звісно ж, це все не означає, що мальтійці – ідеальні люди. Декому вони обов'язково здадуться надто повільними та розслабленими. Якщо у пісеньці з «Діамантової руки», що її співав Андрей Міронов, населенню острова заважають понеділки, то тут є враження постійної неділі. Утім, це не так уже й дивно в країні, де існує обідня сієста, і кілька годин в районі обіду просто неможливо щось робити. Та й поспішати тут немає потреби для більшості людей. Острів зовсім невеликий, якимсь, запізнівшись на автобус, ми пройшли четверту частину узбережжя пішки за якісь три з половиною години, абсолютно не поспішаючи. До речі, автобусна система – окрема гордість мальтійців, адже вже понад 50 років вони ходять хвилина в хвилину, чи то були старі жовті 50-річні автобуси, які нібито вийшли просто зі зйомок історич-



ного фільму, чи то нові комфортабельні машини з електродвигунами й кондиціонерами, якими їх замінили буквально кілька років тому. Це – найпопулярніший вид транспорту в країні. Залізниця тут нема, літати нікуди, кораблі – варіант гарний для екскурсії, але не для регулярного пересування. Таксі – варіант

добрий, але зловити його за межами кількох найбільш людних осередків – складно, треба дзвонити (якщо засиділися в ресторані, просить персонал викликати вам машину, інакше це може бути проблемою). Тому на другому місці в плані транспорту – орендовані автомобілі, серед яких напрочуд багато «Міні Хуперів», що є одним із очевидних наслідків колишнього панування тут Британії, яке, як не дивно, не завершилося кровною ненавистю до поневолювачів, а міцною дружбаю, яка й досі єднає два народи.

Чому мальтійці не ненавидять британців

Історія ця доволі незвична, але насправді все дуже просто. Мальтійці дуже давно відвикли бути незалежними. Ще до нашої ери їх завоювали римляни, і відтоді цей острів переходив із рук в руки. Доволі довго тут панували араби, наслідком чого є своєрідна архітектура житлових будинків, збудованих з великої жовтої цегли, пласкі дахи,



вузькі вулички. Головний же наслідок перебування тут арабів – мальтійська мова, яка часом нагадує щебетання райських пташок, але переважно – все тани саме дещо видозмінені арабські слова. Утім, це не має лякати туриста, адже практично всі мальтійці розмовляють англійською. При цьому тішить значний акцент, завдяки якому англійські слова звучать набагато зрозуміліше для українського вуха, ніж у виконанні самих англійців.

Якщо ж продовжити історичний експурс, то варто згадати кілька століть, протягом яких Мальта була центром ордену хрестоносців – госпітальєрів, або ж «Ордену святого Івана». Саме з хрестоносцями пов'язана більшість історій, які розкажуть вам тутешні гіді, а також основна маса історичних пам'яток. Про все це ви обов'язково дізнаєтеся, переглянувши фільм *Maltese Experience* у спеціальному кінозалі Валетти. Подивитися його вам порадять всі, кого ви зустрінете на шляху, і я пораджу також. Доволі якісно зняті й описані всі віхи істо-



рії Мальти дозволяють набагато краще зрозуміти все, що ви побачите надалі. Триває фільм годину, а у Google ви цю інфу збиратимете два дні. Не пошкодуєте. Але повернімося до інших баранів. А точніше – до того, чому мальтійці не зненавдили британських колонізаторів. Так от, наприкінці 18 століття Мальта потра-

пила в руки французам під орудою Наполеона. На відміну від попередників, які поважали тутешню природу і культурні цінності, нові завойовники бачили в них тільки можливість збагатитися. Місцеві храми та музеї були жорстоко розграбовані, а людей, які намагалися їх захистити, просто вбивали. Відповідно, британців, які вигнали французів та осіли на острові, мальтійці готові були ледве не на руках носити. Тим більше, що вони тутешні реліквії не грабували, розуміючи, що прийшли надовго, а місцеве населення мало доволі багато свобод. Так і склалося історично, що мальтійці навіть після отримання незалежності вбачають у Великобританії стратегічного партнера й завжди раді приїзду туристів із Англії, яких тут справді доволі багато. На відміну, наприклад, від росіян, мала кількість яких видалася доволі суттєвою перевагою Мальти як місця для відпочинку.

Валетта

Що ж варто побачити, відвідати, спробувати на Мальті? По-перше, обов'язково треба погуляти Валеттою. Місто це доволі давнє і зберігає чимало красот, поєднуючи римські віадукі, арабські будівлі, католицькі храми часів хрестоносців, а також типові італійські будиночки з кольоровими балконами. Тут обов'язково слід побувати у форті на краю півострова, який повністю зайнятий містом, а також у соборі святого Івана. Непоказний зовні, храм є надзвичайно красивим всередині. Не оминіть жодної кімнати, а особливо ж музейних, де зберігаються твори видатних європейських митців.

Гозо

По-друге, не відмовляйтеся від експурсійного туру кораблем на острів Гозо



та у Блакитну Лагуну. Лагуна – єдине місце в країні, де є справді великий піщаний пляж, адже на самій Мальті (маю на увазі острів) більшість пляжів – скелясті, а невеличкі піщані – штучні і в основному належать п'ятизірковим готелям. На Гозо варто відвідати середньовічний собор із пам'ятником папі Іванові Павлу II (його тут дуже шанують, називаючи по своєму – Джван Павлу). На місці собору колись, за переказами, жив Святий Павло, корабель якого зазнав катастрофи поруч. Святий Павло жив тут лише кілька місяців, потім перебравшись у Рим, однак це повністю змінило культуру мальтійців. Майже всі вони – ревні католики, які ретельно доглядають численні храми і проводять величні

релігійні фестивалі. Але повернімося до острова Гозо. Тут бажано взяти так зване джип-сафарі – вас покатають на стародавньому джипі всім островом, завозячи дорогою до історичних пам'яток. Також саме в тутешніх крамницях є найбільший вибір сувенірів з мальтійських срібла та скла. Ці промисли місцеві майстри практикують уже понад дві з половиною тисячі років, навчившись ним від фінікійських мореплавців.

Мдіна

На самій Мальті цікаво спробувати дайвінг – центрів цього екзотичного виду спорту доволі багато, як і драйверів, яких приваблює велика кількість затонулих кораблів різних епох та літа-



нів часів Другої світової в довколишніх водах. Також є сенс з'їздити в давню столицю країни – Мдіну, яка свого часу була одним із найбагатших міст Середземного моря, а зараз – практично мертве місто, де мешкає менше двохсот людей. Переважно це працівники музеїв, ресторанів та сувенірних крамниць. Поруч із Мдіною можна погуляти римським кварталом та зазирнути в катакомби, які також пам'ятають Святого Павла. Тільки не треба йти на перегляд Mđina Experience – це дуже поганий варіант того ж фільму, який можна побачити у Валетті. Відверто – підрібок для місцевих власників ресторану, однак для туриста – втрачені гроші і час. Краще витратьте його на прогулянку президентським парком, а також похід «Трьома давніми містами», які знаходяться на узбережжі, на іншому боці тієї ж гавані, де стоїть столиця Валетта. Тут можна ходити з гідом, але отримати чудові враження від архітектури та затишну вуличок, схожі на які не знайдете в жодній іншій країні, можна й самим. Просто ходити, розглядати будівлі та читати написи на табличках.

