

Домашня газета

ПОРАДНИЦЯ ДЛЯ ВСІЄЇ РОДИНИ!

Програма телебачення

Ціна 1 грн

#31(746) 4 серпня 2016 року

• Увага!

Магнітні бурі в серпні

2, вівторок, 20—24 год, 4;
4, четвер, 7—11 год, 5;
5, п'ятниця, 5—8 год, 4;
6, субота, 6—9 год, 3;
10, середа, 21—24 год, 4;
12, п'ятниця, 15—19 год,
3;
15, понеділок, 12—15 год,
1;
18, четвер, 12—15 год, 1;
19, п'ятниця, 13—16 год,
3;
22, понеділок, 12—15 год,
1;
25, четвер, 6—9 год, 1.
Примітка: 1 бал — най-
слабша магнітна буря, 5 —
найсильніша.

• А ви знали?

Чи багато серед нас метеозалежних

Вітчизняні дослідники час від часу проводять опитування серед українців щодо їхньої залежності від погодних умов.



Виходячи з результатів останніх досліджень, дуже залежать від зміни погоди близько 10% жителів України. «Мене дуже гнить відсутність сонця»; «У мене тиск падає»; «Майже щодня — занепад сил», — скаржаться респонденти.

Цікаво, що жінки зазнюють нездужання, пов’язані зі зміною погодних умов, утрічі частіше від чоловіків (15% і 5% відповідно). Крім того, найбільш метеозалежними виявилися опитані у віці 35—45 років (13%).

Реагують на погоду тільки в певні періоди близько 40% наших співвітчизників. До поганого самопочуття майже однаково схиляється як молоді респонденти у віці від 25 до 35 років (40%), так і учасники опитування віком від 45 до 55 років (45%).

Не вважають себе метеочутливими 42 відсотки респондентів. Серед чоловіків таких більше від половини (52% проти 30% серед жінок). Рідко реагують на погоду й опитані, старші 55 років (55%).

ЯКА КОРИСТЬ ВІД ВАРЕННЯ

2

З днем Ангела!

Сьогодні іменинни Марії, Магдалини, завтра — Ганни. 6 серпня з днем Ангела вітайте Бориса, Гліба, Христину, 7 — Ганну, Марку, 8 — Параску, Федора, 9 — Климентія, Германа, 10 — Остапа, Євстахія, Антоніну.

«Холодильні» правила



• Знадобиться

муть запахи своїх «сусідів» і не вкриватимуться кіркою;

- ✓ яйця зберігайте тільки в спеціальному відсіку або в окремому посуді;
- ✓ регулярно мийте внутрішню поверхню холодильника теплим розчином соди (15 г на 1 л води);
- ✓ систематично розморожуйте морозильну камеру, бо намерзлий лід зменшує ефективність роботи агрегата;

РОЗМОРОЖУВАННЯ ПРОДУКТІВ

✓ Закривайте продукти, діставши їх із морозильної камери.

✓ Не розморожуйте в теплому місці, де створено



Чим подивувати? Варенням із... м'ятою

3

7

СІМ ГРІХІВ
З ЛЮБОВІ
ДО ДИТИНИ

бурухливий ріст бактерій.

✓ Готуйте їжу відразу після розморожування, не дайте «відстоятися». Рідину, що залишилася після розморожування м'яса, птиці, риби, вилийте в каналізацію.

✓ Не заморожуйте продукти повторно, бо під час попереднього розморожування бактерії могли вже почати розмножуватися. Сире м'ясо може бути заморожене, потім розморожене, приготоване і тільки після цього знову заморожене.

✓ Якщо холодильник зламався чи відключився на деякий час, перезаморожувати можна тільки ті продукти, які залишилися замороженими всередині й на котрих видно кристали льоду. Ніколи не заморожуйте продукти, які випадково розмерзлися і в такому вигляді пролежали кілька днів.

Не наталовуйте холодильник продуктами — це ускладнює процес підтримання постійної температури.

✓ За статистикою, найпоширенішою причиною поломки і подальшого ремонту холодильника є не до кінця зацинені двері. Щоб підтримати температуру на належному рівні в незамкнутому просторі компресор починає працювати в посиленому режимі, що врешті призведе до виходу з ладу або компресора або реле.

• Господині на замітку

КАБАЧКОВІ СЕКРЕТИ

✓ Кабачки слід використовувати недостиглі, осіклики зрілі плоди жорсткі і не такі смачні.

✓ Кабачки переробляти варто відразу ж. Навіть при нетривалому зберіганні вони втрачають смакові якості.

✓ Із зрілих кабачків найкраще готовувати оладки.

✓ З молодих кабачків, призначених для фарширування, можна не зрізати шкірочку.

✓ Кабачки для ікри спочатку панірують у борошні, а потім обсмажують.

Рецепти страв із кабачків — на 3 стор.

Погода на тиждень

За даними мережі Інтернет

	Температура	Опади	Вітер, м/с	Тривалість дня
четвер, 4 серпня	+15 / +28	без опадів	півд.-зах., 3	15.00
п'ятниця, 5 серпня	+18 / +30	ясно	півд.-сх., 5	14.57
субота, 6 серпня	+20 / +31	ясно	півд.-сх., 3	14.53
неділя, 7 серпня	+19 / +25	без опадів	півн., 5	14.51
понеділок, 8 серпня	+16 / +27	без опадів	zm. напр., 3	14.48
вівторок, 9 серпня	+16 / +29	без опадів	сх., 4	14.44
середа, 10 серпня	+17 / +31	ясно	zm. напр., 3	14.41

● З Божої аптеки

**Яблуко й цибуля
проти аритмії**

Яблуко і цибулину настерти в рівних пропорціях на терці. Вживати суміш при аритмії по 1 ст. ложці двічі на день. Курс лікування — місяць.

