ПОРАДНИЦЯ ДЛЯ ВСІЄЇ РОДИНИ!

Домашня газета

Програма телебачення

Ціна 1 грн

#44(706) 29 жовтня 2015 року

7

ЯК ЛІКВІДУВАТИ ЗАВАЛИ НА КУХНІ

З днем Ангела!

Сьогодні іменини в Євгена, завтра — в Андрія, Антона. 31 жовтня з днем Ангела вітайте Йосипа, Марину, Злату, Юліану, 1 листопада — Івана, 2 — Артема, Валерія, 3 — Іларіона, 4 — Ганну, Єлизавету, Богдану.

Що приготувати з лісових грибів

3

4

АБРИКОС ЛЮБИТЬ СОНЦЕ

● Ви запитували

ЖИВЕМО БІЛЯ ТРАСИ

Часто чую, що біля автомобільних доріг не рекомендують збирати гриби і лікарські трави. А як із усім іншим? І що робити нам, коли садиба розміщена біля траси?

Ольга.
Теребовлянський район.

У викидах автотранспорту міститься близько двохсот компонентів, 170 із яких є токсичними. Деякі дослідники твердять, що один лише автомобіль за рік роботи «збагачує» повітря майже кілограмом свинцю.

Зрозуміло, що з повітря вся ця нечисть потрапляє в грунт, де змінюється співвідношення всіх цих речовин, сповільнюється обіг фосфору і знижується родючість. Тому тим, хто живе біля траси, потрібно вносити підвищені дози органічних добрив, періодично вапнувати землю.

«Подарунки» дороги нагромаджуються в продуктах харчування і можуть стимулювати інфаркти, збої кровообігу, новоутвори тощо. Краще було б їх не споживати, але...

Принаймні, врахуйте, що найінтенсивніше важкі метали нагромаджуються в зелених культурах і коренеплодах. Старайтеся садити їх подалі від доріг. Добре мийте і очищайте фрукти та овочі — верхній шар вражений найбільш інтенсивно. Слідкуйте, щоб листя і стебла не пошкоджувалися шкідниками, оскільки такі рослини забруднюються в кілька разів інтенсивніше.

До лісу, по гриби!

ПРАВИЛА ЗБИРАННЯ

1. Ні в якому разі не слід брати невідомі гриби. Імовірність отримати отруєння в цьому випадку дуже висока.

2. Вирушати по гриби рекомендують рано вранці. Оптимальний час для збирання грибів — 6—7 година ранку.

3. Збирати гриби краще в кошик з березової кори або вербових прутиків. У них гриби краще зберігаються. Целофанові та паперові пакети для цього непридатні: «урожай» швидко зіпріє через погану циркуляцію повітря.

4. Сирі гриби пробувати на смак суворо заборонено.

5. Не можна збирати старі, перезрілі гриби. Вони дуже часто є отруйними.

6. Якщо напередодні пройшов легкий теплий дощ і водночас світило сонце, то це вірна ознака того, що в лісі зараз багато грибів.

7. За перших же симптомів отруєння (нудота, біль у шлунку) слід негайно звернутися до лікаря. Грибне отруєння небезпечне тим, що досить часто закінчується летальним результатом — якраз через те, що люди нехтують правилами безпеки.

Осінь — сезон збирання грибів. Усім відомо, що найкраще їх шукати там, де є хвойні та листяні ліси. Але треба знати певні правила й дотримуватися їх, аби «тихе полювання» було безпечним.

● До часу

НАЙПОПУЛЯРНІШІ В УКРАЇНІ

Білий гриб. Зустрічається у листяних лісах. Колір капелюшка залежно від умов росту може бути різним: від білуватого до темно-коричневого. Форма капелюшка — подушковидна, опукла, м'ясиста, має діаметр до 25 см. М'якоть капелюшка — біла, щільна, товста, її колір на зламі не змінюється. Ніжка у нього масивна, висота може досягати 20 см.

Лисички. Капелюшок у зрілих грибів може досягати до 10 см у діаметрі. Він щільний, м'ясистий, по краю хвилястий, порізаний. Кольори можуть відрізнятися від яскраво-жовтого кольору до молочно-жовтого. М'якоть щільна, пружна, жовтувата.

Ніжка щільна, гладка, звужена донизу. Її висота зазвичай становить є 4—7 см, товщина — 2—4 см.

Польський гриб. Він росте від червня до кінця листопада у хвойних і листяних лісах. Капелюшок зазвичай має каштаново-бурий відтінок, він гладенький, у сиру погоду злегка клейкий. Діаметр — до 15 см. Ніжка зазвичай має висоту до 12 см, а товщина становить 3—4 см.

Чорний груздь. Грузді ростуть колоніями до пізньої осені. Капелюшок у них темно-оливковий, із помітними концентричними колами. Його діаметр може становити від 7 до 15 см. М'якоть щільна, тендітна, біла, на зламі темніє. Ніжка зазвичай має у довжину і ширину близько 8 см.

Маслюки. Основний урожай цих грибів збирають у штучних соснових насадженнях, які досягли висоти 3—8 метрів. Стара опала хвоя та сухий хмиз не приховують грунт, не можуть утримувати воду.

! Треба пам'ятати, що гриби — продукт швидкопсувний. Тому їх слід ужити або переробити в день збору. Протягом однієї доби (але не більше!) в холодильнику, мабуть, можна зберігати тільки глиби з їх щільною, менш ніж у інших грибів насиченою водою м'якоттю.

Отруєння грибами можуть бути викликані не тільки вживанням в їжу отруйних грибів, а й неправильним зберіганням і використанням навіть цілком їстівних, нешкідливість яких встановлена віковим досвідом.

● Перспектива

Ковбасу внесуть до списку канцерогенів?

Всесвітня організація охорони здоров'я планує включити продукти з м'яса: такі як сосиски, ковбаса і бекон, — у список потенційних канцерогенів.

Швидше за все список поповниться і свіжим м'ясом, яке, на думку фахівців ВООЗ, трохи менш небезпечне, ніж м'ясні консерви.

Варто зауважити, що список потенційних канцерогенів оновлюється щорічно, і зараз в нього входять такі сполуки, як миш'як і азбест.

«Вживання ковбаси, сосисок і м'ясних консервів, ймовірно, може підвищити ризик розвитку раку кишечника», — пояснюють причини, за якими м'ясні продукти можуть потрапити в цей список, експерти Всесвітньої організації охорони здоров'я.

Безсумнівно, таке рішення ВООЗ завдасть серйозного удару як по сільському господарству, так і по підприємствах, що працюють у сфері швидкого харчування.

● **З досвіду**

ДОБРИВО ДЛЯ САДУ — З ЛІСУ

Як добриво для плодових дерев і кущів восени можна використовувати лісову, листяну землю, взяту з-під дерев листяних порід — липи, клена, ліщини та інших, крім дуба та лози, які містять багато дубильних речовин.

Я, наприклад, часто беру листяну землю в осінньому березовому гаю. Для цього стараюсь вибрати велику стару березу, і з північного чи північно-східного боку, починаючи від стовбура, відгрібаю опале цьогорічне листя до шару напівперепрілого — із домішкою листяної землі. Він має товщину тільки 2—3 см. Кельнею горизонтально до грунту зрізаю цей верхній шар й укладаю в мішок.

У саду, на такій відстані, щоб не пошкодити корені, викопую навколо ягідного куща чи плодового дерева траншею завглибшки 35 см і наповнюю її лісовим перегноєм. Потім у площині круга від траншеї до стовбура знімаю шар землі (близько 10 см), щоб повністю замінити його листяним перегноєм.

Таким чином я удобрюю сад, заповнюючи проміжки між основним підживленням гноєм, яке проводжу восени, під перекопування, один раз на 3—4 роки.

І. Кравчук.
Тернопільський район.

● Смачного!

Минтай під буряком

600 г минтая, 3 буряки, 3 цибулини, 1 ст. л. тертого сиру, 2—3 ст. л. маргарину, сіль, перець.

Філе минтая нарізати на шматочки і викласти в змащену олією пательню. Зверху викласти порізані кільцями цибулю і тонкими кружальцями буряки. Полити розтопленим маргарином, посипати натертим сиром. Запікати в духовці 15—20 хвилин.

Погода на тиждень	Температура	Опади	Вітер	Тривалість дня	Фаза Місяця
четвер, 29 жовтня	0 / +9	ясно	півд.-сх., 5	10.01	○
п'ятниця, 30 жовтня	+1 / +9	ясно	півд.-сх., 3	09.57	○
субота, 31 жовтня	-1 / +7	ясно	півд.-сх., 3	09.55	○
неділя, 1 листопада	-1 / +8	без опадів	зах., 2	09.51	○
понеділок, 2 листопада	+2 / +12	ясно	півн.-зах., 4	09.48	○
вівторок, 3 листопада	+2 / +11	ясно	півн.-зах., 2	09.45	◐
середа, 4 листопада	+1 / +10	ясно	півн.-зах., 2	09.41	◐

● — новий Місяць, ◗ — перша чверть Місяця, ○ — повний Місяць, ◖ — остання чверть Місяця.

Передплачуйте «Домашню газету» — порадницю для всієї родини! Передплатний індекс 23763

● З Божої аптеки

Калинові ліки

Кору калини збирають навесні, квітки — у травні-червні, стиглі ягоди — восени.

●

Використовують при простудному кашлі, гарячці. На 1 склянку окропу беруть 1 ч. ложку цвіту і настоюють 10 хвилин. П'ють дві склянки на день.

●

Теплий відвар ягід із медом п'ють при застудах, нападах сухого кашлю, проносі і тривалій хрипоті (3 чарки по 50 г на день). Сирі ягоди (які почали вже бродити із цукром) вживають при сильному сухому кашлі і при гіпертонії.

●

Водний настій ягід калини вживають проти фурункулів, карбункулів, екземи, різних висипів на тілі.

●

Відвар із насіння калини вживають як потогінний засіб і при диспепсіях (несправності шлунка).

●

Настоєм ягід, квіток і листя калини полощуть горло при ангінах і промивають рани.

●

Соком із ягід виводять прищі на обличчі.

●

Як заспокійливий і протиспазматичний засіб вживають при істерії та судомах, особливо при вагітності, щоб запобігти викидневі.

●

Якщо хочете споживати калину і черпати із цих ягід максимум користі довгий час — приготуйте калину в меду. Для цього злегка підігрійте мед, вмочіть у нього плоди калини на гілочці. Викладіть на таріль і підсушіть. Така калина довго зберігатиметься, не втрачаючи своїх цілющих властивостей.

Лікуємо геморой

Ось що радить народна медицина при цій хворобі:

✔ на гемороїдальні гулі накладають осикове листя і тримають протягом 2 годин. Якщо виникають неприємні відчуття, то листя слід зняти і підмитися. Через 1—2 години процедуру повторюють;

✔ із сирої картоплини вирізають свічку і вставляють у задній прохід (якщо сильно сушить, то попередньо вмокніть свічку в мед). Протипоказано використовувати сильно проросли і позеленілі бульби;

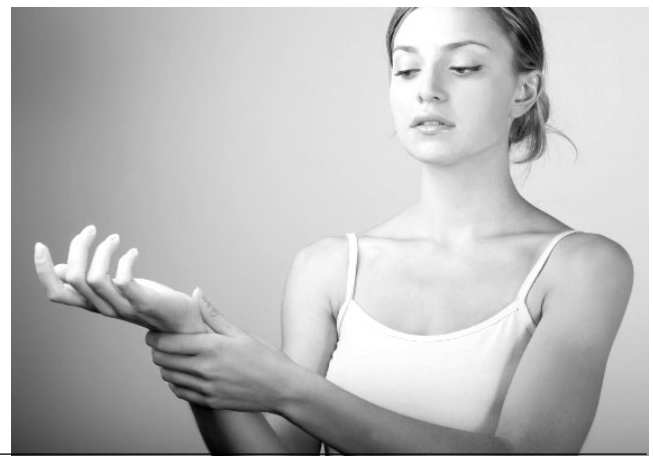
✔ із зрілих ягід горобини відтискують сік. Доза — по 75—100 мл соку тричі на день. Можна додати мед або цукор. Якщо пити сік свіжої горобини місяць і більше, то виліковується навіть внутрішній геморой.

Увага! Перед тим, як скористатися будь-яким рецептом, обов'язково порадьтеся з лікарем!

Хрускіт у суглобах:

ОЗНАКИ НЕДУГИ ЧИ «ЗАКЛИК» РУХАТИСЯ БІЛЬШЕ?

Спираєтеся на руку — хрускотять суглоби, піднімаєтеся зі стільця — хрускотять суглоби... Про що ж хоче сказати ваш організм, що за сигнал подає? Про це пише інтернет-видання «Домовик».



Як дізнатися, коли хрускіт суглобів сигналізує про негаразди зі здоров'ям, а коли — лише прохання про те, щоб ви більше рухалися? «Голос» суглобів — це ще пів лиха. Справжні проблеми починаються, коли суглоби починають боліти. Хрускіт суглобів, супроводжуваний болем, що обмежує вашу рухливість, може призвести до необоротних проблем, якщо залишити його без уваги.

У рекламних роликах дорогих лікарських засобів часто міститься твердження, що хрускіт у суглобах — це провісник артриту, артрозу та подібних захворювань. Але насправді це не так. Основними ознаками серйозних захворювань суглобів є болючі відчуття, набряки, зменшення рухливості.

ПРИЧИНИ

При артрозі, коли поверхні суглобів стають тонкими і шорсткуватими, рухи можуть супроводжуватися специфічним тріском. Але, якщо уражений суглоб хрускотить, значить ще не все втрачено. В інших випадках хрускіт суглобів при русі викликаний набагато менш драматичними причинами.

✔ При русі суглоба об'єм суглобної сумки трохи збільшується, і у внутрішньосуглобній рідині з'являються газові пухирці. Коли вони тріскають, чути хрускіт.

✔ Найчастіше такий хрускіт спричинений підвищеною кількістю білка у внутрішньосуглобній рідині. Це може бути або при надлишку білкової їжі, або при всіляких запальних процесах.

✔ Ще одна причина підвищеної концентрації кількості білка, а також погіршення кровопостачання — гіподинамія, тобто малорухливий спосіб життя. Отже, хрускіт у суглобах може сигналізувати про те, що вам треба більше рухатися.

● Що робити?

✔ Хрускіт може з'явитися, коли людина починає посилено займатися спортом. Цьому є кілька пояснень. Насамперед, не виключено, що причиною хрускоту в такому разі може бути травма (зазвичай, розтягання зв'язок). Якщо це так, потрібно просто дати своєму організму перепочинок, а надалі акуратніше виконувати фізичні вправи. Іншою причиною хрускоту в цьому разі може бути нестача суглобної рідини, що виникає при фізичних перевантаженнях. Також нестача рідини в суглобах може бути ознакою вікових змін.

КОЛИ ЦЕ Є НОРМОЮ

Суглобний шум — нормальне явище для підліткового віку, коли розвиток усього організму відбувається стрибкоподібно. Такий хрускіт не призводить до якихось сумних наслідків. Просто зв'язковий апарат і капсули не встигають у розвитку за кістковою тканиною, отже, виробляється й менше суглобової рідини, стверджують лікарі-ортопеди.

