

ЯК НА ЗАКАРПАТТЯ
ПРИЙШЛА ЯЛИНКА

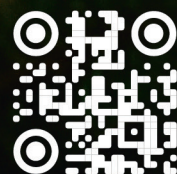
ТЕПЛО
РІЗДВА

ЗАТИШНІ ІСТОРІЇ
КОМАНДИ ЕСТЕТУ

ЕСТЕТИКА ЖИТТЯ

СВЯТКОВИЙ ВИПУСК

ТЕПЛО ТРАДИЦІЙ,
ЩО ОБ'ЄДНУЄ



esthete.com.ua

ЗМІСТ

У ФОКУСІ



- 5 | ПОДАРУНКОВИЙ ГІД**
ЗРОБЛЕНО НА ЗАКАРПАТТІ: ІДЕЇ
ЛОКАЛЬНИХ ПОДАРУНКІВ



- 6 | НАШІ СВЯТКОВІ ТРАДИЦІЇ**
ЗАТИШНІ ІСТОРІЇ КОМАНДИ
«ЕСТЕТУ»



- 12 | «СИМЕТРИЯ»**
ТРАДИЦІЇ, ЩО ПОЧИНАЮТЬСЯ
СЬОГОДНІ

ВСТУПНЕ СЛОВО

- 3 | Що ховається за
ялинковими прикрасами**

ЕСТЕТИКА СВЯТА

- 4 | Святкова статистика**
Що найбільше любить
наша команда
- 5 | Подарунковий гід**
Зроблено на Закарпатті:
ідеї локальних подарунків

ЕСТЕТИКА ТРАДИЦІЙ

- 6 | Наші святкові традиції**
Затишні історії лікарів
«Естету»

ЕСТЕТИКА ІСТОРІЙ

- 10 | Святкове деревце
по-закарпатськи**
Як у наші оселі прийшла
ялинка

ЕСТЕТИКА ЗДОРОВ'Я

- 12 | «Симетрія»**
Традиції, що починаються
сьогодні

ЕСТЕТИКА ДИТИНСТВА

- 14 | 7 мультфільмів, які будуть
цікаві не лише дітям**
Тепла добірка для сімейних
вечорів





Що ховається за ялинковими прикрасами

Хтось привозить із подорожей магнітики, тарілки чи солодощі. Я ж — незалежно від пори року — обов'язково привезу ялинкову прикрасу. На згадку. Привезу й сховаю в коробку до інших, які тихо чекають свого моменту.

Під час різдвяно-новорічних свят дістаю ялинку, встановлюю її й готую все необхідне. Прикрашання — завжди в сімейному колі, під атмосферну музику, без поспіху і зайвих турбот. Настає час коробки з прикрасами — і це мій адвент-календар із моментами життя.

Дістаю іграшки одну за одною — і пам'ять відгукується настільки яскраво, що наче знову опиняюся в тих місцях. Ось ця — куплена на острові Сен-Мішель до народження сина. А цю ми разом вибирали більше години в Барселоні. А дві схожі — зі Львова: одна була для подарунка, але я чомусь теж залишив собі.

Ось ця — та, яку ми брендували для «Естету» три роки тому. А тут — іграшка зі старим логотипом, їй напевно років вісім. Є іграшка від пацієнта, якому ми зняли тривалий больовий синдром і відновили якість життя. Є подарунки від партнерів — після першого знайомства з ними.

Є й іграшка, яку я забрав від батьків. Вона ще з мого раннього дитинства. Мама каже: тепер таких не роблять. Я ставлю її обережно — і трохи вище, далі від ризику бути випадково збитою футбольним м'ячем.

Кожна іграшка — це новий спогад. Але з роками я все чіткіше розумію: це не про скло, фарбу чи стрічки. Вони важливі тим, що вміють зберігати час. Той самий, який ми в буднях часто пролітаємо, не помічаючи.

Коли я дістаю чергову прикрасу, я повертаюся в ту мить, у те місто, до тієї події чи людини. На секунду можу знову відчути, що тоді було важливим, радісним, неочевидним. Наче хтось тихо нагадує: «Ось, подивись, це теж частина твоєї історії».

І саме з цих маленьких історій складається ціле життя. Святкові дні лише дають привід розкласти їх перед собою — і побачити, скільки всього ми прожили, і скільки ще на нас чекатиме у новому році.

Михайло Сливка,
засновник, головний лікар

СВЯТКОВА СТАТИСТИКА

НАШОЇ КОМАНДИ

Зимові свята — це не лише вихідні у календарі, а час, коли в повітрі пахне хвоєю й мандаринками, а в кожного з нас з'являється своє «треба поставити ялинку». Ми вирішили дізнатися, як наша команда зустрічає Новий рік і Різдво — та виявили, що традиції у «Естеті» дуже теплі, домашні й справжні.

Майже 88%

зустрічають Новий рік удома з родиною. Інші варіанти діляться порівну між тим, аби святкувати його в горах, у друзів, або ж просто як складеться цього року. Тож виходить, що не лише Різдво, а й Новий рік для нас — про дім і близьких.

Понад 54%

нашої команди збирають за столом 3–6 людей, ще 46% — від 7 до 9. Усі погоджуються в одному: саме в цей час найбільші шанси на те, що навіть розкидана по всіх-усюдах родина збереться разом.