Кулінарія

Окрема розвага – недільна поїздка на рибний ринок у селищі Марсашлок. Цей базар діє тут уже сотні років. Як і колись, просто з рибальських човнів на прилавки розходиться різноманітна риба, а також восьминоги, мідії, омари, креветки... Ніби нічого особливого, але ще якась нотка із життя цієї країни. А також – чудовий щойно виловлений тунець, який добре відразу ж приготувати на плиті у винайнятих апартаментах чи десь у ресторані поруч.

Якщо вже зайшла мова про їжу, то окрім різних видів морепродуктів, які

ми пишається Мальта, тут також варто спробувати «Мальтійського кролика». Це доволі проста страва, але при цьому справді надзвичайно смачна. Дикого кролика тушкують у часнику і червоному вині. Йти на нього варто в один із домашніх ресторанчиків у Сліємі – найсучаснішому туристичному містечку Мальти. У Валетті його просто не готують, а в її околицях ресторатори просять замовляти кролика наперед. Поїхати ж із Мальти, не спробувавши цей шедевр – те саме, що поїхати з України, не спробувавши борщу. Їсти кролика треба руками, інакше можна потрапити в смішне становище. Як, наприклад, автор цього тексту, який довго колупався вилкою і не розумів, чого хоче власник ресторану, який загадково посміхався та показував на руки. Зрештою, йому довелося підійти і шепнути мені на вухо, що мальтійці їдять кролика руками, й мені варто робити так само... До речі, непогана також і «Нурка по-мальтійськи» з купою різних спецій, але це насправді вплив арабської кухні, а не автентична мальтійська страва. Поїсти приємно, але враження вже не ті.

Алкоголь

Піють же до цього всього на Мальті переважно вина, які тут же й виробляють з місцевого або сицилійського винограду. Особливо приємні – дешеві (від 60 центів за пляшку), але з оригінальним смаком вина з фабрики, заснованої чоловіком з чудовим для професії винороба прізвищем – Емануель Деліната. Хоча можете пробувати й інші, більшість буде доброю. Також варте уваги світле пиво місцевого виробництва – Cesk – воно має м'який класичний смак. Вживати алкоголь можна де завгодно, хоч посеред вулиці. Чим і користуються ма-

сово мальтійці вечорами – набережні селищ і невеликих містечок заповнюються десь о 20 людьми, які виносять столи та столики, розставляють склянки й закуски, п'ють і багато щебечуть своєю екзотичною, але милозвучною мовою. Правда, попри велику кількість випитого вина, тут практично ніхто не впадає. П'яних людей за тиждень вдалося побачити лише раз. Це була пара туристів, радше за все, британців. П'яні мальтійці – або рідкісне явище, або вони ховаються по хатах.

Нехолостяцький курорт

Загалом можна резюмувати, що Мальта – місце, нуди добре їхати з сім'єю, і де навряд чи дуже весело великою компанією чоловіків, якщо, звісно, ви не фанати дайвінгу. Для дайверів на острові – рай. Також тут можна погасати на джипах всередині країни, де нема людей. А от просто холостякам, які люблять «відвиснути», може бути нуднувато. Ресторани на Мальті – це переважно тихі сімейні заклади зі столиками на двох або в форматі «двоє + діти», пабів і нічних клубів небагато. Стриптиз тут не шанують, а повій взагалі не видно. Можливо, вони є десь у фешенебельних готелях, але це треба спеціально шукати, чого я особисто не робив. Радше за все, така скромність мальтійських дівчат пов'язана з шаленою релігійністю місцевого люду. А може, сюди просто не їдуть за такими розвагами. Тут тепле море, купа історії, повільний плин часу і найбільше бажання – спокійно гуляти тисячолітніми вуличками або плавати у воді, яка сама підтримує тіло. А шукати пригод на різні його частини – це треба їхати в інші куточки Європи.

Всеволод Поліщук

Чемпіонат закінчився, тому робота ресторанів повертається у своє звичне русло. Натовпи вболівальників, які цілодобово хлебчуть пиво і виїдають усі запаси борщу з варениками, поїхали додому. Чи прийдуть вони ще – з друзями та родинами – покаже час. А зараз знову прийшла пора роботи в умовах жорсткої конкуренції. Усе найцікавіше, що придумали наші ресторани для своїх гостей, – у наших новинах.

Del Pesto: стейки, розіграші і Бабкін

Сіеста-ресторан Del Pesto (вул. Костюшка, 6) повністю оновив меню. Любителі м'яса тепер можуть тут смакувати стейками, приготованими трьома різними способами (класичний, чорний, три кольори). У меню з'явилися нова паста, закриті піци, які стали відчутно більшими, а також легкі овочеві салати, заправлені різноманітними соусами без використання майонезу. Особливістю нового меню є приготування за старовинними рецептурами свинина Del Pesto, ковбаски, паштет, лосось власного засолю. Ласунів потішать нові десерти, широкий вибір млинців. Крім того, оновилися коктейльна та винна карти.

Крім того, Del Pesto впроваджує дисконтну систему. З 25 червня до 25 серпня гості ресторану, отримавши дисконтну картку, можуть накопичувати бали і отримують шанс виграти призи. Розіграш відбудеться в неділю 26 серпня.

А щочетверга з 19:00 до 21:00 музику для відпочинку в стилі deer jazz, jazzy house, easy listening гратиме Dj Musicman. Крім того, гостям в подарунок запропонують фірмовий коктейль Siesta music. А от щоп'ятниці з 19:00



до 21:00 «Клоц band» виконуватиме акустичну музику з європейськими мотивами та елементами джазу, а також акустичні версії українських пісень таких виконавців, як Сергій Бабкін.

У «Панський чарці» – оновлений кабан

Компанійський ресторан «Панська чарка» (вул. Винниченка, 3) представляє своїм гостям оновлене впольоване



меню кабана, яке є родзинкою серед усіх страв закладу. Незмінно смачне м'ясо кабана у нових поєднаннях. Зокрема, до нього пропонують куліш з верпа із гострим перцем, смажені шматки кабана з лисичками, печеню з кабана та овочів і багато іншого. Та шанувальники таких страв, як нога дикого кабана, овочевий суп на реберцях, бограч, можуть бути спокійними – вони з меню не зникли.



«Кентавр»: смакуй літо

У літньому меню «Кентавра» (пл. Ринок, 34) – смак літа. Це і полуниці, і черешні, і полуничні тарталетки, смузі, лимонад та сезонна пательня овочів. Аби відвідувачам було зручніше, на літню терасу «Кентавра» повернули зручні диванчики. А приємну прохолоду навіть у пекельну спеку забезпечує спеціальна зрошувальна система.

