

**УКРАЇНСЬКА ПРАВОСЛАВНА
КАТЕДРА СВЯТОЇ СОФІЇ**

ВОСКРЕСНИЙ БЮЛЕТЕНЬ

Неділя, 25-го лютого, 2018 року



**ST. SOPHIE UKRAINIAN
ORTHODOX CATHEDRAL**

RESURRECTION NEWSLETTER

Sunday, February 25th, 2018

Настоятель парафії: Прот. о. Володимир Кушнір * **Parish Priest:** Very Rev. Archpriest Volodymyr Kouchnir
тел/home tel: 514-727-2236 **моб/cell:** 514-947-2235 **email:** kouchnir.volodymyr@gmail.com

Голова парафіяльної ради: Симон Куклевський **Parish Council President:** Simon Kouklewsky
тел/tel: 514-983-3358 **email:** kouklewsky@gmail.com

Церковна адреса/Church Address: 6250 12th avenue, Montreal (Quebec) H1X 3A5
Вебсайт/Website: www.stSophieMontreal.com **email:** stsophiemontreal@gmail.com
Facebook: <https://www.facebook.com/groups/1654403361512288/>

**ВІТАЄМО ГОСТЕЙ ДО НАШОГО ХРАМУ
A WARM WELCOME TO ALL GUESTS AND VISITORS TO OUR COMMUNITY**

РОЗКЛАД ВОСКРЕСНИХ БОГОСЛУЖЕНЬ

Неділя, 25-го лютого	Перша Неділя Великого Посту - Торжество Православ`Я	Сповідь 9:30 год. ранку Літургія о 10:00 год. ранку
Субота, 3-го Березня	Задушна субота	Сповідь - 9:00 - 9:30 год. ранку Літургія в 9:30 год. ранку Вечірня і Сорокоусти 5:00-й год. Вечора
Неділя, 4-го Березня	Неділя 2-га великого Посту Св. Григорія Палами	Сповідь 9:30 год. ранку Літургія о 10:00 год. ранку
Субота, 10-го Березня	Задушна субота	Сповідь - 9:00 - 9:30 год. ранку Літургія в 9:30 год. ранку Вечірня і Сорокоусти 5:00-й год. вечора

SCHEDULE OF SERVICES AND CHURCH FEASTS

Sunday, February 25	1 st Sunday of Great Lent - Sunday of Orthodoxy	9:30 am Confession 10:00 am Divine Liturgy
Saturday, March 3	Soul Saturday	9:00 am Confession 9:30 am Divine Liturgy 5:00 pm Vespers followed by Sorokousty
Sunday, March 4	2 nd Sunday of Great Lent – St. Gregory Palamas	9:30 am Confession 10:00 am Divine Liturgy
Saturday, March 10	Soul Saturday	9:00 am Confession 9:30 am Divine Liturgy 5:00 pm Vespers followed by Sorokousty

МОЛИМОСЯ ЗА ХВОРИХ ТА НЕМІЧНИХ ПАРАФІЯН: Оксану Русин, Марусю Зимовець, Анну Ленько, Володимира Хоменко, Тетяну Жеребецьку, Віру Бучак-Сегін, Олю Піно, Зіну Мовчан, Михайло і Валентина Гринишин, Стефанія Шевчук, Марян Онищук, Олекса Пачковський, Юлія Пушкар, Марусю і Адольфа Венгер, Олександрю Дольницьку, Оксану Хан, Данило і Антоніна Стечишин, Марія Залевська, Тарас Гукало, Галина Шух, Софію Остапчук, Євгенію Русецьку, Теодосію Бавер, Николая Михайлюка, Олеся Волощук, Анна Грицков`ян, Климчук Павло, Марія Текела, і Анна Зубенко.