**Огрики виженуть
пісок**

З великих перестиглих огірків виберіть насінину. Промийте і висушіть. Насіння змеліть на кавомолці (1 скл.) і залийте 1 л окропу. Можна додати мед. Вилійте цей настій протягом дня. Його можна пити й перед їдою і між. Настій жene пісок з нирок, очищаючи їх. Таку процедуру радять проводити 1 раз на п'ять років.

**Кріп і заспокоїть,
і полікує**

Ще в далеку давнину цю пряну траву використовували як хороший заспокойливий засіб. Повна столова ложка подрібненого свіжого кропу швидко знімає судоми, кольки, допомагає при безсонні.

Кріп помічний і тим, хто має підвищений тиск крові і коронарну недостатність. Пожувавши на вітві дрібку сухого насіння, ви відчуєте легкість у застудженій грудині, вгамується кашель.

Відомо також, що кріп, якщо його вживати регулярно, підвищує чоловічу потенцію.

**Живокіст затоїть
переломи**

Натріть на дрібній терці 1 ст. ложку кореня живокосту лікарського і змішайте з 1 ст. ложкою меду. Цією сумішшю змасить хворе місце (забій, місце старого перелому), зверху покладіть марлю, потім компресний папір і закріпіть еластичним бинтом.

**Проти грибка
на нігтях**

Ватний тампончик вмочити у 20%-у настоянку прополісу або його екстракту, прикладти до нігтів, зафіксувати пластирем. Робити це потрібно щодня, аж до зникнення грибка.

Можна приготувати ще такий розчин: змішати 2 чайні ложки спирту, 2 чайні ложки оцтової есенції, 1 чайну ложку гліцерину і щодня на ніч змачувати ним вражені грибком нігти. Курс лікування — 15–30 процедур.

Змішати в рівних пропорціях столовий оцет і настоянку йоду. Змащувати нігти кілька разів на день.

Взяти порівно трави рутки лікарської, буркуну, сучвіття деревію звичайного. 2 ст. ложки суміші залити 1 л окропу, охолодити до 38–40°C. Парити нігти на ногах протягом 20 хв.

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

**ПРИ ВАРИКОЗНОМУ
РОЗШИРЕННІ ВЕН**

✓ Уранці і ввечері болючі місця розтирати яблучним оцтом і одночасно пити його (2 чайні ложки на 1 склянку теплої води з 1 чайною ложкою меду 2–3 рази на день).

✓ Обмивати гомілки нерозведенним яблучним оцтом перед сном і вранці одразу ж після сну, а також після ванни і душу. Витирати оцет не треба, він має висохнути сам. Така процедура помітно зменшує болі і запобігає розвитку хвороби.

✓ Добре також налити у ванну холодної води до колін, влити 1/4 л яблучного оцту і потримати ноги в такій воді 2–3 хв. Потім на мокрі (не витирати!) ноги одягти бавовняні шкарпетки, а на них вовняні і лягти так, щоб ноги були припідниті.

✓ Ефективним буде також намочити тканину в чистому яблучному оцті, трохи відтиснути і обгорнути нею гомілку. Зверху прикрити сухим махровим рушником. Положення ніг на 30 хв. має бути припіднитим.

✓ При всіх цих способах лікування пити тривалий час звичайний розчин яблучного оцту по 1 склянці

**ПРИ ВАРИКОЗНОМУ
РОЗШИРЕННІ ВЕН**

✓ Уранці і ввечері болючі місця розтирати яблучним оцтом і одночасно пити його (2 чайні ложки на 1 склянку теплої води з 1 чайною ложкою меду 2–3 рази на день).

✓ Обмивати гомілки нерозведенним яблучним оцтом перед сном і вранці одразу ж після сну, а також після ванни і душу. Витирати оцет не треба, він має висохнути сам. Така процедура помітно зменшує болі і запобігає розвитку хвороби.

✓ Добре також налити у ванну холодної води до колін, влити 1/4 л яблучного оцту і потримати ноги в такій воді 2–3 хв. Потім на мокрі (не витирати!) ноги одягти бавовняні шкарпетки, а на них вовняні і лягти так, щоб ноги були припідниті.

✓ Ефективним буде також намочити тканину в чистому яблучному оцті, трохи відтиснути і обгорнути нею гомілку. Зверху прикрити сухим махровим рушником. Положення ніг на 30 хв. має бути припіднитим.

✓ При всіх цих способах лікування пити тривалий час звичайний розчин яблучного оцту по 1 склянці

на 2 рази на день.

✓ Яблука сорту антонівка. 4–5 яблук залити окропом і настоювати від 3 до 6 годин. Пити по 50 г нащесерце і ввечері перед сном, з'ївши попередньо по 1/4 чайної ложки меду.

Однак яблучний оцет помічний і від багатьох інших хвороб.