У Bianco Rosso Pasteria – дві порції пасти за ціною однієї

Відтепер у елегантному італійському ресторані Bianco Rosso Pasteria (пр. Свободи, 6/8) можна покуштувати пасту за акційними умовами: з 16.00 до 17.30 замовляйте дві порції пасти за ціною однієї. Обирайте з-поміж чотирьох видів пасти: болоньезе, арабіата, песто чи карбонара. Коштує це все від 35 гривень, витративши які, ви добряче поїсте удвох.

У Split-Lviv – нова карта солодощів

Улітку в ресторані Split-Lviv (пл. Міцкевича, 6/7) оновлено карту солодощів. Тепер вона наповнена вишуканими десертами за стародавніми рецептами, котрі збиралися з різних куточків світу, зокрема Франції, Італії, Іспанії та



США. Кондитери ресторану особливо рекомендують абрикосовий мус із кунжутним твілем, італійський тортин «Міртіль» з краплями чорного шоколаду та ніжним вершковим кремом з чорниці чи неймовірний іспанський класичний десерт «Торроне» з горіхами, сухофруктами, із пюре з кураги та кленового сиропу.

Сніданки на даху в ресторані «Панорама»

Ресторан «Панорама» (пр. Свободи, 45) пропонує по-снідати на даху, звідки відкривається мальовничий вид на Оперний театр, Ратушу, старовинні костьоли та будиночки історичного центру Львова. У меню сніданків – готові пропозиції: континентальний сніданок, сніданок по-американськи і сніданок на двоє із ігристим вином. А якщо Ви бажаєте формувати замовлення на свій смак, в меню сніданків для вас: ароматні булочки, круасани, млинці, сирники, вареники, м'ясне та сирне асорті, страви з яєць, свіжі соки, йогурти, пластівці, вівсяна каша, фірмові пропозиції (сендвічі, бургери) і, звичайно ж, львівська кава. Вартість сніданку в середньому — 150 грн.

Ольга Ігнатова

**ДЖОН
КОЛІНЗ**





Здавалося б, що може бути простішим і банальнішим за «Джон Колінз», відомий будь-якому бармену-початківцю коктейль на основі джину, лимонного соку і содової або тоніка. Ну хіба що ще «Викрутка» або «Кривава Мері». Утім, насправді не все так прозаїчно. Адже «Колінз» – це перший коктейль, відомий історії. Готували його ще наприкінці 18 століття, а перший записаний рецепт належить до початку 19 століття. За переказами, винайшов його бармен Джон Колінз в англійському готелі «Лімерс», звідси й назва. До того ж, коктейль має дві назви – часом його називають «Том Колінз» – як спогад про те, що перші «Колінзи» готували з голландського джину «Олд Том».

Приготувати «Джон Колінз» дуже просто: в наповнений льодом шейкер залити джин, лимонний сік і цукровий сироп. Добре збовтати, процідити у склянку і додати содової або тоніку. Вчепити згори дольку лимона - і вперед...

Інгредієнти:

Джин – 50 мл.

Лимонний сік – 30 мл.

Цукровий сироп – 20 мл.

Содова або тонік – 100 мл.

Лимон – 1 долька

Як вибрати зал для весілля



Отже, попереду у вас весілля, багато приємних клопотів. Але є декілька з них, які ви можете передати в руки професіоналів. Тим не менше, такою важливою справою, як вибір ресторану, краще зайнятися самостійно.

При підготовці до весілля одним з найважливіших моментів є вибір залу для проведення урочистості. Він обов'язково повинен відповідати особливій атмосфері, бути комфортним, зручним, світлим, просторим. Тому обирати його потрібно дуже ретельно. І взагалі, якщо хочете, щоб усе пройшло чудово, приділіть увагу кожній дрібниці. Ви повинні обрати найкрасивішу сукню, найліпшого і найвеселішого ведучого і звичайно найкращий ресторан.

Вибираючи ресторан, зверніть увагу на такі речі: паркування для автомобілів, кількість посадочних місць, наявність танцювального майданчика, інтер'єр залу, він повинен бути чудовим. Затративши деякі зусилля, ви зможете знайти такий ресторан. Ви будете ніби принц та принцеса, мрія яких здійснилася!

Особливу увагу зверніть на вибір меню, страви повинні бути не тільки смачними, але й гарно прикрашеними. Попередньо прийдіть у ресторан з вашими близькими, скуштуйте страви, оцініть привітність персоналу і професіоналізм шеф-кухаря та адміністрації.

Вдалого Вам свята!!!

*Ігор Смачной, директор ресторану «Вілла Австрія»
с. Нагоряни, вул. Наливайка*



TOP-10 Lviv

Львів, 2012

All you need in Lviv

**TOP-10
LVIV.UA**



Принципово новий для України путівник, що побачив світ у липні. Основний принцип – дати туристу тільки вибране з багатьох цікавих туристичних об'єктів Львова. Тут є не лише пам'ятки архітектури й історії, але також львівські легенди та страви галицької кухні, сорти місцевого пива, історії відомих львів'ян і місця активного відпочинку. Велику частину путівника займає сучасний Львів – ресторани різних категорій, парки, торгові та інші відпочинкові центри або корисні для туриста місця й заклади.

До роботи над путівником залучали і працівників «Егоїста». Тому без сумніву рекомендуємо його не лише туристам, але й львів'янам, які хочуть дізнатися більше про своє місто.



Римські пригоди

Не скажемо, що це дуже чоловічий фільм. Він – радше для всіх людей, які вже трохи знають життя і вміють поррахувати йому ціну. Утім, чоловікам нова стрічка Вуді Аллена буде не менш цікавою, ніж жінкам.

В одному з найстаріших міст світу живуть дивовижні люди, більша частина життя котрих проходить, як сказав сам режисер та сценарист стрічки, назовні – на вулицях рідного міста, в затишних кафе й невеличких магазинчиках. Навіть якщо жителі просто гуляють по Римі – одразу стає зрозуміло, що це не звичайне місто, а справжній витвір мистецтва. Саме це хотів показати Вуді Аллен у своїй кінокартині «Римські пригоди».

Глядачеві доведеться повністю зануритись у неповторну атмосферу цього древнього міста, зустрітись із його жителями, а також відчувти спадщину століть, яку зберігають у собі стіни цього незвичайного місця.

«Римські пригоди» – спокійний та розважливий фільм, просяннутий добротою й гумором. Головні герої стрічки дуже різні, але їх об'єднує одне: усі вони бачать навколо себе неймовірної краси вулиці Рима – і саме в цьому місті їх долі зміняться назавжди.

Блискауча комедія Вуді Аллена, в котрій зіграли Алек Болдвін, Роберто Беніні, Пенелопа Круз, а також – сам режисер.



Брелок-рятівник

У наших кишнях завжди лежить купа непотрібного барахла, яке робить нас на півкілограма важчими. Натомість, із корисних речей – хіба мобілка, якийсь настет і ключі. До останніх, зазвичай, примотаний ідіотський брелок. А могло би бути причіплене щось корисніше!