PRAYERS FOR HEALTH - for members who are ill and unable to come to church: Theodosia Bawer, Vera Buchak-Seguín, Oksana Chan, Wolodymyr Chomenko, Alexandra Dolnycky, Anna Hryckowian, Michael and Valentyna Hrynyshyn, Taras Hukalo, Paul Klymchuk, Anna Lencko, Nickolai Michailuk, Zina Mowchan, Mario Onyszchuk, Zofia Ostapchuk, Alex Pachkowsky, Olga Pineau, Julie Puszkur, Eugenia Rusedski, Oksana Rusyn, Stella Shewchuk, Helena Shuck, Dan & Antonina Stechysin, Mary Tekela, Lesia Voloshchuk, Adolphe & Marusia Wenger, Maria Zalewski, Tanya Zerebecky, Anna Zubenko and Marusia Zymowec.



ЦЕРКОВНО - ГРОМАДСЬКІ ОГОЛОШЕННЯ	PARISH AND COMMUNITY ANNOUNCEMENTS
<p>ПАНАХИДА: Після Літургії відслужиться поминальна панахида за спочилу Анастасію Наливайко в першу річницю упокоєння. Вічна її пам'ятать.</p>	<p>PANAHYDA (MEMORIAL SERVICE) – Following today's Divine Liturgy, there will be a Panahyda in memory of Anastasia Nalywajko (1st Anniversary of repose). May her memory be eternal.</p>
<p>СКЛАД НООБРАНОЇ ЦЕРКОВНОЇ РАДИ, ЯКИЙ БУВ ОБРАНИЙ НА РІЧНИХ ЗБОРАХ, 18-ГО ЛЮТОГО, 2018</p> <p>Голова церковної ради - Симон Куклевський Заступник голови - Євгенія Кіндрат Друга заступниця - Ольга Онищенко Секретар - Анна Малиновська Кореспонденційна секретерка - Адріяна Жеребецька Фінансовий секретар - Василь Грошко Скарбник - Віра Наливайко Помічник скарбника - Володимир Остапчук Адміністратор церковного майна - Николай Михайлюк Мсійний комітет- Симон Куклевський Вільний член - Сергій Стасюк</p> <p>Члени новообраної церковної ради будуть брати присягу сьогодні після літургії.</p>	<p>2018-2019 PARISH COUNCIL – At the Annual General Meeting held on February 18, 2018, the following people were elected to the Parish Council:</p> <p>President – Simon Kouklewsky 1st Vice President – Eugenia Kindrat 2nd Vice President – Olga Onyshchenko Recording Secretary – Anna Malynowsky Corresponding Secretary – Adrianna Zerebecky Financial Secretary – Vasyl Grosko Treasurer – Vera Nalywajko Assistant Treasurer – Walter Ostapchuk Property Administrator – Nick Michailuk Mission Committee – Simon Kouklewsky Member at Large – Sergei Stasiouk</p> <p>Members of the newly elected council will take the oath today following the Divine Liturgy.</p>
<p>ЖІНОЧИЙ ВІДДІЛ ``ДОНЬКИ УКРАЇНИ`` - місячні збори сьогодні після Літургії в церковній залі.</p>	<p>U.W.A.C. - DAUGHTER'S OF UKRAINE MEETING – today following the Divine Liturgy in the Parish Hall.</p>

