

● Увага!

Магнітні бурі в березні

2, середа, 8—11 год, 2;
4, п'ятниця, 19—21 год, 4;
7, понеділок, 10—12 год, 4;
8, вівторок, 12—14 год, 3;
9, середа, 3—5 год, 5;
15, вівторок, 18—20 год, 3;
22, вівторок, 4—6 год, 4;
23, середа, 13—15 год, 4;
28, понеділок, 21—23 год, 1;
29, вівторок, 15—18 год, 2;
31, четвер, 17—19 год, 3.

Примітка: 1 бал — найслабша магнітна буря, 5 — найсильніша.

● На прохання читачів

Місячний календар стане в пригоді

Передплачую «Домашню газету» вже багато років. А тепер маю до вас прохання: у таблиці «По-года на тиждень» додати ще одну графу, де було б зазначено, в якому знаку зодіаку перебуває Місяць. Це потрібно і садівникам, і городникам, і травознаям.

І. Новак.
с. Дедеккали
Шумського району.

Прохання читача виконуємо охоче. Для цього запроваджуємо рубрику «Місячний календар». Наразі подаватимемо інформацію, про яку йдеться у листі. За потреби й змоги будемо доповнювати її й іншими даними про вплив нічного світила на Землю й усе, що на ній.

3 березня, четвер. Місяць у Стрільці, Козерозі (12 год 18 хв). 23/24 дні Місяця. Схід — 2 год 42 хв, захід — 11 год 59 хв.

4 березня, п'ятниця. Місяць у Козерозі. 24/25 дні Місяця. Схід — 3 год 35 хв, захід — 12 год 53 хв.

5 березня, субота. Місяць у Козерозі, Водолії (18 год 39 хв). 25/26 дні Місяця. Схід — 4 год 22 хв, захід — 13 год 55 хв.

6 березня, неділя. Місяць у Водолії. 26/27 дні Місяця. Схід — 5 год 05 хв, захід — 15 год 04 хв.

7 березня, понеділок. Місяць у Водолії, Рибах (21 год 26 хв). 27/28 дні Місяця. Схід — 5 год 56 хв, захід — 16 год 33 хв.

8 березня, вівторок. Місяць у Рибах. 28/29 дні Місяця. Схід — 6 год 18 хв, захід — 17 год 35 хв.

9 березня, середа. Місяць у Рибах, Овні (21 год 57). 29/1/2 дні Місяця. Схід — 6 год 31 хв, захід — 18 год 54 хв.

2

СИМПТОМИ,
ЩО ВКАЗУЮТЬ
НА ПРОБЛЕМИ
ІЗ СЕРЦЕМ

3 днем Ангела!

Сьогодні іменини Віктора, Олександра, завтра — Макара, Богдана, Казимира. 5 березня 3 днем Ангела вітайте Сидора, Корнія, 6 — Євстахія, Тимофія, Захара, 7 — Опанаса, Пилипа, 8 — Дем'яна, 9 — Івана.

Солодкий перець:

ВІД ВИСІВАННЯ
ДО ПЛОДІВ

4



ВАРЕНИКИ
НА ВСЯК
СМАК

3

СУБСИДІЇ: палити все, бо більше не дадуть?

У СОЦЗАХІСТІ ЗАПЕВНЯЮТЬ: ЯКЩО ОТРИМУВАЧ СУБСИДІЇ ЕКОНОМИТЬ, ТО МОЖЕ НЕ ПЛАТИТИ ЗА КОМУНАЛЬНУ ПОСЛУГУ



«Моя мама в селі випалює газ — відчиняє надвір двері, бо душно в хаті, — розповідав знайомий. — Каже, що має спалити весь газ, який дали на субсидію, бо наступного разу стільки не дадуть».

Про це говорять

нальні послуги, а інші не платять. А як краще, вони самі не знають. А ще на пошту щомісяця приходять відомості, де можна звірити останній показник лічильника газу й плату за нього. Так-от мене в цій відомості немає.

Роз'ясніть, будь ласка, що мені робити, як правильно в цій ситуації вчинити: платити чи не платити? Як кажуть у райсобезі, то ніби добре кажуть: як є переплата, то навіщо платити? Ну а як розібратися із газовою конторкою?»

Зі схожим запитанням звернулася й Ярослава Андріївна Пошва із села Бліх Зборівського району. За словами жінки, їй призначили субсидію на 400 кубометрів газу й обов'язковий платіж — 167 грн. За листопад вона зекономила 200

грн, за наступні місяці за платила. Тепер не знає, скільки їй платити.

— Насамперед наголошу: це — міф, що потрібно використовувати весь газ, призначений на субсидію, — каже директор департаменту соціального захисту населення облдержадміністрації Вадим Боярський. — Людина має використовувати стільки газу, води, електроенергії, скільки їй потрібно, щоб комфортно жити. Тим, кому призначена субсидія, потрібно зрозуміти: держава перераховує призначені на субсидію кошти на їхній рахунок в обслуговуючій організації. Зекономлена людьми сума за газ, світло, воду — залишається на їхньому рахунку й використовується для розрахунку за житлово-комунальні послуги на наступні

періоди, в тому числі для оплати обов'язкової платні. Якщо сума зекономленої субсидії перевищує обов'язкову плату чи дорівнює їй, то обов'язкова плата не платиться. Тож, якщо людина економить, то може не платити за комунальну послугу.

Наприклад, людина має субсидію 600 гривень і 200 гривень обов'язкової плати. За листопад заплатила 200 гривень обов'язкової плати, не знаючи, чи зекономить. Отже, на її рахунок вже є 800 гривень — 600, які дала держава, й 200 її обов'язкової плати. Якщо за листопад випалила газу на 100 гривень, то в грудні на рахунок в неї залишилося 700 гривень. Наступного місяця випалила на 500 гривень. Скільки має заплатити?

Закінчення на 6 стор.

● А ви знали?

У нас запуск,
у Європі —
карнавал

Ось і настав час наварити вареників із сиром і влаштувати забаву.

Тиждень, що настає після неділі Блудного Сина (28 лютого), називається М'ясопусним і закінчується неділею, яка має ту саму назву. М'ясопусна неділя — останній день перед Великим постом, коли ще дозволяється їсти м'ясо.

Під час Сиропусного, або Сироїдного тижня (7—13 березня) Церква дозволяє споживати тільки молочні страви. Та в Сиропусну неділю треба й від них відмовлятися. Звідси й назва «сиро-пуст», тобто відпущення сира.

Цей тиждень називався в народі сирний, або масляний, а Сиропусна неділя мала назву пущення, тобто утримання від усіх молочних продуктів. У цю неділю справляють «запусти», тобто останні забави перед постом.

У Західній Європі наші запуски називаються карнавалом, що означає те саме, що й м'ясопуст, від італійського «карне-вале» — дослівно «Прощавай, м'ясо!»

У Католицькій Церкві Великий піст починається щойно в середу нашого першого тижня посту, у т. зв. Попільну середу, коли посипають голови попелом на знак покаяння. До того дня католикам дозволяється їсти м'ясо й проводити забави, що подекуди бувають дуже гучні.

● Дбаємо про врожай

У ящиків для розсади свої переваги

Основна перевага жорстких пластмасових ящиків з непрозорими стінками для вирощування розсади в тому, що коренева система, яка розвивається, тривалий час не зустрічає перешкод для свого росту.

Після пікірування рослини можна вирощувати як у ящиках, так і в індивідуальних ємностях.

Найбільш оптимальний об'єм стаканчика для дорослої розсади — 700—1000 мл. Часто використовують обрізані пластикові пляшки, обгорнуті чорною плівкою. Але найбільше підходять літрові непрозорі відерця, в яких продають майонез та інші продукти.

Погода на тиждень

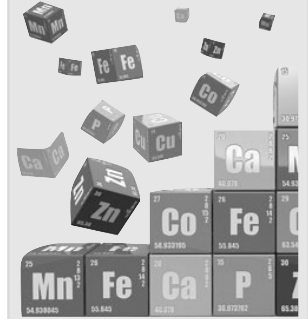
	Температура	Опади	Вітер	Тривалість дня	Фаза Місяця
четвер, 3 березня	+1 / +6	без опадів	півд.-сх., 5	11.09	☾
п'ятниця, 4 березня	+7 / +11	без опадів	сх., 3	11.13	☾
субота, 5 березня	0 / +8	ясно	півд.-сх., 3	11.16	☾
неділя, 6 березня	+2 / +11	без опадів	півд.-сх., 4	11.20	☾
понеділок, 7 березня	+5 / +11	можливий дощ	змін. напр., 4	11.23	☾
вівторок, 8 березня	+6 / +11	можливий дощ	півд.-сх., 4	11.27	☾
середа, 9 березня	+6 / +11	без опадів	півн.-зах., 4	11.32	●

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

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

● А ви знали?
ЯКОЇ «ХІМІЇ» БРАКУЄ ОРГАНІЗМОВІ
Наш організм — маленький хімічний комбінат. Чого в нас тільки нема! Але, виявляється, тільки-но щось вичерпається, відразу болячки чіпляються. Що ж треба їсти, щоб не нездужати?

Насамперед варто «налягати» на **залізо**: при його дефіциті виникає анемія (нестача гемоглобіну) — від цього потерпає 20% населення планети! Багаті на залізо м'ясо, яйця, червоне вино. Добре, що хоч дефіцит **міді** людині не загрожує — її в їжі багато. А от надлишок цього елемента дуже небезпечний: мідь отруєє печінку, нирки і мозок. Тому використовувати мідний посуд без спеціального покриття шкідливо. Дуже корисний **цинк**: він активізує роботу організму і додає сили чоловікам.



Калій разом з **натрієм** забезпечують проходження імпульсів нервовою системою. Для нервових дієта проста: їсти більше овочів і фруктів, особливо бананів, помідорів і моркви. Щоб руки-ноги не тремтіли, судоми їх не зводили, треба вживати **магній** — його багато в молоці, зернових продуктах, квасолі, горосі, зелені та овочах, горіхах. А от **хром**, можливо, відіграє головну роль у видобутку енергії з глюкози і жирів. Нині його апетечні препарати пропонують для схуднення. А ще хром сприяє довголіттю і... сексуальному натхненню. Ось тільки вживати його препарати слід без цукру: він виводить хром з організму. Користь можна отримати навіть з **вугілля**. Діти часто гризуть звичайний антрацит, бо організм вимагає. Але, звичайно, ліпше використовувати апетечний, активований, котрий добре поглинає токсини. **Кальцій**, який ми отримуємо з молочних продуктів, запобігає остеопорозу і нормалізує кров'яний тиск. І не забудьте про **йод**. Східні мудреці називали його елементом бадьорості та здоров'я. Вживайте хоч би йодовану сіль.

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

Як тільки відбувається збій припливу крові до серцевого м'яза (міокарда), виникає ішемічна хвороба серця. Прояви її можуть бути різними, починаючи від стенокардії і закінчуючи інфарктом. А ось результати — сумні: саме ішемічна хвороба серця є однією з причин смертності, а зона її ураження змушує визнавати це захворювання проблемою сучасності. Однак запобігти їй можна за 30 днів, звернувши увагу на ті сигнали, які посилає серце. Навіть якщо деякі з них «лунають» нечасто, це вже привід задуматися над станом свого внутрішнього «акумулятора». Поява більш ніж п'яти симптомів на день вказує на термінову необхідність звернутися до лікаря. Почнімо з тих нечітких проявів, які прийнято ігнорувати, приймаючи їх за хвилини слабкості. Адже саме вони є маркерами захворювання.

Утома вказує на нестачу кровопостачання, а слабкість — на ризик інфаркту.

Симптом № 1. Втома. Ви тільки встали з ліжка, а вже почуваетесь втомленими. Добралися до роботи і думаєте тільки про те, як би відпочити. А повертаєтеся з неї і зовсім виснаженими. І з кожним днем все більше відчуваєте, як накопичується втома. Цей тривожний симптом вказує на серцеву недостатність. Втома виникає через нестачу кровопостачання мозку, легенів і серця.

Симптом № 2. Слабкість. Багато хворих, які перенесли серцевий напад, зізнавалися, що незадовго до цього відчували таку слабкість, що не в змозі були втримати в руках аркуш паперу. Відчуття безсилля, характерне при грипі, є тривожним сигналом. Симптом вказує на ризик інфаркту міокарда найближчим часом.

Симптом № 3. Перепади настрою. Відчуття безпричинної тривоги відчував

11 симптомів, що вказують на серйозні проблеми із серцем

Серцевий напад б'є на ураження. Такий збій може призвести не тільки до інвалідності, а й до смерті. І все тому, що серце працює безперервно, постачаючи органам кров.

● Сам собі діагност

багато хто, перш ніж опинитися на лікарняному ліжку. Лікарі радять уважно ставитися до такого стану, оскільки він є одним з поширених симптомів.

Сильна тривога або навіть страх смерті може вказувати на наближення серцевого нападу.

Симптом № 4. Задихка. Якщо підійм на третій поверх викликає сильну задихку, немов після годинного марафону, а невеликі фізичні навантаження супроводжуються нестачею повітря, — саме час звернутися до кардіолога. Задихка часто супроводжує серцевий напад і може спричинити біль в грудях.

Порушення кровотоку скорочує його надходження в легені, що викликає вкорочене дихання.

Симптом № 5. Запаморочення. Для повноцінного функціонування мозок потребує рясного кровотоку. Як тільки в мозок надходить недостатня кількість крові, це позначається на стані всього організму. Інфаркти супроводжуються запамороченнями або знепритомнінням. Тому порушення серцевих ритмів дуже небезпечні.



Симптом № 6. Холодний піт. Він несподівано пробирає вас, коли ви просто сидите в кріслі і раптом починаєте покриватися краплями, немовби щойно з дві години провели в спортзалі.