29% наших колег

не уявляють святковий стіл без **куті**. Її назвали 29% учасників опитування. Далі в списку — голубці (16%), вареники (14%), узвар (10%) і пампухи (8%). Решта страв змінюються від року до року, але кутя — завжди незмінна королева столу.

Більше 54%

віддають перевагу пісні «Добрий вечір тобі, пане господарю». Ще 37,5% співають «Нову радість стала», а хтось обирає «Щедрик». Цікаво, що майже 96% у дитинстві ходили колядувати, і 80% кажуть, що до них і зараз приходять колядники. Тобто традиція жива — і це, мабуть, найприємніше у цих цифрах.

Прикрашати ялинку - улюблена справа

Серед найулюбленіших святкових традицій на першому місці — прикрашати ялинку (33%), далі — дарувати подарунки (25%), співати колядки (21%) та, звісно, отримувати подарунки (8%).



Близько 33%

відчувають появу святкового настрою тоді, коли падає перший сніг. Для інших він настає з встановленням ялинки, ще хтось відчуває його тоді, коли звучить «Merry Christmas» (17%) або коли все навколо стає святково прикрашеним.

«Затишок» і «Родина»

А от якщо спробувати описати **ідеальне Різдво** одним словом — то найчастіше звучали відповіді «затишок» і «родина». І це, здається, найточніше визначення того, що ми всі шукаємо в ці зимові дні.





ПОДАРУНКОВИЙ ГІД

Зроблено на Закарпатті: ідеї локальних подарунків

У цьому гіді — підбірка речей, створених на Закарпатті. Речей, які несуть не лише користь, а й характер. Тут ви знайдете подарунки, що зроблені руками майстрів, із натуральних матеріалів, із любов'ю до справи та повагою до традицій; подарунки, які несуть з собою не лише саму річ, а й емоцію — піклування, атмосферу і локальний колорит.

SOBI

— простір українських брендів у центрі Ужгорода. Тут зібрано багато виробів для тих, хто цінує рідне і сучасне. А особливо локальне — із Закарпаття.

Одяг та аксесуари із закарпатськими фразами, милі шкарпетки та інші дрібнички з настроєм, багато сувенірів — є з чого обрати рідним чи друзям за кордон. А ще вироби для дому та затишку - від крафтових майстрів нашого краю.

Обрати подарунок тут легко — він точно буде цікавим, практичним та гарно запакованим.

📍 Ужгород, пл. Фенцика, 15 📱 @sobi_mag

Одяг і аксесуари українських брендів

AMELIE

— локальний бренд натуральної косметики з Ужгорода. Усі засоби створені вручну з природних, екологічно чистих інгредієнтів. Тут є все для м'якого й уважного догляду: скраби, креми, засоби з догляду за обличчям, волосся та тілом — і не лише для жінок, а й для чоловіків. До речі, основою для більшості засобів є квітова вода, яку бренд виготовляє власноруч.

📍 Ужгород, вул. Волошина, 43

📱 @ameli.natural.cosmetics

Натуральна косметика ручної роботи

АРТ-ПРОСТІР «ЛІС»

— це маленький локальний всесвіт, який виріс у центрі Ужгорода. Тут можна знайти унікальні речі ручної роботи: кераміку, декор, рослини та сувеніри, створені з душею. Такі подарунки чудово підходять не лише для друзів чи родини, а й для себе — адже тішити себе теж важливо і варто вміти це робити.

📍 Ужгород, вул. Фединця, 37 📱 @artprostirlis

Кераміка, картини, авторські вироби, майстер-класи

CRAFTS

У CRAFTS пахне Закарпаттям: медом, чаєм, вином і святами. Тут зібрано добірні крафтові продукти місцевого виробництва. Сири, варення, соуси, подарункові набори — усе виглядає і смакує, як турбота в пакунку.

📍 Ужгород, вул. Духновича, 3 та пл. Петєфі, 30а

📱 @crafts.zakarpattia

Крафтові смаколики, сир, мед, вина, подарункові кошики

МОНЕТА-СЕРТИФІКАТ ВІД КЛІНІКИ «ЕСТЕТ»

— небанальний варіант подарунка. Це не просто сертифікат, а красива металева монета з гравіюванням, яку приємно тримати в руках. Вона має свій номінал і дозволяє отримувачу обрати будь-яку послугу клініки: від консультацій і професійної гігієни до лікування чи відбілювання зубів. Монету можна зробити особливою — з індивідуальним написом або іменем, що додає тепла та емоційності.

📍 Ужгород, вул. Митна, 44 📱 @esthetedentalclinic

Монета-сертифікат — подарунок із турботою

У цій добірці — не просто магазини чи простори. Це історії, створені з любов'ю до кожного, хто туди завітає — а такі подарунки найкраще передають емоції і почуття. Обирайте те, що має сенс.

НАШІ СВЯТКОВІ ТРАДИЦІЇ

Всі ми родом з дитинства. У кожного з нас є свої — маленькі й великі — ритуали свят. Хтось щороку купує нову іграшку на ялинку, хтось ліпить вареники всією сім'єю, а хтось досі кладе подарунки під подушку, як у дитинстві.

