



## Українська Православна Катедрa Святої Софії

### Saint Sophie Ukrainian Orthodox Cathedral

**Настоятель:** 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:** stsophiemtl@gmail.com

**Facebook:** OFFICIAL Saint Sophie Ukrainian Orthodox Cathedral

**YouTube:** Saint Sophie Montreal

## ПАРАФІЯЛЬНИЙ БЮЛЕТЕНЬ

1 травня 2022 р.

## PARISH BULLETIN

May 1, 2022

**ЩИРО ВІТАЄМО ГОСТЕЙ У НАШОМУ ХРАМІ**  
**A WARM WELCOME TO ALL GUESTS TO OUR COMMUNITY**

### РОЗКЛАД НЕДІЛЬНИХ БОГОСЛУЖІНЬ

#### ТРАВЕНЬ

**1** - 2-га Неділя по Пасці. Неділя Св. Апостола Фоми. Літургія  
10:00. Тримовна Божественна літургія.

**8** - 3-тя Неділя по Пасці. Неділя Свв. Жінок - мирносиць.  
Літургія 10:00

**15** - 4-та Неділя по Пасці. Неділя Розслабленого. Літургія  
10:00.

**22** - 5-та Неділя по Пасці. Неділя про Самарянку. Літургія  
10:00

**29** - 6-та Неділя по Пасці. Неділя Сліпонародженого.  
Літургія 10:00

### SCHEDULE OF SUNDAY SERVICES

#### MAY

**1** - 2<sup>nd</sup> Sunday after Pascha. Sunday of Saint Thomas. Liturgy  
at 10:00 am. Trilingual Divine Liturgy • Divine Liturgie trilingue

**8** - 3<sup>rd</sup> Sunday after Pascha. Sunday of the Myrrhbearing  
Women. Liturgy at 10:00 am.

**15** - 4<sup>th</sup> Sunday after Pascha. Sunday of the Paralytic. Liturgy  
at 10:00 am.

**22** - 5<sup>th</sup> Sunday after Pascha. Sunday of the Samaritan Woman.  
Liturgy at 10:00 am.

**29** - 6<sup>th</sup> Sunday after Pascha. Sunday of the Blind Man. Liturgy  
at 10:00 am.

**Потребують наших молитов:** Теодосія Бавер, Віра Бучак-Сіґен, Тарас Гукало, Людмила Кочерга, Николай Михайлюк, Євгенія Підвисоцька, Юлія Пушкар, Оксана Русин, Зеновія і Петро Сафулко, Стефанія Шевчук, Данило і Антоніна Стечишин, Маруся Текела, Олеся Волощук, Анна Зубенко, Маруся Зимовець, Юрій Панчук, Ксеня Самолюк, Галина Вакулін, Марія Двигаїло Житинська, Дженефер Кушнір, Оля Ковч.

**Prayers for health:** Theodosia Bawer, Vera Buchak-Séguin, Taras Hukalo, Ludmila Kocherha, Nickolai Michailuk, Jennie Pidwysocky, Julie Puszkas, Oksana Rusyn, Zenovia & Peter Safulko, Stella Shewchuk, Dan & Antonina Stechysin, Mary Tekela, Lesia Voloshchuk, Anna Zubenko, Marusia Zymowec, George Panciuk, Xenia Samoluk, Halyna Wakulin, Mary Dwyhajlo Zytynsky, Jennifer Kushnir, Olga Kowcz.

## ПАРАФІЯЛЬНІ ПОДІЇ ТА ОГЛОШЕННЯ

**ВІДВІДАННЯ В ЦЕРКВИ:** Усі прихожані під час Богослужіння повинні залишитися на своїх місцях. Відстань між людьми або родинами (bulles de famille) має становити менше одного метра. Носіння масок є обов'язковим, за винятком прийому їжі та пиття. За протоколом Ковіду-19 залишається в сили носіння масок, а також коли ми підходимо до ікону, запалюємо свічки чи йдемо до Св. Сповіді та Св. Причастя.