От, приміром, зв'язали вас якісь бандюки, а ви раз-раз, перерізали шнурок і гайда вздовж річки, полями, та на маршрутку. А все завдяки супербрелону! Виробники брелока ResQMe, що в перекладі на нормальну мову звучить як «Врятуй мене», стверджують: він робиться виключно в

Штатах і лише з дбайливо відібраних натуральних матеріалів.

А функційність у супербрелока справді чимала. Він, на пару із самовладанням та нормальною реакцією водія, незамінний при екстрених випадках на дорозі. Гострим його кутом легко можна, за потреби, розбити бокове скло і звернутись назовні автомобіля. А у випадку займання чи потоплення авто, цим брелоком елементарно перерізати пасок безпеки і таким чином урятувати собі життя. Коштує він, як на свій функціонал, доволі недорого: в межах \$17. У будь-якому разі, це далеко не та ціна, яку не можна заплатити за свій порятунок.

Пряжка-фляжка

Ми бажємо вам поменше нагод, у яких би знадобився брелок-рятівник. Але щодо ось такої оригінальної пряжки, тут наші молитви безсилі. Просто користуйтеся нею помірно.

Як ви вже певно здогадалися, пряжка має на меті не лише підтримувати ваші штани на дупі, але й робити вам приємне, впливаючи на ваш мозок за допомогою дистилляту. Адже у ній захована справжнісінька фляга. Її розмір, на перший погляд, може видатись дитячим – всього 2 унції, по-нашому десь 60 грамів. Однак, як відомо, розмір – не головне, значно важливіші градусність та доречність.

Коштує вона \$12, і, звісно, за ті гроші можна купити не одну пляшку ординарного алкоголю або ж фляндра неординарного. Але ж алкоголь затікає і витікає, а фляга залишається на нашому поясі надовго.





Клавіатура для засмаги

Давайте продовжимо моделювати всякі різні ситуації. Уявімо, що ви десь в горах, і у вас раптово сіли батарейки на клавіатурі (не питайте, що вони у ній роблять, самі придумайте, хай це буде вашою частиною моделювання). І що ж робити?

Звісно, можна сісти на пеньок та гірко заплакати. А можна заздалегідь підготуватись до таких вибриків долі і запастися клавіатурою на сонячних батарейках! За 80

банків ви отримуєте прекрасний девайс від Logitech з назвою Wireless Solar Keyboard K760, з чудовим дизайном та ергономічністю, з прекрасними квадратними кнопками і цілою панеллю сонцепоглиняльних електронних рецепторів. Тепер вам не страшні жодні проблеми з «пальчиками». Просто залазьте на смереку, щоб світла було побільше, і насолоджуйтесь Facebook'ом.

Звісно, нею можна користуватись і удома, адже вона не потребує дроту. Проте хоче виключно продукцію фірми Apple. А ви як думали? Краса потребує жертв!



Сокира-автобот

Якщо зайшла вже мова про лазіння на смереки та мандри карпатськими джунглями, то ми собі так подумали, що вам, крім суперфайної клавіатури, знадобиться також і щось таке, чим можна було б відбиватись від ведмедів, звести якусь простеньку колибу зі зрубу та повисмикувати звіднись цвяхи, щоб потім їх у щось забити.

Тим чимось є унікальний пристрій компанії Brook&Hunter, який гордо називається Mo-Tool Wood Inlay Axe за \$50.

Це щось таке, як трансформери в однойменному фільмі, але сокира. Коли її розіслити (або поставити правильне завдання), вона легким порухом руки перетвориться на ніж, кусачки, викрутку, плоскогубці, молоток чи бумеранг, енергії якого вистачає, правда, на рух лише в один бік.

На жаль, є лише одне, на що вона перетвориться не може: на прекрасний шкіряний чохол коричневого кольору із «заціпальною» кнопкою. Тому розробники просто докладають його до комплекту.

Богдан Юрочко



ПОПЕЛ ЗВІЧАЙНИХ ПРОДУКТІВ - ДЛЯ ПОПЕЛІ

Кожен із нас бачив співчутливі чи навпаки – страхітливі реклами про лікування імпотенції. «Чоловік не має залишатися з проблемою один на один», – кажуть нам відомі люди з телероликів. На жаль, у журнальній статті ми не зможемо дати поради тим, у кого ця проблема вже набрала актуальності. Але розуміємо, що чоловіку, в якого з потенцією все гаразд, не обов'язково доводити справу до того, щоб треба було лікуватися. Ця стаття – саме для таких чоловіків. Що варто робити, щоб так

зване «чоловіче здоров'я» і надалі вас не полишало? Не будемо говорити про психологічні чинники. Вони у кожного індивідуальні, і тут вже обов'язкова консультація у фахівця та максимальна довіра партнера. Натомість є фактори, з якими кожен може боротися самотужки: неякісне харчування, токсини, вплив довколишнього середовища. Що треба їсти-пити, аби покращувати ситуацію, а що призведе до проблем? Чого ще не варто робити, аби залишатися для своєї жінки справжнім мачо?

Алкоголь і тютюн

Перша порада – очевидна. Алкоголь та тютюн негативно впливають на всі процеси в організмі. Звісно, якщо ви зрідка випиваєте коктейль чи бокал вина, це не буде відчутно. Але якщо вживання алкоголю стає регулярним – варто чекати проблем. При цьому слід зауважити, що пиво, яке вважається «легким напоєм», за оцінками лікарів, є чи не найнебезпечнішим для потенції. Про цигарки взагалі розповідати довго не варто. Тут уже кожен робить вибір для себе, і кинути палити за вказівкою лікаря ще нікому не вдавалося. Треба приймати вольове рішення. Вийде у вас чи ні – це вже виключно справа бажання і сили волі. До речі, варто пам'ятати, що сигари, люлька, кальян – нічим не кращі з точки зору впливу на судини, а відтак і на потенцію, аніж цигарки. Про наркотики взагалі помовчимо. Тут все просто і очевидно.

Тепла буває забагато

Несподіваніша річ – вплив гарячої ванни і сауни. Як показують останні дослідження сингапурських та японських лікарів, надмірно часте перебування в гарячій воді чи парі справді збільшує ризик проблем із статевою силою. Тому порада лікарів – ходити до сауни чи лазні рідко, а гарячу ванну замінити ледь теплим душем.

Подібна небезпека – автомобільні сидіння з підігрівом. Так, вони часто рятують від переохолодження взимку. Однак варто пам'ятати: якщо система підігріву ввімкнена постійно або довгостроково, вона розігріває крісло до 40 градусів, а це не найкращий температурний режим для чоловічого здоров'я. Адже не даремно природа влашту-

вала так, що чоловічі статеві залози винесені за межі тіла, і температура органа, в якому вони знаходяться, повинна бути на градуси 2-2,5 нижчою загальної температури тіла.

Виходить, що нормальна температура для статевих залоз – 35 градусів. І її навіть незначне підвищення може призвести до порушення сперматогенезу, що ставить під загрозу майбутнє батьківство. Температурний режим також впливає на потенцію. Оскільки погане функціонування статевих залоз позначається на еректильній функції. Тому коли усідаєтеся на прогрітє сидіння, через кілька хвилин після початку руху відключайте «крісельну піч».