Ми записали історії наших колег — про Святого Миколая, Різдво та Новий рік; про вертепи, колядки й родинні столи. Про те, що робить зиму такою особливою, адже справді кожна історія — унікальна, так само як спогади й традиції.



ІННА ОЛАШИН

Мукачівський район

Різдвяний період у мене завжди асоціюється із зустрічами з рідними. Це моє найулюбленіше свято, бо де б хто не був — усі з'їжджаються додому. Це щось дуже тепле, сімейне, справжнє. Нас зазвичай близько 10 осіб збирається за святковим столом.

У нас є кілька маленьких традицій, але вони дуже цінні. Ми всією сім'єю прикрашаємо ялинку, на Святвечір запалюємо свічку, готуємо дванадцять страв — і вони тоді якісь особливо смачні. Кутя, наприклад, у будь-який інший час не така — тільки на Різдво. Ми завжди зустрічаємо колядників, і коли звучить перша колядка, я згадую, як бабуся вчила нас старовинних пісень зі свого дитинства. Святкуємо завжди у нашому домі — колись тут жила бабуся, тепер моя сім'я. Раніше всі збиралися до неї, і ця традиція залишилася.

Після Святвечора йдемо до церкви, а потім колядуємо. У дитинстві колядування для нас було справжнім святом: ми з двоюрідними братами й сестрами вчили колядки й ходили по селу. Зараз колядники теж приходять, але вже рідше. Колись то були справжні вертепи — з костюмами, сценками, а тепер не так часто. Ми зберігаємо ті традиції, з якими вирости. Нічого нового особливого не додаємо, але кожен робить свій внесок, щоб не переривалася нитка — щоб усе, що вчили з дитинства, залишалося живим.



КЛАВДІЯ ДАНКАНИЧ

Перечинський район

Новорічно-різдвяний період для мене — найтепліший у році. Це час, коли вся родина разом, коли вдома пахне варениками — саме з цим у мене асоціюється Святвечір.

Ми завжди готуємо вареники з капустою або з картоплею — мама робить начинку, а я ліплю. Нас багато, тому вареників завжди ціла гора. Дотримуємось традицій — на столі дванадцять страв. Перед вечерею є ще один обряд: ми ставимо тазик з водою, кидаємо туди монети. Спершу голова сім'ї умивається цими монетами, потім усі інші — на щастя й достаток у новому році.

Їмо ми при свічках, у напівтемряві, і цей момент дуже особливий. На столі завжди стоїть наш закарпатський хліб — крайчун. Ми його не їмо, він стоїть цілий святковий період — аж до Водохреща. Я родом із Перечинського району, і в нас так було здавна.

На Різдво ми йдемо до церкви, бо на святкування припадає ще й татовий день народження, тому в нас подвійне свято. Коли я була маленька, до нас завжди приходили колядники, у костюмах, із дзвіночками. Зараз ходять рідше — більше діти або старші чоловіки з церкви, але ми намагаємось підтримувати традиції.

Є й кілька своїх зимових традицій — наприклад, перегляд улюблених фільмів. Щороку одні й ті самі, тільки тоді їх і дивлюся. Ще змінюю колір ялинкових іграшок — кожного року нова палітра. Новий рік я теж завжди зустрічаю вдома. У дитинстві подарунки знаходили під ялинкою, а тепер ми з близькими просто даруємо одне одному невеликі сюрпризи. Завжди підбиваю підсумки року, згадую, що вдалося, і ставлю нові цілі — навіть якщо виконаю хоча б одну, уже добре.

**ЮЛІЯ МАЦЮК** Рівненщина

Хоч я вже доросла, але Новий рік та Різдво для мене — це завжди сімейне свято. Коли ми всі разом. Згадую дитинство — і аж сльози навертаються. Я з Рівненщини, а тепер живу в Ужгороді, додому далеко, тому особливо сумую за тими святами.

У дитинстві ми завжди ходили в ліс по ялинку. Це була ціла подія — батько, я, сніг, мороз. Тепер маємо штучну, але традицію я не скасовую: телефоную татові й кажу, що ялинка мусить бути, бо інакше не буде свята. Ми ставили її у вітальні, прикрашали старими іграшками — скляними, блискучими, ще з бабусиних часів. Ті іграшки коштують із року в рік, і для мене це особлива пам'ять.

Мама варить кутю зранку, у глиняному горщику. Люблю, щоб у куті було багато меду, горіхів і родзинок, щоб вона була не густа, а трішки рідка — я тоді з дерев'яної ложки сьорбаю ту солодку юшечку, і це найкращий смак дитинства. Коли я була малою, ми стелили сіно в кутку кімнати, ходили навколо і «будили» усе живе, ніби «кликали»: свійську птицю або худобу. Це робиться для щастя і процвітання господарства. Зазвичай це діти роблять, але я і досі з мамою так роблю, бо це все-таки традиція.

В дитинстві я, звісно, як і багато дітей ходила колядувати. Зараз, коли бачу колядників, то вже відчуваю, що змінилося — діти ходять більше заради грошей, не так як колись, коли ми співали просто для радості. А ще пам'ятаю справжню зиму, яка тут в Ужгороді рідко буває — мороз, сніг, лід. На день народження, який у мене взимку, ми робили ковзку на дворі й каталися. Мороз скрипів, сніг світився, і це було справжнє Різдво.

.....