Також хрускіт — звичне явище для молодих жінок із гнучкими суглобами. В організмі таких осіб виробляється так званий понадрозтяжний колаген. Це може минутися з віком, але якщо причина обумовлена генетичною схильністю, хрускіт буде супроводжувати даму все життя. Звичайно, крім хрускоту, у таких жінок рано починається варикоз і на шкірі утворюється судинна сіточка.

НЕОБХІДНА ПРОФІЛАКТИКА

Для профілактики хрускоту в суглобах включіть у свій раціон більше овочів і фруктів, не зловживайте білковою їжею (м'ясо, молочні продукти). Випивайте на день не менше 6 склянок води. Уникайте гіподинамії, але й не занадто захоплюйтеся вправами, тому що значні фізичні навантаження загрожують травмами, які можуть порушити хрящовий шар і призвести до запальних процесів, а надалі — до артритів і артрозів.

Намагайтеся не засиджуватися в одній позі більше 40 хвилин. Якщо у вас сидяча робота, намагайтеся щогодини вставати й рухатися. Якщо немає можливості походити по офісі, постарайтеся, принаймні, виконувати «офісну» гімнастику — потягування, повороти, так, щоб задіяти тазостегновий суглоб, суглоби плечового і шийного відділів.

Не клацайте пальцями! Видавати звуки пальцями при бажанні може кожний, це весело, але некорисно. Якщо зловживати клацанням, суглоби поступово травмуються, а разом із цим збільшується ризик розвитку артрозу. Ви досить довго можете не відчувати ніяких змін, суглобні хрящі можуть терпіти таке «знущання» роками, але зрештою можуть і здатися.

КОЛИ БЕЗ ЛІКАРЯ НЕ ОБІЙТИСЯ

Якщо хрускіт у суглобах не супроводжується хворобливими відчуттями, не поспішайте тривожитися. Це може бути через пухирці повітря в суглобній рідині, перенапругу в м'язах, стрес або перевтому, а також генетичну схильність.

Що робити з метою профілактики? Розминайте суглоби не менше двох разів на день, запишіться в спортклуб (але не перестарайтеся!), навчіться розслаблятися та знімати стрес, періодично проходьте курс масажу, не клацайте пальцями.

Медикаментозна профілактика суглобного хрускоту. Хрускіт суглобів у зрілих роках може бути сигналом початку такої неприємної хвороби, як остеоартроз. У такому разі рекомендується обов'язково відвідати лікаря для з'ясування чіткішої картини хвороби і призначення оптимального лікування.

Однак досить часто для боротьби з остеоартрозом (особливо на початковій стадії) призначаються хондропротектори — препарати, що захищають хрящову тканину. Приймають їх курсами.

Один з найефективніших хондропротекторів — глюкозамін. Він входить до складу майже всіх препаратів від остеоартрозу. Однак не всі форми глюкозаміну однаково корисні. Стабільний кристалічний глюкозаміну сульфат — єдина форма глюкозаміну, яка успішно пройшла клінічні випробування.

Якщо ж хрускіт у суглобах супроводжується болем і опухлістю, обов'язково зверніться до лікаря. Такі симптоми можуть бути ознакою травми або свідчити про зміни в суглобах, які вимагають медичного втручання.

● Жменя рецептів і порад

ПОЛИНОВИЙ ЧАЙ ЗНІМЕ ВТОМУ

Траву полину знайти легко. Росте вона при дорогах, на городах, на луках. У полях... Гірке зілля — саме таку славу має полин. Звісно, рослину потрібно збирати в екологічно чистих місцях.

Здавна полин використовують у народній медицині як засіб проти болю у шлунку — варять чай. Також настоюють на горілці або медичному спирту.

А ще знахарі зі стажем радять: відчуваєш втому — то випий горнятко чаю із полину. Слід зауважити, що мало кому (якщо взагалі комусь) цей чай буде до смаку. Додавайте цукру, не додавайте — однаково буде гірким. Тому треба випити, як кажуть, «на мус». Але втому полиновий чай таки зніме. Потрібно стебельце полину запарити окропом (0,5 л).

«ЧАСНИК НЕ ЛИШЕ ВІД ЗАСТУДИ

Вже понад тисячу років часник відомий своїми лікувальними властивостями. Крім того, це цінна приправа, джерело великої кількості вітамінів та мінералів. Ще у давнину часник завоював велику популярність. Римляни вірили, що він збільшує бойову ефективність солдатів.

Часник використовують не лише у боротьбі із вірусами. Він позитивно впливає на серце, знижує тиск, очищує кров, сприяє профілактиці склерозу. А крім того, покращує травлення, попереджає здуття і вважається потужним афродізіаком.

«КАША» З КАРТОПЛІ ПРОТИ ЕКЗЕМИ

До півсклянки подрібненої на тертці з великими вічками картоплі додати чайну ложку меду і ретельно перемішати. Картопляну «кашу» розстилати на бинті та прикладати до ураженого екземою місця, тримати дві години. Найкраще брати щойно викопану картоплю (новий урожай). Бажано, щоби бульби не були оброблені хімікатами.

ПШОНО ВІД БОЛЮ В ПОПЕРЕКУ

Ось що радять народні цілителі.

У літрову посудину всипаємо близько половини об'єму пшона і пропарюємо, як на риболовлю. В пропарене (не зварене!) пшоно вливаємо дві столові ложки олії, розмішуємо швиденько, щоб не прохололо, накладаємо у заздалегідь приготовлені дві полотняні торбинки (можна у шкарпетки) і зав'язуємо. А тоді лягаємо в постіль, підклавши одну торбинку під лопатки, а другу — під крижі, і лежимо, поки вихолоне.

Це ж пшоно можна використовувати на два сеанси. Олії вже більше лити не треба, лише трошки змочити пшоно, щоб пропарилося.

● А ви знали?

Найбільше кальцію не в молоці

Кальцій — найпоширеніший мікроелемент в людському організмі. Більшу частину кальцію містять в собі зуби і кістки. Нас з дитинства вчили, що основне джерело кальцію — молочні продукти. Насправді ж це не так. Чи не час нарешті подивитися правді у вічі?

Рослинні продукти, багаті на кальцій:

✔ мак — 1460 мг/100 г;
✔ кунжут — 670—975 мг/100 г;
✔ кропива — 713 мг/100 г;
✔ подорожник великий — 412 мг/100 г;
✔ насіння соняшнику — 367 мг/100 г;
✔ шипшина — 257 мг/100 г;
✔ мигдаль — 252—273 мг/100 г;
✔ петрушка — 245 мг / 100 г;
✔ лісовий горіх — 226 мг/100 г;
✔ амарант, насіння — 214 мг/100 г;
✔ крес-салат — 214 мг/100 г.

А ось у коров'ячому молоці вміст кальцію всього 120 мг/100 г, а в сирі — 80 мг/100 г.

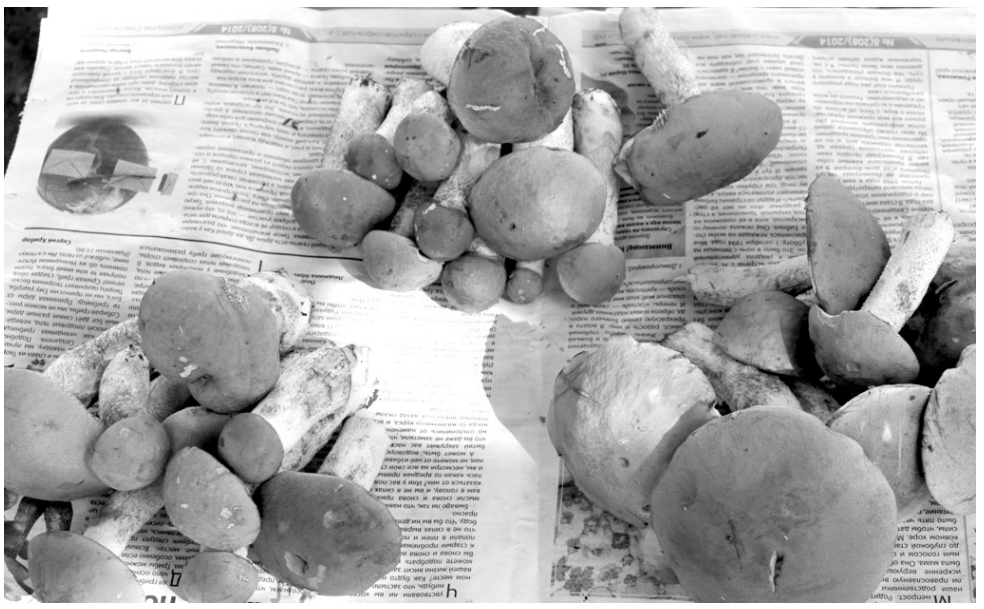
Рекомендовані Всесвітньою організацією охорони здоров'я добові норми споживання кальцію:

✔ діти до 3 років — 600 мг;
✔ діти від 4 до 10 років — 800 мг;
✔ діти від 10 до 13 років — 1000 мг;
✔ підлітки від 13 до 16 років — 1200 мг;
✔ молодь від 16 і старше — 1000 мг;
✔ дорослі від 25 до 50 років — від 800 до 1200 мг.

Сіяв гречку, а уродив мак, нехай буде так/ Народна мудрість

Якщо «тихе полювання» було вдалим

ЩО ПРИГОТУВАТИ З ЛІСОВИХ ГРИБІВ



Лісові гриби: білі, красноголовці, підберезники, маслюки, лисички, рижики, грузді, — використовують у багатьох національних кухнях. І це не дивно: лісові гриби смачні, ароматні та ситні. Будь-яка страва з ними стає незвичайною.

● Дари природи

«ГРИБНІ» ПРАВИЛА

Однак, готуючи страви з лісових грибів, варто знати деякі правила і дотримуватися їх.

1. Зберігати свіжі гриби в холодильнику можна не більше двох-трьох діб. Якщо треба зберігати довше — їх варто заморозити або посушити. Шляхетні гриби: білі, красноголовці та підберезники, — можна заморожувати сирими (їх потрібно тільки ретельно вимити і висушити). Інші гриби краще попередньо відварити.

2. Якщо вам попався червивий гриб, не поспішайте його викидати — замочіть на кілька годин у холодній солоній воді. Уся живність через деякий час вилізе з грибів, і ви зіллєте її разом з водою.

3. Білі гриби чистити практично не потрібно, варто тільки зішкребти землю біля основи ніжки. У підберезників і красноголовців прийнято зішкрібати шкірочку з ніжки. А ось у маслюків доведеться знімати шкіру з капелюшків — вона досить сильно гірчить. А от з опеньками та лисичками робити нічого не потрібно — тільки помити.

4. І головне правило: якщо ви не впевнені в тому, що за гриб перед вами, — не варто ризикувати.

БІЛІ ГРИБИ

Білі, або боровики, вважаються найсмачнішими і найціннішими грибами. Білі можна зустріти з літа до осені в листяних і хвойних лісах, їх потрібно шукати на вологому грунті на прогалинах, на узліссях, у молодому ялиннику.

✔ Білі гриби можна подати як основну страву з овочевим гарніром або салатом. Традиційне поєднання — гриби з картоплею.

✔ Хоча білі гриби добре підходять до м'яса та риби, як гарнір вони виступають рідко, тому що гриби — важка їжа, і разом з м'ясом вони створюють велике навантаження для шлунка.

✔ Білі гриби можна посмажити або потушкувати. Для цього краще взяти самі капелюшки.

✔ Смажити білі гриби потрібно на олії або свинячому салі, вершкове масло для смаження грибів не підійде — у ньому занадто багато води.

✔ При тушкуванні, навпаки, у гриби потрібно додати воду. Вийде особливо смачно, якщо перед тушкуванням гриби злегка обсмажити.

✔ Білі гриби дають наваристий і світлий бульйон, тому з них виходять дуже смачні супи та соуси. Грибний соус підійде до м'ясних і рибних страв, овочів, рису, пасти.

✔ Білі гриби заготовляють на зиму — сушать, заморожують, маринують, солять.

КРАСНОГОЛОВЦІ, ПІДБЕРЕЗНИКИ, МАСЛЮКИ

Ці гриби чудово підходять для приготування найрізноманітніших страв.

✔ Зі свіжозібраних красноголовців і підберезників чи не найліпше зварити наваристий і ароматний грибний суп.

✔ Також із красноголовців і підберезників можна зробити заготівлю на зиму — засушити або заморозити (капелюшки та ніжки краще морозити окремо).

✔ А ось маслюки перед заморожуванням необхідно злегка відварити, потім остудити і вже потім морозити. Ще з маслюків виходить смачна грибна ікра.

✔ Красноголовці, підберезники і маслюки гарні й у простій страві — смажені гриби з картоплею.

✔ Більш креативні ідеї: грибна солянка, грибні соуси тощо.

ОПЕНЬКИ

Опеньки починаються і закінчуються усі разом. Тому найважливіший секрет успішного полювання на них — уміння задушевно розмовляти з професійними грибниками. І як тільки один з цих добувачів під час такої бесіди проговориться, що, мовляв, пішли опеньки, — не баритися, нікому більше не говорити ні слова, кидати все — і до лісу.

Відкладати збір опеньків не можна, тому що через тиждень їх уже не буде. Зате якщо встигнете, то можете забезпечити себе опеньками до весни, і навіть до літа. А готувати їх чи не найпростіше: від опеньків, просто смажених із цибулею на сковорідці, і закінчуючи такими вивертами, як холодець, грибна ікра і різотто.

СОЛОНІ ГРИБИ

Важлива відмінність солоних грибів від маринованих — відсутність оцту, адже роль консерванта виконує сіль. Інші інгредієнти — пряні трави і листя (кріп, лавровий лист, листя вишні, дуба, хрону, смородини), спеції (перець горошком, часник, гвоздика, коріандр).

Деякі гриби (валуї, грузді, вовнянки тощо) перед засолюванням потрібно кілька днів вимочувати в солоній воді або бланшувати 15—20 хв у підсоленій воді.

Пропонуємо рецепт засолювання грибів.

Хрін — кілька листків, лісові гриби (грузді, рижики, вовнянки, маслюки) — 5 кг, крупна нейодована сіль — 150—200 г, часник — 2 середні головки, листя смородини — 300 г, кріп (суцвіття, стебла і листя) — 300 г.

Гриби переберіть, почистіть. Відріжте ніжки, залишивши 1 см від капелюшка. Капелюшки ретельно промийте. Гриби, крім рижиків, необхідно перед засоленням вимочити для видалення молочного соку — залити підсоленою холодною водою. Міняйте воду через кожні 10 годин. Час вимочування білих і жовтих груздів — 24 години, інших грибів — 2—3 дні.

Підготовлені гриби укладайте капелюшком униз у засолювальну тару, пересипаючи сіллю і перекладаючи листям і зубчиками часнику. Зверху має лежати листя. На нього покладіть прокип'ячену полотняну серветку або марлю, складену у 2—3 шари, потім дерев'яний круг, а на нього — гніт (вага гніту — приблизно 10% від ваги грибів).

За необхідності доливайте в гриби 4%-й розчин солі для того, щоб верхній шар не висихав.

Зберігайте гриби за температури 2—8°С. Рижики будуть готовими через 2 тижні, маслюки через — 12 днів, грузді та інші гриби — через 1—1,5 місяця.

МАРИНОВАНІ ГРИБИ

Маринувати гриби нескладно, однак треба все-таки пам'ятати деякі правила. Насамперед, кожний вид грибів повинен маринуватися окремо. Спеції і прянощі для маринування грибів варто брати цілі і якомога свіжіші, а оцет — краще натуральний винний, а не есенцію.