Це тривожний симптом, який вказує на наближення серцевого нападу.

Симптом № 7. Прискорений пульс. Рідкісні скачки пульсу, як правило, не викликають тривоги лікарів. А ось нерегулярний або частий пульс, особливо якщо він супроводжується задихкою, запамороченням, слабкістю, — вказує на аритмію.

Аритмія може стати причиною інфаркту або навіть раптової смерті.

Симптом № 8. Біль у грудях з'являється раптово і так само раптово зникає. Не дивно, що ба

гато людей ігнорують такі прояви і не усвідомлюють всієї небезпеки становища. Розуміння приходить, коли зона ураження поширюється на руки, спину, плечі.

Це найпоширеніший симптом, який вказує на наближення серцевого нападу.

Симптом № 9. Набряк. Набряк ніг, а також збільшення ваги не завжди є наслідком сидячого способу життя (хоча і його, безумовно, теж). Однак серце також може подавати сигнали тривоги таким способом. До них належить і втрата апетиту.

Зайва рідина в організмі вказує на серцеву недостатність.

Симптом № 10. Розлад шлунка. Біль і здуття живота, які можуть негативно позначитися на травленні і викликати неприйняття їжі, аж ніяк не завжди є показником проблем шлунково-кишкового тракту.

Це тривожний симптом, який за рівнем загрози можна порівняти з болем в серці. Він вказує на необхідність термінового лікування.

Симптом № 11. Кашель. Постійний кашель вказує на серцеву недостатність.

Постійний кашель вказує на серцеву недостатність.

● На прохання читачів
ЯК ГОТУВАТИ «КРЕМЛІВСЬКИЙ» СИР
Колись читав про чудодійний «Кремлівський» сир, але потім загубив вирізок. Допоможіть знайти рецепт.
Михайло Т. Тернопільський район.

Високопоставлені радянські державні мужи харчувалися по-особливому. Вони споживали ряд продуктів, котрі були так би мовити, як «еліксир життя». Однією з таких страв був прісний сир, який так і звався «Кремлівський». Брежнев, наприклад, інших різновидів кисломолочного сиру взагалі не вживав.

Цей сир у процесі приготування зазнавав мінімальній термічній обробки, цілком зберігав білок молока, а відтак і харчову цінність. На відміну від сиру, зробленого з молока й кефіру, «Кремлівський» не спричиняв бродильних процесів у кишківнику. І був не лише корисний, а й дуже смачний.

А готувати такий сир дуже просто, це може кожен.

Треба вичавити в окрему посудину сік одного невеликого цілком достиглого свіжого лимона. Поставити на плиту каструлю з літром молока. Ледь-ледь не довівши до кипіння, влити лимонний сік, швидко розмішати і негайно зняти з вогню. Сир готовий. Залишилося відокремити його від сироватки.

До речі, Брежнев дуже любив російську окрошку, але готували її для нього саме на цій охолодженій сироватці, і це було значно корисніше й смачніше, ніж на квасі.

«Кремлівський» сир не можна ні солити, ні підсолонувати. За бажанням, можна додати трохи сметани. Сир цей корисний не тільки здоровим, а й тим, хто страждає від захворювань шлунково-кишкового тракту.

● На замітку

Як позбутися зубного каменю в домашніх умовах

Зубний камінь — поширена проблема, і сучасна стоматологія пропонує безліч способів його усунення. Але є метод, який працює не гірше, при цьому економлячи наші кошти. Коричневий або жовтий наліт на зубах можна видалити в домашніх умовах.

Ретельна гігієна порожнини рота дуже важлива: якщо не стежити за емаллю і вчасно не видаляти зубний наліт, може розвинути запальне захворювання — періодонтит. При

цій недугі інфекція проникає через кореневий канал в зуб, запалюється оболонка зуба і навколишні його тканини.

Проте є натуральний засіб для профілактики

цього захворювання. Для його приготування потрібно 40 г шкаралупи волоських горіхів, 1 скл. води.

Відварити шкаралупу у воді протягом 20 хв. Процідити суміш після того, як вона охолоне. Замочити на 10 хв зубну щітку в горіховому відварі. Потім ретельно почистити нею зуби.

Цю процедуру можна повторювати тричі на день — доти, поки зубний камінь повністю не зникне. Уже через 2 тижні результат буде помітним.

Горіхова шкаралупа є потужним антибактеріальним засобом, також вона допомагає очистити поверхню емалі від неприємного нальоту. Корисна ця процедура для тих, хто страждає кровоточивістю ясен: запалення зникає швидко.



● Спробуйте!

Цілюща цукерочка

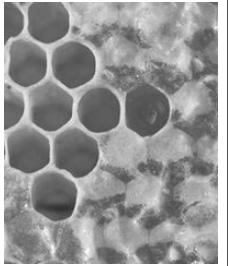
Вітамінізовані «цукерочки», до складу яких входять мед і прополіс, маточне молочко і бджолиний віск, корисні всім, а особливо — онкохворим.

В основі такої цукерки — віск, тому її, швидше за все, можна назвати жувальною гумкою: її треба розжовувати, висмоктувати все смачне, а відпрацьований віск — випльовувати. Сам процес жування (плюс цілющий склад «гумки») зміцнює ясна і зуби, посилює слиновиділення й утворення шлункового соку, сприяючи таким чином покращенню травлення.

Склад: віск бджолиний — 100 г, прополіс — 5 г, квітковий пилок (перга) — 2 г, мед травневий — 40 г, полівітаміни (драже) — 8 штук.

Спосіб приготування: розтопити (на малому вогні) віск у емальованій мисочці. Не знімаючи воску з вогню, додати дрібно натертий прополіс, пилок або пергу, мед, подрібнені на порошок драже. Все ретельно перемішати до отримання однорідної маси. Зняти з вогню, охолодити. Зліпити «цукерки» розміром 1х2 см. Вживати по 5—6 цукерок на день.

До складу цукерки можна вводити порошки лікарських трав, коріння, листя, стебел і мінералів — залежно від захворювання.



Безплатному лікареві ніяк не можеш довести, що ти хворий, а платному — що здоровий

● Не дрібниці

ТРЕБА ДОБРЕ ВИМІСИТИ

✓ Найпростіше і найтрадиційніше тісто готують з борошна, води, солі і яєць. Замість води можна використувати молоко. Є також рецепти вареничного тіста на кефірі або йогурті. А деякі господині вважають найкращим для вареників заварне тісто.

✓ Та який би рецепт ви не обрали, борошно перед приготуванням слід обов'язково просіяти, щоб наситити його киснем. Для еластичності можна додати в тісто трошки олії.

✓ Обов'язково потрібно добре вимісити тісто, щонайменше 10 хв. Можете скористатися допомогою кухонного комбайна або хлібопічки.

✓ У будь-який спосіб замішаному тісту обов'язково треба «відпочити» близько 30 хв — це допоможе стати йому еластичнішим, «слухнянішим».

✓ Для цього сформуйте тісто в кулю, накрийте рушником з натуральної тканини і залиште в теплому місці. Беручись до ліплення вареників, ще раз легенько вимісіть його руками — і до роботи. До речі, не забувайте мати в запасі ще склянку дві борошна — для робочої поверхні і для рук.



Тісто на вареники: шість найкращих рецептів

Тісто на вареники має бути еластичним — щоб легко ліпилося, і водночас міцним — щоб вареники не розварювалися.

● У записник

1. НА МІНЕРАЛЦІ
- 1 скл. газованої мінеральної води, 1 яйце, 3,5—4 скл. пшеничного борошна, 3 ст. ложки олії, 0,5 ч. ложки солі.
- Борошно просіяти, висипати в миску, посолити. Додати яйце, воду й олію. Спочатку перемішувати ложкою, а потім вимішувати руками, при потребі підсипаючи по трошки борошна. Викласти на стіл або спеціальну дошку для виліплювання вареників і продовжувати місити доти, поки тісто не перестане

2. НА КЕФІРІ
- 3 скл. борошна, 1 скл. кефіру, 0,5 ч. ложки солі, 0,25 ч. ложки соди.
- Борошно просіяти, всипати сіль і соду. У борошні зробити ямку і вилити туди кефір. Усе вимішати ложкою. Потім інтенсивно місити руками. При потребі досипати по жменьці борошна, однак не перестарайтеся — тісто має бути м'яке й еластичне, та водночас не прилипати до рук. Накрити рушником, залишити тісто на півгодини, щоб «відпочило», і можна ліпити вареники.
3. ЗАВАРНЕ
- 3,5 скл. борошна, 1 скл. води, 2 яйця, 0,5 ч. ложки солі.

- 0,5 скл. води змішати з яйцями і сіллю. Збовтати до однорідності. Борошно просіяти. Другу половину склянки води закип'ятити, дати охолонути 2—3 хв і влити в просіяне борошно. Швидко й інтенсивно перемішати, щоб не було грудочок. Не даючи охолонути, додати суміш яєць із сіллю і водою. Вимішувати руками, підсипаючи борошно. Накрити рушником і залишити на 30 хв.
- При роботі із заварним тістом для вареників варто пам'ятати, що воно швидко підсихає, тому залишки треба щоразу накривати рушником.
4. ДЛЯ ПІСНИХ ВАРЕНИКІВ
- 3 скл. борошна, 1 скл. холодної води, 0,5 ч. ложки солі.

● А ви знали?

АРАХІСОВЕ МАСЛО-ПАСТА

250 г сирого арахісу, 1 ст. ложка цукру, 0,5 ч. ложки солі, 2 ст. ложки рафінованої олії.

Трошки підсушити арахіс в духовці або на сухій сковорідці, вистудити. Очистити арахіс від лушпиння пальцями, дуже дрібно подрібнити у блендері. Додати у блендер до арахісу олію, цукор, сіль і змішати до стану однорідної пасты. Перекласти в суху баночку, зберігати в холодильнику.

ШОКОЛАДНО-КОКОСОВИЙ ТОРТ

Тісто: 200 г борошна, 100 г цукру, 100 г вершкового масла, 2 яєчні жовтки, 3 ст. ложки какао-порошку, 2 ч. ложки розпушувача, 0,25 ч. ложки харчової соди, 5 ст. ложки сметани.

Для безе: 5 яєчних білків, 100 г цукрової пудри, 1 ст. ложка крохмалю, 160 г кокосової стружки.

Розігріваємо духовку до 180°C. Вистеляємо деко пергаментним папером для випічки.

Вершкове масло, сметану, жовтки мають бути кімнатної температури.

Змішуємо борошно, розпушувач, харчову соду, какао, цукор. Додаємо сметану, жовтки і розм'якшене вершкове масло. Все добре збиваємо міксером. Тісто має вийти як густа сметана. Виливаємо його на деко, розрівнюємо.

Для безе збиваємо білки з дрібкою солі. Невеликими порціями додаємо цукрову пудру, продовжуючи збивати до щільної піни.

У збиті білки поступово всипаємо кокосову стружку, крохмаль, акуратно перемішуємо. Викладаємо білки з кокосовою стружкою поверх шоколадного тіста. Розрівнюємо.

Ставимо торт у духовку, нагріту до 180°C на 40—45 хв. Безе має набути золотистого кольору, а основа з какао добре піднятися.

Корж охолоджуємо, розрізаємо на дві частини. Промашуємо коржі кремом.

Крем можна зробити будь-який: збити сметану, або вершки, або зробити заварний (з решти жовтків).

Прикрашаємо торт на свій смак і фантазії.



● Оригінально

Начинки на всяк смак

Вареники — страва, яка ніколи не набридає. Бо кожна українська господиня, зберігаючи секрети від мамі і бабусі, готує їх по-своєму. І щоразу вони різні завдяки начинкам — від пряно-солоних до фруктових-солодких.

Картопляно-грибна

Порізати дрібно та підсмажити на вершковому маслі або олії 2 цибулини, додати 200 г порізаних тонкими пластинками печериць. Смажити, помішуючи до випарування рідини. Очищену картоплю (500 г) зварити і розім'яти на пюре. Додати підсмажені гриби з цибулею, посолити, поперчити, добре вимішати.

Сирно-гарбузова

200 г очищеного гарбуза потерти на грубій тертці і тушувати до готовності в сковорідці на вершковому маслі. Додати 200 г кисло-молочного сиру, півсклянки цукру, ванілін. Добре вимішати. Сформувати вареники.

Із квашених огірків

7—8 квашених огірків потерти на грубій тертці і покласти в друшляк на 30 хв, щоб стік розсіл. Додати 1 ст. ложку майонезу, трошки меленого чорного перцю, вимішати. Виліпити з цієї начинкою вареники.

Картопляно-печінкова

Курачу або яловичу печі-

нку промити, порізати на шматочки, кожен обкачати в борошні і злегка підсмажити на олії. Додати порізану цибулину, протушувати все разом під кришкою. Коли охолоне, пропустити все через м'ясорубку. Відварити та розім'яти на пюре 5 картоплин. Додати печінкову масу, посолити, поперчити і добре вимішати.

Зі свіжої капусти

Підсмажити на олії дрібно порізану цибулину та натерту на грубій тертці морквину. Додати дрібно нашатовану свіжу капустину (якщо головка надто велика, то вистачить і половини), тушувати під кришкою на слабкому вогні, періодично помішуючи, до готовності капусти. Посолити, поперчити на смак, можна додати лавровий листок, свіжу або сушену зелень. Коли начинка охолоне, зліпити з нею вареники.

Яблучна

6 яблук (бажано солодких) очистити від шкірки, нашинувати і сердцевини, потерти на грубій тертці, всипати 0,5 скл. цукру, 0,5 ч. ложки

У воді розчинити сіль. Борошно просіяти в миску. Зробити в борошні ямку і потроху вливати воду, помішуючи ложкою. Потім руками на дошці чи столі інтенсивно вимісити не туге тісто, підсипаючи борошно. Накрити серветкою і залишити на 20 хв для «дозрівання». Після чого ще раз вимішати руками і приступати до ліплення вареників.