<p>ДУХОВНА ДОПОВІДЬ - 25-го лютого, 2018 після Літургії в церковній залі. Тема: ``Чому Бог не відповідає`` Доповідач Др. Олександр Мельник. Запрошуємо всіх до участі.</p>	<p>ADULT MINISTRIES LECTURE SERIES – Today, beginning at 12:30 in the Parish Hall. Speaker: Reader Dr. Alexander Melnyk. Theme: <i>Why Doesn't God Answer?</i> Everyone is welcome.</p>
<p>НЕДІЛЯ ПРАВОСЛАВІЯ - ВЕЧІРНЯ, сьогодні 25-го лютого, 2018 р. о 7:00 год. веч. в Румунській Православній Церкві Св. Архангелів Михаїла і Гавриїла соборна ВЕЧІРНЯ за адресою (2430 ave. Charland, H1Z 1C1). З Під час вечірні буде процесія з іконами, отже візьміть із собою ікону. Запрошуємо вірних нашої парафії взяти участь.</p>	<p>PAN-ORTHODOX SUNDAY OF ORTHODOXY VESPERS – Today, at 7:00 pm at Église Orthodoxe Roumaine des Saints Archanges Michel et Gabriel (2430 ave. Charland, H1Z 1C1). Everyone is invited and encouraged to bring an icon for the procession in the Church.</p>
<p>ЗБОРИ ЦЕРКОВНОЇ РАДИ - в середу, 28-го лютого, 2018 року, о 7:00 год. вечора в церковній залі.</p>	<p>PARISH COUNCIL MEETING – Wednesday, February 28, 2018 at 7:00 pm in the Parish Hall.</p>
<p>В неділю, 4-го Березня - в Катедрі Св. Софії, рамках Монреальського Деканату за участю Прот. о. Володимира Кушніра Прот. о. Ігора Куташа, після Літургії відслужиться поминальна панахида за жертв Небесної Сотні і тих героїв які загинули на Сході Україні. Після Літургії буде показ фільму про Революцію Гідності в церковній залі і кава. Запрошуємо всіх до участі.</p>	<p>HEROES OF HEAVENLY HUNDRED COMMEMORATION - On Sunday, March 4, 2018 there will be a Panahyda (Memorial Service) for the Heroes of the Heavenly Hundred, the over 100 people who died during Euromaidan, after the Divine Liturgy, followed by a movie about Ukraine's Revolution of Dignity. We invite everyone to attend.</p>
<p>СОРОКУСТИ - свічки можна придбати від старшого брата Зенка Грицьков'яна -вартість однієї свічки \$10.00.</p>	<p>SOROKOUSTY CANDLES - are now available at \$10.00 each. Please see Zenon Hryckowian if you would like to purchase one.</p>
<p>ТАІНСТВО ПРИЧАСТЯ І СПОВІДІ - Пригадую, що під час Великого Посту не залишайте сповідь на останню Вербну неділю Великого посту. Під час посту, по суботам служаться відправи, де можна приступити до Сповіді і Пречастя за пів години до початку Літургії.</p>	<p>THE SACRAMENT OF CONFESSION & COMMUNION - A kind reminder to come for Confession and Communion during Great Lent. Every effort has been made to schedule many services during Great Lent at which the Sacraments of Confession & Communion are served. Confession is heard every Sunday morning at 9:30 am or 30 minutes before any Liturgy during Great Lent.</p>
<p>ПРАВОСЛАВНЕ СВДІЧЕННЯ В МУЛЬТИКУЛЬТУРНІЙ КАНАДІ - 24-а щорічна конференція, яка проводиться православними жінками м. Монреала - у суботу, 17 Березня 2018 р., з 10:00 до 16:00 в Антіохійській Православній церкві Святого Юрія (555 Жан Талон Схід). Реєстрація: \$40, включає сніданок, обід та прохолодні напої. Голова конференції: о. протоієрей Кіпріан Хетчон.</p>	<p>ORTHODOX WITNESS IN A MULTICULTURAL CANADA – 24th Annual Conference Sponsored by the Orthodox Christian Women of Montreal – Saturday, March 17, 2018 from 10:00 am – 4:00 pm at St. George Antiochian Orthodox Church (555 Jean Talon East). Registration: \$40, includes breakfast, lunch and refreshments. Conference Speaker: Archpriest Cyprian Hutcheon.</p>