**ВЛАД ЗИВДІЙ** Виноградівський район

У дитинстві ми з сестрою найбільше чекали Святого Миколая. У нас не було звичаю дарувати подарунки на Новий рік — усі чекали саме Миколая. Ми писали йому листи, ховали під подушку й прокидалися зранку з радістю, коли знаходили щось під нею. Я пам'ятаю, як тато іноді грав роль Миколая — це було дуже весело, доки ми не підросли й не почали знаходити сховані подарунки.

Новий рік у нас був спокійніший. Мама працювала медсестрою, тому часто святкувала на роботі. Ми залишалися з татом і сестрою, їхали до бабусі й дідуся, просто гостювали, їли смаколики, дивилися телевизор. Ялинку ми завжди ставили ще до Святого Миколая, бо мама дуже любить свята й прикраси. Вона досі, як дитина, перед святами просить купити їй гномика чи оленя. Щороку я привожу їй нову іграшку з “Епіцентру” — це вже наша традиція.

Різдво в дитинстві було найяскравішим святом. У селі діти збиралися у бетлегемі — такі маленькі вертепи по п'ять-шість людей. Ми робили макет церкви з картону, обирали ролі — хтось був ангелом, хтось царем, а хтось дідом. Я завжди боявся того діда, бо в нього була страшна маска, і він любив нас лякати.

На жаль, відчувається, що святкування втрачають розмах. Колись у селі було до п'ятнадцяти вертепів, тепер — до десяти. Але все одно святкують по-старому. Колядники ходять і зараз, тільки тепер більше дітей із різдвяними зірками. Мою зірку я передав молодшому братові — тепер він ходить колядувати.



КАМІЛА СОФІЛКАНИЧ

Мукачівський район

Для мене Різдво — це найсімейніше свято. Усе починається з приготувань: ми разом готуємо їжу, обов'язково дванадцять страв, прикрашаємо дім, ставимо ялинку. Зараз ми святкуємо 24 грудня, але традиції залишилися ті самі, що й раніше.

Тепер ми з братом і сестрою живемо окремо, тому на Різдво всі їдемо до батьків у село. Там головна локація святкування — дім батьків. Мій старший брат приходить зі своєю сім'єю, а молодша сестричка, яка на п'ятнадцять років молодша за мене, найбільше тішиться святу. Ми завжди залишаємо для неї подарунки під ялинкою — для неї це справжнє диво.

Перший день Різдва проводимо вдома, а далі можемо навідати бабусю чи друзів. У дитинстві я теж ходила колядувати — переважно до родичів, але одного разу брала участь у великому церковному вертепі. Там ми співали, ходили від хати до хати, і це було щось особливе. Зараз колядників стало менше, але деякі діти все ж приходять, особливо у самий Святвечір — у нас це називається «вінчування» (віршовані привітання, які є частиною різдвяного вертепу, - авт.).

Коли була мала, ми святкували Новий рік трьома родинами — по черзі в кожній сім'ї. Це була така весела традиція: один рік у нас, другий — у друзів, третій — ще в когось. Коли я переїхала в Ужгород, Новий рік став святом друзів. Ми збираємось разом, готуємо щось смачне, чекаємо півночі — але Різдво все одно залишається головним святом.

.....



РУСЛАНА КАСИЧ

Ужгородський район/
Львівщина

Для мене новорічно-різдвяний період пахне мандаринами й снігом. У дитинстві ми святкували по-різному: у татових батьків — у Львівській області, а в маминих — неподалік від нашого міста на Закарпатті. У татових завжди під стіл клали сіно, ставили сніп, а на Закарпатті такого не було — просто дванадцять страв і тепла вечеря.

Тепер ми святкуємо вдома. Є діти, тому все стало по-іншому: тепер або батьки приходять до нас, або ми до чоловікових. Традиції зберігаємо — готуємо кутю, запалюємо свічку. Діти ще малі, але вже знають, що на Різдво треба колядувати. Коли їдемо до бабусі з дідушем, там вони вчать колядки й співають.

Я в дитинстві дуже любила колядувати. Особливо, коли бували у Львівській області, де це було як справжній вертеп — костюми, ролі, пісні, ангели, царі. Ми розподіляли ролі, церква готувала дітей до виступів. Ми ж приїжджали з Закарпаття лише на самі свята, то нам давали лише невеличку роль, але то все одно було свято.

Тепер діти чекають не стільки Різдва, скільки Новий рік і Святого Миколая — там подарунки. Але ми все одно пояснюємо, що коляда — це важливо. Навіть якщо традицій менше, дух залишається.

**АНДРІАНА ФОРОСТИНА** Львівщина

Для мене новорічно-різдвяний період починається з Миколая. Люблю дарувати подарунки — мені важливі емоції людей, коли вони відкривають їх. Хоча не люблю, коли це роблять переді мною — хвилююся, чи сподобається. У дитинстві Миколай приносив подарунки під подушку. Ми з сестрою прокидалися і бігли дивитись, що там. Тепер, навіть коли мами вже немає, ми з сестрою залишили цю традицію: кладемо одна одній подарунки під подушку вночі, а вранці відкриваємо.