5. ІЗ ГРЕЧАНИМ БОРОШНОМ

2 скл. пшеничного борошна, 0,5 скл. гречаного борошна, 1 скл. холодної води, 0,5 ч. ложки солі.

Пшеничне борошно просіяти в миску. Туди ж насипати гречане, добре перемішати. У склянці води розчинити сіль. Потроху додаючи до борошна холодну підсолону воду, постійно перемішувати ложкою. Руками замісити гладке тісто, щоб не прилипало до рук. Перекласти тісто на стіл або дошку і відразу ж братися до виліплювання вареників.

6. ПАНСЬКЕ

4 скл. борошна, 1 скл. молока, 2 ст. ложки сметани, 3 яйця, 2 ст. ложки олії, 0,5 ч. ложки солі, 1 ч. ложка цукру.

У глибоку миску просіяти борошно. Окремо віничком збити яйця і вилити в борошно. Додати решту інгредієнтів, перемішати ложкою. Потім місити м'яке тісто руками доти, поки не почне відліпати від рук. Накрити рушником, дати «відпочити» 20—30 хв і ліпити вареники.

кориці, 0,5 ст. ложки крохмалю, вимішати і відразу ж, поки яблука не пустили сік, ліпити вареники.

Квасолева з грибами

200 г квасолі відварити до готовності та пропустити через м'ясорубку або змолоти у блендері. 2 цибулини дрібно порізати та підсмажити на олії, додати 400 г порізаних на пластинки печериць. Смажити до випарування рідини. Змішати з квасолею, поперчити, поперчити, ретельно вимішати.

З твердого сиру з печерицями

300 г печериць порізати кубиками, обсмажити на олії. Охолодити масу, додати 200 г потертого твердого сиру, 1 зубчик подрібненого часнику, посолити, поперчити за смаком. Можна додати 1 ст. ложку посіченої петрушки.

За матеріалами сайту «Їсти».



● Коротко

Кулінарні хитрощі

Якщо ви вчасно не зняли з бульйону піну і вона опустилася на дно, влийте в каструлю склянку води. Піна підніметься, і її можна буде видалити.

● У курячий бульйон не кладіть ніяких приправ — тільки цибулину і моркву. Інакше він втраратить смак.

● Ніколи не залишайте в супі лавровий листок, інакше він зіпсує смак страви.

● Відбивні вийдуть м'якшими, якщо за 1—2 год до смаження їх змастити сумішшю оцту і олії. Те саме варто робити і з м'ясом для грилю.

● Щоб приготувати смачні соковиті котлети, додайте у фарш порівну дрібно порізану сиру і трохи підсмажену цибулю і трохи сирової картоплі.

● Першу хвилину обсмажування котлет вогонь має бути сильний, щоб скоринка схопилася і не дала б соку втекти. Але потім треба довести вогонь до середнього і, перевернувши котлети, знову збільшити його на півхвилини.

● Риба не розпадеться на шматки і матиме золотисту скориночку, якщо за 10—15 хв до смаження її витерти рушником і відразу посолити.

● Кілька свіжих грибів, доданих у будь-який суп, зроблять його смачнішим. Гриби в стравах тим смачніші, чим дрібніше вони порізані.

● Натерту сиру картоплю відразу ж розмішайте з невеликою кількістю молока, інакше вона посиніє.

● Стара картопля стане смачнішою, якщо додати при варінні ложечку оцту, 2—3 зубчики часнику і лавровий листок або зварити її в бульйоні. Що старіша картопля, то більше потрібно води.

● Картопляне пюре краще збивати вручну. Збите в міксері стає пишним, але швидко втрачає смак.

● Дріжджове тісто буде м'яким і пишним, якщо додати в нього охолоджену варену картоплю, натерту на дрібній тертці.

● Вершкове масло при смаженні не темніє, якщо розпечену сковорідку попередньо змастити олією.

● Згодиться

ШКІРОЧКИ – ПРОТИ ШКІДНИКІВ

У бідну на вітаміни пору ми споживаємо багато citrusових. І шкірочки від них зазвичай викидаємо. А даремно. Настої з апельсинових чи мандаринових шкірок з успіхом можна використати у боротьбі з попелицею, трипсами, павутинним кліщем, які взимку обсїдають кімнатні квіти, а влітку шкодять городині та садовим рослинам.

1 кг сушених шкірок подрїбнюють, засипають у посудину, заливають 3 л води, щільно закривають і настоюють у темному місці 5 дїб. Потім масу процїджують, добре відтискають, розливають у пляшки і щільно закупорюють.

Для приготування робочого розчину на 10 л води беруть 100 мл настою і 40 г господарського мила. Отриманого рїдиною обробляють рослини не менше 2–3 разів. А проти павутинного кліща — не менш як 5–6 разів з інтервалом 5–7 днів.

За потреби можна приготувати меншу порцію. Шкірку з 1–2 апельсинів настояти тиждень в 1 л теплої води в темному місці. Потім додати рїдко-го мила і процїдити. Цим настоем можна обробляти кімнатні квіти.

НАМОЧУВАННЯ – ДЛЯ СТІЙКОСТІ

Щоб насіння овочевих культур дало дружні й добрі сходи, його слід належно підготувати. Один із способів — завчасне намочування. Намочене насіння проростає і дає сходи на 4–7 дїб раніше.

✓ Ліпше використати талу воду. Насіння моркви, помідорів, цибулі, петрушки, буряків намочуйте впродовж 2 дїб; динь, кабачків, капусти, кавунів, редиски, салати — 8–12 год, гороху і квасолі — до 2 год. Насіння цибулі-чорнушки впродовж 8 год намочуйте у воді за температури 40°C.

✓ Для намочування бажано використовувати гноївку, витяжку з деревного попелу. Візьміть 160–200 г попелу, замочіть у відрі води і тримайте 1–2 доби, періодично перемішуючи. Настій злийте і в ньому тримайте насіння 4–6 год, після чого просушіть до сипучості.

✓ Для приготування настою з гноївки на 5–6 її частин візьміть по частині коров'яку і кїнського гною, витримуйте впродовж 5–10 дїб при температурі 20–25°C, періодично перемішуючи. Після цього одну частину цієї суміші розбавте в 5–6 частинах води і намочіть насіння на 12–24 год.

✓ Сїк алое розбавте такою ж кількістю води. Насіння тримайте в ньому 6 год при температурі 20–22°C. Таке насіння краще проросте, а рослини набудуть стійкості до посухи й заморозків.

Є близько двох тисяч видів перцю, але в цїй статті ми детально поговоримо саме про солодкий, або, як ще його називають, болгарський перець.

Починається вирощування болгарського перцю зі збирання або придбання насіння. Якщо ви самі збираєте його, то вибирайте тільки зі зрілих і великих плодів і, розстеливши на папері, просушіть.

Якщо купуєте магазинний посівний матеріал — то тільки в спеціалізованих точках продажу.

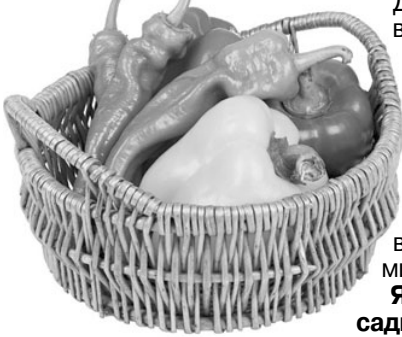
Насіння для висівання насамперед потрібно обробити: замочити в нехолодній відстояній воді зі шматочком алое або невеликою кількістю розчину марганцівки. Це роблять, аби знищити всі мікроби і врятувати насіння від всїляких пошкоджень ззовні.

Найкраще висівати насіння в кінці лютого — на початку березня, щоб до висаджування в ґрунт вік розсади був приблизно 80–90 днів.

Солодкий перець погано витримує пересаджування, тому при висіванні потрібно відразу класти насінини на відстані одна від одної, щоб сходи не були загущеними. А ще краще взяти окремі стаканчики або коробочки для висівання.

Посіяне насіння потрібно рясно полити і накрити плівкою до появи перших листочків. Після цього плівку потрібно зняти і періодично поливати сходи відстояною теплою водою. Але не перестарайтеся: перець не любить сухого ґрунту, але також не витримує постійної підвищеної вологості кореневої системи.

Повітря в приміщенні має бути не надто сухим,



● 3 власного досвіду

Якось сусідка дала мені трохи насіння нового сорту перцю. Але до того часу всю заготовлену ґрунтосуміш я вже використала для інших рослин. Тому вирішила скористатися прозорими контейнерами без ґрунту, в яких зазвичай вирощувала крес-салат. Для цього, наприклад, добре підходять пластикові коробки з-під торта із кришкою. Спроба виявилася вдалою, і відтоді більшість розсади вирощую у таких сїсїб.

На дно коробки кладу паперові серветки в 5–7 шарів, можна використовувати також туалетний папір. Вата або марля не підходять, оскільки в них можуть заплутатися корінці.

Насіння обробляю як зазвичай, але не доводжу до проростання. Проростатиме і ростиме воно до появи

Солодкий перець: від висівання до плодів



Перець — однорічна рослина, привезена до нас з Центральної Америки, яка радує своїми яскравими і смачними плодами. Хоча ця культура звикла жити в південніших регіонах, але, при правильному догляді та посадці, вона приживається і в Україні.

● Компетентно

тому добре провітрюйте його, але при цьому захищайте перець від протягу. Якщо ви посадили перець ще в лютому, то мусите додатково стежити за освітленням, оскільки день взимку короткий і денного світла не вистає.

Щоб розсада прижилася в ґрунті, потрібно «загартувати» її, виносячи надвір і в сонячну погоду, і навіть у дощ. Але при мінусових температурах у жодному разі не виносити розсаду надвір не потрібно.

Довжина рослини повинна бути приблизно 20–25 см — така розсада краще приживеться. Обов'язково перед посадкою дивіться, щоб коріння висмикнулося із землею — це запобігає травмуванню кореневої системи.

Якщо ви вирішили посадити солодкий перець

в теплиці, то висаджувати його потрібно на самому початку травня і він повинен майже відразу зацвісти (якщо висївали насіння в лютому).

Ближче до травня розсаду потрібно віднести в теплицю і тримати під клейонкою, поки температура не стабілізується і не буде вище +15°C. Але в жодному разі не треба пікірувати розсаду — просто поставити в стаканах або в коробках під плівку.

Для висаджування со- лодкого перцю у відкритий ґрунт підійде ділянка, на якій до цього садили цибулю, огірки але не помідори, баклажани, картоплю.

Висаджувати перець можна тільки тоді, коли на стеблї є не менш ніж 5–7 листочків.

ґрунт перед висаджуванням потрібно підготувати. Для цього варто внести органічні добрива — приблизно 5 кг на 1 кв. м. Перед висаджуванням треба прогрїти землю, накривши її дугами з плівкою.

Також для вирощування перцю треба вибрати місце, заховане від вітру: наприклад, за місяць до висаджування розсади у відкритий ґрунт поруч посадити високорослі рослини. Але від сонця перець не треба закривати.

Висаджувати болгарський перець по-

трібно приблизно на початку червня. Ряди мають бути на відстані 50–60 см один від одного, а самі рослини — на 40–50 см. Заглиблювати рослину не потрібно, або не більш ніж на 1–2 см.

Можна відразу поставити поруч з рослиною кілочки для підв'язування, оскільки перець — дуже ніжна рослина, і коли плоди виростуть, то стеблю буде складно втримати їх і не зламатися.

У перші дні після висаджування на грядку перець

приживається і хворїє, тому **Плоди перцю дуже багаті Р-активними речовинами (70–380 мг на 100 г сирої маси), містять значну кількість каротину (0,5–16,0 мг), вітамінів В (0,02–0,09 мг тіаміну, 0,02–0,1 мг рибофлавіну), фолієвої кислоти (1,3–2,9 мг на 100 г сухої маси), ніотинової кислоти (6–10 мг на 100 г сухої маси).**

Поки рослини не укореняться, їх можна злегка притїняти. Якщо надворі дуже жарко, це стане чудовим заходом.

Якщо ви вирішили посадити у себе на грядці кілька видів перцю, то їх потрібно садити якнайдалі один від одного, бо перець зазнає перехресного запилення.

Перець потребує достатнього поливу, але не

надмірного зволоження, особливо до середини літа. Адже в цей час росте сам куц, а вже потім наливають-ся плоди.

З другої половини літа можна почати поливати рясніше — тоді ростуть уже плоди. Для поливу можна використовувати настїй кропиви.

Якщо рослина обсипається, то це явна ознака того, що вона пересихає. Землю потрібно періодично розпушувати на глибину до 5 см. Але будьте обережні, щоб не пошкодити корінці, розташовані майже на поверхні. Оберїгайте насадження від бур'янів та іншої рослинності.

Щоб зробити навантаження на куц меншим, треба видаляти непродуктивні пагони і нижні листки.

Підживлення теж відіграє важливу роль у вирощуванні со- лодкого перцю. Його потрібно робити всього двічі за сезон: під час цвітіння перцю і коли він плодоносить. Можна підживлювати рослини коров'яком та пташиним послїдом (під час цвітіння) і добривами, які містять магній.

Плоди перцю збирають поступово, в міру до- стигання. Червоні сорти можна зривати зеленими та залишати в прохолодному місці для дозрівання.

Щоб отримати насіння со- лодкого перцю, потрібно зїрвати гарний соковитий плїд, покласти його на підвіконня до повного дозрівання. Коли він весь поморщиться, вибрати з нього все насіння. Промивати його не варто, а просто підсушити і покласти на зберїгання.