ПРИ ПОЛІНОЗІ

На 1 скл. теплої кип'ячеї або холодної води взяти 2 ч. л. яблучного оцту і 1 ст. л. меду, можна й цукру замість меду. Все розмішано

на 2 рази на день.

ПРИ БОЛЯХ У СУГЛОБАХ

Курс тривалий. Вживати 3 рази на день по 1 скл. звичайного розчину яблучного оцту

на 2 рази на день.

ПРИ ГОЛОВНОМУ БОЛЮ

Через 2 тижні проїдеть

через 2–3 шари марлі і розливати у великі банки для бродіння із запасом 6–8 см до краю.

Ще через 2 тижні знову процідіть рідину — і яблучний оцет готовий. Розливати його по пляшках, не додаючи до шийки.

Пляшки необхідно щільно закупорити і зберігати в темному місці при кімнатній температурі.

Рецепт №2

Подрібнімо 800 г яблук, додаємо 1 л теплої води, 100 г цукру або меду, 10 г свіжих дріжджів, 20 г житніх сухарів, перемішую-

но, накриваємо, ставимо в тепле темне місце на 10 днів, щодня перемішуюмо.

Потім проціджуємо за допомогою марлі. Переливаемо в чисту банку, додаючи цукор або мед з розрахунку на 1 л рідини 50 г (для солодких яблук) або 100 г (для кислих яблук), ретельно перемішуючи до повного розчинення цукру, накриваємо марлею. Залишаємо ще на 30–60 днів для бродіння, періодично помішуючи. Коли рідина стане прозорою і бродіння закінчиться, яблучний оцет готовий. Знову проціджуємо і розливаемо по пляшках.

Рецепт №3

Поставте каструллю в тепле, але не сонячне місце. Кілька разів на день перемішуйте масу дерев'яною лопаткою.

На замітку**НЕ ЇЖА, А СОЛОДОЩІ**

Розповсюджена думка, що батончик з горіхами — це повноцінна заміна їди, дуже шкідлива. Адже це насамперед солодощі. Звичайно, з'ївши 4–5 батончиків, денну фізіологічну норму калорій ви отримаєте, але шоколад, горіхи й решта складників подібної продукції не дадуть організму, особливо дитячому, необхідної кількості вітамінів і мінералів.

Головне розуміти, що такий шоколадно-горіховий варіант підходить тільки у тому разі, коли нема змоги поїсти як слід. Якщо ви наперед знаєте, що поїсти вам не дастися, краще запасітися сухофруктами, яблуками, морквою.

Як «швидкий перекус» непогані прості горіхи (мигдаль, фундук, арахіс). Вони втамовують голод, зміцнюють сили, та їх не з'їси.

ОДНА З ПРИЧИН ОЖИРІННЯ

Учені дійшли висновку, що дефіцит рідини може стати вирішальним фактором у наборі зайвої ваги. Нестача води в організмі — досить небезпечний стан. Саме тому фахівці з Мічиганського університету рекомендують стежити за своїм водним балансом.

У досліджені взяли участь 10 тис. жителів Америки. Добровольцям запропонували ділитися з ученими інформацією про споживання рідини протягом кількох тижнів.

Виявилось, що при дефіциті питної води виникає додатковий ризик накопичення зайвої ваги. Учені роблять висновок: вода — один з ефективних способів профілактики ожиріння.

Організму людини потрібна не тільки питна вода. Частину рідини варто одержувати з овочів і фруктів, підкреслюють дослідники.

Солодкі мрії шкідливі не тільки для діабетиків

ЗДОРОВ'Я**Яблучний оцет:****Що лікувати і як готувати**

Про цілющи властивості яблучного оцту ходять ледь не легенди. Звісно, як і кожен лікувальний засіб, він не панацея. Хоча за багатьох недуг таки може зарадити.

На прохання читачів

1–2 рази на день.

✓ Яблука сорту антонівка. 4–5 яблук залити окропом і настоювати від 3 до 6 годин. Пити по 50 г нащесерце і ввечері перед сном, з'ївши попередньо по 1/4 чайної ложки меду.

Однак яблучний оцет помічний і від багатьох інших хвороб.

ПРИ ПОЛІНОЗІ

На 1 скл. теплої кип'ячеї або холодної води взяти 2 ч. л. яблучного оцту і 1 ст. л. меду, можна й цукру замість меду. Все розмішано

ти і випити. Пити 3 рази на день.

За 2 тижні до початку алергійного періоду і до його закінчення треба вранці та ввечері випивати по 1 скл. звичайного розчину яблучного оцту + 1 ч. л. меду.

При гострих болях рекомендується протягом 7 год. кожної години вживати по 1 скл. звичайного розчину яблучного оцту.

ПРИ КАШЛІ

Ефект при кашлі буде від вживання порошку солодки, змішаного з яблучним оцтом і медом: 2 ст. л. солодки + 2 ст. л. яблучного оцту + 2 ст. л. меду. Цей засіб має протиалергічну дію на носоглотку, знімає набряки, зменшує подразнення.

ПРИ БОЛЯХ У СУГЛОБАХ

Курс тривалий. Вживати 3 рази на день по 1 скл. звичайного розчину яблучного оцту

на 2 рази на день.

ПРИ ГОЛОВНОМУ БОЛЮ

Через 2 тижні проїдеть

через 2–3 шари марлі і розливати у великі банки для бродіння, періодично помішуючи. Коли рідина стане прозорою і бродіння закінчиться, яблучний оцет готовий. Знову проціджуємо і розливаемо по пляшках.