Наш Святвечір дуже обрядовий. На стіл ми кладемо сіно, а довок-ла ставимо гроші — на добробут. Є часник, щоб у хаті не було зла. Потім сіно спалюємо, щоб усе водилось (добро, худоба, достаток). На стіл ставимо два круглі хліби, які господар ламає під час вечері. Перед тим кладемо фотографії тих, кого вже немає з нами — щоб і вони були за столом.

У нас 12 страв подають не одразу, а по одній — поки господар не скуштує першу, ніхто не починає. Після Різдва в нас є ще другий Святвечір — Бабин, на Йордана (*Водохрещо*). Тоді їжа вже не пісна, а перед вечерею ми йдемо до церкви по святу воду, окроплюємо хату, двір і ставимо на дверях хрестики — як оберіг. Перед вечерею даємо трошки кожної страви тваринам. Це обов'язково.

Новий рік для мене не має аж такого значення. Інколи навіть не чекаю до опівночі — просто лягаю спати. Різдво тепліше, воно справжнє. Узимку люблю просто бути з племінниками, кататися з ними з гірки, гратися у сніжки. А ще люблю мандарини — це моя зимова слабкість.

А у нас в «Естеті» також є свої традиції — окрім тих, про які ви вже прочитали в історіях наших лікарів (якщо читали уважно). Наприклад, ми любимо прикрашати свій простір, аби і вам, і нам тут було затишно й комфортно — і нам допомагає у цьому чарівна команда Poly Flowers.

Вони створюють декор, який дарує атмосферу та емоції — від затишних деталей до масштабних подій. Саме Poly Flowers оформлюють фасади, які привертають увагу ще з порогу, додають характеру простору через природні фактури й кольори, створюють стильний настрій у крамницях і кафе, перетворюють корпоративні заходи на елегантні події, а фотозони — на місця, де хочеться залишитись ще на хвилику.

Poly Flowers — це сухоцвіти, стабілізовані квіти, інтер'єрні букети, декор фасадів та вітрин, оформлення закладів і теплі зустрічі на майстер-класах.



Знайти їх можна офлайн в Ужгороді, у провулку «Малий Уж», Корятовича 5/2, або онлайн в Instagram: @poly___flowers.



Ми дуже цінуємо цю співпрацю, адже Poly Flowers допомагають нам щоразу створювати не просто красивий інтер'єр, а простір, у який хочеться повертатися.

СВЯТКОВЕ ДЕРЕВЦЕ ПО-ЗАКАРПАТСЬКИ

ЯК У НАШІ ОСЕЛІ ПРИЙШЛА ЯЛИНКА

Ми звикли, що запах хвої — це запах Різдва. Зараз цей святковий період справді неможливо уявити без головного атрибута — прикрашеної ялинки. Але колись на Закарпатті ялинку в хаті не ставили взагалі. І зовсім не Дід Мороз приносив її дітям.

Дослідник історії Михайло Маркович розповів у матеріалі для медіа Varosh, як різдвяна ялинка з лісу потрапила до закарпатських домівок — і хто насправді був її «першим посланцем». Ми з його дозволу ділимося найцікавішими фактами.

ВІД ЯЗИЧНИЦЬКИХ РИТУАЛІВ ДО ХРИСТИЯНСЬКОЇ ТРАДИЦІЇ

Причини цього варто шукати з приходом у Карпати німців із Заходу Європи у XVII столітті й пізніше. Історично склалося, що християнство, як одна з головних світових релігій, доволі легко трансформувало стародавні звичаї та обряди, наділивши їх новим релігійним контекстом.

Наприклад, колись язичницьке свято приходу весни — Пасха, у християнській традиції перетворилося на день Воскресіння Христового. Такий сценарій спіткав і Різдво та його звичаї, які коріннями сягають прадавніх часів. Дослідники зауважують, що сучасна традиція прикрашання

ялинки зародилася в пізньому Середньовіччі у Священній Римській імперії. Точніше, на територіях нинішньої Латвії та Естонії, а також на півночі Німеччини. А вже звідти перекочувала до інших країн.

Християни перейняли звичаї у своїх пращурів, які на Новий рік у лісі наряджали найбільшу і найгарнішу ялинку. Для прикрас використовували печиво, клаптики кольорової тканини, дерев'яні іграшки та свічки. Навколо дерева водили хороводи, співали та здійснювали різні обряди: на врожай та на добробут у родині. Невдовзі ялинки почали зрубувати й приносити додому, щоб мати «святченне» дерево у хаті.

На Закарпаття, яке перебувало у складі Австро-Угорської імперії, різдвяно-новорічна ялинка потрапила із Заходу. Звичаєвість уже було переосмислено на релігійний лад й узгоджено з Різдвом Христовим за юліанським, а пізніше григоріанським Новим роком. Відповідно традицію пов'язали з християнською обрядовістю. Спершу ялинку в хаті почала ставити інтелігенція та міське населення. Пізніше святкова ялинка прижилася у приміських селах, а відтак у всьому краю. Селяни ж, які мешкали у скромних хатах, віддавали перевагу не великому деревцю, а зеленій гілочці. Її клали під або за святку ікону. Хоча й досі деякі сім'ї замість ялинки-деревця практикують наряджати тільки зелене гілля.