**ПОДЯКА:** Висловлюється щира подяка всім тим, хто пригвоздив наш храм до Великодніх святкувань, а саме: Олесі Грицков'ян за випічку Артоса, (пасхальний хліб) Володимирі Ваверчак за трансляцію всіх богослужінь, Симону Куклевському за розміщення парафіяльних новин та церковних богослужінь на каналі YouTube, Любі Пукас за приготування і вислання церковного бюлетеня до тих парафіян, які не мають комп'ютера, щоб отримувати повідомлення від нашої парафії. Зенону Грицков'ян, Галині Ваверчак і Олесі Грицков'ян за підготовку церкви до Великого посту та Великодня. Іванні Стасюк за дезінфекцією церковного приміщення. Галині Ваверчак-Куклевській диригенту нашого церковного хору та всім хористам за спів Великодньої відправи (Утрени та Літургії) а також старшим братам Зенону Грицков'ян, Володимирі Остапчуку і Сергію Стасюку за допомогу під час Великодніх відправ у суботу 23 та в неділю 24 квітня. 2022 р. Б. Нехай Бог благословляє всіх вас здоров'ям та всіми ласками за ваш внесок і працю для добра і розвитку нашої парафії!

**ПАСКИ ДЛЯ НОВОПРИБУЛИХ (БІЖЕНЦІВ)** пропонувалися тим, хто не зміг їх приготувати, але відвідував пасхальні богослужіння. Ми дякуємо Олені Литвин за цю ініціативу, та всім, хто її підтримав, подарувавши паски та інші речі: Лесі Грицков'ян, Олені Гелі, Галині та Мелодії Куклевським, Оксані Шахведеловій, та Галині Пилипчик, яка допомогла з розповсюдженням. Нехай Бог благословить вас за ваші чудові зусилля у скрутний час!

**ХРЕЩЕННЯ:** Субота 30-го квітня 2022 р. відбудуться христини Еми, дочка Пилипа Ковриги і Ізабел Рандез.

**ХРЕЩЕННЯ:** Субота 7-го травня 2022 р. відбудуться христини Chelsea Marie Voicu, дочка George Laurentiu Voicu і Marie Aurelie Sanstoupet.

**ДОПОМОГА НОВОПРИБУЛИМ З УКРАЇНИ:** Церква відкрита для приймання пожертв ТІЛЬКИ у четвер, п'ятницю та суботу з 10:00 до 16:00 години. Будь ласка, не залишайте у дворі принесені вами речі в неробочий час.

За додатковою інформацією звертайтеся:

Гейлі Твердун EN/FR: [haleytwerdun@gmail.com](mailto:haleytwerdun@gmail.com) / Галина Пилипчик УКР: [halynapylpchyk@gmail.com](mailto:halynapylpchyk@gmail.com)

**ХОРОВИЙ СПІВ та COVID-19:** Репетиції хору щонеділі, о 9:15 год. ранку в церковній залі, по вівторках о 19:00 у П'єрфоні (Pierrefonds). За додатковими інформаціями прошу звертатися до Галини Ваверчак (514) 620-9494. Запрошуємо нових хористів!

Хористи можуть співати, одного метра один від одного. За словами уряду Квебеку, маска є обов'язковими під час співу. **Через пандемію та занепокоєння щодо безпеки більшість співаків висловили бажання співати за умови наявності масок та повної вакцинації у інших учасників хору та дотримання дистанції.**

**4-й ЩОРІЧНЕ ПОЖЕРТВУВАННЯ ПІД ЧАС ВЕЛИКОГО ПОСТУ ДЛЯ МАЛОЗАБЕЗПЕЧЕНИХ "З ЛЮБОВІ ДО БЛИЖНЬОГО"**

**З 7 березня по 29 квітня, 2022 р.** з благословення Високопреосвященного Владика Іларіона, закликаємо всіх приносити продукти харчування для малозабезпечених, а саме: (сухі-продукти консерви, тощо) і покладіть в коробку при вході до церкви. За додатковою інформацією звертайтеся до Оксани Чудобей (514) 217-6461, [rchudobey@hotmail.com](mailto:rchudobey@hotmail.com). Дякуємо всім заздалегідь.

**РІЧНІ ЗАГАЛЬНІ ЗБОРИ ПАРАФІЇ** відбудуться у **неділю, 29 травня 2022 року**, після Божественної Літургії. Відповідно до статуту нашої парафії, ті, хто не заплатив свою щорічну членську вкладку за 2021 рік, можуть бути присутніми на зборах, однак вони не можуть голосувати.