Також потрібно захищати рослину від шкідників, тричі за сезон обприскуючи перець настоем деревного попелу.

І. Зімовська, провідний фахівець агроном відділу фітосанітарних процедур ДУ «Тернопільська обласна фітосанітарна лабораторія».

Розсада... на серветках

одного-двох справжніх листків у закритій коробці. Папір на дні має бути вологим, але без зайвої води.

Замочене насіння розкладаю пінцетом на папір, не ущільнюючи його. Насінини мають перебувати на відстані одна від одної, аби їх корінці у подальшому не переплїталися між собою.

Коробку закриваю кришкою, ставлю у тепле місце за температури 25–27°C до появи сходів. Кришку треба щодня відкривати на дві-три хвилини для провітрювання й обприскування насіння (а потім і сходів) із пульверизатора.

Після появи одиничних сходів коробку з насінням ставлю на вікно під люмінесцентну лампу. Денна температура має бути не

вище 17–20°C, нічна — 14–17°C. Розсада при цьому не витягується, корінці добре розвиваються. У воду для обприскування додаю рідке добриво на основі гумату калїю. Після кожного обприскування зайву воду виливаю.

Коли з'являються зачатки справжніх листків, виймаю розсаду з контейнера, укорочую корінці (довжина має бути не більше висоти рослини, приблизно 5 см). До цього часу корені починають гілкуватися біля основи.

Підготовлені таким чином рослини висаджую в окремі ємності, заглибивши їх у родючий ґрунт майже по сім'ядольне листя. Ємності заповнюю землею наполовину, додаючи її в міру

росту розсади. Пікірування намагаюся провести ввечері, обприскую, накриваю склом чи плівкою і ставлю ємності з рослинами в тепле (20–25°C) темне місце на 12 годин. Уранці розсаду ставлю на вікно, вмикаю лампу для додаткового освітлення. Більше нічим не підживляю.

М. Зеленьська, м. Тернопіль.



● На замітку

Не запізнїться із селєрою

Щоб одержати повноцінні коренеплоди, розсада повинна бути 60–70-денною, а краще 90-денною.

• Висївають її найпізніше на початку березня, попередньо намочивши і потримавши насіння за температури 20–25°C.

• Його висївають у мілкі борозенки (0,5 см), зроблені лінійкою, засипають просїяним торфом або перегноем.

• Після поливання ящики накривають плівкою і підтримують температуру 20–23°C, а після появи сходів — удень 10–12, уночі 8–10°C.

ПОНЕДІЛОК, 7.03.2016	
UA:ПЕРШИЙ 06.05, 07.10 АгроЕра 06.15 День Янгола 07.25 Ера будівництва 07.35 Світ online 07.50, 08.25 Смакота 08.00 Золотий гусак 08.30 Міграційний вектор 08.40 Корисні поради 09.10 Уряд на зв'язку з громадяна-ми 09.45 Бiatлон. Чемпіонат світу. Гон-ка переслідування 12,5 км. Чоловіки 10.40 Бiatлон. Чемпіонат світу. Гон-ка переслідування 10 км. Жінки 11.50 Ніна Матвієнко. «Ми єдині, і Україна у нас одна» 15.00 Х/ф «Як вкрасти «Поцілунок» 17.00 Вікно в Америку 17.30 «Word on the street» 17.55 Х/ф «Секрет озера Ерроу» 19.30 РЕ:ФОРМА 20.00 Перша шпальта 20.30 Книга ua 21.00 Новини 21.50 Подорожні 23.00 Концерт «Мамо, вічна і коха-на»	07.35, 18.45 Міська рада інформує 07.40 «Євромакс» 08.10 Вікно в Америку 08.30 «Унікальна Україна» 09.00 Час–Тайм 09.30 «Справжня ціна» 09.45 «Про нас» 11.00, 16.00 Дитяча година 12.10, 19.00 Європа у фокусі 12.40 «Слідства. інфо» 13.10 Хіп–парад 14.00 Х/ф «Фарт» 17.00 «Неповторна природа» 17.30 «Гал–кліп» 19.30, 21.00 Наші вітання 20.00 Єдина країна 20.30 TNEY — калейдоскоп подій 20.40 Дім книги 21.30 «Погляд зблизька» 22.10 Х/ф «Моя вечірка» (2) ICTV 05.05 М/с «Молода Ліга Справедливості» 05.45, 19.20 Надзвичайні новини 06.40 Факти тижня 08.35 10 хвилин з Прем'єр–міністром України 08.45 Факти. Ранок 09.15 Надзвичайні новини. Підсумки 10.05 Труба містера Сосиски 11.00 Без гальм! 11.35 М і Ж 12.00 Дивитись усім! 12.45, 15.45 Факти. День 13.10 Х/ф «Дні грому» (2) 15.20, 16.20 Х/ф «Трансформери–3. Темний бік Місяця» (2) 18.45, 21.05 Факти. Вечір 20.20 Патрульні. Цілодобово. Про-грама–дайджест 21.25 Т/с «Винишувачі» (2) 22.20 Х/ф «Кохання у великому місті» (2) 00.00 Х/ф «Зниклі» (3) СТБ 06.15, 16.00 «Все буде добре!» 08.15 «Зіркове життя» 10.10 «Битва екстрасенсів. Апокаліпсис» 12.40 Х/ф «Домробітниця» (1) 14.20 «Битва екстрасенсів» 18.00, 22.00 «Вікна–Новини» 18.30 Т/с «Коли ми вдома» (1) 20.00 «Слідство ведуть екстрасен-си» 22.35 «Детектор брехні–9» 23.35 «Один за всіх» НОВИЙ КАНАЛ 06.10, 08.20 Kids Time 06.12 М/с «Губка Боб — Прямокутні Штани» 08.22 Т/с «Бібліотекарі» (2) 17.00 Х/ф «Великий»
1+1 06.20 «ТСН–Тиждень» 07.50, 09.10, 10.45 «Міняю жінку–2» 12.00, 13.05, 14.00 «Сімейні мелод-рами–5» 12.55 «10 хвилин з прем'єр-міністром» 15.00, 17.15 Т/с «Величне століття. Роксолана–2» 19.30 ТСН 20.30 «Секретні матеріали–2016» 21.00 Т/с «Хазайка» 22.00 Комедія «Кохання у великому місті–3» 23.45 Комедія «Божевільне весілля» 2+2 06.00 Мультфільми 06.20 «Вайпаут» 08.40 «ДжеДАї» 09.00 «Українські сенсації» 10.00 Д/п «Помста природи» 13.00 «Тор Gear» 14.00 «Відеобімба» 15.00 Х/ф «Ласкаво просимо до раю» (2) 17.10 Х/ф «РЕД» (2) 19.20 Т/с «Мисливці за реліквіями « 21.10 Х/ф «Бандитки» 23.00 Х/ф «Греберси» (2) TV-4 06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Перша леді» 06.45, 09.15, 10.45 Ранковий фітнес 07.00 Провінційні вісті. Тиждень 07.30, 15.50, 18.50, 21.25, 22.00 Ого-лошення. Бюро знахідок	19.00 Ревізор 21.55 Страсті за ревізором 00.15 Х/ф «Убити Білла» (3) «УКРАЇНА» 06.00 Події тижня з Олегом Паню-тою 06.50, 07.15, 08.15 Ранок з Україною 07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00 Події 09.15 Т/с «Умови контракту–2» (2) 13.15, 15.30 Т/с «Лжесвідок» 17.30, 19.45 Т/с «Громадянин Нікто» (2) 22.30 Т/с «Війна й мир» (2) ТТБ 08.00 «Ранок з ТТБ» 10.00 «Музичний калейдоскоп» 10.30 «Велети духу і слави. Украї-нська місія» 10.35 «Назбирание» 10.50, 18.15 «Пісні нашого краю» 11.00, 20.00 «Не перший погляд» 11.20 «Тернопіль у стилі ретро» 11.30 «Подорожні замальовки» 14.00 «Відверті діалоги» 14.55, 18.25 «Гуморинка на хвилин-ку» 15.00 «Запоріжжя туристичне» 15.15 «Загублені у часі» 15.30 «Мамина школа» 16.00 «У країні Мультяндії» 17.00 Д/ф «Тарас Шевченко. «Заповіт» 17.35 «Смакота» 17.45 «Mortimer. English Club» 18.00 «Світ квітів» 18.30 «Урок... для батьків» 19.00 «На відстані душі» 20.35 «Пісня в дарунок» 20.45 «Вечірня казка» 21.00 «Тема дня» 21.15 «В об'єктиві ТТБ» 21.30 «Нотатки на глобусі» 21.50 «Я знаю все». Концерт В. Павлика ІНТЕР 05.55 «10 хвилин з Прем'єр-міністром України» 06.05 «Подорож тижня» 07.35 Д/ф «Два Митронова» 08.30 Х/ф «Діамантова рука» (1) 10.30, 12.25 Х/ф «Найчарівніша та найпривабливіша» (1) 12.00, 14.00, 16.00, 17.40 Новини 12.40, 14.20 Х/ф «Ії серце» (1) 15.05, 16.15 «Жди мене» 18.05, 19.05 Ток–шоу «Стосується кожного» 20.00 «Подорож тижня» 21.00 Т/с «Запитайте в осені» (1) 22.40 Т/с «Шлюб за заповітом–2. Повернення Сандри» (2) 00.35 Т/с «Так далеко, так близь-ко» (2)

ВІВТОРОК, 8.03.2016	
UA:ПЕРШИЙ 06.05, 07.10 АгроЕра 06.15 День Янгола 07.25 Світ online 07.50, 08.25 Смакота 08.00 Золотий гусак 08.30 Паспортний сервіс 08.40 Корисні поради 09.15 Х/ф «Як вкрасти «Поцілунок» 11.15 Концерт Віктора Павлика 13.25 Х/ф «Секрет озера Ерроу» 15.20 Фольк–music. Для вас, жінки! 16.20 Путівник прочанина 16.35 Подорожні 17.30 Т/с «Білявка» 21.00 Новини 21.50 Війна і мир 23.00 «Шлягер року. Для тебе, кохана...» 1+1 06.00 Аніме «Пухнасті проти зубастих» 07.05, 19.30 ТСН 08.15 Комедія «Кохання у велико-му місті–3» 10.00 «Міняю жінку–2» 11.15, 12.45, 14.00 «Міняю жінку–3» 15.40 Комедія «Дівчата» 17.35 Комедія «Іван Васильович змінює професію» 20.15, 03.00 «1+1 удома: 8 Берез-ня» 22.20 «Концерт О. Пономарьова «Я люблю тебе...» 23.40 Комедія «Пінгвіни містера Поппера» 2+2 06.00 Мультфільми 06.35 «Нове Шалене відео по–украї-нськи» 07.35, 11.25 «Облом. UA.» 09.00 Д/п «Помста природи» 12.25 «Відеобімба» 13.55, 19.20 Т/с «Мисливці за реліквіями « 15.45 Х/ф «Новий хлопець моєї мамі» (2) 17.40 Х/ф «Бандитки» 21.10 Х/ф «РЕД» (2) 23.20 Х/ф «Чужі на дикуму заході» (2) TV-4 06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Перша леді» 06.45, 09.15, 10.45 Ранковий фітнес 07.00 «Євромакс» 07.30, 15.50, 18.50, 21.25, 22.00 Ого-лошення. Бюро знахідок 07.35 «Погляд зблизька» 08.05 «Сад, город, квітник» 08.20 TNEY — калейдоскоп подій 08.30 «Унікальна Україна» 09.00 Час–Тайм 09.30, 17.00 «Неповторна природа» 11.00, 16.00 Дитяча година 11.45 «Чарівний ключик» 12.10 «Музичні делікатеси»	12.40 «Лікарська справа в Україні» 13.00 «Любов врятує світ», Муніципальний Галицький ка-мерний оркестр 14.00 Х/ф «Нові Робінзони» 17.30 «Школа домашнього комфор-ту» 19.00, 21.00 Наші вітання 20.00 «Музична феєрія», Ірина Фе-дишин 21.30 «Щоденник для батьків» 22.10 Х/ф «Всі справжні дівчата» (2) ICTV 05.15 Т/с «Стріла» (2) 05.55 Факти 06.30 Ранок у великому місті 08.45 Факти. Ранок 09.15, 19.20 Надзвичайні новини 10.05, 20.20 Громадянська оборона 12.05, 13.20 Х/ф «Кохання у велико-му місті» (2) 12.45, 15.45 Факти. День 14.25, 16.20 Х/ф «STARПерці» (2) 16.50, 21.25 Т/с «Винишувачі» (2) 17.45, 18.20 Т/с «Патрульні» (2) 18.45, 21.05 Факти. Вечір 22.15 Т/с «Відділ 44» (2) 23.15 Х/ф «Іноземець» (2) СТБ 06.20, 16.00 «Все буде добре!» 08.20 «Зіркове життя» 10.15 «Битва екстрасенсів. Апокаліпсис» 12.55 «МастерШеф» 18.00, 22.00 «Вікна–Новини» 18.30 Т/с «Коли ми вдома» (1) 20.00, 22.45 «Кохана, ми вбиваємо дітей» 23.45 «Один за всіх» НОВИЙ КАНАЛ 06.05, 07.20 Kids Time 06.10 М/с «Губка Боб — Прямокутні Штани» 07.25 М/ф «Кіт Грім і зачарований будинок» 09.10 Х/ф «Павутинна Шарлотти» 11.10 Х/ф «Занадто крута для тебе» (2) 13.10 Х/ф «Простушка» (2) 15.15 Х/ф «Бізнес заради кохання» (2) 16.55 Х/ф «Чого хоче дівчина» 19.00 Серця трьох–3 21.50 Т/с «Київ вдень і вночі» 22.35 Х/ф «Убити Білла–2» (2) 01.10 Х/ф «Дівчина моїх кошмарів» (3) «УКРАЇНА» 06.10 Зоряний шлях 07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00 Події 07.15, 08.15 Ранок з Україною. 8 бе-резня 09.15 Т/с «Умови контракту–2» (2) 13.15, 15.20, 17.30, 19.45 Т/с «Гро-мадянин Нікто» (2) *** Що варто зробити в житті. Найкращі двох детективів сте-жити один за одним. Зробити ванільний пудинг. По-класти його в банку з майонезом. Істи в людному місці. Стати вчителем. Зробити тест, де всі правильні відповіді! «Б». Спостерігати за реакцією. Забігти в магазин, прокричав-ши: «Який зараз рік?» Почувши відповідь, вибігти з криком «Спра-цовало!» Купити коня, назвати його «Приїде першим» і брати участь у перегонах. Купити папугу, навчити його говорити: «допоможіть! Мене пе-ретворили на папугу!»