Гриби — 5 кг, лист лавровий — 8—10 шт., кориця мелена — 1/2 ч. ложки, цукор — 10 ч. ложок, сіль — 10 ч. ложок, 7 середніх цибулин, білий винний оцет — 1 л, запашний перець горошком — 2 ч. ложки, гвоздика — 1/2 ч. ложки.

Гриби почистіть, промийте в холодній проточній воді, трохи обсушіть і наріжте однаковими шматочками. Відваріть у злегка підсоленій воді до готовності (приблизно 20 хвилин з моменту закипання).

Видаліть з грибів всю зайву рідину. Для цього злийте воду, у якій вони варилися, накрийте гриби дерев'яним кружальцем, а зверху покладіть гніт. Дайте грибам так постояти, потім відкиньте їх на друшляк і дайте воді стекти.

Приготуйте маринад: у 1,5 л гарячої води розчиніть цукор і сіль, додайте прянощі і дрібно нарізану цибулю. Доведіть до кипіння.

У киплячий маринад покладіть гриби і варіть 5—6 хв. Улийте оцет, доведіть до кипіння. Гарячі гриби розкладіть у підготовлені стерилізовані банки і залийте гарячим маринадом, у якому вони варилися. Банки герметично закрийте, остудіть при кімнатній температурі.

Зберігайте у прохолодному місці. Гриби будуть готовими через 8—12 днів.

● Коротко

ПОРАДИ ГОСПОДИНЯМ

Якщо варення або джем починають бродити, їх можна «врятувати»: перекласти із банок у каструльку, додати по 1—2 ст. ложки цукру на 500-грамову банку, помішуючи, довести до кипіння й тримати на малому вогні 10 хвилин.

●

Не виливайте молоко, що скипілося, — з нього можна приготувати смачний напій: процідити, додати вершки, фруктовий сироп або свіжі ягоди й цукор.

●

Свіжа зелень довше збегігатиметься, якщо її загорнути у полотнину, намочену в оцті.

●

Щоб цибуля під час смаження набула золотавого кольору, її попередньо обкачують у борошні.

●

Щоб усунути запах риби, руки й посуд, в якому її готували, споліскують водою із оцтом. Повітря на кухні можна освіжити, прокип'ятивши в невеликій посудині трохи м'яти або інших запашних трав.

●

Якщо деко заіржавіло, посипте плями сіллю, а за чверть години протріть шкуркою від сала.

●

Столові прибори із нержавіючої сталі можна занурити у картопляний відвар — через десять хвилин вони будуть, як нові.

● Господині на замітку

Те, що варто знати про салати

✔ Салати — популярна холодна закуска із сирих чи консервованих овочів та фруктів, приправлених олією, сметаною, майонезом. Успіх приготування цих страв залежить від того, наскільки господиня знає смакові якості і властивості продуктів, а також від опанування певними кулінарними секретами. Ось деякі з них.

✔ До мішаних салатів не слід додавати буряки, вони зафарбовують інші складники й надають майонезу сірого відтінку.

✔ Аби салат був гостріший і смачніший, треба покласти цибулю, петрушку, кріп, мариновані гриби, огірки, солодкий перець. Кислішим його зроблять яблука, сік з лимона, ревінь, розведена водою лимонна кислота тощо.

✔ Овочі перед тим, як варити, треба як слід вимити щіточкою в гарячій воді і залити гарячою водою, щоб тільки прикрила їх, посолити, поставити в накритій посудині на сильний вогонь; можна також спекти в духовці. Ще теплими очистити від шкірки й нарізати кубиками, соломкою, кружальцями та ін. Картоплю скропити олією — це поліпшить її смак. Моркву для салату краще зварити в бульйоні. Буряки смачніші печені. Овочі, які вживають сирими, старанно помити, почистити і ще раз помити. Не можна зберігати їх у воді — втрачаються цінні поживні речовини.

✔ Помідори відібрати стиглі, тверді, огірки — зелені. Мити їх слід холодною водою. Для того, щоб легше зняти з помідорів шкірку, треба покласти їх на хвилину в киплячу воду або ошпарити. Чистити свіжі огірки в напрямку до хвостика, щоб гіркоту, яка скупчується біля нього, не розносити по всьому овочу. Зелений салат, що трохи прив'яв, залити на годину холодною водою, приправленою цукром і оцтом. Зелену цибулю слід мити холодною водою. Квашену капусту перед уживанням сполоснути холодною водою. Цвітну капусту залити холодною підсоленою водою, зцідити, варити цілою у воді, приправленій сіллю та цукром, зберігати у відварі. Стручки спаржевої квасолі очистити від жилок, варити у воді, приправленій сіллю і цукром.

✔ Добрий ефект дає змішування майонезу зі сметаною. Поливати салати заправками безпосередньо перед подаванням на стіл.

✔ До салатів із відвареним рисом картоплю не додають.

✔ Фруктові салати можна готувати з однорідних або різних фруктів і ягід, частково відварених, частково сирих. Попередньо сирі плоди ретельно миють холодною водою; з вишень, черешень, слив слід видалити кісточки. Найкращі заправки для фруктових салатів — ванільний соус, вино, коньяк, сметана, мелені або січені горіхи.

Де дуби, там і гриби/ Народна мудрість

● Ви запитували

САДОВИЙ ВАР — ВЛАСНОРУЧ

Підкажіть, як у домашніх умовах приготувати садовий вар для порятунку яблуні — на стовбурі утворилася рана.

Марія Петрівна.
Бережанський район.

Садовий вар — нерозчинна у воді тягуча речовина, призначена для нанесення на «рани» (зрізи) дерев. Ця суміш захищає ділянку зрізу гілки чи стовбура дерева (або ж рани, ураженої паразитами або комахами) від грибків і бактерій, запобігає витіканню соку, захищає від шкідників і комах.

Використання садового вару необхідне, щоб захистити рану після щеплення, обрізки, після пошкоджень, завданих гризунами та іншими шкідниками і паразитами, щоб уникнути висушення, грибків, гниття, утворення тріщин, появи паразитів.

Виготовляють садовий вар з каніфолі, жиру, бджолиного воску чи парафіну, скипидару, спирту. Рецептів є дуже багато. Ось деякі з них — їх використовували ще наші батьки й діди. Складники тут тільки натуральні.

1. Віск і каніфоль — по 2 частини, сало топлене — 1 частина, сало можна замінити 2 частинами олії.

2. Парафін — 20 частин, каніфоль — 4 частини, оліфа натуральна — 1 частина.

3. Віск, скипидар та каніфоль — по 5 частин, сало топлене — 1 частина.

4. Каніфоль — 10 частин, сало топлене, спирт та охра — по 1 частині, скипидар — 5 частин.

Щоб виготовити садовий вар, спочатку подрібнюють каніфоль і розтоплюють її на слабкому вогні. В іншій посудині розтоплюють віск чи парафін і сало. Змішують каніфоль і віск, додають топлене сало чи олію. Розтоплену суміш добре розмішують, кип'ятять протягом 30 хвилин і вливають у холодну воду.

Після затвердіння вар розминають руками, щоб не було грудочок, і загортають у промаслений пергаментний папір.

Дехто радить перед тим, як садовий вар власного приготування застигне, всипати в нього розкришений на порошок гетероауксин у співвідношенні 1 таблетка на 1 кг суміші. Ця маленька хитрість допоможе зробити процес загоєння швидше на стовбурах і гілках дерев.

Вар приготовлений правильно, якщо при роботі з ним він без труднощів наноситься, якщо він липкий, не сохне, при спекотній погоді не починає розтікатися і не дає тріщин у холодну пору року.

Абрикос любить сонце

● Школа садівника

Обрізує абрикос небагато садівників, але численні дослідження показали, що це дуже важлива операція, що відповідає за розвиток дерева і приріст врожаю абрикоса.

Нормальною кроною дерева вважається пірамідальна, але якщо обрізування не проводилося, то вона стає широко пірамідальною, гілки відвисають, а рясні врожаї в ранньому віці призводять до всихання гілок і зниження захисних функцій дерева щодо основних захворювань. Проводиться обрізка абрикоса навесні і восени.

Формування плодів абрикоса зазвичай відбувається на однорічних гілках. Короткі гілочки на більшості сортів підсихають через кілька сезонів плодоношення, тому основним завданням обрізування цього дерева є поштовх до формування нових пагонів.

Багато садівників, обрізуючи абрикос, формують крону розріджено ярусного типу. У цьому випадку для збільшення міцності дерева формують три–чотири одиночні скелетні гілки, розташовані з інтервалом 30 сантиметрів. У цьому типі крони допускається зближення лише двох, в крайньому випадку, трьох основних гілок.

Дерево абрикоса любить сонячне світло, але завдяки швидкому росту гілок відбувається сильне загущення крони дерева, що врешті-решт впливає на кількість врожаю і стійкість дерева до навантаження від ваги плодів.

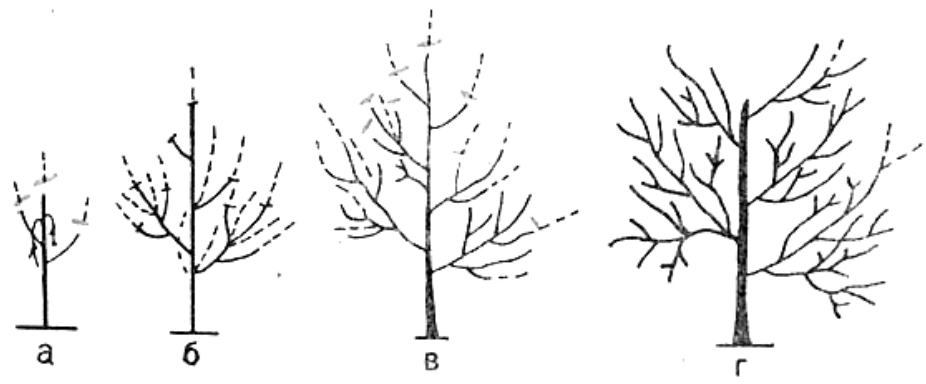
Гілки першого порядку повинні перебувати під кутом 40—50 градусів щодо скелетної гілки, їх повинно бути не менш ніж 6. У перший рік після висаджування слід проводити підрізування бічних гілок на половину їх довжини, центральний провідник підрізають на 70 сантиметрів від останнього розгалуження. Між верхівками бічних гілок і верхівкою гілки лідера (або провідника) має витримуватися відстань по висоті в 20—30 сантиметрів.

Конкурентні гілки, що мають гострий кут, слід вирізати повністю, оскільки під основні гілки вони непридатні. Скелетні гілки повинні відходити під мінімальним кутом 45 градусів, а вгорі крони кут відходження гілок збільшується до 60 градусів.

У наступні два роки вегетації проводять укорочення гілок за описаним вище методом, дотримуючись правил підрізування провідника і основних гілок крони. З початком плодоношення дерева вкорочення гілок необхідно трохи послабити, а в разі швидкого розвитку бічних гілок зупиняють взагалі.

Проріджування крони відбувається в основному за рахунок видалення, хворих, слабких і сухих гілок, а також через видалення гілок–конкурентів. Правильне і своєчасне обрізування абрикоса навесні або восени підвищує загальну морозостійкість всього дерева.

СХЕМА ФОРМУВАННЯ ЧАШОПОДІБНОЇ КРОНИ АБРИКОСА



а — після посадки; б — навесні другого року; в — навесні третього-четвертого року; г — навесні шостого-сьомого року.

● До часу

НЕ ЗАЛИШАЙТЕ ЛИСТЯ ДО ВЕСНИ

Збирати чи не збирати в саду опале листя? Щодо цього існують різні думки.

Звичайно, спалювати його в багаттях, як це роблять деякі садівники, отруюючи повітря їдким димом і знищуючи грунтову мікрофлору на своїй на ділянці, — це вже занадто. Але й залишати листя під деревами також не можна.

В опалому листі плодово–ягідних дерев і чагарників зимує багато шкідників та збудників небезпечних хвороб саду. У ньому ховаються збудники парші яблуні та груші, білої плямистості листя груші, опіку листя сливи, антракнозу волоського горіха, деякі види мінуючої молі і т. д.

Збираючи і знищуючи (компостування, прикопування чи спалювання в металевих бочках для одержання попелу) опале листя, садівник може знищити більшу частину зарази й у такий спосіб значно полегшити боротьбу із хворобами та шкідниками саду в наступному році.

Найкраще листя зібрати одразу ж після падолисту, щоб його не розніс вітер.

Ні за яких умов не можна відкладати збирання його до весни, коли починається розпускання дерев. У цей час активізуються збудники хвороб та шкідники, які перезимували. Тому неправильною є і практика деяких садівників зберігати опале листя в купах до цвітіння, аби використати його для одержання димової завіси під час заморозків.

● **На прохання читачів**

Як вирощувати гливи

Останнім часом грибівництво стає все популярнішим. Багато хто хоче самостійно вирощувати гриби на дачі або навіть удома. Насправді процес вирощування грибів у підвалі або в саду — справа нескладна. Достатньо знати основні правила, щоб через кілька місяців зібрати врожай.

У садку

Якщо ви ще не визначилися з видом грибів, то найкраще вибирати гливи, вирощування яких не становить великих труднощів. Та й самі ці гриби дуже смачні, корисні і використовуються в кулінарії для приготування різних страв.

Для початку необхідно заготовити шматки дерева, на яких гливи будуть рости, і придбати спеціальний міцелій. Найкраще підійде деревина таких порід як липа, верба, тополя та деякі інші. В принципі ці гриби досить невибагливі, тому можутьрости й на осиці.

Однак, щоб отримати багатий врожай, варто дотримуватися всіх умов та правил вирощування глив.

Колоди потрібно приготувати заздалегідь, добре намочити, потім зробити в них невеликі заглиблення, куди буде згодом вноситися міцелій — суміш з грибними спорами. Отвори із засипаною сумішшю краще покрити мохом або корою дерева.

Після цього колоди прикопують у заздалегідь заготовлені в землі або піску ямки, поливають і накривають плівкою. В ямки можна насипати листя і тирси перед тим, як ставити в них колоди.

Якщо погода суха, то грунт необхідно періодично поливати, оскільки гливи люблять вологу і вогкість. Через кілька місяців можна буде збирати врожай. Колоди з міцелієм можуть плодоносити протягом кількох років, при цьому особливий догляд їм не потрібний за винятком своєчасного поливу.

У підвалі

Якщо у вас немає садової ділянки, можна вирощувати гриби вдома. Для цього потрібне приміщення для вирощування грибів — темний і вологий погріб, підвал або комора, де завжди підтримується певний мікроклімат.

В іншому ж у технології вирощування глив нічого не зміниться: можна знайти навіть гнилі і старі пеньки, корчі, на які потім ви будете засипати міцелій.

Дехто засипає у звичайні поліетиленові мішки тирсу, листя, суміш зі спорами, робить отвори — і гливи чудово ростуть навіть таким чином. Але якщо є можливість, то краще створити їм більш природні умови, заготувавши кілька шматків дерева.

Якщо в приміщенні для вирощування грибів недостатній рівень вологості, його час від часу доведеться зволожувати і стежити, щоб температура не була занадто високою. Бажано приміщення провітрювати, навіть якщо це підвал або льох.

Зазвичай гливи «садять» наприкінці весни (травень) — тоді до початку осені вони почнуть давати врожай. Збирати їх ви зможете протягом трьох місяців — до початку зими.