ПРИ ЦИСТИТИ

Пити 3–5 разів на день по 1 скл. звичайного розчину яблучного оцту. Хто часто хворіє на цистит, повинен профілактично тривалий час щодня вживати 1 скл. звичайного розчину яблучного оцту з 1 ч. л. меду.

ПРИ ЗАКРЕПАХ

2 ст. л. насіння льону кип'ятити у 2 горнятках воді 15 хв. Відвтар процідити і до нього додати 1 ч. л. яблучного оцту. Випивають 1 скл. суміші о 21–22 год.

повільними і маленькими ковтками. Вранці треба випити 1 скл. звичайного розчину яблучного оцту з 1 ч. л. меду.

ПРИ КАМІНЦЯХ**У НИРКАХ****І СЕЧОВОМУ МІХУРІ**

Вживати по 1 скл. звичайного розчину яблучного оцту перед сніданком і ще 1–2 рази щодня до того часу, поки камінчики не розчиняються. Оцтова кислота розчиняє кальцій і компенсує нестачу магнію і вітаміну В₆, які запобігають утворенню оксалатів кальцію.

ПРИ ГІПЕРТОНІЇ

Потрібно споживати побільше фруктів, овочів, ягід, меду і зменшити кількість білкової їжі. Щоденне вживання фруктів повинно бути еквівалентне 4 скл. сочку. Okрім цього, пити по 2 ч

САЛАТ З КАБАЧКІВ

ІЗ МАСЛИНАМИ

І ТУНЦЕМ

600 г кабачків, 150 г копченого тунця, 30 г чорних маслин, 1 ст. ложка свіжого орегано, 50 г оливкової олії, сіль, перець.

Кабачки помити, нарізати овочерізкою дуже тоненькими плястерками і розкласти на тарілку. Кусочки копченого тунця порізати на маленькі шматочки і викласти на кабачки. Маслини розрізати навпіл і викласти на рибу. Салат посипати дрібно нарізаним орегано, полити олією, посолити і поперчити.

САЛАТ З КАБАЧКІВ І ЯБЛУК

300 г кабачків, 2 яблука, 2 свіжі огірки, 2 цибулини, майонез, сіль, зелень.

Кабачки і яблука почистити і натерти на крупній тертці. Огірки, цибулю, зелень дрібно порізати і все акуратно з'єднати. Салат пополити майонезом.

ОВОЧЕВИЙ СУП

З ФРИКАДЕЛЬКАМИ

750 г кабачків, 2 солодких перці, 500 г картоплі, 2 цибулини, 2 зубчики часнику, олія, 600 г помідорів, овочевий бульйон, 4 скибочки білого хліба, 200 г м'ясного фаршу, 2 яйця, мелений чорний і червоний перець, сіль, зелень.

Кабачки, перець і картоплю порізати шматочками. Цибулю та часник порізати кубиками і обсмажити в олії, додати кабачки, картоплю, перець і теж злегка обсмажити. Перекласти все в кастрюлю, влити бульйон, покласти помідори (знявши

Кабачки на всі смаки



Ви не любите кабачки? Ці овочі якраз із тих, про які можна сказати: та ви просто не вмієте їх готувати! Спробуємо допомогти вам заповнити цю прогалину.

● У записник

шкірку), спеції. Варити на слабкому вогні під кришкою 25 хв. Тим часом хліб замочити, відтиснути, змішати з фаршем, яйцями, сіллю і перцем. Зробити маленькі фрикадельки, обсмажити їх в олії, покласти в суп і варити ще 5 хв.

ОВОЧЕВЕ АСОРТИ ПІД СИРОМ

1 маленький кабачок, 1 болгарський перець, 6 свіжих шампіньонів, 1 цибулина, 100 г твердого сиру, сіль, перець інші спеції за смаком.

Кабачки і помідори вимийте і наріжте не дуже товстими кружальцями. Перець очистіть від насіння і наріжте кільцями. Викладіть овочі у форму для запікання, розмістивши їх вертикально, чергуючи кабачки, помідори і перець.

Посоліть, поперчіть. За бажання можна посыпти пряними травами. Верх овочів змастіть сметаною і посыпте тертим сиром. Збийте яйце з молоком і залийте сумішшю овочі. Запікайте страву при температурі 180°C протягом 30–35 хв. Подавайте гарячою.

КАБАЧКИ

«ПО-НОВОМУ»

1 кг кабачків, 3–4 ст. лож-

● Про запас

КАБАЧКИ МАРИНОВАНІ

5 кг кабачків, 300 г часнику, 10 солодких і 6 гірких перчин, по 1 скл. олії і оцту, сіль.

Кабачки помити, нарізати кружальцями завтовшки 5 мм, посолити і залишити на 2 год., потім відтиснути і обсмажити на олії. Змолоти на м'ясорубці часник, перець горошком і кілька шматочків моркви. Зверху покласти нарізані шматочками середнього розміру кабачки, залити маринадом і стерилізувати літрову банку 5–7 хв. Закупорити і охолодити.

Кабачок, 250 г кисломолочно-го сиру, 2 яйця, 1 ст. ложка томатного соусу, сіль, перець, мелена солодка паприка, зелень.