СЕРЕДА, 9.03.2016	
UA:ПЕРШИЙ 06.00, 07.00, 08.00, 13.00, 18.30, 21.00, 01.20, 05.10 Новини 06.10, 07.10 АгроЕра 06.20, 23.45 Від першої особи 06.45, 07.15, 08.15 Спорт 07.25 Ера будівництва 07.35, 23.35 На слуху 07.50, 08.25 Смакота 08.30 Паспортний сервіс 08.40 Корисні поради 09.00 Вінче 09.20 Д/ф «Я, таки, жив» 09.50 Перша студія 10.40 «План на завтра» з Анастасією Рінгіс 11.30 РЕ:ФОРМА 12.00 Засідання Кабінету міністрів Ук-раїни 13.30 Казки Лірника Сашка 13.40 Хто в домі хазяїн? 14.00 Мультфільми 14.15 Суспільний університет 14.45 Гра долі 15.40 Світло 16.25 Бiatлон. Чемпіонат світу. Індивідуальна гонка 15 км. Жінки 18.55 Про головне 19.30 Т/с «Мафіоза» 20.30 Вересень 21.30 Новини. Спорт 21.50 Слідство. Інфо 22.40 Мегалот 23.00 Підсумки 23.25 Тепло.Ua 1+1 06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30, 23.15 ТСН 06.45, 07.10, 07.45, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1» 07.35 «Маша і ведмідь» 09.30, 11.00, 12.20, 13.10 «Міняю жінку–3» 14.45 «Сімейні мелодрами–5» 15.45 Т/с «Торговий центр» 17.10 Т/с «Величне століття. Роксо-лана–2» 20.30 «Секретні матеріали–2016» 21.00 Т/с «Хазайка» 22.00 «Одруження наосліп–2» 00.00 Комедія «Іван Васильович змінює професію» 2+2 06.00 Мультфільми 06.35, 15.45, 16.40 «Нове Шалене відео по–українськи» 07.35, 17.00 «Облом. UA.» 09.20 Д/п «Знищені за мить» 10.15 Д/п «Зброя майбутнього–3» 11.10 Х/ф «Новий хлопець моєї мамі» (2) 13.00, 20.20 Т/с «Мисливці за реліквіями « 13.55 Т/с «Інспектор Алекс»	16.05 «Відеобімба» 18.10 «Секретні матеріали» 18.30, 23.30 «Спецкор» 19.00, 00.00 «ДжеДАї» 19.20 «Люстратор 7.62» 21.20 Х/ф «Ласкаво просимо до раю» (2) TV-4 06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Перша леді» 06.45, 09.15, 10.45 Ранковий фітнес 07.00, 15.50, 18.50, 21.25, 22.35 Ого-лошення. Бюро знахідок 07.10 Х/ф «Театр невідомого актора» 08.30 «Унікальна Україна» 09.00 Час–Тайм 09.30, 17.00 «Неповторна природа» 11.00, 16.10 Дитяча година 12.10 «Гал–кліп» 12.35 «Щоденник для батьків» 13.00 «Пам'яті Квітки Цісик» 14.00 Х/ф «Сем і Джанет» 16.00, 19.00, 22.00 Провінційні вісті 16.40 «Чарівний ключик» 17.30 «Сад, город, квітник» 18.45, 22.30 Міська рада інформує 19.30, 21.00 Наші вітання 20.00 «Соло» 21.30 «Музичні делікатеси» 22.40 Х/ф «Сон» ICTV 05.50 Студія Вашингтон 05.55 Факти 06.30 Ранок у великому місті 08.45 Факти. Ранок 09.15, 19.20 Надзвичайні новини 10.00 Громадянська оборона 12.00, 13.20, 22.20 Т/с «Відділ 44» (2) 12.45, 15.45 Факти. День 13.35 Патруль. Самооборона 14.35, 16.20 Х/ф «Іноземець» (2) 16.50, 21.25 Т/с «Винишувачі» (2) 17.45, 18.20 Т/с «Патрульні» (2) 18.45, 21.05 Факти. Вечір 20.20 Секретний фронт 23.15 Х/ф «Тінь якудзи» (3) СТБ 06.40, 16.00 «Все буде добре!» 08.40 «Битва екстрасенсів. Апокаліпсис» 11.05 «МастерШеф» 14.15 «МастерШеф. Невідома версія» 18.00, 22.00 «Вікна–Новини» 18.30 Т/с «Коли ми вдома» (1) 20.00, 22.45 «МастерШеф Діти–5» 00.25 «Один за всіх» НОВИЙ КАНАЛ 06.00, 07.20 Kids Time 06.02 М/с «Губка Боб — Прямокутні Штани» 07.22 Т/с «Друзі» 10.20, 21.45 Т/с «Київ вдень і вночі» 18.00 Абзац! 19.00 Серця трьох–3

ЧЕТВЕР, 10.03.2016	
UA:ПЕРШИЙ 06.00, 07.00, 08.00, 13.00, 18.30, 21.00, 01.20, 05.10 Новини 06.10, 07.10 АгроЕра 06.20, 23.45 Від першої особи 06.45, 07.15, 08.15 Спорт 07.35, 23.30 На слуху 07.50, 08.25 Смакота 08.30 Паспортний сервіс 08.40 Корисні поради 09.00 Вінче 09.25, 18.55 Про головне 09.55 Д/с «Замки Європи» 10.40 Вікно в Америку 11.50 Війна і мир 12.15 Слідство. Інфо 13.15 Час–Ч 13.40 Казки Лірника Сашка 13.50 Мультфільми 14.15 Суспільний університет 14.35 Спогади 15.25 Надвечір'я. Долі 16.25 Бiatлон. Чемпіонат світу. Індивідуальна гонка 20 км. Чоловіки 19.25 Т/с «Мафіоза» 20.25 Д/ф «Албанські жінки за влас-не майбутнє» 21.30 Новини. Спорт 21.50 «Схеми» з Наталією Седлець-кою 22.15 5 баксів.net 23.00 Підсумки 00.20 Телемагазин 1+1 06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30, 23.05 ТСН 06.45, 07.10, 07.45, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1» 07.35 «Маша і ведмідь» 09.30, 11.00, 12.20, 13.00 «Міняю жінку–3» 14.45 «Сімейні мелодрами–5» 15.45 Т/с «Торговий центр» 17.10 Т/с «Величне століття. Роксо-лана–2» 20.30 «Секретні матеріали–2016» 21.00, 22.00 Т/с «Хазайка» 23.40 «Таємниці генія Шевченка» 2+2 06.00 Мультфільми 06.35, 15.45, 16.40 «Нове Шалене відео по–українськи» 07.35, 17.00 «Облом. UA.» 08.10, 19.00, 00.00 «ДжеДАї» 08.30, 18.30, 23.30 «Спецкор» 09.00, 18.10, 19.20 «Секретні матеріали» 09.20 Д/ф «Знищені за мить» 10.15 Д/п «Зброя майбутнього–3» 11.10 Х/ф «Порушуючи правила» (2) 13.00 Т/с «Мисливці за реліквіями» 13.55 Т/с «Інспектор Алекс» 16.05 «Відеобімба»	20.20 Т/с «Мисливці за реліквіями» 21.20 Х/ф «Втеча « (2) TV-4 06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Перша леді» 06.45, 09.15, 10.45 Ранковий фітнес 07.00, 16.00, 19.00, 22.00 Провінційні вісті 07.30, 15.50, 18.50, 21.25, 22.30 Ого-лошення. Бюро знахідок 07.35 «Соло» 08.30 «Унікальна Україна» 09.00 Час–Тайм 09.30, 17.00 «Неповторна природа» 11.00, 16.10 Дитяча година 12.10 «Формула здоров'я» 13.00 «Пам'яті Квітки Цісик» 14.00 Х/ф «Поет і княжна» 17.30 «Музичні делікатеси» 19.30, 21.00 Наші вітання 20.00 Межа правди 21.30 «Школа домашнього комфор-ту» 22.35 Х/ф «Сім'я» (2) ICTV 05.50 Студія Вашингтон 05.55 Факти 06.30 Ранок у великому місті 08.45 Факти. Ранок 09.15, 19.20 Надзвичайні новини 10.00 Громадянська оборона 12.00, 13.20, 22.20 Т/с «Відділ 44» (2) 12.45, 15.45 Факти. День 13.35 Патруль. Самооборона 14.30, 16.20 Х/ф «Глибинна зірка–6» (2) 16.50, 21.25 Т/с «Винишувачі» (2) 17.45, 18.20 Т/с «Патрульні» (2) 18.45, 21.05 Факти. Вечір 20.20 Інсайдер 23.15 Х/ф «Над законом» (2) СТБ 06.10, 16.00 «Все буде добре!» 08.10 «Зіркове життя» 09.55 «Кохана, ми вбиваємо дітей» 12.50 «МастерШеф–2» 18.00, 22.00 «Вікна–Новини» 18.30 Т/с «Коли ми вдома» (1) 19.55, 22.45 «Я соромлюсь свого тіла–3» 00.10 «Один за всіх» НОВИЙ КАНАЛ 06.05, 07.20 Kids Time 06.07 М/с «Губка Боб — Прямокутні Штани» 07.22 Т/с «Друзі» 10.10, 21.55 Т/с «Київ вдень і вночі» 11.05 Т/с «Щасливі разом» 18.00 Абзац! 19.00 Серця трьох–3 22.35 Х/ф «Джанго звільнений» (3) 01.40 Х/ф «Бізнес заради кохання» «УКРАЇНА» 06.10, 11.00 Реальна містика

П'ЯТНИЦЯ, 11.03.2016

UA:ПЕРШИЙ
06.00, 07.00, 08.00, 13.00, 18.30, 21.00
Новини
06.10, 07.10 АгроЕра
06.20 Від першої особи
06.45, 07.15, 08.15 Спорт
07.25 Ера будівництва
07.35, 23.50 На слуху
07.50, 08.25 Смакота
08.30 Територія закону
08.40 Корисні поради
09.00 Вічне
09.25, 18.55, 04.30 Про головне
09.55 Чоловічий клуб
10.35 Чоловічий клуб. Спорт
12.00 Вересень
12.30 «Схеми» з Наталією Седлецькою
13.15 Час-Ч
13.40 Казки Лірника Сашка
13.50 Школа Мері Поппінс
14.15 Суспільний університет
14.35 Театральні сезони
15.25 Віра. Надія. Любов
16.25 Біатлон. Чемпіонат світу. Естафета 4х6 км. Жінки
18.15 Новини. Світ
18.45 3 перших вуст
19.35 INTERMARIUM
20.30 План на завтра» з Анастасією Рінгіс
21.30 Новини. Спорт
21.50 Перша студія
23.00 Підсумки
23.20 Шлях до перемоги
1+1
06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30 ТСН
06.45, 07.10, 07.45, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1»
07.35 «Маша і ведмідь»
09.30, 11.00, 12.20, 13.00 «Міняю жінку-3»
14.45 «Сімейні мелодрами-5»
15.45 Т/с «Торговий центр»
17.10 Т/с «Величне століття. Роксолана-2»
20.20 «Вечірній Київ-2015»
22.40 «Світське життя»
23.40 Х/ф «Леді»
2+2
06.00 Мультфільми
06.35, 15.45, 16.40 «Нове Шалене відео по-українськи»
07.35, 17.00 «Облом.UA.»
08.10, 19.00, 23.50 «ДжеДАї»
08.30, 18.30 «Спецкор»
09.00, 18.10 «Секретні матеріали»
09.20 Д/п «Знищені за мить»
10.15, 00.10 Д/п «Зброя майбутнього-3»
11.10 Х/ф «Втеча» (2)
13.00 Т/с «Мисливці за реліквіями»