Між першим і другим урожаєм мине від десяти днів до двох тижнів. З кожним наступним збором врожайність буде знижуватися.

Дуже важливо встигати зрізати гриби вчасно і не давати їм старіти, оскільки в них при перезріванні будуть утворюватись спори, які можуть спричинити в людини алергію.

Доклавши загалом небагато зусиль, ви отримаєте гливи, вирощуванням яких в садку чи на дачі здатний займатися практично кожен. Згодом з цього можна зробити свого роду бізнес, і непоганий, адже на гриби, а тим більше на гливи, завжди великий попит. Але навіть якщо вирощувати гливи лише для власного використання, то й це буде непоганою підмогою сімейному бюджету.

Роботі як не сядеш на шию, то вона тобі сяде/ Народна мудрість

ПОНЕДІЛОК, 2.11.2015

УТ-1

Профілактика.
15.00 Вікно до Америки.
15.20 Казки Лірника Сашка.
15.50 Т/с «Білявка».
17.40 Перша шпальта.
18.05 Час–Ч.
18.15 Новини. Світ.
18.30, 21.00 Новини.
18.55 Про головне.
19.30 Національні дебати.
21.30 Новини. Спорт.
21.40, 22.45 З перших вуст.
21.50 Подорожні.
23.00, 00.00 Підсумки.
23.25 На слуху.
00.25 Від першої особи.

1+1

06.45, 07.10, 07.45, 08.10, 08.45, 09.10 Сніданок з «1+1».
07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30, 23.15 «ТСН».
07.35, 08.35 «Маша і ведмідь».
09.30, 10.45 «Міняю жінку–7».
12.20 Х/ф «Сімейка Крудз».
14.10 «Сліпа».
14.45 «Сімейні мелодрами–6».
15.40 «Клініка».
17.15 Т/с «Заборонене кохання».
20.30 «Чистоnews».
21.00 Т/с «Кохання у великому місті–3».
22.00 «Гроші».
23.30 «Мінкульт».
00.00 Х/ф «День подяки».

2+2

06.00 М/ф.
06.35 «Нове Шалене відео по–українськи».
07.35 «Облом.UA».
09.00 «Помста природи».
10.45 Х/ф «Шторм 500 миль за годину».
12.25 Х/ф «Кон–Тікі».
14.35 «Вайпаут».
15.30 «Легенди кікбоксингу».
16.25 «Top Gear».
17.30, 19.00, 0.00 «ДжеДАІ».
18.30, 23.30 Новини «Спецкор».
19.20 «Секретні матеріали».
20.20 Т/с «Скорпіон».
21.10 Х/ф «В ім'я короля».
00.20 Т/с «1920. Війна та кохання».

TV-4

06.00 Т/с «Чужі гріхи». (1).
06.45, 09.15, 10.45 Ранковий фітнес.
07.00, 16.00 Провінційні вісті.
07.35 Міська рада інформує.
07.40 «Євромакс».
08.10 Вікно в Америку.
08.30 Переможний голос віруючого.
09.00 Час–Тайм.
09.30 «Справжня ціна».
09.45 «Про нас».
10.00 Т/с «Чужі гріхи». (1).
11.00, 16.10 Дитяча година.
12.10 Вікно в Європу. Сильні разом.
12.40 «Євромакс».
13.10 Хіт–парад.
14.00 Х/ф «Гетьманські клейноди». (1).
17.00 «Унікальна Україна».
17.30 «Гал–кліп».
18.00 Т/с «Чужі гріхи». (1).
18.45 Міська рада інформує.
19.00, 22.00 Провінційні вісті.
19.30 Наші вітання.
20.00 Єдина країна.
20.30 ТНЕУ – калейдоскоп подій.
20.40 Дім книги.
21.00 Наші вітання.
21.30 «Погляд зблизька».
22.35 Х/ф «Заміна». (2).
00.15 Час–Тайм.

ICTV

05.55, 19.20 Надзвичайні новини.
06.50 Факти тижня.
08.45 Факти. Ранок.
09.15 Надзвичайні новини. Підсумки з К. Стогнієм.
10.05 Труба містера Сосиски.
11.05 Дивитися всім!
12.05, 13.20 Х/ф «Відкрийте, поліція!»
12.45, 15.45 Факти. День.
14.45, 16.20 Х/ф «Таксі–3».
16.55 Х/ф «Таксі–4».
18.45, 21.05 Факти. Вечір.
20.20 Дістало!
21.25 Свобода слова.
00.20 Х/ф «S.W.A.T. Перехресний вогонь».

СТБ

06.15, 16.00 «Все буде добре!»
08.10 «Все буде смачно!»
09.05, 18.30 «За живе!»
10.15 «Зіркове життя. Кохання з другого погляду».
11.10 «Битва екстрасенсів–15».
13.20 «Танцюють всі!»
18.00, 22.00 «Вікна–Новини».
19.55 «Хата на тата».
22.35 «Детектор брехні–7».
23.35 «Один за всіх».

НОВИЙ КАНАЛ

06.00, 07.10 Kids' Time.
06.05 М/с «Губка Боб Квадратні Штани».
07.15 Т/с «Друзі».
11.00 Х/ф «Хеллбой: Герой з пекла».
13.15 Х/ф «Хоббіт: Битва п'яти воїнств».
16.10 Т/с «Не родись вродлива».
18.00 Абзац!
19.00 Ревізор.
22.10 Пристрасті за ревізором.
00.20 Х/ф «Наречена, що втекла». (2).

«УКРАЇНА»

05.50 10 хвилин з Прем'єр–міністром.
06.00 Події тижня з Олегом Панютою.
06.50, 07.15, 08.15 Ранок з Україною.
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00 Події.
09.15 Зоряний шлях.
11.00, 19.45 «Говорить Україна».
12.15 Реальна містика.
13.15, 15.30 Т/с «Андрійко». (2).
18.00 Т/с «Клан ювелірів. Зрада».
21.00 Х/ф «Наречена мого жениха». (2).
23.00 Події дня.
23.30 Х/ф «Петля часу». (2).

ТТБ

08.00 «Ранок з ТТБ».
10.00 «Дива цивілізації».
10.30 «Велети духу і слави. Українська місія».
10.35 «Назбиране».
10.50 «Пісні нашого краю».
11.00 «У країні Мультляндії».
12.00 «Мамина школа».
12.30 «Скарби роду».
13.00, 16.00 «Вісті ТТБ».
13.15 «Загублені у часі».
13.30 «Музичний калейдоскоп».
14.00 «Відверті діалоги».
14.55 «Мальовниче Тернопілля».
15.00 «Випробуй на собі».
15.30 «Як це було».
16.15 «Чудесний канал».
16.50 «Пісні нашого краю».
17.00 Д/Ф «Світло хреста Митрополита Андрея Шептицького».
18.15 «Із нашої відеотеки».
18.30 Д/Ф «Моя адреса: Соловки».
18.50 «Тернопіль сьогодні».
19.00, 22.00 «Вісті ТТБ».
19.30 «На часі».
20.00 «Урок□ для батьків».
20.35 «Пісня в дарунок».
20.45 «Вечірня казка».
21.00 «Тема дня».
21.15 «В об'єктиві ТТБ».
21.30 «Тернопілля крізь роки».
21.50 «Вони прославили наш край».
22.30 «Час країни».
23.00 Мовлення у цифровому форматі.

ІНТЕР

05.40 Д/с «Україна: забута історія».
06.35 М/ф.
07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 12.00, 14.00, 16.00, 17.45 Новини.
09.20 Т/с «Зозуля».
13.50, 14.20 «Судові справи».
15.05, 16.15 «Чекай на мене».
18.05, 19.00 «Стосується кожного».
20.00 «Подробиці».
21.00 Т/с «Погана кров». (2).
23.05 Т/с «Аннушка».

СЕРЕДА, 4.11.2015

УТ-1

06.00, 07.00, 08.00, 13.00, 18.30, 21.00 Новини.
06.20, 08.25, 00.25 Від першої особи.
07.25 Ера будівництва.
07.30, 23.25 На слуху.
08.35 Паспортний сервіс.
08.45 Корисні поради.
09.00 Вічне.
09.20, 18.55 Про головне.
09.50 ДебатиPRO.
11.25 «Prime–time».
12.00 Засідання КМУ.
13.15, 18.05 Час–Ч.
13.40 Т/с «Естонська РСР».
14.45 Казки Лірника Сашка.
14.55 Як це?
15.40 Співає Оксана Пекун.
16.40 Чоловічий клуб. Спорт.
18.15 Новини. Світ.
19.30 Національні дебати.
21.40, 22.30 З перших вуст.
21.50 Слідство. Інфо.
22.40 Мегалот.
23.00, 00.00 Підсумки.

1+1

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30, 23.15 «ТСН».
07.35, 08.35 «Маша і ведмідь».
09.30, 10.45 «Міняю жінку–7».
12.20, 21.00 Т/с «Кохання у великому місті–3».
13.20 «Ворожка».
14.00 «Сліпа».
14.40 «Сімейні мелодрами–6».
15.40 «Клініка».
17.15 Т/с «Заборонене кохання».
20.30 «Чистоnews».
22.00 «Міняю жінку–10».
00.00 Комедія «Чоловік нарозхват».

2+2

06.00 М/ф.
06.35 «Нове Шалене відео по–українськи».
07.35, 17.30 «Облом.UA».
08.10, 19.00, 19.20, 0.00 «ДжеДАІ».
08.30, 18.30, 23.30 Новини «Спецкор».
09.00 «Люстратор 7.62».
09.10 «Секретні матеріали».
09.25 Д/ф «Таємниці затонулих кораблів».
09.55 Д/ф «Служби спеціального призначення».
10.20 Д/ф «Загублені світи».
11.15 Д/ф «У пекло і назад. Спецпідрозділ рейнджерів».
12.10 Х/ф «В ім'я короля–2».
14.10 Т/с «Мисливці за старовиною».
16.00, 20.20 Т/с «Скорпіон».
16.55, 17.55 «Відеобімба».
21.15 Х/ф «В ім'я короля–3».
00.20 Т/с «1920. Війна та кохання».

TV-4

06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Чужі гріхи». (1).
06.45, 09.15, 10.45 Ранковий фітнес.
07.00, 16.00 Провінційні вісті.
07.35 «Слідства. Інфо».
08.00 «Вікно в Європу».
08.30 Переможний голос віруючого.
09.00, 00.15 Час–Тайм.
09.30 «Унікальна Україна».
11.00, 16.10 Дитяча година.
12.00 «Гал–кліп».
12.30 «Щоденник для батьків».
13.00 Фільм–спогад «Життя на чистовик».
14.00 Х/ф «Диявольський вітер». (1).
16.40 «Чарівний ключик».
17.00 «Унікальна Україна».
17.30 «Про кіно».
17.45 «Духовні роздуми».
18.45 Міська рада інформує.
19.00, 22.00 Провінційні вісті.
19.30 Наші вітання.
20.00 «Соло».
21.00 Наші вітання.
21.30 «Музичні делікатеси».
22.30 Міська рада інформує.
22.40 Х/ф «Давай зробимо це швиденько». (2).

ICTV

06.00 Факти.
06.30 Ранок у великому місті.
08.45 Факти. Ранок.
09.15, 19.20 Надзвичайні новини.
10.00 Цивільна оборона.
11.00, 17.40 Т/с «Далекобійники».
12.00, 13.20 Х/ф «S.W.A.T. Перехресний вогонь».
12.45, 15.45 Факти. День.
14.25 Т/с «Код Костянтина».
15.20, 16.20 Патруль. Самооборона.
16.45, 22.30 Т/с «Відділ 44».
18.45, 21.05 Факти. Вечір.
20.20 Секретний фронт.
21.25 Т/с «Нюхач–2».
23.25 Т/с «Морська поліція. Лос–Анджелес».

СТБ

05.20, 18.00, 22.00 «Вікна–Новини».
05.55, 16.00 «Все буде добре!»
07.50 «Все буде смачно!»
08.45, 18.30 «За живе!»
10.00 «Зіркове життя. Казка після слави».
10.55 «Зіркове життя. Мій коханий — ангел».
11.50 «Битва екстрасенсів».
13.10 «Танцюють всі!»
20.00, 22.45 «МастерШеф–5».
00.45 «Один за всіх».

НОВИЙ КАНАЛ

06.05 М/с «Губка Боб Квадратні Штани».
07.15 Т/с «Друзі».
11.15 Т/с «Щасливі разом».
16.10 Т/с «Не родись вродлива».
18.00 Абзац!
19.00 Хто зверху? 4.
21.00 Х/ф «Крізь горизонт».
23.00 Аферисти в мережах.

«УКРАЇНА»

07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00 Події.
09.15 Зоряний шлях.
11.00, 19.45 «Говорить Україна».
12.15 Реальна містика.
13.15, 15.30 Х/ф «Наречена мого жениха». (2).
16.00 Глядач як свідок.
18.00 Т/с «Клан ювелірів. Зрада».
21.30 Футбол. Ліга чемпіонів УЄФА. «Челсі» — «Динамо».
23.50 Події дня.
00.10 Т/с «C.S.I.: Місце злочину Маямі–4». (2).

ТТБ

08.00 «Ранок з ТТБ».
10.00 «Новини України».
10.30 «Велети духу і слави. Українська місія».
10.35 «Крізь призму часу».
10.50, 16.50 «Пісні нашого краю».
11.00 «У країні Мультляндії».
12.00 «Замки Тернопілля».
12.15 «Вони прославили наш край».
12.30 «Європа очима українця».
13.00, 16.00 «Вісті ТТБ».
13.15 «Тема дня».
13.30 «Будьте здорові».
14.00 «Зона ризику».
14.55 «Мальовниче Тернопілля».
15.00 Муз. фільм.
15.30 «Час змін».
16.15 «Чудесний канал».
17.00 «Своє, українське».
17.15 «Степовики».
17.30 «На долині туман».
18.00 «Актуально».
18.15 «Дорога на Схід».
18.30 Д/Ф «Моя адреса: Соловки».
18.50 «Тернопіль сьогодні».
19.00, 22.00 «Вісті ТТБ».
19.30 «На часі».
20.00 «Чернівці. На полотні життя».
20.35 «Пісня в дарунок».
20.45 «Вечірня казка».
21.00 «Тема дня».
21.15 «Надія є».
21.30 «Діловий ритм».
22.30 «Час країни».

ІНТЕР

05.40 «Подробиці» — «Час».
06.35 М/ф.
07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 12.00, 14.00, 16.00, 17.45 Новини.
09.20, 23.00 Т/с «Аннушка».
11.30, 12.25 Д/с «Слідство вели...»
14.20, 16.15 «Судові справи».
16.30 «Сімейний суд».
18.05, 19.00 «Стосується кожного».
20.00 «Подробиці».
21.00 Т/с «Погана кров». (2).
01.05 Х/ф «День праці». (2).

ВІВТОРОК, 3.11.2015

УТ-1

06.00, 07.00, 08.00, 13.00, 18.30, 21.00 Новини.
06.20, 08.25, 00.25 Від першої особи.
06.55, 08.40 Ескулап.
07.25, 23.25 На слуху.
08.35 Паспортний сервіс.
08.45 Корисні поради.
09.00 Вічне.
09.20 Національні дебати.
10.45 Подорожні.
12.00 Уряд на зв'язку з громадянами.
12.25 «План на завтра».
13.15, 18.05 Час–Ч.
13.40 Т/с «Естонська РСР».
14.45 Казки Лірника Сашка.
14.55 М/с «Друзі–янголи».
15.10 Хочу бути.
15.50 Фольк–music.
16.55 Богатирські ігри.
18.15 Новини. Світ.
18.55 Про головне.
19.30 ДебатиPRO.
21.40, 22.40 З перших вуст.
21.50 Війна і мир.
23.00, 0.00 Підсумки.