Замісити тісто з борошна, змішаного з порошком для печива, охолодженого маргарину (натерті його на тертиці з великими вічками) і майонезу. Загорнути тісто в кулінарну пілівку і залишити в холодильнику на годину. Після цього тісто розкачати, викласти на змащену форму, поколоти виделкою і залипати при 175°C 15 хв.

Приготувати начинку: цибулю та кабачок порізати кубиками і обсмажити до золотистої шкірочки, додати фарш і смажити, безперервно помішуючи, поки вся рідина не випарується, додати томатний соус, сіль, перець, січену зелень, перемішати і зняти з вогню, охолодити.

Сир змішати з яйцями, сіллю і солодкою паприкою. На корж викласти м'ясні начинку, розрівняти поверхню і покрити сирковою масою. Запікати при 180°C ще 30 хв.

КАБАЧКИ ЗАПЕЧЕНИ

1 кабачок, 150 г м'ясного фаршу, 100 г рису, сіль, зелень петрушки, майонез, перець – за смаком.

Рис відварити до напівготовності. Кабачок порізати поздовж якомого тонше. М'ясний фарш, рис, подрібнену петрушку посолити і перемішати. На край кожної плястерки кабачка викласти фарш і згорнути рулетиком. Дно форми змасстити маслом, викласти рулетики, залити майонезом. Поставити в заходаєгід нагріту духовку і запікати до золотистого кольору.

● Екзотично Чим подивувати? Варенням із... м'ятою

Варення з м'ятою не тільки незвичне і дуже приємне на смак, а й корисне для здоров'я: допомагає при застудних і шлункових захворюваннях.

1 спосіб

250 г листя м'яти, 1 кг цукру, 2 лимони, 0,5 л води.

Листя м'яти із стеблами промити, трохи обсушити і подрібнити. Лимони дрібно нарізати разом зі шкіркою. Все скласти в кастрюлю і проварити 10 хвилин. Залишити на добу.



Після цього суміш відтиснути, відвар процідити, додати до нього цукор і варити до готовності. Гарячий сироп розлити в прокип'ячені банки і відразу ж закупорити.

2 спосіб

400 г листя м'яти, 1 кг цукру, 1 ч. ложка лимонної кислоти, 1 скл. води.

М'яту вимити в холодній воді, відкинути на друшляк, акуратно промокнути рушником. Викладаючи в кастрюлю, пересипати цукром (використати половину кількості, вказаної в рецепті). Зверху полiti розчином лимонної кислоти в столовій ложці води. Струснити, накрити кришкою і залишити на 6 годин.

Tim часом з решти цукру і склянки води зварити сироп, зняти піну і залити ним м'яту, що пустила сік. Через 6 годин поставити м'яту на вогонь і прокип'ятити на маленькому вогні 5 хвилин. Гарячим розлити в стерилільні банки і закупорити.

Використання

✓ Якщо хочете здивувати гостей, то можете на основі цього незвичного варення приготувати чудову версію «лайт» відомого коктейлю «Мохіто». Для цього буде потрібно 100 мл горілки, 100 мл м'ятного варення і 200 мл газованої води «Sprite». Змішайте, перелийті у високі келихи і киньте кілька кубиків льоду.

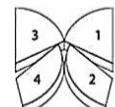
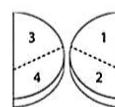
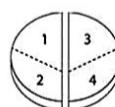
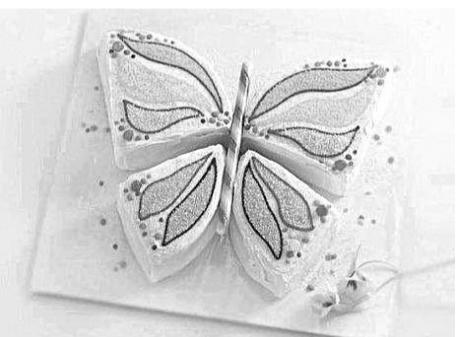
✓ Любителі манних пудингів можуть використовувати зелене варення для декорування біlosніжної поверхні застигло-го молочного шару. Тоді і діти зацікавленіше поставляться до таких страв.

✓ За допомогою желятини м'яте варення легко перетворюється в красивий верхній шар торта.



● С ідея!

ВМІЙТЕ ЗГОТУВАТИ, ЩЕ Й ГАРНО ПОДАТИ



Як порізати корж для торта у вигляді метелика (фото вгорі).

Як з допомогою глибокої миски гарно і легко подати кавун (фото внизу).



Овочі для консервування треба готовити в емальованій каструлі, бажано широкі і невисокі, бо в цьому разі овочева маса прогрівається рівномірніше.

При стерилізації кабачків у каструлі краще наливати не воду, а насичений розчин солі (400 г на 1 л води). Температура його кипіння близько 180°C, завдяки чому час стерилізації можна зменшити.

При пастеризації в банках не виникає такого великого тиску, як при стерилізації, тому їх можна відразу закупорити, не побоюючись зриву.

* * * На 4 л води – 1 ч. ложка цукру, 12 ч. ложок солі, 0,5 л оцту.

На дно банки покласти зонтик кропу, половинку цибуліни, декілька помідорів (сливочки), 1 болгарський перець, перець горошком і кілька шматочків моркви. Зверху покласти нарізані шматочками середнього розміру кабачки, залити маринадом і стерилізувати літрову банку 5–7 хв. Закупорити і охолодити.