13.55 Т/с «Інспектор Алекс»
16.05 «Відеобімба»
19.50 18 тур ЧУ з футболу «Карпати» — «Динамо»
22.00 Х/ф «Механік» (3)
TV-4
06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Перша леді»
06.45, 09.15, 10.45 Ранковий фітнес
07.00, 16.00, 19.00, 22.00 Провінційні вісті
07.30, 15.50, 18.50, 21.25, 22.30 Оголошення. Бюро знахідок
07.35 Межа правди
08.30 «Унікальна Україна»
09.00 Час-Тайм
09.30, 17.00 «Неповторна природа»
11.00, 16.10 Дитяча година
11.45 «Чарівний ключик»
12.10 «Гал-кліп»
12.40 «Лікарська справа в Україні»
13.00 «Пам'яті Квітки Цісик»
14.00 Х/ф «Забери мене додому»
17.30 «Щоденник для батьків»
19.30, 21.00 Наші вітання
20.00 TNEY — калейдоскоп подій
20.10 «Погляд зблизька»
20.40 «Слід»
21.30 «Сад, город, квітник»
22.35 Х/ф «Скарби да Вінчі» (2)
ICTV
05.45 Служба розшуку дітей
05.50 Студія Вашингтон
05.55 Факти
06.30 Ранок у великому місті
08.45 Факти. Ранок
09.15, 19.20 Надзвичайні новини
10.00 Громадянська оборона
12.00, 13.20 Т/с «Відділ 44» (2)
12.45, 15.45 Факти. День
13.35 Патруль. Самооборона
14.30, 16.20 Х/ф «Над законом» (2)
16.50 Т/с «Винищувачі» (2)
17.45, 18.20 Т/с «Патрульні» (2)
18.45, 21.05 Факти. Вечір
20.20 Антизомбі
21.25 Дизель-шоу
23.15 Х/ф «Колонія» (2)
СТБ
06.35, 18.30 Т/с «Коли ми вдома» (1)
07.50 Х/ф «Одружений холостяк» (1)
09.35 Х/ф «Дівоча вечірка» (1)
18.00, 22.00 «Вікна-Новини»
20.00, 22.45 «Холостяк-6»
02.20 «Слідство ведуть екстрасенси»
НОВИЙ КАНАЛ
06.05, 07.25 Kids Time
06.07 М/с «Губка Боб — Прямокутні Штани»
07.27 Т/с «Друзі»
09.20, 19.00 Серця трьох-3
21.25 Т/с «Київ вдень і вночі»

22.20 Проект Любов
23.25 Х/ф «Чаклунка» (2)
«УКРАЇНА»
06.10, 11.20 Реальна містика
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00 Події
07.15, 08.15 Ранок з Україною
09.15 Зоряний шлях
10.10, 19.45 Ток-шоу «Говорить Україна»
13.15, 15.30 Т/с «Громадянин Нікто» (2)
18.00 Т/с «Не зарікайся» (2)
21.00 Х/ф «Жило-було кохання»
23.00 Події дня
23.30 Т/с «C.S.I. Місце злочину Майами» (2)
ТТБ
08.00 «Ранок з ТТБ»
10.00 «Усе любов'ю змряне до дна»
10.20 Телезамальовка
10.30 «Велети духу і слави. Українська місія»
10.35 «Мандри Великим Лугом»
10.50, 18.15 «Пісні нашого краю»
11.00, 15.00, 18.00, 19.00, 22.00 «Вісті ТТБ»
11.15 «Думки вголос»
11.30 «Армія нескорених»
11.45 «Мій Шевченко»
14.00 «Що робити?»
14.55, 18.25 «Гуморинка на хвилинку»
15.15 «Тема дня»
15.30 «Хочу бути...»
15.55 «Mortimer. English Club»
16.00 «У країні Мультяндії»
17.00 Д/ф «Тарас Шевченко. Заповіт»
17.40 «Слово має народний депутат»
18.30 «Слід»
18.50, 20.25 «Тернопіль сьогодні»
19.30 «На часі»
20.35 «Пісня в дарунок»
20.45 «Вечірня казка»
21.00 «Arte, viva!»
21.30 «Удосвіта»
22.30 «Час країни»
ІНТЕР
06.10, 11.15, 12.25 Д/с «Слідство вели... з Леонідом Каневським»
07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 12.00, 14.00, 16.00, 17.40 Новини
07.15, 07.35, 08.10, 08.35 «Ранок з ІНТЕРОМ»
09.20 Т/с «Запитайте в осені» (1)
13.35, 14.20, 16.15 «Сімейний суд»
18.05 Ток-шоу «Стосується кожного»
20.00 «Подорожці»
21.00 «Чорне дзеркало»
23.30 Х/ф «Гри патріотів» (2)

НЕДІЛЯ, 13.03.2016

UA:ПЕРШИЙ
06.05 Світ православ'я
06.35 Крок до зірок
07.40 Світ online
08.15 Смакота
08.40 Тепло.Ua
09.15 Путівник прочанина
09.25 Гра долі
09.55 Мистецькі історії
10.20 Спогади
10.50 Твій дім
11.35 Д/ф «Смачні подорожі»
12.30 Фольк-music
13.55 Біатлон. Чемпіонат світу. Мас-старт 12,5 км. Жінки
15.05 Чоловічий клуб. Спорт
16.30 Дорога до Ріо-2016
16.55 Біатлон. Чемпіонат світу. Мас-старт 15км. Чоловіки
17.55 Театральні сезони
18.30 Т/с «Білявка»
21.00 Новини
21.30 Прем'єр-міністр України А. Яценюк про реформи
21.40 Перша шпальта
22.20 Книга.ua
23.00 «Шлягер року. Для тебе, кохана...»
1+1
07.00 «Однокласники»
08.00 «Українські сенсації»
09.00 Лотерея «Лото-забава»
09.40 Маріччин кінозал.
10.05 ТСН
11.00, 12.10 «Світ навиворіт-5: Індонезія»
13.20 «Одруження наосліп-2»
14.40 «Ліга сміху-2»
17.00 Х/ф «Води слонами!»
19.30 «ТСН-Тиждень»
21.00 «Голос країни-6»
23.20 «Світське життя»
00.20 Х/ф «Пісня пісень»
2+2
06.00 Мультфільми
06.40 «Маски-шоу»
07.50 «Нове Шалене відео по-українськи»
08.25 «Облом.UA.»
09.00 «Бушидо»
10.00 «Легенди кікбоксингу»
11.00 «Люстратор 7.62»
12.00 «Люстратор. Спецпроект»
13.00 «Секретні матеріали»
13.50 18 тур ЧУ з футболу «Волинь» — «Сталь»
16.00 «Цілком таємно»
17.00 «Люстратор. Спецпроект. Серпень 2014. Битва за Степанівку»
19.15 18 тур ЧУ з футболу «Дніпро» — «Шахтар»
21.30 «ПРОФУТБОЛ»
23.15 «Гра без правил»
00.00 Х/ф «Дикий схід» (3)

TV-4
06.00 Х/ф «Театр невідомого актора»
07.30, 15.30, 17.40, 20.45 «Про нас»
07.45, 09.50 Ранковий фітнес
08.00 Європа у фокусі
08.30, 11.55, 15.50, 19.35, 22.00 Оголошення. Бюро знахідок
08.35, 15.55, 22.05 Тернопільська погода
08.40 Час-Тайм
09.00 Повнота радості життя
09.30 «Справжня ціна»
10.15 Прямая трансляція святої літургії з архієпархіального собору УГКЦ м. Тернополя
11.40 Дім книги
12.00 Х/ф «Маленькі чоловіки»
13.30 «Чарівний ключик»
14.00 «Сільський календар»
14.30 Межа правди
16.00 «Щоденник для батьків»
16.30 «Слідства.інфо»
17.00 Вікно в Америку
17.20 «Слід»
18.00 Наші вітання
19.00 Провінційні вісті. Тиждень
19.30 Міська рада інформує
19.40 Хіт-парад
21.00 Музична «Гал-кліп»
21.30 Єдина країна
22.10 Х/ф «Врятована» (2)
23.45 Час-тайм

НОВИЙ КАНАЛ
06.05, 08.05 Kids Time
06.10 Х/ф «Павутина Шарлотти»
08.07 Т/с «Пригоди Мерліна»
13.35 Х/ф «Стартрек» (2)
15.55 Х/ф «Стартрек: Відплата» (2)
18.40 Х/ф «Робокоп» (2)
21.00 Х/ф «Поза собою» (2)
23.10 Х/ф «Убити Білла-2» (2)
«УКРАЇНА»
07.00 Події
07.50 Агенти справедливості
09.45 Х/ф «Доля Марії»
11.40 Т/с «Моє нове життя»
15.10 Х/ф «Помилки кохання»
17.00, 20.00 Т/с «Господарка великого міста»
19.00, 06.00 Події тижня
19.40 10 хвилин із Прем'єр-міністром
21.45 Х/ф «Пізня любов»
23.45 Т/с «Не зарікайся» (2)
ТТБ
08.00 «Ранок з ТТБ»
10.00 «На відстані душі»
10.30 «Велети духу і слави. Українська місія»
10.35 «Словами малечі про цікаві речі»
10.50, 18.15 «Пісні нашого краю»
11.00 «Спортивні меридіани»
11.15 «Учнівський щоденник»
11.30 «Думки вголос»
11.45, 18.25 «Гуморинка на хвилинку»
11.50 «Стародавні культури»
14.00 «Поклик таланту»
15.30 «У країні гурманів»
15.50 «Mortimer. English Club»
16.00 «У країні Мультяндії»
17.00 «Театральні зустрічі» (Брехня)
18.00 «Назбирале»
18.30 «Не перший погляд»
18.50 «Тиждень. Крок за кроком»
19.00 «Музичний калейдоскоп»
19.30 «Мамина школа»
20.00 «Подорожні замальовки»
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 Д/ф «Тарас Шевченко. Заповіт»
ІНТЕР
05.50 «Подорожці»
06.20 Х/ф «Бережіть жінок» (1)
09.00 «Готуємо разом»
10.00 «Орел і решка. Навколосвітня подорож»
11.00 «Орел і Решка. Шопінг»
12.00 Х/ф «Люблю. 9 березня» (1)
13.30 Т/с «Птаха у клітці» (2)
17.00, 21.40 Т/с «Криве дзеркало душі» (2)
20.00 «Подорожці тижня»
21.30 «10 хвилин з Прем'єр-міністром»
22.30 Д/ф «Шевченко. 200 років самотності»
23.35 Х/ф «Сусіди за розлученням» (1)

СУБОТА, 12.03.2016

UA:ПЕРШИЙ
06.00 Підсумки
06.25 У просторі буття
07.15 Смакота
07.50 Світ online
08.10 АгроЕра. Підсумки
08.35, 23.45 Золотий гусак
09.15 Word on the street
09.40 Хто в домі хазяїн?
10.10 Хочу бути
10.30 Школа Мері Поппінс
11.00 М/с «Казки Андерсена. Сучасне прочитання»
12.45 Концертна програма Павла Табакова
14.15 5 баксів.net
15.35 Чоловічий клуб
16.25 Біатлон. Чемпіонат світу. Естафета 4х7,5 км. Чоловіки
18.00 Т/с «Білявка»
20.30 На пам'ять
21.00 Новини
21.30 Дорога до Ріо-2016
22.00 Інша музика з Олексієм Коганом
22.40 Мегалот
23.00 Територія закону
23.20 Шлях до перемоги
1+1
06.50, 19.30 ТСН
07.50 «Світське життя»
08.50 Т/с «Хазяйка»
13.00 «Голос країни-6»
15.40 «Вечірній квартал»
17.35, 18.30 «Розсміши коміка-7»
20.15 «Українські сенсації»
21.15 «Ліга сміху-2»
23.25 «Вечірній Київ-2015»
2+2
06.00 Мультфільми
06.40 «Маски-шоу»
07.50 «Нове Шалене відео по-українськи»
08.25, 13.00 «Облом.UA.»
09.35 «Вайпаут»
11.55 «Тор Gear»
14.00 «Відеобімба»
14.20 Х/ф «Підірване сонце» (2)
18.00 Х/ф «Повстання андроїдів» (2)
19.30 Х/ф «13-й район» (2)
21.15 Х/ф «Відплата» (2)
23.00 Х/ф «Механік» (3)
00.50 Х/ф «Дикий схід» (3)
TV-4
06.00 Європа у фокусі
06.30, 11.15 «Про нас»
06.45, 09.15, 11.00 Ранковий фітнес
07.00 Провінційні вісті
07.30, 11.50, 14.20, 16.50, 20.00 Оголошення. Бюро знахідок
07.35 Х/ф «Театр невідомого актора»
09.00 Час-Тайм

09.30 «Євромакс»
10.00 «Слідства. інфо»
10.30 Блага звістка з Ріком Ренне-ром
11.30 «Сад, город, квітник»
11.55, 14.25, 16.55, 20.05 Тернопільська погода
12.00 «Школа домашнього комфорту»
12.30 Х/ф «Життя і смерть Пітера Селлєрса»
14.30 Мультфільми
15.00 Х/ф «Маленькі чоловіки»
16.30 Дім книги
17.00 Хіт-парад
17.50 TNEY — калейдоскоп подій
18.00 Наші вітання
19.00 Єдина країна
19.30 «Музичні делікатеси»
20.10 «Соло»
21.00 Концерт Андре Ріє
22.30 Х/ф «Армійський пиріг» (2)
00.10 Час-Тайм
ICTV
05.25 Т/с «Стріла» (2)
06.05 Факти
06.25 М/с «Том і Джері-3»
07.20 Х/ф «Луні Тюнз: Знову у дії»
09.05 Стоп-10
10.00 Секретний фронт
10.55 Антизомбі
11.55 Патрульні. Цілодобово. Програма-дайджест
12.45 Факти. День
13.05 Громадянська оборона
14.05 Інсайдер
15.00 Х/ф «Колонія» (2)
16.50 Х/ф «Нестримні» (2)
18.45 Факти. Вечір
19.20 Надзвичайні новини. Підсумки
20.05 Х/ф «Нестримні-2» (2)
22.00 Х/ф «Нестримні-3» (2)
00.25 Х/ф «Красунчик Джонні» (2)
СТБ
05.55 «ВусоЛапоХвіст»
08.00 «Караоке на Майдані»
09.00 «Все буде смачно!»
09.55, 00.05 Т/с «Коли ми вдома» (1)
12.15 «Холостяк-6»
15.05 «МастерШеф Діти-5»
19.00 «Україна має талант! Діти»
21.55 Х/ф «Іван Васильович змінює професію» (1)
01.55 «Слідство ведуть екстрасенси»
НОВИЙ КАНАЛ
05.30, 07.30 Kids Time
05.32 Х/ф «Чого хоче дівчина»
07.32, 09.30 Ревізор
12.30 Страсті за ревізором
14.50 Х/ф «Агент Коді Бенкс»