КОЛИ ЯЛИНКУ ПРИНОСИВ ІСУСИК З АНГЕЛИКАМИ

В осередку православної християнської віри різдвяну традицію прикрашати ялинку поширили західні місіонери. Сьогодні ялинки ставлять та наряджають у великих храмах та малих церквах. Таким чином, на Закарпатті, (у кінці XIX та початку XX століття) ялинку приносив не Дід Мороз, як на Сході, а Ісусик з ангеликами. Робили це дорослі прихожани, щоб підняти настрій дітям. Тихцем заносили ялинку до кімнати, у яку не пускали малечу, встановлювали прибране деревце, відтак дзвіночками сповіщали дівчата про з'яву чудо-ялинки, яку в народі ще називали «Христовим деревом».



Різдвяна ялинка в Мукачеві на фоні театру.
Початок 1940-х років

Встановлювали зелену красуню не під Новий рік, а на Святвечір, що передує Різдву. Вірили, що в різдвяну ніч небо розкривається і можна просити від Бога та святих усе, що забажаєш. Тож люди через символ деревця і його пишну зелень просили щедрого урожаю, а через ялинкові прикраси – господарсько-родинного добробуту та благополуччя.

У 1920-х – 1930-х роках, коли Закарпаття перебувало у складі Чехословаччини, традиції наряджання різдвяної ялинки продовжили чеські та словацькі службовці. Закарпатці на верхівці ялинки кріпили променисту зірку, як прообраз вифлеємської «звізди», що своїм «світлом розуму» – (освяченням) освітлює увесь світ. Від неї донизу, з гілки на гілку, тягнулися блискучі, зроблені з фольги, стрічки, які символізували всеосяжну «Божу благодать».

А під деревцем розміщували статуетки Ісусака, ангелів або ж Святого Миколая. Не забували й про гостинці-дарунки для дітей. Згодом на ялинці засвічували електричні лампочки у формі свічок. Також наші предки запалювали свічку й поруч з ялинкою на столі. Такий звичай побутував у знак пам'яті про померлих родичів, які теж, за давнім віруванням, святкують Святвечір разом з родиною.

Тримали на Закарпатті ялинку у хаті від Святого вечора до кінця новорічних свят. Потім вона зникала. Так само непомітно для дітей, як і з'являлась. Щоправда, у деяких родинах, де хтось один з діда-баби чи батька-матері був католицького, а інший – греко-католицького чи православного віросповідання, ялинка стояла довше – упродовж григоріанського і юліанського Різдва та Нового року, – з 24 грудня аж по 18 січня. А щоб деревце швидко не в'яло, а глиця не осипалася, його встановлювали в посудину з водою.

У 1930-х роках у закарпатських містах, окрім «хатніх», почали встановлювати «головні ялинки», чи то пак загальноміські. Для цього в лісі вибирали густе дерево, й привозили на центральну площу. Наряджали святкову міську ялинку прикрасами, а навколо облаштовували різні будиночки з біблійними персонажами. У Святвечір вона світилась сотнями лампочок. Упродовж трьох днів Різдва і потім свята Нового року до неї сходились дорослі й діти – організовували колективні ігри-забави, співали пісні-колядки та виконували вертепно-вифлеємські дійства.



*Різдвяна ялинка у закарпатських гуцулів.
Селище Ясіня, 1930-1940 рр*



Ялинка у центрі Мукачева біля ратуші, 1936 рік.



«СИМЕТРІЯ» — ПРОСТІР, ДЕ ОРТОДОНТІЯ ЗВУЧИТЬ САМОСТІЙНО

Ми готуємося до відкриття клініки «Симетрія» — спеціалізованого закладу, зосередженого лише на ортодонтії. Тут працюватимуть із прикусом, положенням зубів і гармонією усмішки, щоб лікування було не лише про зовнішність, а й про здоров'я.

Наразі, у грудні, стартує тестовий режим і попередній запис пацієнтів.

Засновники клініки — Василь Стойка та Михайло Сливка — задумали «Симетрію» як фокусну практику, що не дублює жоден із форматів у місті, а доповнює карту стоматологічної допомоги новим виміром: вузькою спеціалізацією, високою точністю і людським підходом.

ЩО ТАКЕ ОРТОДОНТІЯ І ЧОМУ ВОНА ВАЖЛИВА

Ортодонтія — це розділ стоматології, який займається лікуванням дефектів розвитку зубів і щелепно-лицьового кістяка.

Нерівні зуби, порушення прикусу чи скупченість у зубному ряду — це питання не тільки зовнішності, а передусім здоров'я. Такі порушення можуть ускладнювати гігієну, підвищувати ризик карієсу й пародонтиту, створювати зайве навантаження на жувальні м'язи. А це, своєю чергою, часто викликає головний біль, біль у шиї, плечах або навіть у спині.

Тож виправлення прикусу — це не про «красиво», а про збалансовану роботу всього організму. Коли зуби стоять рівно, а м'язи і суглоби працюють злагоджено — людина не лише усміхається впевненіше, а й відчувається краще.



КОЛИ СПЕЦІАЛІЗАЦІЯ СТАЄ ПЕРЕВАГОЮ

Ідея окремої клініки народилася з досвіду. Працюючи у різних клініках, ортодонт Василь Стойка зрозумів: пацієнтам потрібен простір, де весь процес — від діагностики до завершення лікування — побудований саме навколо ортодонтії.

«Хотілося зібрати знання і практику в одному місці, де все буде чітко і послідовно. Де спеціалізація не обмежує, а підсилює», — пояснює він.