До речі, навіть надмірно теплий одяг може бути причиною проблем. Тому добре розрахуйте взимку, чи не перегрівають вас штани, поєднані, наприклад, із кальсонами.

Дієта - не завжди вихід

Очевидно, що зовсім не є корисною для чоловіка зайва вага. Саме малорухливий спосіб життя, незбалансований раціон і надмір жирової прокладки є найпоширенішими причинами виникнення імпотенції. Жирова тканина «спалює» гормони, а надмірна вага підвищує навантаження на серце, судини і м'язи. Саме ускладнення роботи системи кровообігу заважає здійсненню подвигів у ліжку. Тому збалансований раціон і принаймні незначні вправи хоча б раз на два дні зменшать ризик імпотенції в десятки разів.

З іншого боку, непродумана дієта чи розвантажувальні дні не впливатимуть на організм краще. Якщо недоїдати, недодавати тілу білків чи інших речовин, організм виснажується, і вже інші фактори спричиняють ту саму про-

блему. Тому замість дієт лікарі радять просто уважніше добирати продукти харчування та спосіб їх приготування. Наприклад, не варто відмовлятися від м'яса (якщо ви, звісно, не переконаний вегетаріанець). Червоне м'ясо потрібне більшості чоловіків. Просто вживати його варто не щодня, а двічі чи тричі на тиждень. При цьому перевагу варто надати грилю або вареному м'ясу, а не смаженому на жирі.

Також корисні для чоловічої сили морепродукти. Щодо риби то, насамперед, ідеться про камбалу і скумбрію. Крім того, потенцію підвищують мідії, креветки, раки. Знову ж, тут важливий спосіб приготування – найкраще готувати рибу й інші морепродукти на парі. Тоді не вироблятимуться речовини, які призводять до закупорки судин.

Так само корисно вживати яйця – курячі й перепелині. Бажано – варені не дуже накруто. Раніше помилково вважалося, що вони забивають організм холестерином і негативно впливають на судини. Зараз же медикам відомо: у яйцях міститься значно більше холіну – речовини, яка виводить з організму холестерин – ніж самого холестерину.



Мед - номер 1

Що ж до інших продуктів, корисних для чоловіка, то на перше місце лікарі ставлять мед. На другому місці за ефективністю знаходяться горіхи – грецькі, арахіс, фундук. Спеціалісти рекомендують змішувати 100 г горіхів і столову ложку меду, їсти таку суміш по 1 ст. ложці щодня за 3-4 години до сну. Ефект з'явиться вже після кількох днів прийому, навіть у тих, в кого вже були певні проблеми. Також грецькі горіхи можна замінити соняшниковим насінням, кунжутом, чорносливом.

Не можна не згадати і про позитивний вплив на потенцію зелені. Наприклад, у продуктах із великими зеленими листками, таких як селера і шпинат, міститься багато нітратів, які підсилюють кровообіг. Сучасні ліки від еректильної дисфункції засновані на дії саме таких нітратів. Корисними також можуть бути чебрець, ммин, м'ята.

Деякі дослідження показали, що кавун має на еректильну дисфункцію вплив, схожий на ефект «Віагри», а, крім цього, підвищує статеве ваблення. У кавунах є антиоксиданти, що розслаблюють судини і збільшують приплив крові до статевого члена.

Лікопін, який міститься в червоних фруктах, таких як грейпфрут і помідори, покращує кровообіг. Особливо ефективно лікопін засвоюється організмом при вживанні з жирними овочами, такими як авокадо або шпинат. Є також дослідження про користь для ерекції бананів – лікарі радять їсти їх принаймні раз на тиждень. Суть їхньої дії полягає у регулюванні водного балансу в організмі, який також дуже важливий для статевої функції.

Загалом же, за бажання, можна знайти чимало продуктів-афродизіаків та й цілих страв, вживання яких позитивно впливає на чоловіка. Головне – не залишати своє здоров'я «напризволяще». Якщо ви почнете уважніше ставитися до свого організму, маса знань прийде до вас цілком непомітно і у природній спосіб.





СТИЛЬ ЖИТТЯ

ФАБРИКА РОЗУМНИХ МЕБЛІВ



м. Львів, вул. Заводська, 7;

тел/факс: (032) 244-49-61, тел: (032) 244-49-62

www.lstyle.ucoz.com

e-mail: am2004@ukr.net

ЧОЛОВІК – ІСТОТА ПОЛІГАМНА?

або «Люба, ти у мене найкраща, я вчора в цьому знову переконався»



Чоловіки за природою – полігамні істоти. Так стверджують вони самі. А жінки тим часом обурюються і закидають щось на кшталт: «чоловікам завжди потрібне лише одне, і вони навіть не борються з цим». Тож, чоловіча полігамність – це природа чи данина вільному сьогоденню?

Чи має місце сьогодні взагалі обговорення теми полігамності? Адже доводити комусь щось у темі вірності не має змісту. Будь-який чоловік зі стовідсотковою впевненістю заявить, що полігамність у них в крові, а ще й, якщо

добре обізнаний у цій темі, то приведе до прикладу певні історичні моменти, які доведуть існування різноманітних статевих стосунків на різних етапах історії. І скільки б жінки не били себе у груди і не доводили, що це несправедливо, адже вони істоти моногамні, – це все нічого не варте.

Як на мене, чоловіки і жінки стали рівними у цій ситуації. Для чого стверджувати про однолюбство, якщо сьогодні цей вид кохання став таким рідкісним, що трапляється лише серед «унікумів». Зараз молодь прагне свободи у всіх її проявах, і любов – не виняток.

Виходячи з природних джерел, чоловікам, самцям, дійсно властива полігамність. Точніше навіть не властива – вона у них просто вплетена корінням ще від самого початку існування. Мужчина навіть не задумується над тим, яка кількість жінок є прийнятною. Він відчуває чоловічу силу і спроможність дати здорове потомство (адже кожен чоловік вважає свої гени унікальними), і його нічого не зупиняє у тому, щоб добитися самки і виконати свої природні потреби. Адже практично у всіх ссавців існує дві стратегії поведінки. Чоловіча – залишити якомога більше потомства, для чого спробувати запліднити якомога більшу кількість самок. І жіноча – злягатися тільки з самцем, який є найгіднішим з наявних, а недостойних відкидати. Тобто, самець готовий зайнятися сексом з будь-якою симпатичною самкою, оскільки його біологічна мета – запліднити максимальну їх кількість. Самка ж не дозволяє займатися з собою сексом самцям негідним, збитковим і негідноходящим. В нерозумінні цих стратегій полягає проблема багатьох заміжніх жінок, коли чоловік їх зрадив. Вони зрозуміти не можуть, що він знайшов у тій страшенькій і тупій конкуренції, чим вона краща? І ніяк не можуть збагнути, що чоловік не шукає кращу – він шукає іншу. Але якщо зраджує жінка, то вона точно знайшла когось кращого

КОМЕНТАРІ

для себе. Саме у такий спосіб і відбувається статевий відбір у приматів: кожна самка обирає тільки найгідніших статевих партнерів, а самці готові зайнятися сексом з більшою кількістю самок, але після численних відмов часто змушені просто шукати хоч якусь самочку, яка погодиться продовжити їхній рід.