16.45 Х/ф «Агент Коді Бенкс-2»
18.40 Х/ф «Стартрек» (2)
21.00 Х/ф «Стартрек: Відплата» (2)
23.30 Х/ф «Убити Білла» (3)
«УКРАЇНА»
07.00, 15.00, 19.00 Події
07.10 Зоряний шлях
09.00 Кулінарна Академія Олексія Суханова
10.00 Відверто з Машею Ефросиной
11.00 Х/ф «Жило-було кохання»
13.00 Х/ф «Доля Марії»
15.20 Х/ф «Пізня любов»
17.15, 19.40 Т/с «Моє нове життя»
21.45 Х/ф «Помилки любові»
23.40 Т/с «Війна й мир» (2)
ТТБ
08.00 «Ранок з ТТБ»
10.00 «Arte, viva!»
10.30 «Хочу бути...»
10.50, 18.15 «Пісні нашого краю»
11.00 «Земляки»
11.30 «Захисник Вітчизни-рятувальник»
14.00 «На часі»
14.55, 18.25 «Гуморинка на хвилинку»
15.00 «Абетка здоров'я»
15.30 «Слід»
15.50 «Mortimer. English Club»
16.00 «У країні Мультяндії»
17.00 «Словами малечі про цікаві речі»
17.15 Д/ф «Тарас Шевченко. Заповіт»
18.00 «Учнівський щоденник»
18.30 «Стародавні культури»
18.40 «Думки вголос»
19.00, 21.00 «Панорама подій»
19.30 «На відстані душі»
20.00 «Спортивні меридіани»
20.15 «У країні гурманів»
20.30 Соціальна реклама
20.35 «Пісня в дарунок»
20.45 «Вечірня казка»
21.30 «Поклик таланту»
ІНТЕР
05.35 «Жди меня»
07.45, 20.00 «Подорожці»
08.30 Х/ф «Кухарка» (1)
10.00 Х/ф «Бережіть жінок» (1)
12.30 Концерт «Поговори зі мною, мамо»
14.20 Х/ф «Ромашка, кактус, маргаритка» (1)
16.10 Х/ф «Сусіди за розлученням» (1)
18.05, 20.40 Т/с «Птаха у клітці» (2)
22.30 Х/ф «Люблю. 9 березня» (1)
00.05 Х/ф «Двое під дощем» (2)

• Про це говорять

СУБСИДІЇ: палити все, бо більше не дадуть?

Закінчення. Початок на 1 стор.
Нічого, бо в неї на рахунок ще залишилося 200 гривень, які «підуть» як обов'язковий платіж на наступний місяць.
Отже, тим, кому призначено субсидію, потрібно знати, яку суму призначено й скільки на рахунок залишиться після оплати, або скільки призначено кубометрів газу на субсидію і скільки випалили. За одним із цих показників і потрібно орієнтуватися. Як каже Вадим Боярський, не зайве зателефонувати в обслуговуючу організацію і запитати, скільки на рахунок коштів.
До прикладу, відповіли, що є 300 гривень. А обов'язкова плата — 200 гривень. То людині нічого не потрібно платити. А якщо залишок на рахунок менший, ніж обов'язкова плата, до прикладу, 150 гривень, то потрібно доплатити 50 гривень; якщо ж нуль або мінус, то доплатити всю суму. Висновок — треба прагнути економити, щоб на рахунок були кошти!
— Субсидія призначається на дванадцять місяців, — каже Вадим Андрійович. — Людям, яким призначена субсидія, не потрібно звертатися в управління соціалістичну. Всі запити у відпо-



Фото gazeta.lviv.ua

відні організації щодо доходів громадян робитимуть спеціалісти управлінь і перепризначатимуть субсидії. Звертаючись в управління соціалістичну потрібно лише тим, у кого змінилася ситуація, пов'язана з призначенням субсидії, — повідомити про це. Наприклад, змінилася площа опалення, можливо, родина здійснила одноразову покупку на більш ніж 50 тисяч гривень, змінився склад родини тощо.
Якщо відбулися зміни в родині, які не дають права на субсидію, а її виплачують, бо особа не звернулася в управління соціалістичну, то кошти треба буде повернути. Такий випадок був у Збаражі — жінка забула показати разову покупку на 50 тисяч гривень. Субсидію повернула. Але на наступні місяці їй уже знову субсидію призначили, на ті місяці, на які вона мала право.
За словами Вадима Ан-

дрійовича, в області понад 200 тисяч заявників на призначення субсидій. Найбільше в Тернополі — 30 тисяч, у Борщівському районі — в межах 12 тисяч, Кременецькому — 11,5 тисячі, по 10 тисяч — у Гусятинському, Тернопільському, Збаразькому районах. Найменше таких у Підгаєцькому, Монастириському, Шумському районах. Середній розмір субсидії — 1700 грн, а за січень він становив 1900 грн.
Як сказав Вадим Боярський, при нарахуванні субсидій можуть бути й помилки, неточності, адже непросто обробити 200 тис. справ. Тож потрібно звертати увагу на повідомлення, звертати їх, уточнювати. Якщо сума субсидії не відповідає повідомленню в квитанції за оплату житлово-комунальних послуг — звертайтеся в управління соціалістичну для з'ясування.
Валентина Девлиш.

Будьмо «взаємно красивими»

ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ В МІСЦЯХ ЗАГАЛЬНОГО КОРИСТУВАННЯ

У ТЕАТРІ

Наша поведінка не повинна обмежуватися жорсткими правилами — інколи ми можемо і відступати від них. Однак, є місця, відвідуючи які, необхідно поводитися згідно із загальноприйнятими нормами.

Збиратися до театру потрібно завчасно. Якщо вистава має відбутися у будень, жінці важливо спланувати свій час, щоб встигнути передягнути, зробити зачіску, макіяж.

Жінкам до театру прийнято вдягати ошатні сукні чи костюми, а чоловікам — темний костюм, світлу сорочку і краватку. Єдиний випадок, коли виникає необхідність в офіційнішому одязі — це прем'єра вистави чи вечірні презентації, на які глядачі отримують запрошення особисто.

Правила етикету під час відвідин театру
✓ До театру прийнято приходити за 20 хв до початку вистави, щоб встигнути роздягнутися і залишити верхній одяг у гардеробі.

✓ Номерки з гардеробу забирає чоловік і ставить у кишеню або жінка може покласти їх у сумочку, але в жодному разі не крутити їх на пальці.

✓ Перед початком вистави можна прогулятися у фойє і подивитись фотографії артистів.

✓ До театру входить першим чоловік і показує квитки, а тоді пропускає даму, яка першою сідає на своє місце.

✓ У театрах Європи прийнято, щоб жінка сідала праворуч чоловіка. А якщо до театру прийшло дві пари, тоді першим заходить чоловік, далі жінки, а за ними — другий чоловік. Так вони й сідають на свої місця.

✓ Зі знайомими у глядацькій залі зазвичай вітаються легким кивком голови та усмішкою, руку подають лише тим, хто поруч.

✓ Згідно зі строгими правилами етикету сидіти у глядацькій залі потрібно спокійно і, якщо можливо, — прямо, не міняючи часто пози. Так ви не створюватимете дискомфорту людям, які сидять позаду вас.

✓ Сідати на крісло потрібно повністю, а не на край.

✓ Не можна спиратися обома ліктями на крісло, закидати ногу на ногу, шарудіти папірцями, розглядати залу та інших людей, користуватися телефоном.

✓ Не варто ділитися емоціями із сусідами, обговорювати виставу, а також запитувати прізвиська акторів.



Сучасний етикет передбачає велику кількість правил. Якщо їх дотримуватися, ми зможемо швидко знайти вихід із будь-якої ситуації. До того ж, не соромлячись і не червоніючи, а навпаки — справимо приємне враження.

• Не дрібниці

Аплодувати потрібно в таких ситуаціях:

- ✓ після підняття завіси, що означає схвалювання декорацій;
- ✓ при першому виході відомого актора чи співака (в опері);
- ✓ після цікавих діалогів, реплік;
- ✓ після закінчення кожного акту і всієї п'єси загалом;
- ✓ після великих діалогів чи оперних арій;
- ✓ перед початком оперної вистави, коли диригент виходить на сцену, а також тоді, коли обертається до глядачів.

У кінці, якщо вистава сподобалася, подяку й похвалу можна висловити довгими аплодисментами і викликати артистів на сцену. У разі виконання арії чи балетного номера, що особливо сподобався, можна просити артиста виконати їх «на біс» (ще раз), викрикуючи «Браво!», «На біс!».

Однак глядачам не варто бути нав'язливими і примушувати артистів довго працювати. На драматичних виставах викликати артистів «на біс» не прийнято. Висловити своє захоплення і вдячність можна букетом квітів.

У РЕСТОРАНІ

Для більшості з нас банальне запрошення до ресторану може здивувати, а його відвідини стануть справжньою мукою. Щоб цьому запобігти і оборотити невпевненість у собі, потрібно засвоїти кілька правил етикету. Ці знання допоможуть почуватися впевненим незалежно від того, ходимо ми до ресторану щодня чи раз на кілька років.

- ✓ Якщо до ресторану входить пара, першою заходить жінка.
- ✓ Чоловік сідає ліворуч жінки, або навпроти неї.
- ✓ У ресторани не прийнято голосно розмовляти, сміятися, ставити лікті на стіл.

✓ Їсти можна лише тоді, коли всі отримали своє замовлення. За винятком, якщо страва вистигає та інші дозволили розпочати трапезу.

✓ За столом не можна витирати обличчя серветкою, дути на страви чи нюхати їх.

✓ Коли жінку, яка проходила повз, знайомлять із жінкою, яка сидить за столом, вставати не потрібно, навіть якщо ця жінка старша.



✓ Робити замовлення краще одній людині (це не означає, що вона буде оплачувати замовлення).

✓ Кликати офіціанта можна кількома способами: перехопивши погляд офіціанта, піднявши руку з піднятим вгору пальцем; якщо офіціант не дивиться на вас, можна неголосно обізватися: «Офіціант!» або «Можна вас?».

✓ Чайові офіціанту дають

• А ви знали?

У Франції навіть малознайомі люди при зустрічі і прощанні цілуються, по черзі торкаючись один одного щоками і посилаючи в повітря від одного до п'яти поцілунків, і кажуть: «Comment ça va», — що можна перекласти: «Як це йде?»

В Італії при зустрічі люди один одному кажуть: «Чао!», або «Comesta», — що означає: «Як стоїш?»



Німеччина. Строго! До 12 дня кажуть «Добрий ранок», від 12 до 17 — «Добрий день», після 17 — «Добрий вечір».

У Греції люди бажають один одному здоров'я. А їх стародавні родичі вітали один одного словом «Радуйся!»

(приблизно 10—15 % від загальної вартості) разом з оплатою замовлення. Офіціант може принести вам решту, яку, як правило, залишають на підносі.

✓ Якщо в рахунок виявили якусь помилку, потрібно покликати офіціанта і спокійно пояснити ситуацію.

✓ Оплативши рахунок, подякуйте офіціантові, а вставши, не залишайте крісло відсутнім.

У МАГАЗИНІ, СУПЕРМАРКЕТІ

До магазину ми ходимо майже щодня. Тому поводитися потрібно належним чином, як і в інших місцях загального користування.

Правила етикету для покупців:

✓ зайшовши в магазин, будьте привітні, але не нав'язливі;

✓ покупку краще спланувати, а при великій кількості — скласти список. Це зекономить час нам, продавцеві та іншим покупцям;

✓ перед оплатою підготуйте, приблизно, необхідну суму;

✓ звертатися до продавця прийнято тільки на «ви»;

✓ отримавши консультації чи відповіді на запитання,

не забудьте подякувати за увагу консультантові чи продавцеві;

✓ якщо в супермаркеті є «експрес-каси» з обмеженою кількістю назв товару, дуже невиховано підходити до цієї каси, коли у нас товару більше, ніж зазначено;

✓ переклавши весь товар з візка в машину, відвезіть візок до дверей магазину, інакше це згодом може завадити комусь припаркуватися.

У ГРОМАДСЬКОМУ ТРАНСПОРТІ

Якщо до театру і ресторану ми ходимо не так часто, то громадським транспортом користуємося щодня. Усім нам знайомі ситуації, коли хтось дуже голосно розмовляє, відповідає грубим тоном, не поступається місцем старшим, сміється, їсть тощо.

✓ Заходити у громадський транспорт потрібно не поспішаючи, зняти сумку (рюкзак) з плеча.

✓ Юнак чи дівчина мають поступитися місцем у громадському транспорті, якщо до салону зайшли літні жінки або жінки з дітьми на руках.

✓ Той, кому поступилися місцем, дякує, але ніколи не починає розмови з тим, хто поступився місцем.

✓ Їсти, пити, сміятися, голосно розмовляти зі знайомими чи телефоном — не прийнято.

✓ При виході з транспорту чоловікові спершу треба пропустити жінку. На незнайомих чоловіків це правило не поширюється. Вони просто мають пропустити жінок при виході, звісно, якщо не виникає ніяких надзвичайних труднощів.

Отже, щоб бути «взаємно красивими», нам потрібно не лише дбати про свій зовнішній вигляд, а й про «внутрішній», зокрема, знати правила етикету.

• На замітку

Що таке етикет

Змалечку ми можемо розрізнити симпатичних і менш симпатичних, приємних і неприємних, добрих і злих тіток і дядьків. У чому криється причина такого різного сприйняття? І що робити, щоб завоювати прихильність тих, хто поруч?

Відповідь проста: про людей судять за їхньою поведінкою. Основні правила поведінки, які прийняті суспільством, називаються етикетом.