1+1

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30, 23.15 «ТСН».
07.35, 08.35 «Маша і ведмідь».
09.30, 10.45 «Міняю жінку–7».
12.20, 21.00 Т/с «Кохання у великому місті–3».
13.20 «Ворожка».
14.00 «Сліпа».
14.40 «Сімейні мелодрами–6».
15.40 «Клініка».
17.15 Т/с «Заборонене кохання».
20.30 «Чистоnews».
22.00 «Світ навиворіт–6».
00.00 Комедія «Таксі».

2+2

06.00 М/ф.
06.35 «Нове Шалене відео по–українськи».
07.35, 17.10 «Облом.UA».
08.10, 19.00, 0.00 «ДжеДАІ».
08.30, 18.30, 23.30 Новини «Спецкор».
09.00, 19.20 «Люстратор 7.62».
09.10 «Секретні матеріали».
09.25 Д/ф «Таємниці затонулих кораблів».
09.55 Д/ф «Служби спеціального призначення».
10.20 Д/ф «Загублені світи».
11.15 Д/ф «Таємниці таємних товариств».
12.10 Х/ф «В ім'я короля».
14.25 Т/с «Мисливці за старовиною».
16.15, 20.20 Т/с «Скорпіон».
17.55 «Відеобімба».
21.15 Х/ф «В ім'я короля–2».
00.20 Т/с «1920. Війна та кохання».

TV-4

06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Чужі гріхи». (1).
06.45, 09.15, 10.45 Ранковий фітнес.
07.00, 16.00 Провінційні вісті.
07.35 «Погляд зблизька».
08.05 «Духовні роздуми».
08.20 ТНЕУ – калейдоскоп подій.
08.30 Переможний голос віруючого.
09.00, 00.15 Час–Тайм.
09.30 «Унікальна Україна».
11.00, 16.10 Дитяча година.
11.50 «Чарівний ключик».
12.10 «Музичні делікатеси».
12.40 «Про кіно».
13.10 Хіт–парад.
14.00 Х/ф «1200». (1).
17.00 «Унікальна Україна».
17.30 «Компроміс».
19.00, 22.00 Провінційні вісті.
19.30 Наші вітання.
20.00 «Слідства. Інфо».
21.30 «Вікно в Європу. Сильні разом».
21.00 Наші вітання.
21.30 «Щоденник для батьків».
22.35 Х/ф «Гіпноз». (2).

ICTV

06.00 Факти.
06.30 Ранок у великому місті.
08.45 Факти. Ранок.
09.15, 19.20 Надзвичайні новини.
10.10, 20.20 Цивільна оборона.
11.15, 17.40 Т/с «Далекобійники».
12.15, 13.20 Х/ф «Форрест Гамп».
12.45, 15.45 Факти. День.
16.20 Патруль. Самооборона.
16.45, 22.30 Т/с «Відділ 44».
18.45, 21.05 Факти. Вечір.
21.25 Т/с «Нюхач–2».
23.30 Т/с «Морська поліція. Лос–Анджелес».

СТБ

05.40, 18.00, 22.00 «Вікна–Новини».
06.15, 16.00 «Все буде добре!»
08.15 «Все буде смачно!»
09.10, 18.30 «За живе!»
10.20 «Зіркове життя. Зірки з сиротинця».
11.10 «Зіркове життя. Мій батько — ангел».
12.10 «Битва екстрасенсів».
13.45 «Танцюють всі!»
20.00, 22.45 «Кохана, ми вбиваємо дітей».
23.45 «Один за всіх».

НОВИЙ КАНАЛ

06.05 М/с «Губка Боб Квадратні Штани».
07.20 Т/с «Друзі».
10.50 Т/с «Не родись вродлива».
18.00 Абзац!
19.00 Половинки.
20.30 Х/ф «Ковбої проти прибульців».
23.00 Супермодель по–українськи.

«УКРАЇНА»

06.00, 12.15 Реальна містика.
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00 Події.
07.15, 08.15 Ранок з Україною.
09.15 Зоряний шлях.
11.00, 19.45 «Говорить Україна».
13.15, 15.30 Х/ф «Квочки». (2).
16.00 Глядач як свідок.
18.00 Т/с «Клан ювелірів. Зрада».
21.30 Футбол. Ліга чемпіонів УЄФА. «Шахтар» — «Мальме».
23.50 Події дня.
00.10 Т/с «C.S.I.: Місце злочину Маямі–4». (2).

ТТБ

08.00 «Ранок з ТТБ».
10.00 «Новини України».
10.30 «Велети духу і слави. Українська місія».
10.35 «В об'єктиві ТТБ».
10.50, 16.50 «Пісні нашого краю».
11.00 «У країні Мультляндії».
12.00 «Тернопілля крізь роки».
12.20 «Вони прославили наш край».
12.30 «На часі».
13.00, 16.00 «Вісті ТТБ».
13.15 «Тема дня».
13.30 «Серединки – найкраще село у світі».
14.00 Муз. програма.
14.20 «Живе багатство України».
14.45 «100 шедеврів».
15.00 «Енергоманія».
15.30 «У дорозі. Щоденник».
15.50 Д/Ф «Стародавні культури».
16.15 «Чудесний канал».
17.00 «Зона ризику».
18.00 «Замки Тернопілля».
18.15 «Край, в якому я живу».
18.20 «Поборники Незалежності України».
18.30 «Крізь призму часу».
18.50 «Тернопіль сьогодні».
19.00, 22.00 «Вісті ТТБ».
19.30 «Будьте здорові».
20.00 «Тернопілля крізь роки».
20.35 «Пісня в дарунок».
20.45 «Вечірня казка».
21.00 «Тема дня».
21.15 «Вони прославили наш край».
21.30 «Європа очима українця».
22.00 «Вісті ТТБ».
22.30 «Час країни».

ІНТЕР

05.40 «Подробиці» — «Час».
06.35 М/ф.
07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 12.00, 14.00, 16.00, 17.45 Новини.
09.20, 23.00 Т/с «Аннушка».
11.30, 12.25 Д/с «Слідство вели...»
14.20, 16.15 «Судові справи».
16.30 «Сімейний суд».
18.05, 19.00 «Стосується кожного».
20.00 «Подробиці».
21.00 Т/с «Погана кров». (2).
01.05 Х/ф «Залізна хватка». (2).

ЧЕТВЕР, 5.11.2015

УТ-1

06.00, 07.00, 08.00, 13.00, 18.30, 21.00 Новини.
06.20, 08.25, 00.25 Від першої особи.
07.25 Тепло.ua.
07.40, 23.25 На слуху.
08.35 Паспортний сервіс.
08.45 Корисні поради.
09.00 Вічне.
09.20, 19.30 Національні дебати.
10.45 Війна і мир.
11.45 Вікно до Америки.
12.20 Слідство. Інфо.
13.15, 18.05 Час–Ч.
13.40 Т/с «Естонська РСР».
14.45 Казки Лірника Сашка.
14.55 Школа Мері Поппінс.
15.10 Хто в домі хазяїн?
15.55 Надвечір'я. Долі.
16.50 Світло.
17.30 Книга.ua.
18.15 Новини. Світ.
18.55 Про головне.
21.40, 22.30 З перших вуст.
21.50 «Схеми» з Н. Седлецькою.
23.00, 00.00 Підсумки.

1+1

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30, 23.15 «ТСН».
07.35, 8.35 «Маша і ведмідь».
09.30, 10.45 «Міняю жінку–7».
12.20, 21.00 Т/с «Кохання у великому місті–3».
13.20 «Ворожка».
14.00 «Сліпа».
14.40 «Сімейні мелодрами–6».
15.40 «Клініка».
17.15 Т/с «Заборонене кохання».
20.30 «Чистоnews».
22.00, 23.30 «Право на владу».
00.20 Комедія «Якось у Голівуді».

2+2

06.00 М/ф.
06.35 «Нове Шалене відео по–українськи».
07.35, 17.30 «Облом.UA».
08.10, 19.00, 0.00 «ДжеДАІ».
08.30, 18.30, 23.30 Новини «Спецкор».
09.00, 19.20 «Люстратор 7.62».
09.10 «Секретні матеріали».
09.25 Д/ф «Таємниці затонулих кораблів».
09.55 Д/ф «Служби спеціального призначення».
10.20 Д/ф «Загублені світи».
11.15 Д/ф «Військова еліта».
12.10 Х/ф «В ім'я короля–3».
14.10 Т/с «Мисливці за старовиною».
16.55, 17.55 «Відеобімба».
20.20 «Хоробрі серця».
22.20 «Зброя».
00.20 Т/с «1920. Війна та кохання».

TV-4

06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Чужі гріхи». (1).
06.45, 09.15, 10.45 Ранковий фітнес.
07.00, 16.00 Провінційні вісті.
07.35 «Соло».
08.30 Переможний голос віруючого.
09.00, 00.15 Час–Тайм.
09.30 «Унікальна Україна».
11.00, 16.10 Дитяча година.
12.10 «Формула здоров'я».
13.10 Хіт–парад.
14.00 Х/ф «Екстремальне побачення». (1).
17.00 «Унікальна Україна».
17.30 «Музичні делікатеси».
19.00, 22.00 Провінційні вісті.
19.30 Наші вітання.
20.00 Межа правди.
21.00 Наші вітання.
21.30 «Компроміс».
22.35 Х/ф «Переполох в гуртожитку». (2).

ICTV

06.00 Факти.
06.30 Ранок у великому місті.
08.45 Факти. Ранок.
09.15, 19.20 Надзвичайні новини.
10.10 Цивільна оборона.
11.10, 17.40 Т/с «Далекобійники».
12.10, 13.20 Х/ф «Таємний план».
12.45, 15.45 Факти. День.
14.45 Т/с «Код Костянтина».
16.20 Патруль. Самооборона.
16.45, 22.30 Т/с «Відділ 44».
18.45, 21.05 Факти. Вечір.
20.20 Інсайдер.
21.25 Т/с «Нюхач–2».
23.25 Т/с «Морська поліція. Лос–Анджелес».

СТБ

05.25, 18.00, 22.00 «Вікна–Новини».
06.00, 16.00 «Все буде добре!»
07.55 «Все буде смачно!»
08.50, 18.30 «За живе!»
10.05 «Зіркове життя. Загартовані злиднями».
10.55 «Зіркове життя. Кримінальні родичі».
11.55 «Битва екстрасенсів».
13.15 «Танцюють всі!»
20.00, 22.45 «Зважені та щасливі–5».
00.45 «Один за всіх».

НОВИЙ КАНАЛ

06.00, 07.10 Kids' Time.
06.05 М/с «Губка Боб Квадратні Штани».
07.15 Т/с «Друзі».
11.05 Т/с «Моя прекрасна няня».
16.10 Т/с «Не родись вродлива».
18.00 Абзац!
19.00 Суперінтуїція.
20.30 Х/ф «Час розплати».
23.00 Хто зверху 3.

«УКРАЇНА»

07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00 Події.
07.15, 08.15 Ранок з Україною.
09.15 Зоряний шлях.
11.00, 19.45 «Говорить Україна».
12.15 Реальна містика.
13.15, 15.30 Х/ф «Віддалені наслідки».
16.00 Глядач як свідок.
18.00 Т/с «Клан ювелірів. Зрада».
21.50 Футбол. Ліга Європи УЄФА. «Сент–Етьєн» — «Дніпро».
00.00 Події дня.
00.15 Т/с «C.S.I.: Місце злочину Маямі–4». (2).

ТТБ

08.00 «Ранок з ТТБ».
10.00 «Новини України».
10.30 «Велети духу і слави. Українська місія».
10.35 «Надія є».
10.50, 16.50 «Пісні нашого краю».
11.00 «У країні Мультляндії».
12.00 «М–хвиля».
12.30 «На часі».
13.00, 16.00 «Вісті ТТБ».
13.15 «Тема дня».
13.30 «Запрошує Оксана».
14.05 Муз. програма.
14.40 Телезамальовка.
14.45 «Актуально».
15.00 «Фабрика ідей».
15.30 «Розмова без нотацій».
16.15 «Чудесний канал».
17.00 «ПрофStyle».
17.15 «Храми Поділля».
17.30 «Запоріжжя туристичне».
17.45 «Край, в якому я живу».
18.00 Д/Ф «Моя адреса: Соловки».
18.20 «Тернопілля крізь роки».
18.30 «Думки вголос».
18.50 «Тернопіль сьогодні».
19.00, 22.00 «Вісті ТТБ».
19.30 «Що робити?»
20.25 «Мальовниче Тернопілля».
20.35 «Пісня в дарунок».
20.45 «Вечірня казка».
21.00 «Тема дня».
21.15 «Армія нескорених».
21.30 «Уряд на зв'язку з громадянами».
22.30 «Час країни».

ІНТЕР

05.40 «Подробиці» — «Час».
06.35 М/ф.
07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 12.00, 14.00, 16.00, 17.45 Новини.
09.20, 22.50 Т/с «Аннушка».
11.30, 12.25 Д/с «Слідство вели...»
14.20, 16.15 «Судові справи».
16.30 «Сімейний суд».
18.05, 19.00 «Стосується кожного».
20.00 «Подробиці».
21.00 Х/ф «Фото на документи».
00.55 Х/ф «Амістад». (2).

Увага! У програмі телепередач можливі зміни

П'ЯТНИЦЯ, 6.11.2015

УТ-1

06.00, 07.00, 08.00, 13.00, 18.30, 21.00 Новини.
06.20, 08.25, 00.25 Від першої особи.
07.35 На слуху.
08.35 Паспортний сервіс.
08.45 Корисні поради.
09.00 Вічне.
09.20 Національні дебати.
10.45 Д/ф «Поцілунок Путіна».
12.00 Д/ф «Летючі боги Дуньхуана».
12.25 «Схеми» з Н. Седлецькою.
13.15 Час–Ч.
13.40 Т/с «Естонська РСР».
14.45 Казки Лірника Сашка.
14.55 М/с «Друзі–янголи».
15.10 Школа Мері Поппінс.
15.45 Спогади.
16.15 Театральні сезони.
16.45 Віра. Надія. Любов.
17.45 Чоловічий клуб.
18.15 Новини. Світ.
18.55 Про головне.
19.40 Т/с «Білявка».
20.30 «План на завтра».
21.40, 22.40 З перших вуст.
21.50 Перша студія.
23.00, 00.00 Підсумки.
23.20 Вертикаль влади.

1+1

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30 «ТСН».
07.35, 08.35 «Маша і ведмідь».
09.30, 10.45 «Міняю жінку–7».
12.20 Т/с «Кохання у великому місті–3».
13.20 «Ворожка».
14.00 «Сліпа».
14.40 «Сімейні мелодрами–6».
15.40 «Клініка».
17.15 Т/с «Заборонене кохання».
20.20 «Вечірній Київ».
22.30 «Світське життя».
23.30 Драма «В пошуках Еріка».