КАБАЧКИ «САТУРН»

1,5 кг кабачків, 2 кг помідорів, по 50 г солі, цукру і оцту, листя вишні, хрону, 2 лаврових листочки, 4 зубчики часнику, 1 гірка перчина, 3–4 горошини духмяного перцю, 1 солодка перчина, кріп.

Кабачки порізати кружальцями, вибрести з насінням і вклести в них помідори – вийдуть «сатурні». На дно стерилізованої банки покласти спеції, «сатурні», залити окропом і залишити на 10–15 хв. Так заливати двічі. На третій раз залити маринадом і закупорити.

КАБАЧКИ «ПІКАНТНІ»

5 кг кабачків, 1 кг моркви, 300–400 г часнику, 1,5 скл. олії, по 1 скл. оцту і цукру, 3 ст. ложки солі, духмяний пе-



рець горошком, лавровий листок.

Кабачки помити, порізати кружальцями. Моркву натерти на терці, часник вичавити на часникодавці. Кабачки і моркву скласти у велику кастрюлю, додати олію, оцет, цукор, сіль, перець, лавровий листок і варити на середньому вогні 30 хв. Додати часник і ще варити 10 хв. Гарячим розкласти в стерилізовані банки і закупорити.

ВАРЕННЯ

3 КАБАЧКІВ

2 кг кабачків, 2 кг цукру, 2 апельсини.

Кабачки почистити і разом з апельсинами зі шкірою порізати кубиками. Все засипати цукром і залишити на ніч. Зранку довести до кипіння і варити 15 хв на маленькому вогні. Остудити і проварити ще двічі. Гаряче варення розлити в стерилізовані банки і закупорити.

І грушка «одужас»

Що сталося з грушою?
Листя і верхівки пагонів у неї почорнілі і засохли. Дерево стойть, начебто обпалене паяльною лампою.
Що робити?



● На прохання читачів

Цілком імовірно, що груша уражена бактеріальним опіком плодових — відносно, рідкісно до нещадавного часу в Україні, але дуже небезпечною хворобою, перші вогнища якої були виявлені в 1998–2000 рр. у Чернівецькій області і на Закарпатті.

Небезпечність цієї хвороби в тому, що, на відміну від парши, борошнистої роси чи моніліозу, вона уражає всі частини дерева, а це призводить не лише до зниження врожаю і втрати вигляду плодів, а й до загибелі його.

Поширюється це захворювання через садівний матеріал, плоди, а також розноситься птахами, попелючими, бджолами, осами та іншими комахами. Зарядження відбувається у місцях різних ран і тріщин, а також через устячка листків, нектарники квіток.

Перші ознаки хвороби з'являються вже на початку літа. Молоді листочки буріють, а потім чорніють від краю до середини листка. Верхні кінці пагонів так само буріють і стають вугільно-чорними. Вони справді мають вигляд начебто обпалених паяльною лампою.

Бактерії швидко розмножуються, викликаючи відмирання тканин. Всередині рослини захворювання поширюється судинами із рухом соку.

Врятувати хвору грушу дуже складно. У спеціалі-

зований літературі нерідко рекомендується знищувати такі дерева. Але якщо груша цінного сорту і вам шкода втратити її, то при великий наполегливості і величезному бажанні дерево все-таки можна вилікувати.

Серед бактерицидних за-

собів проти цієї хвороби є різні мідевімісні сполуки (гідроксид міді із сіркою, оксихлорид-сульфат міді, а також традиційна бордоська суміш).

Однак застосування цих розчинів улітку по зеленому конусу небажане, аби не викликати некроз листя.

Лікування краще проводити таким чином. У пла-

тмасовому або емальова-

ному посуді спочатку розвести залізний купорос (1 ст. ложка на відро води) і відлити частину розчину в іншу ємність, наприклад, у

старе капронове відро або обрізану пластикову каністру. Потім нарізати зі старого простирадла чи іншої бавовняної тканини смуги завширшки 10 см та обмотати ними стовбур до самого верху, немов бінтами. Нижній кінець стрічки має перебувати в ємності із залишним купоросом.

Аналогічний розчин слід налити в пластикову пляшку із проколотим шилом дном і повісити її вгорі над стрічкою, аби «бінти» були постійно вологими. Змочуючись знизу з ємності, а зверху із пляшки, стрічка як провідна система постачатиме «лікувальним» розчином хворе дерево. Через тиждень рештки розчину можна вилити під корінь.

Потім аналогічно необхідно розвести розчин мідного купоросу (1 ст. ложка на

відро води), наповнити ним каністру внизу і пляшку вгорі (природно, гарно вимиті від попереднього розчину) і знову вprodovж тижня з допомогою стрічок «прокапати» хворе дерево.

Через тиждень рештки розчину вилити, ємності вимити, розвести цинковий купорос, до якого можна додати і сульфат калію. Потім цикл повторити: залізний, мідний, цинковий купороси.

«Прокапати» дерево потрібно до осені, щотижня міняючи розчин. І цілком імовірно, що груша «одужає».



● Важливо

Скільки води потребують овочі

Капуста, білоголова та цвітна. Для цих овочів вода — саме життя. Добре, якщо регулярно йдуть дощі. У посушливу погоду їх треба поливати через кожні 5–6 днів. Норма: 20–25 л води на 1 кв. м грядки.