Але чи здорове потомство є рушійною силою для сучасного чоловіка? Звичайно, ні. Сьогодні мунчини навпаки хвилюються до останнього (поки конкретній, добре, якщо бажаній, жінці не вдасться опанувати його) і турбуються про те, щоб просто жити з насолодою.

Один мій знайомий так і говорить: «Це жінкам властиво захохатися і прагнути бути з одним чоловіком, а ми – навпаки. Нам потрібно розвиватися. Чоловік, як би сильно не любив, рано чи пізно зрадить. Не через те, що йому щось буде не так, а тому що в нього така потреба. Для нього це навіть може нічого не значити, але так буде. Чоловікові одна жінка може, грубо кажучи, набриднути. Це, як робота. Ти на неї ходиш щодня, а наприкінці тижня вже думати про неї не можеш. Так і від жінки... хочеться відпочити».

І більшість чоловіків, переважна більшість, підтримають цю думку. «Якщо сходить «наліво» – це не означає, що розлюбив, або жінка стала непотрібною. Це навіть не пошук кращої. Це вам, жінкам, постійно хочеться знайти «ідеал», якого по суті не існує. Це ви, знайшовши якісь, так звані вади, в образі ідеального хлопця, прагнете знайти кращого. А нам потрібно не це. Ми хочемо доводити бодай самі собі, що ми завойовники, мисливці. І для цього нам потрібно власне завойовувати. Віднаходити інших жінок. Досягати нових територій. В нас це все відбувається на



**Юрій Кардашевський,
голова Львівської молодіжної асоціації кінбоксингу**

Я вважаю, що кожен чоловік – завойовник, мисливець! Це збереглося і передалося ще від предків, які звикли брати те, що їм подобається. Тому до наших чоловіків полігамність прийшла з генами. Та й до зради, як такої, можна ставитися двояко. Я вважаю, якщо чоловік пішов наліво – це ще не зрада. А мудра жінка не буде загострювати таку ситуацію, а навпаки поступити правильно і збереже сім'ю, бо життя є життя, і різні в ньому ситуації бувають. Сім'я – це свого роду інвестиція, в яку вкладаються час і гроші. Та й діти є теж надзвичайно важливою складовою. тому руйнувати все це через зраду, я думаю ні мудрий чоловік, ні мудра жінка не будуть.



**Ігор Палига,
засновник клініки репродукції людини «Альтернатива»**

Я думаю, що за основу треба брати не природу, а виховання людини, світогляд, стиль життя. Тому я не притримуюсь думки, що всі чоловіки полігамні від природи. Вважаю, що краще жити з однією жінкою, аніж бути полігамним. Відбулось вже три сексуальні революції, з того часу весь світ став полігамнішим. Але я, як лікар, можу запевнити, що це не на користь суспільству, бо чим більше сексуальних партнерів у людини, тим вищий ризик вірусних та навіть онкологічних захворювань. Доведено, що у жінок, в яких було більше п'яти партнерів, значно вищий рівень загрози онкозахворювань, аніж у тих, в котрих був один чоловік. Та й взагалі, полігамність в наш час стосується і жінок, вони стали набагато доступнішими та легковажнішими, аніж були раніше. Та й жінок, які починають статеве життя після одруження, вже практично немає. Як на мене, це проблема виховання, хоча завжди легше поскаржитись на природу.



**Ірина Куцин,
директор офтальмологічної клініки «Лазер Плюс»**

Я вважаю, що полігамність притаманна усім чоловікам. Проте, виховання та особисті риси «стримують» одних у рамках пристойності, інші побоюються наслідків, а для декого постійна зміна коханих чи партнерів – норма. Я росла на прекрасних казках, напевне, саме тому й досі по-дитячому вірю, що зустрівши свою єдину кохану жінку, чоловік стає довічно моногамним :))

Михайло Томаневич, директор будівельної компанії «Спектрум»

Це дуже філософське питання і тут не можна відповісти однозначно. Мені здається, що справа у цінностях та принципах людини. Для когось може бути достатньо і однієї жінки на ціле життя, все залежить від того, яка ця жінка! Є такі, від яких не хочеться нікуди йти, які вміють себе вести з чоловіком. Якщо говорять про чоловічу полігамність, то так само можна сказати й про жінок. Тепер і жінки є такі. Яким мало і трьох, і тринадцяти чоловіків. Це вже не той час, що був колись.



Джо Доджер – не султан, але дружин у нього теж немало. У цього мормонського фундаменталіста із Солт-Лейк-Сіті – 3 благовірних та 24 дитини від них. Причому двоє з трьох дружин – рідні сестри-близнючки, а третя жінка – їхня кузина

підсвідомому рівні. Ми можемо навіть не малювати плани, а просто йти за покликом ества», – каже ще один представник сильної статі.

У чоловіків на підсвідомому рівні влаштована програма – розповсюдити свої гени на таку кількість (достойних) самок (жінок), на яку є можливість. Це у тваринному світі самка обирає собі найсильнішого самця для того, аби її потомство було здоровим і витривалим, а в людей усе збереглося підсвідомо. Чоловік, обираючи жінку, прагне бути з такою, яка буде здатна для нього виносити і народити здорову дитину, а потім зможе дбати про родину. На відміну від

простіших тварин, у вищих приматів дитина народжується непристосованою до життя, їй потрібно кілька років турботи і догляду. Тому батько повинен допомагати матері ростити дитину, створювати їй для цього умови. А щоб ці умови створити, він мусить вміти захистити своє «вогнище»... І, як би ми деколи не намагалися переконати себе в зворотному, але і зараз жінка підсвідомо обирає собі партнера саме за такими критеріями.

Чоловіки у сучасному світі знаходяться у вкрай вигідному положенні, ще й тиснуть на жалість, мовляв, «нас менше, цінуюте і любіть нас, жінки!». А насправді ця картина не така вже і сумна,

власне для мужчин. Якраз через те, що чоловіків майже вдвічі менше, аніж жінок, вони і відчують себе так, ніби влада у їхніх руках. Жінці, аби вибрати достойного мужчину на роль голови сімейства, потрібно постаратися. Їй доведеться дивитися на такі ознаки, як, скажімо, популярність серед інших самок. Вже якщо він іншим подобається, значить, дійсно гідний. Таких крутих самців замало, на всіх «дам» не вистачає. Тому він не бігатиме і не догоджатиме конкретно цій самоці, він не принижуватиметься і не проситиме – у нього вибір якраз достатній, і він просто перейде до наступної, що підходить за зовнішніми даними. А самець, котрий їй догоджає – явно не користується популярністю у інших; тобто, другосортний, і згодиться лише у випадку, якщо всі інші самці вже зайняті. Це не означає, що жінкам доведеться обирати краще з гіршого, але чоловіки певною мірою розслабилися, керуючись своїм статусом «меншості». Але навіть якщо мужчини і є у вигідному становищі, то не варто все пускати за течією. Хоча і вважається, що чоловік завойовує жінку, але вже давно усім відомо, хто кого обирає насправді.