2+2

06.00 М/ф.
06.35 «Нове шалене відео по–українськи».
07.35, 17.30 «Облом.UA».
08.10, 19.00 «ДжеДАІ».
08.30, 18.30 Новини «Спецкор».
09.00 «Люстратор 7.62».
09.10 «Секретні матеріали».
09.25 Д/ф «Таємниці затонулих кораблів».
09.55 Д/ф «Служби спеціального призначення».
10.20 Д/ф «Загублені світи».
11.15 Д/ф «Вижити у катастрофі».
12.10 Х/ф «Випробування вогнем».
14.10 Т/с «Мисливці за старовиною».
16.00, 17.55 «Відеобімба».
19.20 Х/ф «Повстання андроїдів».
21.00 Х/ф «Інферно».
22.50 Х/ф «Мамонт».
00.40 Х/ф «Такер: Людина і мрія».

TV-4

06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Чужі гріхи». (1).
06.45, 09.15, 10.45 Ранковий фітнес.
07.00, 16.00 Провінційні вісті.
07.35 Межа правди.
08.30 Переможний голос віруючого.
09.00, 00.15 Час–Тайм.
09.30 «Унікальна Україна».
11.00, 16.10 Дитяча година.
11.50 «Чарівний ключик».
12.10 «Гал–кліп».
12.40 «Етнографія і фольклор».
13.00 Хіт–парад
14.00 Х/ф «Разом». (1).
17.00 «Унікальна Україна».
17.30 «Модна правда».
19.00, 22.00 Провінційні вісті.
19.30 Наші вітання.
20.00 ТНЕУ – калейдоскоп подій.
20.10 «Погляд зблизька».
20.40 «Слід».
21.00 Наші вітання.
21.30 «Духовні роздуми».
22.35 Х/ф «Переполох в гуртожитку–2». (2).

ICTV

06.00 Факти.
06.30 Ранок у великому місті.
08.45 Факти. Ранок.
09.15, 19.20 Надзвичайні новини.
10.10 Цивільна оборона.
11.10, 17.40 Т/с «Далекобійники».
12.10, 13.20 Х/ф «Нікуди бігти».
12.45, 15.45 Факти. День.
14.45 Т/с «Код Костянтина».
16.20 Патруль. Самооборона.
16.45 Т/с «Відділ 44».
18.45, 21.05 Факти. Вечір.
20.20 Антизомбі.
21.20 Т/с «Нюхач–2».
22.35 Що по телеку?
23.30 Т/с «Морська поліція. Лос–Анджелес».

СТБ

06.25, 18.00, 22.00 «Вікна–Новини».
07.00 Х/ф «Тривожна неділя».
08.35 «Зіркове життя».
10.20 Х/ф «Зрада».
18.30, 0.20 Т/с «Коли ми вдома».
19.55, 22.45 «Танцюють всі! 8».

НОВИЙ КАНАЛ

05.55, 07.10 Kids' Time.
06.00 М/с «Губка Боб Квадратні Штани».
07.15 Т/с «Друзі».
11.00 Т/с «Щасливі разом».
16.10, 19.00 Супермодель по–українськи.
18.00 Абзац!
20.40 Половинки.
22.10 Суперінтуїція.
23.55 Стенд–Ап шоу.

«УКРАЇНА»

07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00 Події.
07.15, 08.15 Ранок з Україною.
09.15 Зоряний шлях.
11.00, 19.45 «Говорить Україна».
12.15 Реальна містика.
13.15 Х/ф «Там, де є щастя для мене».
15.30 Х/ф «Там, де є щастя для мене». (2).
16.00 Глядач як свідок.
18.00 Т/с «Клан ювелірів. Зрада».
21.00 Х/ф «Чого хочуть чоловіки». (2).
23.00 Події дня.
23.30 Т/с «C.S.I.: Місце злочину Маямі–4». (2).

ТТБ

08.00 «Ранок з ТТБ».
10.00 «Новини України».
10.30 «Велети духу і слави. Українська місія».
10.35 «ПрофStyle».
10.50 «Пісні нашого краю».
11.00 «У країні Мультляндії».
12.00 «Моя родино християнська». Муз. програма.
12.30 «Армія нескорених».
12.45 «Тема дня».
13.00, 16.00 «Вісті ТТБ».
13.15 «Думки вголос».
13.30 «Храми Поділля».
13.45 «Що робити?»
14.40 «Мальовниче Тернопілля».
14.45 Д/Ф "Христова фіалка».
16.15 «Чудесний канал».
16.50 «Пісні нашого краю».
17.00 «Смакота».
17.15 «Сад. Город. Квітник».
17.30 «Слово має народний депутат».
18.00 Д/Ф «Мелодії української душі».
18.15 «Музеями Тернопілля».
18.30 «Слід».
18.50 «Тернопіль сьогодні».
19.00, 22.00 «Вісті ТТБ».
19.30 «На часі».
20.00 «Удосвіта».
20.35 «Пісня в дарунок».
20.45 «Вечірня казка».
21.00 «Захисник Вітчизни – рятувальник».
21.30 «Актуально».
21.45 «7 природних чудес України».
22.30 «Час країни».
23.00 Мовлення у цифровому форматі.

ІНТЕР

05.40 «Подробиці» — «Час».
06.35 М/ф.
07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 12.00, 14.00, 16.00, 17.45 Новини.
09.20 Т/с «Аннушка».
11.30, 12.25 Д/с «Слідство вели...»
14.20, 16.15 «Судові справи».
16.30 «Сімейний суд».
18.05 «Стосується кожного».
20.00 «Подробиці».
21.00 «Чорне дзеркало».
23.30 Х/ф «Виклик». (2).

НЕДІЛЯ, 8.11.2015

УТ-1

06.05 Світ православ'я.
06.35 Крок до зірок.
07.20 Шеф–кухар країни.
08.15 Світ online.
08.40 Тепло.ua.
09.15 М/с «Друзі–янголи».
09.30 Школа Мері Поппінс.
09.45 Хто в домі хазяїн?
10.05 Як це?
10.40 Спогади.
11.10 Твій дім.
11.55 Х/ф «Страсний тиждень».
14.00 Фольк–music.
15.30 Чоловічий клуб. Спорт.
16.45 Т/с «Вікендові історії».
17.50 Театральні сезони.
18.25 Т/с «Білявка».
19.20 Д/ф «Голівуд над Дніпром».
21.00 Новини.
21.30 Прем'єр–міністр України про реформи.
21.40 Перша шпальта.
22.15 Гоголь Fest' 15.
23.00 День Янгола.
00.05 На слуху. Підсумки.

1+1

06.00 «Еліксир бадьорості. Середовище перебування».
06.45 «Що? Де? Коли?»
08.00 «Українські сенсації».
09.00 «Лото–Забава».
09.50 «Маша і ведмідь».
10.05 «ТСН».
11.00 «Світ навиворіт–6».
12.20 «Інспектор Фреймут–2».
13.50 «Міняю жінку–10».
15.05 «Чотири весілля–4».
16.30 «Розсміши коміка».
17.30 Комедія «Особливості національного полювання».
19.30 «ТСН–Тиждень».
21.00 «Маленькі гіганти».
23.15 «10 хвилин з Прем'єр–міністром».
23.25 «Світське життя».
00.25 Драма «Білий птах з чорною ознакою».

2+2

06.00 М/ф.
06.40 «Маски–шоу».
07.50 «Нове шалене відео по–українськи».
08.35, 16.00 «Облом.UA».
09.00 «Бушидо».
10.00 «Легенди кікбоксингу».
11.00 «Люстратор 7.62».
12.00 «Цілком таємно».
13.00 «Секретні матеріали».
13.50 14 Тур ЧУ. Волинь — Ворскла.
16.50 14 Тур ЧУ. Дніпро — Говерла.
19.15 14 Тур ЧУ. Динамо — Сталь.
21.30 «Профутбол».
23.15 Х/ф «Повстання андроїдів».

TV-4

06.00 Х/ф «Італійська казка». (1).
07.30 «Про нас».
07.45, 09.45 Ранковий фітнес.
08.00 Європа у фокусі.
08.40, 23.45 Час–тайм.
09.00 Повнота радості життя.
09.30 «Справжня ціна».
10.00 Дім книги.
10.15 Пряма трансляція святої літургії з архікатедрального собору УГКЦ м. Тернополя.
11.40 «Духовні роздуми».
12.00 Х/ф «Шестеро мандрують світом». (1).
13.30 «Чарівний ключик».
14.00 «Сільський календар».
14.30 Межа правди.
15.30 «Про нас».
16.00 «Щоденник для батьків».
16.30 «Слідства. Інфо».
17.00 Вікно в Америку.
17.20 «Слід».
17.40 «Про кіно».
18.00 Наші вітання.
19.00 Провінційні вісті. Тиждень.
19.30 Міська рада інформує.
19.40 Хіт–парад.
20.45 «Про нас».
21.00 «Гал–кліп».
21.30 Єдина країна.
22.10 Х/ф «Полярна буря». (2).

ICTV

05.40 Факти.
06.05 М/с «Том і Джері в дитинстві».
07.00 Х/ф «Країна мавп».
08.50 Зірка YouTube.
10.10 Дивитися всім!
11.10 Труба містера Сосиски.
12.10, 13.00 Х/ф «Прибульці–2. Коридори часу».
12.45 Факти. День.
14.50 Х/ф «Ягуар».
16.50 Х/ф «Васабі».
18.45 Факти тижня.
20.25 10 хвилин з Прем'єр–міністром України.
20.35 Х/ф «П'ятий елемент».
23.10 Х/ф «Леон».

СТБ

05.50 Х/ф «Ділові люди».
07.20, 10.50 «МастерШеф–5».
09.00 «Все буде смачно!»
09.55 «Караоке на Майдані».
13.05, 15.35 «Х–Фактор 6».
15.10 «10 хвилин з Прем'єр–міністром України».
19.00 «Битва екстрасенсів–15».
21.15 «Один за всіх».
22.25 «Кохана, ми вбиваємо дітей».

НОВИЙ КАНАЛ

05.45, 07.55 Kids' Time.
05.50 М/с «Пригоди Джиммі Нейтрона».
06.10 М/ф «Монстри проти прибульців».
08.00 Х/ф «Крізь горизонт».
10.00 Х/ф «Час розплати».
12.35 Х/ф «Ковбої проти прибульців».
15.00 Х/ф «Трансформери: Помста занепалих».
18.00 Х/ф «Трансформери: Темна сторона Місяця». (2).
21.00 Х/ф «Кидок кобри». (2).
23.15 Х/ф «Монстри: Темний континент». (2).

«УКРАЇНА»

06.40 Події.
07.30 Реальна містика.
09.15 Т/с «Зведена сестра».
13.00 Т/с «Заради тебе».
16.50, 20.00 Т/с «Не йди». (2).
19.00 Події тижня з Олегом Панютою.
19.40 10 хвилин з Прем'єр–міністром.
21.50 Х/ф «Смокінг по–рязанськи».
23.45 Глядач як свідок.

ТТБ

08.00 «Ранок з ТТБ».
10.00 «Подорожні замальовки».
10.30 «Велети духу і слави. Українська місія».
10.35 «Словами малечі про цікаві речі».
10.50 «Пісні нашого краю».
11.00 «У країні Мультляндії».
12.00 «Поклик таланту».
13.30 «Спортивні меридіани».
13.45 «Учнівський щоденник».
14.00 «Театральні зустрічі».
15.40 «Мальовниче Тернопілля».
15.45 «Думки вголос».
16.00 «Поборники Незалежності України».
16.15 «Чудесний канал».
16.50 «Пісні нашого краю».
17.00 «Подорож гурмана».
17.35 «Живе багатство України».
18.00 «Назбиране».
18.15 «Гра долі».
18.30 «Із нашої відеотеки».
18.50 «Край, в якому я живу».
19.00 «Музичний калейдоскоп».
19.30 «Мамина школа».
20.00 «Скарби роду».
20.35 «Пісня в дарунок».
20.45 «Вечірня казка».
21.00 «Відверті діалоги».
21.55 «Духовні скарби України».
22.00 «Загублені у часі».
22.15 «Клара Лучко».

ІНТЕР

06.15 Х/ф «Приходьте завтра».
08.10 «Вдалий проект».
09.00 «Готуємо разом».
10.00 «Орел і решка. Ювілейний».
11.00 «Орел і решка. Незвідана Європа».
12.00 Х/ф «Серафима Чудова».
19.00 «Кохання з першого погляду».
20.00 «Подробиці тижня».
21.50 Інтерв'ю Прем'єр–міністра України Арсенія Яценюка.
22.00 Т/с «Птах в клітці».

СУБОТА, 7.11.2015

УТ-1

06.00, 07.00 Підсумки.
06.25 У просторі буття.
07.25 На слуху.
07.50 Вертикаль влади.
08.20 АгроЕра. Підсумки.
08.40 Вперед на Олімп!
09.10 М/с «Друзі–янголи».
09.40 Хочу бути.
10.00 Д/ф «Візит до Кореї».
10.35, 21.30 Поліція 1.0.
11.15 Книга.ua.
12.10 Світло.
12.55 Баскетбол. Чемпіонат України. «Черкаські Мавпи» — «БІПА».
14.55 Богатирські ігри.
16.05 Чоловічий клуб.
16.40 Іван Карабиць. «Мадонна Україна».
17.55 Баскетбол. Чемпіонат України. «Хімік» — «Волиньбаскет».
19.40 Д/ф «Капелани».
21.00 Новини.
22.15 Гоголь Fest' 15.
22.40 Мегалот.
23.00 День Янгола.
00.05 Від першої особи. Підсумки.

1+1

07.35 «Еліксир бадьорості. Середовище перебування».
08.35 «Гроші».
09.50 «Світське життя».
10.50, 19.30 «ТСН».
11.50 «Маленькі гіганти».
14.20 «Вечірній Київ».
16.30, 21.15 «Вечірній квартал».
18.30 «Розсміши коміка».
20.15 «Українські сенсації».
23.15 «Що? Де? Коли?»
00.30 Комедія «Остання людина на Землі».

2+2

06.00 М/ф.
06.40 «Маски–шоу».
07.50 «Нове Шалене відео по–українськи».
09.10, 16.00 «Облом.UA».
10.10 «Вайпаут».
12.00 «Top Gear».
13.00 «ДжеДАІ».
13.50 14 Тур ЧУ. Чорноморець — Олімпік.
16.50 14 Тур ЧУ. Карпати — Металіст.
19.00 Х/ф «Інферно».
20.50 Х/ф «Професіонал».
23.00 Х/ф «Хижак».

TV-4

06.00 Європа у фокусі.
06.30 «Про нас».
06.45, 09.15, 11.00 Ранковий фітнес.
07.00 Провінційні вісті.
07.35 Х/ф «Італійська казка». (1).
09.00 Час–Тайм.
09.30 «Євромакс».
10.00 Вікно в Європу. Сильні разом.
11.15 «Про нас».
11.30 Зміни свій світ.
12.00 «Компроміс».
12.25 Х/ф «Джіа». (1).
14.30 «Щоденник для батьків».
15.00 Х/ф «Шестеро мандрують світом». (1).
16.30 Дім книги.
17.00 Хіт–парад.
17.50 ТНЕУ – калейдоскоп подій.
18.00 Наші вітання.
19.00 Єдина країна.
19.30 «Музичні делікатеси».
20.10 «Соло».
21.10 І. Федишин «Музична феєрія».
22.15 Х/ф «Чорна таверна». (2).
23.30 Єдина країна.
00.10 Час–Тайм.