Практично не менший апетит до вологи і в усіх зелених культур, а також у цибулі на перо.

Перець та баклажани. Бажано «поїти» їх кожного тижня. Норма: 20 л води на 1 кв. м.

Редиска, редька, салат, шпинат, зелена цибуля. 2–3 л води на кожний 1 кв. м через 4–6 днів цілком достатньо. Щоправда, за умови правильного і своєчасного проріджування.

Огірки. Звичайно їх достатньо поливати один раз на тиждень, у борозенки. Норма: 3–4 відро води на 1 кв. м. Причому найкраще робити це увечері. А перед цим підігріти водичку на сонці. У жодному разі не бажано поливати огірки прямо з водогону. І не тільки тому, що вони не люблять холодної води — не дає їм добре рости та розвивається також хлор, незалежно від того, де він є: чи у воді, чи у рослинах.

Томати. Поливати їх можна всього один раз на тиждень, але не дощуванням. Тільки в борозенки. Так є хоч якісні шанси запобігти фітофторозу.

Режим поливу: від початку цвітіння і до завершення вегетації за один полив — 3–4 відро води на 1 кв. м.

Квасоля, кабачки, картопля. На 1 кв. м — 4–5 відер води за одну декаду, щоправда, в посушливі літо періодичність та норму поливу необхідно збільшити.

Диня. Якщо засухи немає, то полив — один на два тижні. В іншому разі поливати треба щедро.

Столові буряки, якщо не виснажлива посуха, можна поливати через десять днів або навіть через два тижні.

Хоча окремо хочеться сказати про період, коли формуються коренеплоди буряків, а водночас не дощить. Тоді неодмінно потрібно поливати культуру один–два рази, але так, щоб вологи їй вистачала.

Морква. До води не жадіба, але полюблєє вгамовувати спрагу регулярно. Щедрий полив після тривалої перерви не дає бажаного ефекту — коренеплоди починають розтріскуватися. Через це у випадку, коли у поливі моркви була велика перерва, потрібно «поїти» її спочатку невеличкими дозами, а вже за два–три дні довести норму поливу до 5–10 л на 1 погонний метр рядка за один раз.

● До часу

Обережно: плодожерка!

Приблизно на початку серпня (в різних регіонах цей період може коливатися у межах плюс або мінус 12–14 днів) у багатьох областях України починається лет метеликів яблуневої плодожерки другого покоління.

Іноді виліт метеликів другої генерації починається раніше, ніж закінчується лет першої (2–2,5 місяця після цвітіння пізніх сортів яблуні).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з яблуневою плодожеркою — обприскування інсектицидами (іскра, фуфанон, актелік, інта-вір та інші).

Найефективніший спосіб боротьби з

ПОНЕДІЛОК, 8.08.2016

UA:ПЕРШИЙ

06.00, 07.00, 08.00, 20.30 Новини
06.15, 07.15, 08.15 Спорт
06.20, 07.20 АгроЕра
06.25, 07.25, 08.20, 09.00 Погода
06.30, 07.50, 08.25 Смакота
06.35 Золотий гусак
07.30 Ера будівництва
07.35 На слуху
08.30 Паспортний сервіс
08.45 Телемагазин
09.05 Казки Лірника Сашка
09.20 Хто в домі хазяїн?
09.35 Суспільний університет
10.20 Т/с «Таксі»
11.05 Перша шальта
11.40 XXXI Олімпійські ігри. Стрибки у воду. Спортивна гімнастика. Плавання
13.30, 20.00, 20.45 Студія. Ріо-2016
14.30 XXXI Олімпійські ігри. Веслування академічне. Фехтування. Стрільба з лука
15.50 XXXI Олімпійські ігри. Кінний спорт. Бокс. Фехтування
18.00 XXXI Олімпійські ігри. Веслування академічне. Стрільба кульова. Плавання
21.15 XXXI Олімпійські ігри. Стрільба з лука. Стрільба стендова
22.00 XXXI Олімпійські ігри. Спортивна гімнастика. Стрибки у воду. Фехтування
01.00 XXXI Олімпійські ігри. Бокс. Теніс. Настільний теніс

1+1

06.05 «Битва салонів»
07.00, 08.00 «Найкращий ресторан з Русланом Сенічкіним»
09.00, 16.45, 19.30 ТСН: «Телевізійна служба новин»
09.45 «Чотири весілля-5»
11.10 «Міняю жінку-3»
12.50, 13.25 «Сліпа»
13.50, 14.45 «Сімейні мелодрами-6»
15.45 «Розсміши коміка-6»
17.10 Т/с «Уламки щастя»
20.15 Т/с «Свати-4»
21.15 Т/с «Центральна лікарня»
23.10 X/ф «Три телепі»

TV-4

06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Пані по-коївка»
06.45, 09.15, 10.45 Ранковий фітнес

ПОНЕДІЛОК, 8.08.2016**07.00 Провінційні вісті. Тиждень**

07.45, 15.50, 18.50, 21.25, 22.30 Оголошення. Бюро знахідок

07.30, 18.45 Міська рада інформує

08.00 Вікно в Америку

08.30, 20.00 Єдина країна

09.00, 00.15 Час-Тайм

09.30 «Справжня ціна»

09.45 «Сад, город, квітник»

11.00, 16.10 Дитяча година

12.10 «Європа у фокусі»

12.40 «Слідства. Інфо»

13.10 Хіт-парад

14.00 X/ф «Ангел для Мей»

16.00, 19.00, 22.00 Провінційні вісті

17.00 «Дивовижне є небезпечне»

17.30 «Про нас»

19.30, 21.00 Наші вітання

20.40 Дім книги

21.30 «Погляд зблизька»

22.35 X/ф «Турбулентність-2»

ICTV**06.00 Громадянська оборона**

07.00 Факти

07.45, 19.20 Надзвичайні новини

08.45 Факти. Ранок

09.15 Надзвичайні новини.