**ЗУСТРІЧ ЗА КАВОЮ:** Щонеділі після Літургії в церковній залі запрошуємо всіх бажаючих на каву, чай і солодке та до родинного спілкування.

**КАНАЛ YOUTUBE: Saint Sophie Montreal:** трансляція наших недільних відправ відбувається в онлайн режимі. Запрошуємо підписуватися.

---

## ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ

### Комітет допомоги Україні Святої Софії звіт 19 квітня 2022 року

Ми отримали багато пожертвувань нового і вживаного одягу. Ми перестали приймати одяг. За допомогою парафіян і людей з монреальської громади ми відсортували сотні коробок з одягом. Частину речей ми розмістили на вішаки і решту залишили в коробках для майбутніх потреб.

Приміщення Недільної школи – це місце для українських новоприбулих, де можна знайти засоби особистої гігієни та кухонні речі.

Ми отримали дві вантажівки з допомогою від Familiprix. Сотні коробок з продуктами харчування, ліками, гігієною та військовими речами були пожертвовані різними організаціями та співчутливими людьми Монреаля та околиць. Ми відправили 2 контейнери в Польщу, які будуть доставлені в Україну. Контейнери будуть оплачуватися людьми та організаціями, які жертвують на нашу справу.

Ми досі отримуємо допомогу згідно нашого списку. Ми все ще сортуємо і запаковуємо у коробки, щоб тримати речі якомога організованішими в нашому церковному залі. Українці приїжджають і беруть те, що їм потрібно. Також приємно бачити, як деякі з цих людей приходять на нашу недільну службу.

Особлива подяка Іванці та Сергію Стасюку за те, що вони щодня в церковному залі займаються сортуванням, упаковкою та прибиранням.

### КАМЕРНИЙ ХОР VOCES BOREALES ВИСТУПАТИМЕ З ПРОГРАМОЮ "МИНУЛІ ТА СУЧАСНІ СЛОВ'ЯНСЬКІ ТВОРИ"

У суботу, 30 квітня, Voces Boreales у співпраці з Le Vivier представить православний шедевр «Всенічне пильнування» Сергія Рахманінова, а потім – світову прем'єру вистави «Триптих» російсько-канадського композитора Євгена Щербакова, який відкрито та сильно виступав проти вторгнення Кремля в Україну, він також є палким прихильником українців. Вечір розпочнеться з твору «Святий Боже» українсько-канадської композиторки Лариси Кузьменко. Концерт відбудеться о 19:30 в церкві Saint-Léon-de-Westmount, 4311, boul. De Maisonneuve ouest.

**КОНТАКТНА ІНФОРМАЦІЯ:** якщо ви поміняли або маєте намір змінити свою домашню чи електронну адресу, зверніться до Володимира Остапчука [vostapchuk76@gmail.com](mailto:vostapchuk76@gmail.com), щоб в церковному реєстрі була ваша вірна адреса.

**ЧЛЕНСЬКА ВКЛАДКА:** церковна рада пригадує парафіянам, хто ще не заплатив свою членську церковну вкладку, просимо зробити це по можливості в короткій термін. Одинокі - \$180; Родина - \$300.

**ПЕРЕКАЗАТИ ПОЖЕРТВУ ДЛЯ ЦЕРКВИ АБО ЗАПЛАТИТИ СВОЮ ЧЛЕНСЬКУ ВКЛАДКУ:** НАТИСНІТЬ: [www.canadahelps.org](http://www.canadahelps.org) або можна

---

## Українська Православна Катедра Святої Софії – Центр Допомоги Новоприбулим

Церковна адреса: 6250 12th avenue, Montreal (Quebec) H1X 3A5 Вебсайт: [www.stsophiemontreal.com](http://www.stsophiemontreal.com)

Ел. пошта: [newcomersukraine@gmail.com](mailto:newcomersukraine@gmail.com)

Facebook: OFFICIAL Saint Sophie Ukrainian Orthodox Cathedral YouTube: Saint Sophie Montreal



### ОТРИМАННЯ ГУМАНІТАРНОЇ ДОПОМОГИ ДЛЯ НОВОПРИБУЛИХ З УКРАЇНИ

Субота з 10 до 4 години Неділя з 10 до 2 години

Двері нашого храму відкриті для тих, хто найбільше потребує нашої уваги та підтримки.