Співзасновник Михайло Сливка додає: «Ортодонтія має свій темп. Це лікування на довгу дистанцію, тому важливо, щоб пацієнт ішов цим шляхом без стресу. Наше завдання — зробити його максимально зрозумілим і передбачуваним».

У «Симетрії» від початку вибудовано власну логіку прийому: структурована діагностика, цифрові карти пацієнта, зрозумілі графіки, якісна комунікація. Тут не залишають місця випадковості — усе працює за чітким маршрутом, створеним для довготривалого лікування.

ПРАЦЮЄМО З ПРИЧИНОЮ, А НЕ ЛИШЕ З НАСЛІДКАМИ

У «Симетрії» переконані: найкраще лікування — це те, яке починається вчасно.

Саме тому дитяча ортодонтія тут займає особливе місце. Лікування у клініці базується на міофункціональному підході — сучасній системі, яка враховує роботу всіх м'язів обличчя, язика та дихальних шляхів.

«Ми плануємо враховувати ці речі передусім у дітей, бо у дорослих вплив уже обмежений, — пояснює ортодонт Василь Стойка. — У дитини все пластичне: можна усунути причину, не чекаючи наслідків. Мета — досягти гарного, функціонального й стабільного результату». Такий підхід дозволяє працювати не лише із зубами, а й із тим, що стоїть за їхньою нерівністю: дихання, положення язика, ковтання, тонус м'язів обличчя й навіть постава.

«Міофункціональна ортодонтія — це не тільки про те, щоб змінити тонус язика чи губ, — пояснює Василь Стойка. — Це про співпрацю лікарів різних спеціальностей, адже без цього результат не буде повним».

Передусім, каже він, важливо залучати отоларинголога (ЛОР-лікаря) — саме він забезпечує вільне проходження повітря через ніс і носоглотку. Якщо є збільшені аденоїди, вузькі носові ходи, викривлена перегородка чи хронічні гайморити — спочатку треба усунути ці причини.

Друга важлива ланка — логопед. Зазвичай батьки звертають увагу на правильну вимову звуків, найчастіше — «р». Але не менш важливі м'які звуки — «н» і «л», адже саме вони відповідають за правильне положення язика у спокої й під час ковтання. А також, за потреби, для лікування може залучатися і реабілітолог, якщо потрібно, наприклад, розслабити м'язи спини.

Михайло Сливка додає: «Ми діагностуємо, навчаємо і супроводжуємо — а батьки отримують прості протоколи для щоденних вправ удома, адже це не менш важливо як рутинний компонент».



«СИМЕТРИЯ»

— ЦЕ ПРО ГАРМОНІЮ, ЯКА ПОЧИНАЄТЬСЯ
НЕ З ДЗЕРКАЛА, А ЗСЕРЕДИНИ

Про дихання, що стає вільнішим, про звички, які поступово вирівнюють усмішку, і про команду, яка бачить у кожному не пацієнта, а співучасника процесу.

Тут не женуться за швидкими результатами — натомість будують стійкі, природні зміни, що залишаються надовго.



7 МУЛЬТФІЛЬМІВ, ЯКІ БУДУТЬ ЦІКАВІ НЕ ЛИШЕ ДІТЯМ

Тепла добірка для сімейних вечорів

Останніми роками зима в Ужгороді більше схожа на пізню осінь — із дощами та туманами — ніж на зиму, яку ми пам'ятаємо з дитинства. Однак це не має ставати на заваді сімейним вечорам, коли можна усім разом загорнутися у ковдру і переглядати фільми довгими вечорами.

Це — ідеальний час для кіно і мультфільмів, які дарують не просто сміх чи гарні картинки, а щось глибше — тепло, розуміння, віру в людей. Ми зібрали сім історій, які поєднують казку для дітей і сенси для дорослих.



Клаус (Klaus, 2019)

На далекій півночі, в холодному й похмурому містечку, люди давно забули, що таке доброта. Саме сюди потрапляє розбещений листоноша Джеспер, який сподівався на легке життя, а натомість знайшов друга — самотника Клауса, творця іграшок. Разом вони починають розносити подарунки дітям, і, самі того не помічаючи, запалюють вогник у серцях цілого міста.

Для дітей це казка з чарівними подарунками, кумедними ситуаціями та зворушливими моментами. Але для дорослих — це щось інше. Це історія про те, як навіть один добрий вчинок може запустити ланцюгову реакцію змін. Про те, як важливо не цинізмом відповідати на байдужість, а людяністю. І що навіть у найхолоднішому місці може запалитися світло — якщо його хтось запалить першим.



Думками навиворіт (Inside Out, 2015 / 2024)

У кожного з нас у голові живе команда емоцій. У Райлі — дівчинки, яка щойно переїхала до нового міста, — головними стають Радість і Печалька. І хоча вони здаються протилежностями, саме разом вони вчаться розуміти одна одну й давати Райлі можливість по-справжньому відчувати.

Це історія про те, що багато хто з дорослих уже й забув: сум — природна частина нашого життя, а не ознака слабкості. Діти побачать у Райлі себе — з її змішаними, часом суперечливими емоціями, з хвилюванням перед змінами, які приходять із дорослішанням. Для дорослих «Думками навиворіт» працює ще глибше. Це не просто історія про емоції — це майже мінікурс з емпатії. Сцени, де глядач заглядає в голову до тата і мами Райлі, стають особливо цінними: вони тонко нагадують, що кожна людина живе у власному внутрішньому світі, сповненому думок, сумнівів і переживань.