ICTV

05.55 Факти.
06.15 М/с «Том і Джері в дитинстві».
07.05 Провокатор.
08.55 Секретний фронт.
09.55 Антизомбі.
10.55 Дістало!
11.55, 13.00 Цивільна оборона.
12.45 Факти. День.
13.10 Інсайдер.
14.10 Т/с «Нюхач–2».
18.45 Факти. Вечір.
19.20 Надзвичайні новини. Підсумки з К. Стогнієм.
20.05 Х/ф «Васабі».
22.00 Х/ф «Малавіта». (2).
00.05 Х/ф «Азартні ігри». (2).

СТБ

06.10 Х/ф «Гараж».
08.00 «Караоке на Майдані».
09.00 «Все буде смачно!»
09.55 «Хата на тата».
11.55, 22.55 Т/с «Коли ми вдома».
15.05 «Зважені та щасливі–5».
19.00 «Х–Фактор 6».
23.50 «Х–Фактор 6. Підсумки голосування».

НОВИЙ КАНАЛ

05.50, 06.50 Kids' Time.
05.55 М/с «Пригоди Джиммі Нейтрона».
06.55 Хто зверху 3.
08.45 Ревізор.
12.00 Пристрасті за ревізором.
14.00 Хто зверху? 4.
16.00 М/ф «Монстри проти прибульців».
18.00 Х/ф «Трансформери: Помста занепалих».
21.00 Х/ф «Трансформери: Темна сторона Місяця». (2).
00.00 Х/ф «Спуск–2». (3).

«УКРАЇНА»

07.00, 15.00, 19.00 Події.
07.10 Х/ф «Там, де є щастя для мене». (2).
09.00 Відверто з Машею Єфросиніною.
10.00, 0.00 Зоряний шлях. Субота.
11.00 Х/ф «Чого хочуть чоловіки». (2).
13.00 Т/с «Зведена сестра».
17.10 Т/с «Заради тебе».
21.50 Х/ф «Віддалені наслідки».

ТТБ

08.00 «Ранок з ТТБ».
10.00 «Новини України».
10.30 «Велети духу і слави. Українська місія».
10.35 «Смакота».
10.50 «Пісні нашого краю».
11.00 «У країні Мультляндії».
12.00 «Музеями Тернопілля».
12.15 «Актуально».
12.30 «На часі».
13.00 «Театральні зустрічі».
14.40 «Слід».
15.00 «Ми українські».
15.30 «Абетка здоров'я».
16.00 «Словами малечі про цікаві речі».
16.15 «Чудесний канал».
16.50 «Пісні нашого краю».
17.00 «Учнівський щоденник».
17.15 Телезамальовка.
17.20 «Поборники Незалежності України».
17.30 Д/Ф «Збирач слави козацької».
18.10 «Край, в якому я живу».
18.15 «Гра долі».
18.30 «У пошуках легенд».
18.40 «Думки вголос».
19.00 «Панорама подій».
19.30 «Подорожні замальовки».
20.00 «Спортивні меридіани».
20.15 «Акценти тижня».
20.35 «Пісня в дарунок».
20.45 «Вечірня казка».
21.00 «Панорама подій».
21.30 «Поклик таланту».
23.00 Мовлення у цифровому форматі.

ІНТЕР

05.50 «Подробиці» — «Час».
06.45 М/ф.
07.10 «Чекай на мене. Україна».
08.40 «Школа доктора Комаровського».
09.30 Х/ф «Приходьте завтра».
11.30 «Подорожі в часі».
12.00 «Кохання з першого погляду».
13.00 Т/с «Серафима Прекрасна».
18.05 Т/с «Птах в клітці». (2).
20.00 «Подробиці».
20.30 Т/с «Птах в клітці». (2).
22.20 Х/ф «Фото на документи».
00.20 Х/ф «Ігри дорослих дівчаток».

• Рецепти з алое

Для здоров'я і краси

При запаленні ясен

100 г листків алое подрібнити, щоб утворилася кашка. Настояти 1—2 години у скляному посуді. 1 ч. ложку суміші розвести у половині склянки теплої води, додати 1 ч. ложку солі, добре перемішати. Полоскати ясна двічі на день (один раз обов'язково перед сном). Кашку з алое потрібно тримати в темному прохолодному місці не довше тижня.

Лосьйон для жирної запаленої шкіри

2 ст. ложки дрібно нарізаних листочків алое залити склянкою окропу, залишити на 2 години, після чого процідити. Ваткою, змоченою в лосьйоні, протирати обличчя після кожного вмивання. Особливо добре діє на вугрувату шкіру.

Маска для всіх типів шкіри

0,5 ч. ложки алое, 1 ч. ложка меду, 1 жовток, 1 ч. ложка касторки, 0,5 ч. ложки лимонного або апельсинового соку (а в сезон — 1 ч. ложка соку смородини).

Усе добре вимішати. Додати перемелену на муку вівсянку (щоб утворилася кашка). Накласти маску на очищену шкіру обличчя та шиї на 20 хвилин. Змити спершу теплою, а потім холодною водою. Маска ця відбілює і живить шкіру, стягує пори.

При в'ялій шкірі

Вживати внутрішньо свіжо витиснений сік алое по 1 ч. ложці тричі на день за півгодини до їди. Сік алое діє як препарат, що покращує кровопостачання органів малого тазу, що й сприяє виробленню статевих гормонів і цим самим процес старіння сповільнюється.

Для стимуляції росту волосся

1 ст. ложку нарізаних листочків алое проварити протягом 10 хвилин у 0,5 л води. Коли відвар вистигне, процідити. Ваткою, змоченою у відварі, протирають шкіру голови 2—3 рази на тиждень. Голову після цього мити не потрібно.

Лікування посіченого волосся

1 ч. ложку соку алое, 1 ст. ложку меду, 1 ч. ложку касторової олії добре вимішати. Втерти маску у волосся. Голову обмотати целофаном. Витримати 30—40 хв. Після цього волосся ретельно вимити.

При випадінні волосся

1 ст. ложка соку алое, 1 ст. ложка соку часнику, 1 ст. ложка березового соку, 1 ст. ложка меду, 1 жовток добре вимішати. Нанести на шкіру голови, обмотати целофаном і тепло вкутати. Через дві години (якщо є можливість, то маску тримати довше) волосся ретельно вимити. Процедуру повторювати два рази у тиждень протягом місяця.

Для видалення волосся

100 г соку, витисненого із свіжих листочків кульбаби, 50 г соку алое, 50 г гашеного вапна добре вимішати. Настояти 2—3 години. Суміш втирають у ті ділянки шкіри, де хочуть видалити волосся. Тримати на шкірі не більше 10 хвилин. Після цього ретельно змити водою.

Поряд з красою розум і серце завжди як бідні родичі/ Етьєн Рей

● Не завадить знати

З ЧОГО У ВАЛИКА «ШУБКА»?

Купуючи малярський валик, насамперед звертайте увагу на матеріал, з якого виготовлена його «шубка».

Вона буває натуральною або синтетичною. Натуральні «шубки» (з овчини або велюру) найкращі, тому що забезпечують найрівномірніше нанесення лакофарбових матеріалів.

Валики з «шубкою» з поліаміду, поліакрилу, поліестеру теж порівняно непогано зарекомендували себе в роботі з водно-дисперсійними фарбами. Вони добре вбирають і віддають фарбу, легко очищаються і не вимагають спеціального догляду.

Нарешті, «шубки» бувають замінюваними або клеєними. Другий варіант означає, що ви купуєте одноразовий інструмент. Вибираючи валик, подивіться уважно, як розташовані на його «шубці» смужки.

Якщо йдуть уздовж валика, значить, «одяг» зшитий і його можна буде міняти. Коли ж смужки розташовані впоперек або навскоси, то «шубка» клеєна і замінити її неможливо. До того ж такі валики недовговічні, тому що лакофарбові матеріали швидко руйнують клей.

Білизну доводиться часто прати, а від цього блякнуть кольори, особливо яскраві та насичені, зношуються тонкі тканини, рветься мереживо. Як же впоратися з цими проблемами і не засмучуватися через кожну пляму на скатертині, простирадлі або серветці?

Білизна служитиме довго

Ще наші бабусі знали, що брудній білизні перед пранням не можна давати залежуватися, інакше вона набуває неприємного запаху і гірше відпирається. Міняти постільну білизну краще щотижня, тоді для її прання можна використовувати більш щадний режим, її не доведеться відбілювати, а значить, вона прослужить довше.

Зберігати брудну білизну до прання краще у плетеному кошику або пластмасовому коробі з отворами для провітрювання: білизна повинна «дихати». Дуже важливо, щоб у цей кошик не потрапила мокра або волога білизна, оскільки з часом від вогкості на ній з'являються плями, яких дуже важко позбутися.

Оптимальна температура прання — 60 градусів для льону та бавовни. Її цілком достатньо, щоб знищити мікроби, які є на білизні. Тому, купуючи білизну, варто звернути увагу на рекомендований виробниками температурний режим прання. Якщо він нижчий (наприклад, для синтетичних матеріалів), то для дезінфекції білизни можна використовувати інші методи, наприклад, спеціальні пральні порошки.

А можна після прання просушити білизну на свіжому повітрі або на сонці. Варто тільки пам'ятати, що на яскравому сонці тканини можуть вигоряти, а від морозу — відбілюватися, що неприйнятно для кольорової білизни.

Варто також пам'ятати, що при пранні в автоматичній машині рекомендується керуватися обмеженнями щодо ваги і не дуже «набивати» барабан. Тому що, коли він здійснює напівоберт, білизна повинна мати можливість для рівномірного вільного падіння, саме цей рух барабана виводить плями. Це аналогічно удару дерев'яним вальком, як за старих часів робили прачки.

При пранні тонкої білизни з мереживами або старовинною вишивкою її треба покласти в наволочку або спеціальний мішечок. А мереживні ажурні серветки або скатертини накласти на білу тканину і пришити до неї великими стібками. У такому вигляді вони зберігають форму і легко прасуються.

При пранні білизни в найпрестижніших готелях Франції для виведення особливо стійких плям використовують частіше не сучасну хімію, а бабусин «рецепт»: суху білизну труть в місці плями злегка змоченим господарським милом. А вода, вважають французи, потрібна для завершення процесу виведення плям.

Прасування — не менш важливий процес, в якому теж треба знати деякі тонкощі. Так, льон і бавовну прасують вологими з лицьового боку, а якщо на тканині є вишивка, то її пропрасовують з вивороту, поклавши на щось м'яке, наприклад, махровий рушник. Темні тканини прасують зазвичай з виворітного боку.

Секрети правильного зберігання білизни не змінилися з часів наших бабусь. Не варто класти білизну в поліетиленові пакети — вона від цього жовтіє. Краще скористатися спеціальними торбинками з льону. Колись наші бабусі, готуючи собі придане, навіть вишивали їх. А шовкову білизну прийнято зберігати в білому папері з нейтральним рівнем pH або спеціальних картонних коробках.

Для приємного запаху здавна в білизні клали саше (невеликі мішечки або пакетики) із сушеними ароматними травами і квітами. Міняти їх слід кожні півроку.

● **Несподівано**

КОКА-КОЛА ДЛЯ ДОМУ

Хто б міг подумати, скільки корисного можна зробити за допомогою звичайної кока-коли!

1. За допомогою цього напою можна отримати високоякісний компост.

2. Якщо ви ніяк не можете послабити іржавий болт, то налийте на нього трохи кока-коли й залишіть на якийсь час.

3. Розморозити скло, покрите крижаною кіркою, також допоможе цей універсальний напій.

4. В Індії фермери використовують кока-колу в боротьбі з різними шкідниками.

5. Використовуйте кока-колу для замочування речей у пральній машині або в раковині. Цей напій прекрасно виводить плями крові та жиру з одягу.

6. Якщо замочити старі монети в кока-колі на ніч, то зранку вони будуть сяяти!

7. Якщо при фарбуванні колір вашого волосся вийшов занадто темним, то скористайтеся кока-колою — вона здатна освітлити волосся на цілий тон!

● **На замітку**

НАВЕДЕМО ЛАД У ХОЛОДИЛЬНИКУ

Часто ми кладемо до холодильника те, що можна, а то й потрібно зберігати при кімнатній температурі. Отож, які продукти слід зберігати у холодильнику, а які — ні.

Варення, консерви і копченості чудово зберігаються і при кімнатній температурі. Не займайте ними місце у холодильнику.

Не варто також класти туди **ні картоплю, ні цибулю, ні часник.** Навіть навпаки — там ці продукти гірше збережуться.

І **помідори** не ховайте у холодильник. Південним культурам холод ні до чого. З тієї ж причини **дині, баклажани, кавуни** не стануть кращі і свіжіші від зберігання у холодильнику.

Тропічні плоди тим більше не можна тримати у холодильнику. Не люблять цього навіть гранати і хурма. Ліпше загорнути їх у кілька аркушів паперу і тримати у сухому місці.

А **цукеркам і шоколаду** холодильник взагалі протипоказаний. При низькій температурі на поверхні цих солодощів виділяється конденсат. Потім він висихає і залишаються дрібні кристалики цукру — шоколад «сивіє». Їсти його, звісно ж, можна, але він уже має не такі приємні смак і вигляд. А якщо шоколад запакувати у поліетилен, то конденсат доведе його не тільки до «сивини», а й до цвілі.

Не треба ставити у холодильник **мед** — низькі температури позбавлять його цілющих властивостей.

● Поради зневіреній домогосподині

Як ліквідувати завали на кухні

1 Усі поліетиленові кульки можна складати в один або сортувати за розмірами: дрібні в один, середні — в другий, великі — в третій.

2 Перед тим, як ставити одна на іншу сковорідки з антипригарним покриттям, перекладіть їх паперовими рушниками. Тефлонова поверхня не подряпається.

3 Проблема — купа пластмасових кришок для скляних банок, що валяються в кульку. Беремо півторалітрову (або дволітрову) пластикову пляшку з рівними стінками, зрізаємо верх і отримуємо контейнер для зберігання кришок.

4 Якщо у вас глибокі шафи і в них постійно губляться запаси рису-макаронів та інших сипучих продуктів, беремо маленькі зіп-пакетики і на двосторонній скотч клеїмо їх на дверцята шафки. В пакетик по чайній ложці насипаємо наявні запаси. Тоді вся картина відразу перед очима — бачимо, що у нас є.

5 Щоб кожного разу, беручи пакетик з морозилки, не вгадувати, що це, можна кожен підписати. Так буде набагато легше розібратись у своїх запасах.

6 У холодильнику є поличка, на яку складають продукти або упаковки, які можуть бруднити, наприклад, вершкове масло, баночка з оселедцем в олії, ковбаса і т. п. Щоб не заляпувати скло, можна постелити на нього кілька шарів паперу.

7 З метою економії місця і щоб нічого не губилось, усі дрібні упаковочки і коробочки кладіть в одну велику. Так вони не валятимуться по кутках і будуть завжди перед очима.

8 Придбайте пластикові коробочки прямокутної форми, оскільки їх зручно складати і на поличці вони займають мало місця.

● **Згодиться**

З міллю можна впоратися

Чи знаєте ви, як з допомогою натуральних і доступних засобів впоратися з міллю, яка вже прописалася у вашій шафі?