Особа, яка бажає отримати допомогу, необхідно заповнити відповідну анкету та пред'явити документ, який підтверджує статус новоприбулого/ї ім'я та прізвище, адресу проживання номер телефону.

**Будь ласка, усі ваші запитання та потреби надсилайте на електронну пошту:**

[newcomersukraine@gmail.com](mailto:newcomersukraine@gmail.com)

---

## СИМВОЛІКА АРТОСА

Слово ``артос`` з грецької « квасний хліб » який в продовженні всієї Світлої седмиці займає в храмі саме видне місце, разом з іконою Воскресіння Господнього . Вживання артоса починається з самого початку християнства. У сороковий день по Воскресінні Господь Ісус Христос вознісся на небо. Учні та послідовники Христові знаходили розраду в молитовних спогадах про Господа, вони пригадували кожне Його слово , кожен крок і кожну дію. Коли сходилися на спільну молитву вони пригадували Таємну Вечерю, коли Христос взяв хліб і сказав це: ``Тіло Моє``, тоді взяв чашу з вином і сказав: це ``Кров Моя``. Кожен раз коли апостоли збиралися на молитву ламання хліба, на місце Спасителя вони клали хліб, який був невидимо пригадував їхнього Вчителя. Наслідуючи апостолів, в ранній церкві, Отці церкви встановили у свято Воскресіння Христового класти в храмі хліб, як видимий вираз того, що Спаситель став для нас істинним, живим хлібом життя. На артосі зображено хрест, на якому видно тільки терновий вінець, але немає Розп'ятого - як знамення перемоги Христової над смертю. З Артосом з'єднується і стародавній церковний переказ. Коли апостоли збиралися на молитву вони залишали за столом частину хліба в пам'ять Пречистої Діви Марії, Матері Господа, як нагадування постійного спілкування з Нею а після трапези благоговійно ділили хліб між собою.

Освячується артос особливою молитвою , окропленням святою водою і кадінням в перший день Святої Пасхи на Літургії після заамвонної молитви. У першу неділю після Пасхи Світлої седмиці в кінці Літургії читається молитва на роздроблення артоса і роздається прихожанам. Донині є звичай у православних християн зберігати частину Артоса протягом року та з належним благоговінням та вірою їсти його під час хвороби чи нещастя. Його їдять запиваючи Святою Водою, яка була освячена в день Богоявлення нашого Господа.

---

## PARISH EVENTS AND ANNOUNCEMENTS

**CHURCH ATTENDANCE:** All participants must remain seated. The distance between people or family bubbles is one meter. Wearing a face covering remains required at all times, except for when eating or drinking. All other modified worship practices related to the COVID-19 pandemic remain in place (i.e. veneration of icons, confession, communion, etc.).

**ACKNOWLEDGMENTS:** We express our sincere gratitude to all those who prepared our church for the Paschal celebrations, namely: Alice Hryckowian for baking the Artos (the Paschal bread), Walter Waverchuck, for live streaming all the services, Simon Kouklewsky for providing parish announcements and details for the services on our YouTube channel, Luba Pukas for preparing and sending letters to our parishioners who don't have internet access in order to be kept abreast of parish news. Halina Waverchuck, Alice and Zenon Hryckowian for preparing our temple for Great Lent and Pascha. Ivanka Stasiouk for disinfecting the church premises. To our choir director, Helena Waverchuck-Kouklewsky and all the choristers who sang the Paschal Matins and Divine Liturgy, as well as elders Zenon Hryckowian, Walter Ostapchuk and Sergei Stasiouk for their help during the Paschal services on April 23-24, 2022. May God shower them with His abundant blessings for their contribution and labours for the good and growth of our parish!

**PASKY FOR NEW ARRIVALS (REFUGEES)** were offered to those who were unable to prepare them, however attended Paschal services. We thank Olena Lytvyn, who launched this initiative and all those who supported her efforts by donating pasky and other items: Alice Hryckowian, Olena Gella, Helena and Melodia Kouklewsky, Oksana Shakhvieliedova and Halyna Pylypchyk, who helped with the distribution. God bless you for your wonderful efforts in a time of need!