Етичні засади поведінки людини мають глибокі історичні корені. Ще давним-давно старші покоління передавали поради молодим. Ще китайський мислитель Конфуцій наголошував, що люди потребують певних зразків, згідно з якими вони мають поводитися.

Пізніше, в епоху Середньовіччя, у кожному королівстві сформувалася свій етикет — правила пристойності. Це була ціла наука, яку потрібно було вивчати і володіти нею досконало. Праця була дуже важка, кропітка, але з часом правила поведінки спрощувалися і набули загальних рис.

Так, нам уже не потрібно при зустрічі робити незвичні поклони з капелюхом, як це було при дворі Людовика XIV.

Що цікаво, саме за часів правління цього французького короля і виникло слово «етикет»: в одному з вишуканих, величезних прийомів гості одержали картки (етикетки) з великим списком правил поведінки.

Сьогодні, у період глобалізації, розвитку комунікації зростає і наша культура загалом, а отже, необхідна більша увага до норм етикету.

Як вітаються у різних країнах світу

У Гренландії немає формального вітання, але при зустрічі обов'язково вимовляють: «Гарна погода». Зміст цього слову виходить за рамки кліматичного визначення й означає «Світ прекрасний».

У США ставлять стандартне питання при зустрічі: «Як справи?», і дають таку ж стандартну відповідь: «Усе добре». Причому якщо в людини аж ніяк не все добре, відповідь «Усе погано» буде розцінено як поганий тон.

У країнах Латинської Америки при зустрічі прийнято обніматися, навіть якщо це малознайома або зовсім незнайома людина.

У Китаї люди вітаються поклоном з витягнутими



вздовж тулуба руками.

В Ізраїлі при зустрічі кажуть: «Мир вам!»



У Лапландії при зустрічі труться одне об одного носами. Мають, щоб трохи зігрітися.

В Ірані люди бажають одне одному веселощів і при зустрічі кажуть: «Будь веселим!»

У Монголії при зустрічі люди кажуть одне одному: «Чи здорова ваша худоба?» Жителі Індії вранці запитують: «Чи не дуже турбували вас комарі цієї ночі?»

Ескімоси злегка б'ють одне одного кулаком по голові і по плечах. На щастя, це роблять лише чоловіки.

У державі Самоа обнюхують одне одного.

У древньому Єгипті під час короткої зустрічі жителі ставили запитання: «Як ви пітнієте?»

Деякі індіанські народи при зустрічі знімають взуття, а у деяких індіанських племен в Америці при зустрічі треба сісти навпочіпки. Така поза вважається наймиролюбнішою.



А найцікавішим і найкумеднішим привітанням можна назвати те, як вітаються тибетці. При зустрічі вони правою рукою знімають головний убір, а ліву руку закладають за вухо і висовують язик.

Сторінку підготувала Наталя Колодій.

Смішного!

Тюремний наглядач каже своєму колезі:
— Знаєш, мене почи-нає хвилювати в'язень номер сімдесят два.
— А що сталося?
— Та він уже третю ніч не ночує у камері!

Теща сердито каже зятєві:
— Досить читати га-зету, пішов би краще грядки полив!
— Але дощ іде, мамо...
— Ну і що, одягни плащ!

Мама наказала Пет-рикові: якщо запізнить-ся на обід, за столом повинен мовчати.
Той, зрозуміло, зно-ву запізнився.
— Слухай, мам...
— Ні слова!
— Там...
— Ще раз кажу, зак-рий рота!
Після обіду:
— Ну, що ти хотів ска-зати?
— А, дурниця! Там братик у кімнаті ваші гроші ножицями ріже...

Мати каже доньці:
— Донечко, тобі дав-но пора собі принца на білому коні знайти.
— Навіщо ж, мамо?
Батько з дивана:
— Та негоже ж такий кобилі одній ходити.

Печінка чекала п'ят-ницю і тривожилась... Шлунок готувався... Ніс чухався... Ноги і язик знали, що будуть заплітатися... Дупа боялася при-год...
І лише один мозок радів: «Нарешті відпо-чину».

Хіти брехні.
1. Нічого не сталося, у мене все гаразд.
2. Рада тебе бачити.
3. У мене нема жуйки.
4. Я тобі зателефо-ную.
5. У мене немає гро-шей на телефоні.

У мене класичний жіночий гардероб.
1. Вдягнути нічого.
2. Вішати нікуди.
3. Викинути шкода.
4. І спеціальна поли-ця «Раптом схудну»!

Прибігає Петрик до батька:
— Тату! Ти не засму-тишся?
— Залежить через що.
— Та я твою каву про-лив.
— Дурниця!
— От і я про те ж! Але, схоже, твій комп'ютер так не думає.

Їде чоловік на верб-люді, весь мокрий. На-зустріч йому приятель:
— Що це з тобою? З тебе аж тече.
— Та ось верблюд дуже вже забобонний попався. Кішка дорогу перебігла — то він, пад-люка, тричі сплюнув через ліве плече.

У такі моменти необхідно просто трохи заспо-коїться і відволіктися. Але зробити це дуже важко, адже думки потоком ври-ваються в голову і не да-ють спокою. Боротися з цим вам допоможе арт-те-рапія.

Пропонуємо 23 способи поставити свої мізки на місце. Потрібно тільки взя-ти в руки папір і олівець та просто почати малювати. Неважливо як. А через якийсь час вами опанують дивовижна гармонія і спокій.

Втомився — малюй квіти.
Сердишся — малюй лінії.
Болить — ліпи.
Нудно — заповни листок паперу різними кольорами.
Сумно — ма-люй веселку.
Страшно — плети макра-ме або роби апликації з ткани-ни.



Звідусіль

СЛОВЕНЦІ ВИСМІЯЛИ ПУТІНА У ВІДЕОКЛІПІ

На фіналі відбіркового національного туру «Євро-бачення» у Словенії показа-ли пародійне відео про ро-сійського президента Воло-димира Путіна. Як повідом-ляють місцеві видання, ро-лик показали у перерві, поки йшло голосування за пред-ставника Словенії на пісен-ному євроконкурсі.



Автором пісні та кліпу став словенський комік Клемен Слаконья, який вів концерт. У пісні «Putin, Putout» висміюються ім-перські амбіції російського президента: «Я знаю, що ніхто не хоче Третьої Світо-вої, Тож Євросоюз та США не сваряться зі мною».

У кадрах відео з'являють-ся Pussy Riot, військові, бале-рини, ядерні боеголовки, спецпризначенці, сам «Путін» топлес та з журна-лом Time зі своїм зображен-ням на обкладинці тощо.

Клемен Слаконья має популярний відеоканал, на якому розміщує свої па-родії. У роликах він висміює як місцевих політиків та зірок, так і всесвітньовідо-мих діячів.

МІЛЬЙОН ДОЛАРІВ НА ДЕНЬ НАРОДЖЕННЯ

Президент Зімбабве Ро-берт Мугабе витратив на святкування свого дня на-родження 1 млн доларів.

У кожного з нас бува-ють хвилини печалі і смутку. Часом пробле-ма настільки опановує нашою свідомістю, що ми ніяк не можемо розгледіти виходу з неї.

Варто спробувати

Обурюєшся — рви папір на дрібні шматочки.
Турбуєшся — складай оригами.
Напружений — малюй візерунки.
Важливо згадати — малюй лабіринти.
Розчарований — зроби копію кар-тини.
Зневірився — малюй доро-ги.
Треба щось зрозуміти — намалюй мандали.
Треба швидко віднови-ти сили — малюй пейзажі.
Хочеш зрозуміти свої

Мугабе, який керує Зімбабве з 1987 року, ви-повнилося 92 роки. 800 тис. з усієї витраченої суми зібрало молодіжне крило Зімбабвійського афри-канського національного союзу — Патріотичний фронт і його прихильники.

ЩОБ ГРОШІ НЕ ЗМІНИЛИ ЖИТТЯ

90-річна мешканка міста Ларго в американському штаті Флорида Рубі Сора виграла у лотереї 43 млн доларів, але вирішила не залишати гроші собі. Замість того, щоб розпоря-дитися грошима, Рубі Сора та її 90-річний чоловік вирі-шили віддати їх.

Переможці лотереї сказа-ли, що вони не хочуть, щоб гроші змінювали їхнє жит-тя. Однак це не означає, що вони не хочуть, щоб завдя-ки грошам змінилося життя тих, кого вони люблять. Рубі Сора та її чоловік віддадуть гроші своїй родині.

Трохи раніше повідомля-лося, що за тиждень одразу три мільйонних джекпоти виграла жителі штату Фло-рида в США. Один з вигравів становив 328 млн доларів.

За матеріалами «Газети по-українськи».

Відповіді на сканворд «Мода», надрукований 25 лютого

М	О	П	Е	К	Ф	І	Н
Д	О	Х	О	Д	Я	Г	А
Б	А	Т	О	Н	Г	О	Р
Р	К	Л	А	Р	А		
П	Е	С	О				
А	Л	К	А	Б	Т	Р	
С	А	Л	Е	Х	А	Р	
Г	І	Т	А	Р	А		
К	О	М	А	Х	А		
А	Р	А	Б	О	Ж		
		К	А	П			
		О	З	О	Н	А	Т
		З	А	Л	Р	О	К
		У	О	С	І	Р	І
		О	Б	У	Х	Я	С
						Л	А

Малюй, ліпи, твори!

23 СПОСОБИ ПОСТАВИТИ МІЗКИ НА МІСЦЕ



почуття — малюй автопор-трет.

Відчуваєш тривогу — зроби ляльку-мотанку.

Важливо запам'ятати стан — малюй кольорові плями.

Якщо треба системати-зувати думки — малюй стільники або квадрати.

Хочеш розібратися в собі і своїх бажаннях — зроби колаж.

Важливо сконцентру-ватися на думках — ма-люй точками.

Для пошуку оптималь-ного виходу із ситуації — малюй хвили і кола.

Відчуваєш, що «заст-ряг» і треба рухатися далі — малюй спіралі.

Хочеш сконцентрува-тися на меті — малюй сітки і мішені.

Поміркуйте



Обов'язково спробуйте цю просту психологічну техніку, адже це дійсно пра-цює. Помітите, як у вашій голові починає прояснюва-тися і ви зможете знайти вихід із ситуації або хоча б розібратися з тим, що вам необхідно робити саме те-пер.

Отакі!

У Грузії продають освячені iPhone

У Тбілісі в одному з ма-газинів цифрової техніки освятили мобільні теле-фони iPhone. Панотець освятив не тільки продук-цію Apple, але й сам ма-газин.

«Наш магазин — пер-ший, де продаються ос-вячені iPhone. Ми часто чули, що суспільство ут-римується від купівлі так званих «диявольських продуктів». Ми врахове-мо думку й інтереси більшості жителів нашої країни, у зв'язку з чим ос-вятили наш магазин», — зазначив менеджер ма-газину «iPhone+» Георгій Мачаваріані.

Спочатку грузинські ко-ристувачі мережі сприй-няли цю інформацію як жарт. Однак згодом ад-міністрація магазину підтвердила, що процеду-ра освячення справді відбулася. Освячена про-дукція Apple поки буде продаватися лише в од-ному магазині мережі.

За матеріалами видання «Кореспондент».



Сканворд «Канат»

	ГОРСА-ТИЙ ВУЛ		ГОРА-ЗА-ПОВІДНИК У КРИМУ	СПІВАК ... БОБУЛ	ЛИКЕ ПОТОМ-СТВО	ГРУБИЙ МОТУЗОК (ФОТО 1)		ПОРОЖНІ РОЗМОВИ, ТЕРЕВЕНІ	ФРАНЦ. ФІЗИК, НОБЕЛІВ. ЛАУРЕАТ
	ФРАНЦ. СПОРТ. ГАЗЕТА					ЗАПН РИМСЬ-КОЇ КІННОСТІ			
	ТОЙ, ХТО ВИРОЩУЄ БАВОВНУ								
						СПАРИНГ У БОКСІ			
						ПРИТОКА ОБІ			
	ГУЧНИЙ УСПІХ	ПТАХ З ЧУВЧИ-КОМ (ФОТО 2)		ВИЩИЙ НАВЧА-ЛЬНИЙ ЗАКЛАД					
БАЛАКУН		ВЕЛИКА ЗМІНА РОДИНИ УДАВОВИХ	ФРАН-ЦУЗЬКЕ ВИНО	ПРИТОКА ЛЕНИ					
ШВЕДСЬ-КИЙ АН-САМБЛЬ 70-Х				УКР. ХУ-ДОЖНИК ОРГАНІВ. ОБ'ЄДН. НАЦІЙ					
НАУКА ПРО ТВАРИН									
					КОРОНА ПАПИ РИМСЬ-КОГО	НІМЕЦЬ-КИЙ ПОЕТ			
ФРАНЦ. СПІВАЧКА		ВЕНИЦЯ О.ПУШКИ-НА							
ЕГИПЕТ-СЬКИЙ БОГ СОНЦЯ				ІРЛАНДС-РЕСПУБ-ЛІКАН-СЬКА АРМІЯ					
	ВЕЛИКИЙ ГРИЗУН					СТОЛИЦЯ САМО-ВАРІВ	МУСУЛЬ-МАНСЬ-КИЙ ЗАКОН	УТОРС. АНТИФА-ШИСТ І РОЗВІД-НИК	КУЛЬТО-ВНИЙ БУ-ДИНОК
	ЧЛЕН «ЕТА»								
	АКТОР ... ЛІВАНОВ								
	ВАЛЮТА ТАЙЛАН-ДУ				КУТОВИЙ СТУСАН ПО М'ЯЧУ				
МОРСЬ-КИЙ ЕЛЕКТ-РИК (ФОТО 3)			ДАВНЯ ГРЕЦІЯ						
						ЕЛЕМЕН-ТАРНА ЧАСТИН-КА			