АРОМАТНЕ МИЛО

Як народний засіб від молі наші бабусі використовували звичайне запашне або господарське мило. Розкладіть сухі бруски у шафах між одягом або білизною. Такий засіб не лише відлякає міль, а й наповнить речі приємним ароматом.

АПЕЛЬСИН І ЛИМОН

Свіжа шкірка апельсина або лимона прекрасно захищає від молі полиці з білизною. Проте не варто забувати міняти її на свіжу у міру підсихання. До речі, аромат цитрусових тільки відлякує міль, але ніяк її не вбиває, тому якщо на полиці є личинки — знайдіть місце кладки яєць або застосовуйте радикальніші засоби боротьби.

РОСЛИНИ З РІЗКИМ ЗАПАХОМ

Вони здатні відлякати міль. Для боротьби з нею краще використовувати такі пахучі рослини, як лаванда, гвоздика, герань, м'ята, евкаліпт, гілки горіхового дерева і навіть каштани.

Щоб позбутися молі у шафі із сукнями, можна насипати в мішечки з тканини або серветки засушені квітки лаванди чи іншої ароматної рослини.

Якщо хочете спробувати розкласти каштани, то переконайтеся, що приміщення або шафи добре провітрюються, інакше з'явиться пліснява.

ЕФІРНІ ОЛІЇ

Усього кілька крапель ефірної олії лаванди, м'яти або евкаліпта допоможуть захистити гардероб від молі. Змочіть оліями невеликі шматочки тканини або серветки і розкладіть (розвішайте) їх на поличках поряд з речами.

● Зверніть увагу

Як не допустити появи молі

✔ Усі килимові вироби, ковдри, подушки, пледи тощо мінімум двічі на рік виносьте на свіже повітря, гарненько просушуйте, витрушуйте і очищайте від пилу.

✔ Періодично проводьте ревізію гардеробу. Це дозволяє не лише уникати появи молі, а й своєчасно викидати непотрібний мотлох.

✔ Зберігайте одяг у спеціальних мішках, пакетах або коробках і не забудьте про засушені трави або просочені олією смужки тканини.

✔ Протирайте полиці шаф та інші місця зберігання речей оцтовим розчином, очищайте їх від бруду, жиру і пилу.

✔ Перш ніж відправити на зберігання зимове взуття, дістаньте устілки, гарненько їх вимийте і просушіть. Усередину можете покласти лаванду, тютюн, невеликі серветки, просочені ефірними оліями.

Дім — це не місце, а стан душі/ Сесілія Ахерн

● Смішного!

З життєвої мудрості діда Опанаса: «Щастя — це коли тобі всі заздрять, а зробити нічого не можуть!»

* * *

Щастя — це якщо час, коли прокидаєшся і коли висипляєшся, збігається.

* * *

— Відколи я одружився, став зібранішим, уважнішим. Намагаюся дружину весь час одним і тим же іменем називати...

* * *

Розмова батька із сином:

— Сину запам'ятай цей день як найкращий день свого життя!

— Тату, в мене ж весілля завтра!

— Сину я знаю, що кажу!

* * *

Діалог на іспиті. Викладач:

— Що таке кінська сила?

Студент:

— Це сила, яку розвиває кінь ростом один метр і вагою один кілограм.

Викладач:

— Де ж ви такого коня бачили?!

Студент:

— А його так просто не побачиш. Він зберігається в Парижі, в палаті мір.

* * *

Сторож піймав Вовочку, що заліз у сад за яблуками.

— Я тебе навчу як красти!

— Ну слава Богу! А то мене вже третій раз ловлять.

* * *

Приходить чоловік додому під градусом, а жінка з тещею давай пиляти. Ти такий-сякий, п'єш, додому приходиш пізно, грошей заробляєш мало. А він сидить і мовчить. Сидів, сидів, а потім і каже:

— По-моєму, мені треба рентген.

Жінки відразу замовкли, давай розпитувати, що сталося, чи не захворів бува.

— По-моєму, я вас в носі маю.

* * *

Якщо у чоловіка нігті на ногах пофарбовані лаком — це ще не означає, що він трансвестит. Швидше за все, у нього просто є маленька донька.

* * *

— Ось ми недавно в гори піднялися, вирішили шашлик посмажити, а ось багаття розпалити не змогли.

— Ну, напевно, високо піднялися, кисню не вистачало.

— Ти чув, що розумні люди кажуть? Кисню бракувало! А ти заладив: дрова потрібні, дрова...

* * *

З оголошення: «На тупість завдання відповімо швидкістю його виконання...»

Як треба сваритися, щоб не посваритися?

Нерідко трапляється, коли через якусь дрібницю розпалюється велика сварка. Слово за словом — і ось уже опоненти ображають одне одного грубими словами і сварка набуває ще більших масштабів.

● Незайві поради

Такі ситуації трапляються в житті кожної людини, а особливо у підлітковому віці. Так, сварка з батьками чи друзями річ неприємна, але сварка з коханою людиною — просто катастрофа. Навіть тоді, коли ти свідомо хочеш уникнути сварки, іноді дуже важко оволодіти своїми емоціями та тримати їх під контролем.

Кіт Леопольд завжди казав: «Давайте жити дружно!» На жаль, не всі з цим погодяться. Пропонуємо розглянути кілька простих методів, які допоможуть запобігти сварці.

Якщо є найменша можливість уникнути конфлікту, старайся її використати. Словесну перепалку придушити ще в зародку, наприклад, змінивши тему розмови. У жодному разі не ображай опонента грубими словами, якщо ти дійсно хочеш уникнути сварки. Акцентуй увагу на ситуації, а не на співбесіднику. Фрази типу «Це все через тебе...» або «Це все твоя провина...» тільки більше розпалять сварку та образу.

Тримай свої емоції на замку, розмовляй спокійно та зважено. Підвищений тон і крик ще ні до чого доброго не приводили. До того ж існує думка: людина, котра починає підвищувати голос, відчуває свою провину і намагається криком вплинути на хід подій.

Під час сварки не згадуй давно забуті образи та непорозуміння. Це тільки укріпить кожного з вас на своїй позиції і знайти спільну мову буде ще тяжче.

Інший метод полягає в тому, щоб погоджуватися з усіма аргументами опонента, які він висуває. Адже якщо немає про що сперечатися, то навіщо сваритися? І не забувайте, що посмішка і доброзичлива інтонація — найкращі помічники у скрутних ситуаціях.

Та все ж, якщо сварки уникнути не вдалось, а ти хочеш примирення, що робити далі?

Як помиритися після сварки?

Якщо ви належите до категорії людей, які повільно відходять від емоційних потрясінь, то найкраща тактика для вас обох — взяти невеличкий тайм-аут. Проведіть деякий час наодинці із самим собою і обдумайте деякі питання. Хто має рацію? Чия позиція справедлива? Чи варто було взагалі через це сваритися? Наскільки це принципово? Що ви могли зробити?

Насправді є дуже багато способів уникнути сварок. Хочеш позбутися негативної енергії — йди у спортзал.

Коли зможеш тверезо оцінювати ситуацію і причини сварки та захочеш помиритися, то підійди і запропонуй просто поговорити. Керуйся фактами, а не емоціями. Дуже важливо, щоб кожна зі сторін мала змогу висловити свою думку з цього приводу, і ні в якому разі не перебивай співбесідника. Будьте чесними. Вислухайте один одного, прояснiть ситуацію та помиріться.

Якщо ви належите до категорії людей, які швидко спалахують і так само швидко заспокоюються, то найкраща тактика для вас — ставитися до сварок з почуттям гумору. Посварились—помирились. Не бійся робити перший крок для примирення, не бійся жартувати. Якщо не сприймати сварки надто серйозно, вони дійсно перестануть такими бути.

● **Пізнай себе!**

ПОРА РОКУ І ХАРАКТЕР

Улюблена пора року кожного із нас може багато чого розповісти про вдачу людини.

Отже, якщо для вас найприємніша пора року...

...весна, за натурою ви оптиміст і завжди вірите, що все буде гаразд. Ви не заздрите іншим і не намагаєтеся бути схожим на когось. Не маєте звички, як кажуть, всюди пхати свого носа.

...літо, ви не любите сидіти вдома. Вам також не подобається бути прив'язаним до одного місця. Віддаєте перевагу неорганізованому, не розписаному по годинах відпочинку. Ви людина, яка твердо стоїть на ногах.

...осінь, ви не боїтесь несподіванок — вам вони навіть подобаються. Ви дуже комунікабельна людина і полюбляєте, коли до вас приходять гості. Ви непосидючі і любите відкривати для себе щось нове. Переконані, що життя коротке і потрібно насолодитися кожною його миттю.

...зима, ви домосід і ні на що не проміняєте домашню їжу — навіть на вишукані ресторанні блюда. Полюбляєте спорт. Вам подобається дивувати інших. Ви чудова господиня чи дбайливий господар.

● Цікаво знати

ЦЕЙ РОМАНТИЧНИЙ ВАЛЬС

Скільки людство пам'ятає себе, стільки воно й танцює. У глибоку давнину люди навіть спілкувалися між собою з допомогою різноманітних танців-імітацій. Танцюючи, мисливець зображав і поведінку звірів, і свої дії на полюванні. Одночасно виникли численні культові обрядові танці.

Салонні, або бальні танці з'явилися у дванадцятому столітті, та в наші дні збереглися лише їх назви. Це були дуже складні комбінації рухів, не всякий зміг би їх правильно і точно повторити. Тому час відібрав і залишив лише найдоступніше, найцікавіше. Стихія танцю захоплює. Мабуть, не варто говорити, що танець — ще й пластична образна розповідь про культуру суспільства, його етику і мораль.

Цікава з цього погляду історія «короля танців» — вальсу. Багато хто вважає, що вальс народився у Відні в першій половині минулого століття. Насправді ж це єдиний танець, який дійшов до нас з епохи Відродження. На своїй батьківщині, в Італії, вальс називався «вольта». З Апеннінського півострова він перекочував до Франції, де, незважаючи на захоплення танцем своїх підданих, Людовік восьмий заборонив його як «занадто світський». Справді, щира, безпосередня вольта руйнувала застиглі умовності і традиції звичних танцювальних форм. Подумати тільки — вальс дозволяв кавалерові підтримувати даму за талію! Словом, вольту заборонили, що, однак, не завадило їй переможно перетнути кордони європейських держав і стати нарешті тим вальсом, який ми знаємо і любимо сьогодні.

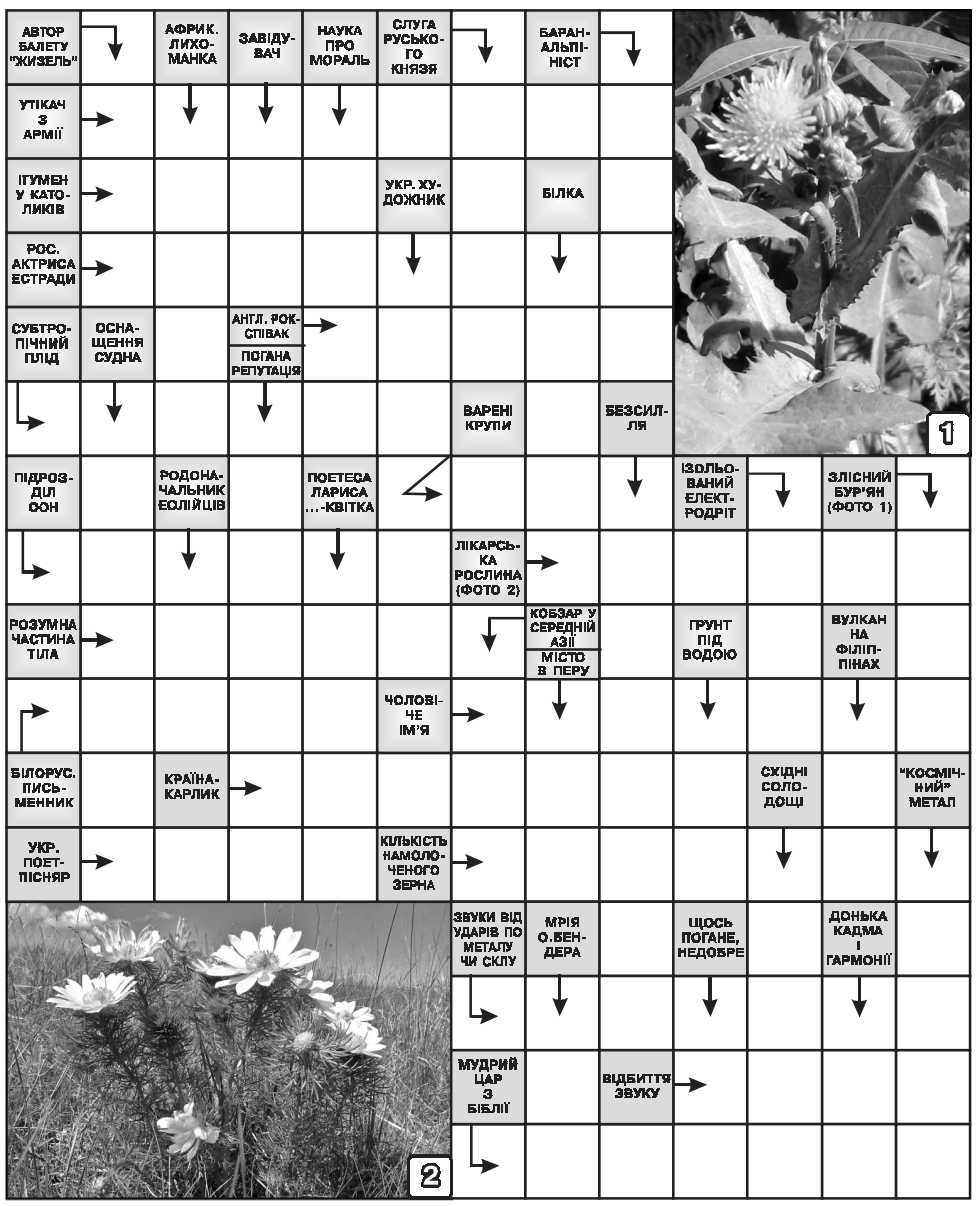
Чарівні мелодії вальсів писали батько та син Штраус, Легар, Шуберт, Берліоз, Равель, Глінка, Чайковський, Скрябін, Рахманінов, Шостакович.

До речі, вальс перемагав не лише застарілі, а й нові модні танці. Свого часу були популярні фокстротні ритми, потім конкурували рок-н-рол, бугі-вугі, далі — твіст і шейк... І що ж? Вальс і досі модний! Хіба можна уявити собі без вальсу, приміром, шкільний бал? Перше кохання? Весілля? Взагалі — молодість...

Відповіді на сканворд «Амфора», надрукований 22 жовтня

● **Поміркуйте**

Сканворд «Адоніс»



Домашня газета
Свідоцтво ТР № 324.
Передплатний індекс 23763
Видавець — пресова агенція «Вільне життя»
Газета виходить раз на тиждень

Віддруковано ТзОВ «Терно-граф», м. Тернопіль, вул.Текстильна, 18, тел. (0352)52-28-97, Замовлення №1940. Тираж 19852

Адреса редакції: м. Тернопіль, вул. Гетьмана Сагайдачного, 9, 46001, тел. 25-45-48, 25-48-96
Свіжий номер «Домашньої газети» — у pdf-форматі на сайті vilne.org.ua

Відповідальна за випуск Віра Касіян
Використано матеріали вітчизняних і зарубіжних періодичних видань, тексти і фото з інтернету