**BAPTISM:** Saturday, April 30, 2022 – Emma Kowryha, daughter of Philip Kowryha and Isabelle Randez.

**BAPTISM:** Saturday, May 7, 2022 - Chelsea Marie Voicu, daughter of George Laurentiu Voicu and Marie Aurelie Sanstoupet

**ST SOPHIE UKRAINIAN REFUGEE RELIEF FUND INITIATIVE:** The church is open for accepting donations between 10:00 am – 4:00 pm on Thursday, Friday and Saturday ONLY. Please do not leave items outside on closed days.

For more information, please contact:

Haley Twerdun EN/FR: [haleytwerdun@gmail.com](mailto:haleytwerdun@gmail.com) / Halyna Pylypchyk UKR: [halynapylypchyk@gmail.com](mailto:halynapylypchyk@gmail.com)

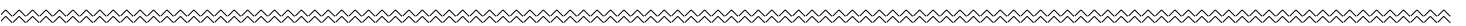
**CHORAL SINGING & COVID-19:** Rehearsals are on Sundays at 9:15 am in the church hall, on Tuesdays at 7:00 pm in Pierrefonds. For more information, please contact Helena Waverchuck at (514) 620-9494. New members are always welcome! Choristers may sing, standing a distance of one metre apart. According to the Quebec government, the mask is compulsory while singing. **Due to the ongoing pandemic and safety concerns, a majority of singers expressed a willingness to sing under the condition that others wear masks and are double vaccinated.**

**4<sup>th</sup> ANNUAL UOCC GREAT LENTEN FOOD DRIVE: FOR THE LOVE OF GOD - From March 7 until April 29.** With the blessing of His Eminence Vladyka Ilarion, we encourage everyone to donate non-perishable groceries, which we will then deliver to a local food bank. Please drop off non-perishable food in the boxes at the church entrance. Coordinator, Roxanne Chudobey (514) 217-6461, rchudobey@hotmail.com.

**ANNUAL GENERAL MEETING** of the parish will be held on **Sunday, May 29, 2022** following the Divine Liturgy. According to the Church By-Laws, those who have not paid their Annual Membership dues for 2021 may attend the meeting, however may not vote.

**FELLOWSHIP HOUR:** Every Sunday, after Divine Liturgy, join us for coffee and refreshments. This is an opportunity for our parishioners to meet and welcome guests to our family parish.

**YOUTUBE CHANNEL:** Saint Sophie Montreal. We are streaming our services from YouTube. Please subscribe!



## GENERAL INFORMATION

### **St. Sophie Help Ukraine Committee Report to the Parish April 19, 2022**

We have received many donations of new and used clothes. We have stopped taking clothes. With the help of parishioners and people from the Montreal community, we sorted hundreds of bags of clothes. Right now, we have hung a selection on racks and boxed the rest for future needs.

Our school room is a place for Ukrainian New Arrivals to look for hygiene items and kitchen items.

We received two trailer trucks of items from Familiprix. Hundreds of boxes of food, medicine, hygiene and military items were donated by various organizations and by compassionate people in Montreal. Two containers were loaded and shipped to Poland. Items would be trucked into Ukraine where and when possible. Cost of the containers will be paid for by people and organizations donating to our cause.

We are still receiving generous donations of requested items. We are still sorting and boxing to keep things as organized as possible in our church hall. Ukrainians have been arriving and taking what they need. It is also nice to see some of these people come to our Sunday services.

A special thank you to Ivanka and Sergei Stasiouk for being at the church hall everyday sorting, packing and cleaning.

### **VOCES BOREALES CHAMBER CHOIR SHOWCASING PAST AND PRESENT SLAVIC WORKS:**

On Saturday, April 30, Voces Boreales, in collaboration with Le Vivier, will present the Orthodox masterpiece All-Night Vigil by Sergei Rachmaninov, followed by the world premiere performance of Triptych, by Russian-Canadian composer Evgeny Shcherbakov, who has spoken loudly against the Kremlin's invasion of Ukraine and an ardent supporter of Ukrainians. The evening will begin with Holy God by Ukrainian-Canadian composer Larysa Kuzmenko. The concert takes place 7:30 pm at Saint-Léon-de-Westmount Church, 4311 De Maisonneuve Blvd West

**CONTACT INFORMATION UPDATE:** Please contact Walter Ostapchuk at [vostapchuk76@gmail.com](mailto:vostapchuk76@gmail.com) if your status, address, telephone numbers or e-mail address have changed.