І хоча сьогодні кожен для себе малює власний ідеал, прагне віднайти того, з ним буде найкомфортніше, навіть, якщо доведеться «перепробувати» безліч варіантів», ми всі все одно піддаємося інстинктам. Не усвідомлюючи цього, внутрішнє «я» кожного знає, чого воно хоче. На жаль, для еволюції якісь кілька десятків тисяч років, які людина є *Homo sapiens*, людиною розумною, – це ніщо. І при всій своїй розумності, освіченості, культурі ми багато в чому схоні на тих самих мавп та інших ссавців, як би нас не тишила думка про зворотнє.

Дар'я Бюра

ЧОЛОВІКИ, НЕ БІЙТЕСЯ УСМІХАТИСЬ

Дещо про гламур у стоматології



Літо – це найкраща пора року. У всіх воно асоціюється з відпочинком, канікулами, морем, горами, подорожами і довгими теплими днями. В цю пору ми тішимо себе довшим сном зранку, вранішньою ходою по росі. Трохи більше смачної вишуканої їжі, трохи більше хорошого вина. Любимо посидіти біля води або вогнища і дивитись на захід сонця. Влітку ми відпочиваємо. Кожна людина отримує прилив енергії та здоров'я.

Хочеться зберегти цей стан до наступного року, і щоб усмішка була білосніжною. Щоб кожний з нас міг почувати себе суперзіркою цілий рік!

Що ж робити?

Є в стоматології декілька «гламурних» прийомів, які зможуть зробити та зберегти на довгий час вашу усмішку «зірковою».

Найпоширеніший спосіб – це відбілювання зубів спеціальними гелями, які знімають пігментацію з зубів, що утворюється при довгому вживанні кави, міцного чаю, червоного вина та палінні цигарок. Така процедура проводиться у стоматологічних клініках. Для цього виготовляють індивідуальні капи для кожного пацієнта, туди наносять гель Carbamide Peroxide різної концентрації, від 10 до 40 відсотків, і освітлюють спеціальною лампою, що підсилює дію відбілюючого гелю.

Таку процедуру треба робити 3-5 разів. Колір зубів змінюється на 3-5 пунктів за спеціальною шкалою кольору і тримається протягом року. Пізніше цю процедуру треба повторювати. Побічними реакціями можуть бути підвищена чутливість, яка знімається спеціальними розчинами і пастами в клініці та в домашніх умовах. Також для довшого ефекту

лікарі дають пацієнтам набір препаратів для домашнього використання.

Треба зауважити, що таку процедуру відбілювання можна проводити, якщо немає пломб чи композитних реставрацій у фронтальних зубах, пришийкового нарієсу, клиновидних дефектів. Тому що після відбілювання емаль зуба змінює свій колір, а пломба чи реставрація – ні.

Інший, радикальніший, спосіб зробити свою усмішку гламурно-зірковою – це покриття зубів вінірами. Вініри – це виготовлені у технічній лабораторії накладки на зубні поверхні. Їх виробляють або з оксиду цирконію, що надає вінірам високоестетичного вигляду, або з прес-кераміки, теж спеціальної високоестетичної порцелянової маси.

Така гламурна усмішка потребує втручання лікаря для спеціального препарування зубів під вініри. Тоді лікар визначає декілька додаткових параметрів: це і лінія усмішки, висота ясенного краю, колір зубів тощо. Вініри фіксуються на спеціальний цемент. Така гламурна усмішка залишається назавжди.

Мужчини, не бійтесь усміхатись! Усміхаючись, ви покажете свою силу. Літо дарує нам багато приємних вражень та подарунків. Не втрачайте нагоди відповісти світові красивою усмішкою. Будьте завжди «гламурно-зірковими», здоровими та щасливими!

Ірина Кривко

P. S. У наступних публікаціях ми поговоримо про те, як усунути неприємний запах із рота, позбутись зубного каменю та темного нальоту від паління, а також про те, що робити, щоб не випадали зуби.





РІЗНІ ПОГЛЯДИ НА СВІТ

«Він жодної спідниці не пропустить», – полюбляють казати жінки про нас з вами, не знаючи, що сам чоловік у цьому не винен. Це усе природа, яка, на жаль, наділила нас гіршим (порівняно з жінками) периферичним зором. От і доводиться вислуховувати дорікання за те, що повернув голову, проводячи поглядом привабливу незнайомку.

Саме так, завдяки кращому периферичному зору, жінок вкрай рідко звинувачують в тому, що вони розглядають чоловіків. У той час, коли майже кожному мужчине не раз приписували «хтиві роздивляння» красивої особи протилежної статі.

Учені ж, які досліджували подібні питання, стверджують: жінки роздивляються чоловіків настільки ж часто, як і чоловіки жінок, а буває навіть частіше. Проте попадаються на цьому рідко, чим вони завдячують згаданому вже відмінному периферичному зорові.

Специфіка «чоловічого» погляду полягає в тому, що мужчине, як мисливець, треба сфокусуватися на цілі та не випускати її з поля зору, причому робити це досить тривалий час. Тому зір у чоловіків – бінокулярний: потрібні нам об'єкти знаходяться наче у тунелі. Ми фокусуємося лише на його кінці, не зважаючи на предмети, які знаходяться обабіч. Тому ми бачимо чітко і ясно далеко вперед, але лише по прямій лінії, а вже для того, щоб розгледіти жінку, яка проходить повз, доводиться крутити головою.

До речі, «недосконалість» периферійного зору спричиняє нам ще й постійні незручності з пошуком шкар-



петок у хаті, страв у холодильнику та ручок на робочому столі. Зазвичай знаходячись просто перед нами, вони випадають з поля зору, тому ми просто приречені на вічні пошуки, а наші кохані – на вислуховування нарікань, про те, що щось знову не на своєму місці.

Ми можемо довго шукати речі, які знаходяться перед носом, і в той же час чудово бачити, що відбувається за вікном на іншому боці вулиці.

Тому, коли вкотре почуєте від коханої дорікання щодо безпорадності у пошуку речей, – не переймайтеся, просто дайте їй прочитати цю статтю, а у майбутньому в таких ситуаціях просто нагадуйте: «Люба, я ж чоловік. Природа створила мене таким!»

Остап Процик

Lviv, Rudanskoho, 1 st. - Svobody, pr.



night club * restaurant

STRIP BAR

every night

22⁰⁰ - ...