Для отримання додаткової інформації, будь ласка, зв'яжіться з Лілою за номером: 514-738-4018 або Lesley-Ann на 514-234-3794 або lesley.ann.judge@gmail.com .	For more information, please contact Lila at 514-738-4018 or Lesley-Ann at 514-234-3794 or lesley.ann.judge@gmail.com .
ПАСХАЛЬНИЙ БАЗАР: в суботу, 31 Березня, 2018. Більші інформації будуть подані пізніше.	EASTER BAZAAR – Save the date: Saturday, March 31, 2018. More information to follow.
СТОЛІТНІЙ КОМІТЕТ УКРАЇНСЬКОЇ ПРАВОСЛАВНОЇ ЦЕРКВИ В КАНАДІ 2018: шукаємо добровольців, які бажають працювати в комітеті. Комітет буде займатися організацією святкування у співпраці з нашими сестричними парафіями Св. Покрови, Св. Юрія в Лашині та Успіння Пресвятої Богородиці в Оттаві. Бажаючи, звертайтеся до Прот. Володимира Кушніра 514 947 2235.	CENTENARY CELEBRATION FOR UOCC EAST COMMITTEE: We are looking for volunteers to join the UOCC East Centenary Celebration Committee that will organize an event in 2018 in collaboration with Saint Mary The Protectress Church, Saint George's Church in Lachine, and Assumption of the Blessed Virgin Cathedral in Ottawa. Please contact Fr. Volodymyr at 514-947-2235 to join and for more information.



ЗАГАЛЬНІ ІНФОРМАЦІЇ	GENERAL INFORMATION
ЩИРО ЗАПРОШУЄМО ВПИСУВАТИСЯ ДО НАШОЇ ЦЕРКОВНОЇ РОДИНИ. За додатковими інформаціями звертайтеся до о. Володимира 514-947-2235. Ми вітемо вас і запрошуємо до участі в церковному житті парафії.	JOIN OUR PARISH FAMILY! To inquire about becoming a member of our Cathedral, please contact Fr. Volodymyr at 514-947-2235. We welcome and appreciate your participation in our parish life.
ВІДВІДИНИ ХВОРИХ - повідомляю наших парафіян, що СЕРЕДА є призначена для відвідування хворих в будинках для старших чи на дому. Якщо комусь відомо про перебування наших парафіян в лікарні прошу повідомте про це священика 514-947-2235.	VISITING SICK – Please note that Fr. Volodymyr will be visiting parishioners in hospitals and nursing homes on Wednesdays. If you know of any parishioner or would like Fr. Volodymyr to visit you, please call him at 514-947-2235 to arrange a time.
ЦЕРКОВНИЙ ХОР: Репетиції хору щопонеділка, о 19:00 год. в церковній залі. За додатковими інформаціями прошу звертайтеся до Галини Ваверчак (514) 620-9494. Запрошуємо нових хористів!	CHURCH CHOIR - Rehearsals on Mondays at 7:00 pm in the church hall. For more information, please contact Helena Waverchuck at (514) 620-9494. New members are always welcome!
РІДНА ШКОЛА ІМ. МИТРОПОЛИТА ІЛАРІОНА запрошує дітей на навчання української мови та історії при Соборі Св. Софії, кожної суботи від 9:00 до 13:00. Звертайтеся до директора школи доб. Людмили Попович (438) 881-8054.	METR. ILARION UKRAINIAN SCHOOL - invites students to enrol and take up the study of the Ukrainian language and history. Classes are held every Saturday from 9:00 am – 1:00 pm on church premises. For more information, call Dobr. Ludmila Popovich at 438 881 8054.

<p>ВОСКРЕСНА ШКОЛА - під час літургії від 10 год. ранку до 11:00</p>	<p>SUNDAY SCHOOL - Every Sunday from 10:00 am to 11:00 am in the Parish Hall.</p>
<p>ЗМІНА АДРЕСИ - Якщо Ви являєтеся членом парафії і поміняли або плануєте поміняти, свою домашню чи електронну адресу, просимо звернутися до Адріани Жеребецької 514-603-4303 або через e-mail (adrianna.zerebecky@gmail.com) щоб мати у нашому церковному реєстрі ваші точні інформації.</p>	<p>CONTACT INFORMATION UPDATE - Please contact Adrianna Zerebecky at 514-603-4303 or adrianna.zerebecky@gmail.com if your status, address, telephone numbers or e-mail address have changed, or if you or someone you know would like to be added to the e-mail distribution list.</p>
<p>2018 ЧЛЕНСЬКА ВКЛАДКА: на річних зборах було рішено, що наша річна членська вкладка за 2018 складає за родину \$300.00 самітні \$180.00</p>	<p>2018 MEMBERSHIP DUES - As was voted at the Annual General Meeting held on February 18, 2018, the family membership for this year has increased to \$300.00 and \$180 for a single membership.</p>
<p>ПОЖЕРТВА НА ЦЕРКВУ АБО ЗАПЛАТИТИ СВОЮ ЧЛЕНСЬКУ ВКЛАДКУ – НАТИСНІТЬ: www.canadahelps.org <i>Вдячні за Вашу щедрість</i></p>	<p>ONLINE DONATIONS & MEMBERSHIP PAYMENTS can be made by visiting: www.canadahelps.org <i>Thank you for your generosity.</i></p>