**MEMBERSHIP DUES:** The Parish Council wishes to remind members that single membership is \$180 and \$300 for family. Those who did not pay yet for this year, please do so as soon as you can.

**ONLINE DONATIONS & MEMBERSHIP PAYMENTS** can be made by visiting [www.canadahelps.org](http://www.canadahelps.org) or via Interac e-Transfer to [stsophiemtl@gmail.com](mailto:stsophiemtl@gmail.com). Thank you for your generosity.



## Saint Sophie Ukrainian Orthodox Cathedral - Donation Centre for New Arrivals

Church Address: 6250 12th avenue, Montreal (Quebec) H1X 3A5 Website: [www.stsophiemontreal.com](http://www.stsophiemontreal.com)

e-mail: [newcomersukraine@gmail.com](mailto:newcomersukraine@gmail.com)

Facebook: OFFICIAL Saint Sophie Ukrainian Orthodox Cathedral YouTube: Saint Sophie Montreal



**RECEIPT OF HUMANITARIAN AID FOR NEW ARRIVALS FROM UKRAINE** Saturday from 10am to 4pm Sunday from 10am to 2pm

The doors of our church are open to those who need our attention and support the most. The person wishing to receive assistance must fill in the appropriate form and present a document confirming the status of the newcomer name and surname, address, telephone number.

**Please send all your questions and needs by e-mail: [newcomersukraine@gmail.com](mailto:newcomersukraine@gmail.com)**

---

### THE SIGNIFICANCE OF ARTOS

The word “**Artos**” in Greek is a loaf of leavened bread that is blessed during services in the Eastern Orthodox . The bread Artos is baked with a seal depicting the resurrection for use at Pascha, which symbolizes the physical presence of the resurrected Christ among the disciples. The priest blesses the Artos with a special prayer and sprinkles it with Holy water. The **Artos** is then placed on a small table before the Iconostasis. It is customary, whenever the faithful enter the Temple, for them to kiss the Artos as a way of greeting the Risen Christ.

On Thomas Sunday , after the Divine Liturgy, the priest says another prayer over the Artos and it is then broken and distributed among the whole congregation along with the Prosfora.

The significance of the Artos is that it serves to remind all Christians of the events connected with the Resurrection of Our Lord Jesus Christ. While still living on earth, the Lord called Himself the Bread of Life, saying: *I am the bread of life; he who comes to Me shall not hunger, and He who believes in Me shall never thirst* (John 6:35). After His Resurrection, more than once Jesus appeared to His disciples, ate before them and blessed their own food. For example, as evening fell on the first day of His Resurrection, He was recognized in Emmaus by two of His disciples as He blessed and broke bread .

On the 40th day after His Resurrection, the Lord ascended into heaven, and His disciples and followers found comfort in their memories of the Lord: they recalled His every word, His every step and His every action.

Remembering this custom of the Apostles, the Fathers of the Church made it their custom to put out the Artos at the Paschal Feast in memory of the appearances of the Risen Lord to His disciples, and also in memory of the fact that the Lord Who suffered and was resurrected for our justification has made Himself the true Bread of Life and is invisibly present in His church always, to the close of the age.

Even as the Jews bore the unleavened bread upon their heads out of Egypt through the desert until they had crossed the Red Sea, after which they dedicated the bread to God, divided it amongst all their host, and having all eaten thereof, became...terrible to their enemies, even so do we, saved by our Resurrected Lord from the captivity of that Pharaoh of the mind, the Devil, bear forth the blessed bread the Artos from the day of the Resurrection of Christ and, finally, having dedicated this bread to God, we eat of it and preserve it to the health of body and soul.

It is a custom among Orthodox Christians to this day to keep a portion of the Artos throughout the year and with due reverence and faith to eat of it in time of illness or distress. This is eaten, often together with a drink of Holy Water, which had been blessed at the Feast of the Theophany of Our Lord.