ЧИТАЙТЕ НАСТУТ:

• РЕСТОРАНИ, БАРИ, КАВ'ЯРНІ, ПАБИ • BIANCO ROSSO PASTERIA | пр. Свободи, 6/8 • GLORIA JEAN'S COFFEES | пл. Міцкевича, 1 • MONS PIUS | вул. Л. Українки, 14 • STRUDEL HOUSE | вул. Шевська, 6 • АМАДЕУС | пл. Катедральна, 7 • АРСЕНАЛЬСЬКЕ | вул. Арсенальська, 7 • БАГРАТІОНІ | пр. В. Чорновола, 59 • БАТЯР | вул. Менцинського, 3 • ВЕЛИКА ТАРІЛКА | вул. Валова, 13 • ВЕРОНІКА | пр. Шевченка, 21 • ВІДЕНСЬКА КАВ'ЯРНЯ | пр. Свободи, 12 • ГАРМАТА | вул. Грабовського, 11 • ДАРВІН | вул. Шевська, 6/10 • ДЕЛІС | вул. Самчука, 8 • ДЗИГ'А | вул. Вірменська, 35 • ДИНАМО БЛЮЗ | вул. Стуса, 4 • ЗОЛОТА ГУСА | вул. Січ. Стрільців, 3 • КАБІНЕТ | вул. Винниченка, 12 • КАФЕ 1 | пл. Катедральна, 5 • КЕНТАВР | пл. Ринок, 34 • КОРЗО | вул. Братів Рогатинців, 10 • КРАКІВСЬКА БРАМА | вул. Краківська, 5 • КУЛЬТ | вул. Чайковського, 7 • КУМПЕЛЬ | вул. Винниченка, 6 • ПАН ТАО | вул. Кримська, 28 • ПАНОРАМА | пр. Свободи, 45 • ПАНСЬКА ЧАРКА | вул. Винниченка, 3 • ПЕНІН | вул. Грушевського, 8 • ПРАГА | вул. Гнатюка, 8 • САЛО | пр. Свободи, 6/8 • СМАКОЛИК | вул. Михальчука, 5 • ТАРОН | вул. Кузнецюка, 16а • ФІЛІЖАНКА | пр. Крива липа, 3 • ФРЕСКА | вул. Краківська, 9 • ЦУКЕРНЯ | вул. Староєврейська, 3 • ЧОРНИЙ КІТ | вул. Гвардійська, 4 • ШЕНСПІР | вул. Любінська, 144 • ШТУКА | вул. Котлярська, 8 • МАГАЗИНИ • BASEL | вул. Банківська, 5 • CEZARE | вул. Дудаєва, 12 • NERI KARRA | вул. Чорновола, 25 • PRINCESS | вул. Л. Українки, 7 • БІЗНЕС СТИЛЬ | вул. Театральна, 23 • БОЛЕРО | вул. Дудаєва, 22 • ЖЕНЕВА | вул. Театральна, 10 • МАГНУС | вул. Шпитальна, 1 • ПРЕЗИДЕНТ | вул. Городоцька, 8 • КЛУБИ • CAZANOVA | вул. Ставропігійська, 7 • MUSIC LAB | вул. Братів Рогатинців, 27 • MAESTRO | вул. Лазнева, 3а • RAFINAD PEOPLE | вул. Руданського, 1 • SPLIT-LVIV | вул. Міцкевича, 6/7 • АТМОСФЕРА | вул. Братів Рогатинців, 18 • ТУРФІРМИ • АЛГОЛЬ | вул.



журнал справжнього чоловіка

ЕГОІСТ

Коперніка, 16/3 • КОЛІЗЕЙ | вул. Братів Рогатинців, 18 • МІСТ-ТУР | пр. Шевченка, 34 • ПІЛІГРИМ | вул. Коперніка, 26 • РІТУРНЕЛЬ | вул. Водогінна, 2 • ТРАЙДЕНТ | вул. Коперніка, 18 • ТУР-РЕТУР | вул. Київська, 27 • КЛІНІКИ • АЛЬТЕРНАТИВА | вул. Героїв УПА, 73 • ВІЗЕКС | вул. Наукова, 96 б • КЛІНІКА ЗАБЛОЦЬКОГО | вул. Коперніка, 20 • КЛІНІКА СВ. ПАРАСКЕВИ | вул. Заводська, 7 • ЛАЗЕР ПЛЮС | вул. Миколайчука, 9 • ПАРОДЕНТ | вул. Глибока, 4 • ПАРОДЕНТ | вул. Личаківська, 52 • РІКОТА | вул. В. Великого, 31 • ГОТЕЛІ • NOVILIS | вул. Фредра, 5 • REIKARTZ | вул. Городоцька, 107 • REIKARTZ | вул. Друкарська, 9 • АНДРІЇВСЬКИЙ ДІМ | вул. К. Левицького, 112 • ВЕЖА ВЕДМЕЖА | Львівська обл., с. Волосянка, урочище Цоцора • ВІНТАЖ БУТІК ГОТЕЛЬ | вул. Сербська, 11 • ГРАНД ГОТЕЛЬ | пр. Свободи, 13 • ЕДЕМ | вул. Городоцька, 95а • ЄВРОГОТЕЛЬ | вул. Тершаковців, 6а • КУПАВА | вул. Комарова, 17 • ЛЕОПОЛІС | вул. Театральна, 16 • ОПЕРА | пр. Свободи, 45 • ЦИТАДЕЛЬ ІНН | вул. Грабовського, 11 • ШВЕЙЦАРСЬКИЙ | вул. Князя Романа, 20 • ШОПЕН | пл. Маланюка, 7 • АВІАКОМПАНІЇ • CARPATAIR (на бортах літаків) | вул. Любінська, 168 • LOT | вул. Січ. Стрільців, 5 • КИЙ-АВІА | пр. Шевченка, 11 • КИЙ-АВІА | пл. Григоренка, 5 • КИЙ-АВІА | вул. Любінська, 168 • АВТОСАЛОНИ • ЗАХІД-МОТОРС | вул. Липинського, 50 б • ЗАХІДНО-УКРАЇНСЬКИЙ АВТОМОБІЛЬНИЙ ДІМ | вул. Антоновича, 59 • ІЛТА ЛЬВІВ (ПЕЖО) | вул. Чайковського, 20 • НІКО-ЗАХІД | вул. Липинського, 50 б • ПФ «Христіна» (BMW) | вул. П'ясецького, 1 • «ТОЙОТА ЦЕНТР ЛЬВІВ «ДІАМАНТ» | вул. Кульпарківська, 226 • ТРИСТАР-АВТО-ЕЛІТ | вул. Липинського, 36 • АВТОТОВАРИ • АВТОЗАПЧАСТИНИ | вул. Липова алея, 1 • ФІТНЕС-КЛУБИ • 3 СТИХІЇ | вул. Щирецька, 36 • АкваПАРК «ПЛЯЖ» | вул. Кн. Ольги, 114 • ЄВРОСПОРТ | пл. Петрушевича, 1 • ІНШЕ • СВ-вагони потягів | у напрямку Києва, Одеси, Сімферополя •

а також на www.issuu.com/egoist_magazine, www.presspoint.ua та www.journals.ua

YAMAGIWA

J A P A N

ЕЛІТНІ ЯПОНСЬКІ ПЕРЛИ

*Подарувати перлину -
означає освідчитись у коханні...*



ЮВЕЛІРНИЙ
БУТІК

Ювелірний butik „Колекція” офіційний дистриб'ютор компанії YAMAGIWA

м. Львів, вул. Театральна, 4, тел.: (032) 235 68 76

www.jbk.com.ua