ЧОМУ СЛОВО "МОЛОДЕЦЬ" НЕ ПРАЦЮЄ? ПСИХОЛОГ ПРО ПОХВАЛУ

Дуже часто ми кидаємо автоматичне "Молодець!", "От і добре!", "Чудово!", але чи це справді заохочує нашого співрозмовника Похвалити когось так, аби через дві хвилини ваші слова не вилетіли з пам'яті людини, реально. В цьому посприяють декілька особливостей.

Яке слово ми найчастіше вживаємо, коли хочемо когось похвалити?

Якщо ви подумали про "молодець", то в мене для вас погана новина: це слово неефективне.

Воно не пояснює людині абсолютно нічого про те, що унікального вона зробила, чим її вчинок позитивно вас вразив.

"Молодець" ми говоримо вже автоматично, не задумуючись. Як наслідок – часто не надаємо йому виняткового сенсу.

Наша оцінка себе формується завдяки самоспостереженням та відгукам інших.

Тож, аби похвала містила цінну інформацію, що саме вдалося людині, **будьте максимально конкретні:** *"Ти виконала завдання вчасно та дуже ретельно. Я помітив, що ти навіть проаналізувала додаткові аспекти та розширила наше дослідження. Дякую!"*

Або ж так: "Я бачила, що ти старався, коли готував нам вечерю. Хоча для тебе було стресом те, що неочікувано приїхали ще й мої батьки, ти впорався. Все було дуже смачно!"

Подруга намагається опанувати новий танець, але їй це поки не надто вдається. Як хвалити в цьому випадку? Змовчати чи бути щирими та сказати правду?

Коли людина витрачає час та зусилля на якесь заняття, то скоріш за все воно їй дуже важливе. Вона навіть може пожертвувати вільним часом чи спілкуванням з друзями, аби досягнути успіху в новому ділі.

Щоб бути чесними, але заохотити людину рухатися далі, **хваліть її за спроби та перші, навіть – незначні досягнення**. Так ви покажете, що помічаєте її працю та готові підтримувати.

Не чекайте довго, аби похвалити когось за ретельну роботу, допомогу чи прогрес в діяльності. **Нема більш підходящого моменту, ніж одразу** – після дії або вчинку людини.

Ваш підлеглий приніс виконане завдання. Ви переглянули його та побачили, що зроблено воно якісно та вчасно. Не обов'язково чекати наступного тижня, наради, кінця місяця. Прямо сьогодні похваліть людину.

Чому похвала має бути в той самий день? Люди з низькою самооцінкою часто применшують свою працю та здобутки. Вони забувають про те, що комусь допомогли та виручили. Коли ви кажете їм похвалу одразу, то схвалюєте їх старання.

Завдяки такому позитивному зворотному зв'язку від інших людина може з часом більш позитивно ставитися до себе.

Дуже важливо – хвалити за те, що дійсно зроблено. Так людина розуміє, що її роботу відзначили.

Не треба перебільшувати вчинки чи старання інших. Якщо друг чи подруга допоміг вам обрати кафе для Дня народження, не варто казати: "Ти врятував моє життя!"

Коли ж ми періодично переоцінюємо старання інших, це може призвести до того, що **людина в майбутньому старається менше**. Проте добрих слів очікує все частіше. **Не будьте скупі на добрі слова подяки**.