Душа (Soul, 2020)

Джо — шкільний вчитель музики, який мріє про великий виступ. Але, щойно мрія стає реальністю, він опиняється у світі душ. Там знайомиться з Душею №22, яка не хоче народжуватися, бо не розуміє сенсу життя. Разом вони проходять шлях до простого, але глибокого усвідомлення: життя — непродуктивності, а провміння бути присутнім у моменті.

Діти бачать тут фантастичний, яскравий світ душ, дотепні діалоги, трохи філософії в обгортці пригоди. Але для дорослих — це дзеркало. Це історія, яка м'яко запитує: ти взагалі живеш? Не існуєш, не виконуєш пункти плану — а живеш? Коли востаннє ти радів просто моменту — без мети, без користі, просто так?

«Душа» не дає готових відповідей. Але вона підказує напрямки: іноді ми шукаємо сенс у великому, а він — у маленькому. В ароматі піци, у музиці на вулиці, в усмішці випадкової людини.



Полярний експрес (The Polar Express, 2004)

У ніч перед Різдвом хлопчик, що сумнівається в існуванні Санти, чує за вікном гудок поїзда. Він стрибає в цей чарівний експрес, який везе його до Північного полюса. Подорож повна випробувань, але головне, що герой знаходить, — це віра.

Для дітей це — прямий маршрут до фантазії, де можна побачити ельфів, Санту, величезний потяг на крижаній дорозі. Але дорослим цей фільм нагадує, що віра — це не дитяча наївність, а те, що нам дійсно дуже потрібно. Іноді ми потребуємо дива більше, ніж діти — просто боїмося в цьому зізнатись. І цей мультфільм не соромиться про це говорити.



Артур Різдво (Arthur Christmas, 2011)

У сучасному світі навіть Різдво стало операційною системою. Санта — як генеральний директор. Ельфи — як армія логістів. Усе працює з точністю секундоміра. Але коли один-єдиний подарунок залишається недоставленим, саме Артур — найменш організований, але найшциріший у всій родині — береться виправити ситуацію.

Цей мультфільм смішний, динамічний, з яскравими сценами й кумедними персонажами. Але в його основі — дуже просте, дуже людське послання: щирість важливіша за досконалість. Артур — не ідеальний герой. Але саме він нагадує нам, що Різдво — це не про чіткий план, а про турботу. Не про те, щоб усе було зроблено правильно, а про те, щоб зробити правильно для когось конкретного.



Дикий робот (The Wild Robot, 2024)

Роз — не людина. Вона робот, який випадково опиняється на дикому острові після аварії. Її тіло — металеве, голос — машинний, емоцій — нуль. Але природа не визнає інструкцій. Острів, повний тварин, негоди, змін, поступово змінює її саму. Роз вчиться виживати, адаптуватись, піклуватись. І найголовніше — бути живою у світі, де її спочатку не мали б сприймати.

Діти прочитають цю історію як цікаву пригоду про дружбу між різними істотами. Але дорослі почують інше: це алегорія про те, як ми вчимося бути людьми — навіть тоді, коли нас до цього не готували. Про те, як турбота — не програмна функція, а вибір. І що найміцніше нас робить не жорсткість, а здатність змінюватись, розкриватись, бути вразливими.



Коко (Coco, 2017)

Мігель хоче бути музикантом. Але в його родині музику вважають прокляттям. У День мертвих хлопчик випадково потрапляє до Країни померлих — барвистого, живого, яскравого світу, де пам'ять про людину зберігає її існування. У пошуках правди про себе та свою родину він дізнається, що минуле не завжди таке, яким його зображували.

Для дітей це захоплива пригода, сповнена музики, гумору та магії мексиканської культури. Але дорослі побачать у «Коко» ще одне: розмову про пам'ять, про ціну забутих історій, про зв'язок між поколіннями, який не переривається навіть після смерті. Мультфільм говорить про складні речі — м'яко, з повагою, але без спрощень.

І коли наприкінці звучить пісня, багато хто, навіть не розуміючи слів, раптом починає плакати. Бо ця історія про те, що любов не вмирає. Вона просто трансформується — і живе в піснях, у фото на комоді, в історіях, які ми розповідаємо далі.

Ці сім мультфільмів — не просто для перегляду, а для спільного проживання емоцій із найближчими. У них знайдеться щось своє і для дітей, і для дорослих: щира емоція, м'який гумор, пригадування чогось важливого. Вони не про далекі дива, а про те, що насправді поруч — у турботі, в розмовах, у простому «побути разом», яке так рідко буває у нашому буремному житті.

СВЯТКОВИЙ ВИПУСК



Естет Instagram



esthetedentalclinic

Естет Сайт



esthete.com.ua



вул. Митна, 44

Сливочка Instagram



slyvochka.esthete

Сливочка Сайт



slyvochka.esthete.com.ua



вул. Соборницька, 118/2

Лабораторія Instagram



estet_digital_lab

Симетрія Instagram



symmetry.ua



вул. Загорська, 51



066 221 77 33