Підсумки

10.05 Без гальм

10.30 Дивитися усім!

11.25, 13.20 X/ф «Володар бурі»

12.45, 15.45 Факти. День

14.45, 16.20 X/ф «Врятування ря-дового Райана»

18.45, 21.05 Факти. Вечір

20.20 Більше ніж правда

21.25 Т/с «Снайпер-2. Тунгус»

22.20 X/ф «Доктор Ноу»**СТБ****07.05, 16.00 «Все буде добре!»**

09.05 «Зіркове життя»

11.05 X/ф «Неймовірні пригоди італійців в Росії»

13.05, 19.55 «Слідство ведуть ек-страсенси»

18.00, 22.00 «Вікна-Новини»

18.30 Т/с «Коли ми вдома»

21.00 «Містичні історії-7 з Павлом Костіціним»

22.35 «Вагітна у 16»

23.45 «Доньки-матері»

00.40 «Один за всіх»

«УКРАЇНА»**06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 15.00,**

19.00 Події

06.50, 07.15, 08.15 Ранок з Україною**09.15 Зоряний шлях**

11.30 Т/с «Королева гри»

14.40, 15.30 Т/с «Печалі-радощі Надії»

19.45 Ток-шоу «Говорить Україна»

21.00 Т/с «Однолюби»

23.00 Події дня

TTB**08.00 «Ранок з TTB»**

10.00 «Музичний калейдоскоп»

10.26, 11.13, 15.13, 18.13, 19.26, 22.26 Погода. Анонси

23.00 «Сучасна медицина і здо-ров'я»

20.30 Європа у фокусі

21.30 «Гал-кліп»

22.40 X/ф

05.25 Громадянська оборона

06.30 Ранок у великомісті

08.45 Факти. Ранок

09.15, 19.20 Надзвичайні новини

10.10 Патруль. Самооборона

10.35, 17.50 Т/с «Останній бій

майора Пугачова»

11.40, 13.20 X/ф «Із Росії з любо-в'ю»

12.45, 15.45 Факти. День

14.35, 16.20, 22.20 Т/с «Відділ 44»

16.55, 21.25 Т/с «Снайпер-2. Тун-гус»

18.45, 21.05 Факти. Вечір

20.20 Секретний фронт

23.20 X/ф «Голдфінгер»

05.40, 20.00 «Подробиці»

06.30, 11.15 Д/п «Слідство вели... з Леонідом Каневсь-ким»

08.15 «Орел і Решка. Ювілейний сезон»

09.15, 21.00 Т/с «Дурна кров»

13.00 «Судові справи»

14.55 «Сімейний суд»

16.45 «Давай одружимося»

17.50 Новини

18.05, 19.05 Ток-шоу «Стосується кожного»

23.00 Т/с «Територія краси»

СЕРЕДА, 10.08.2016

UA:ПЕРШИЙ**06.00, 07.00, 08.00, 20.30 Новини**

06.15, 07.15, 08.15 Спорт

06.20, 07.20 АгроЕра

06.25, 07.25, 08.20, 09.00 Погода

06.30, 07.50, 08.25 Смакота

06.35 Золотий гусак

07.30 Ера будівництва

07.35 На слуху

08.30 Паспорт.Уа

08.45 Телемагазин

09.05 Казки Лірника Сашка

09.20 М/ф «Друзі янголів»

10.20 Т/с «Таксі»

11.00, 16.10 Дитяча година

12.30, 21.30 Т/с «Однолюби»

14.00 Т/с «Жіночий лікар»

15.30 Т/с «Жіночий лікар-2»

19.45 Ток-шоу «Говорить Україна»

23.00 Події дня

05.25 Громадянська оборона

06.30 Ранок у великомісті

08.45 Факти. Ранок

09.15, 19.20 Надзвичайні новини

10.10 Патруль. Самооборона

10.35, 17.50 Т/с «Останній бій

майора Пугачова»

11.40, 13.20 X/ф «Голдфінгер»

12.45, 15.45 Факти. День

14.35, 16.20, 22.20 Т/с «Відділ 44»

16.55, 21.25 Т/с «Снайпер-2. Тун-гус»

18.45, 21.05 Факти. Вечір

20.20 Інсайдер

23.20 X/ф «Куляста блискавка»

05.25 Громадянська оборона

06.30 Ранок у великомісті

08.45 Факти. Ранок

09.15, 19.20 Надзвичайні новини

10.10 Патруль. Самооборона

10.35, 17.50 Т/с «Останній бі

П'ЯТНИЦЯ, 12.08.2016

UA:ПЕРШИЙ

06.00, 07.00, 08.00, 20.30 Новини
06.15, 07.15, 08.15 Спорт
06.20, 07.20 АгроЕра
06.25, 07.25, 08.20, 09.00 Погода
06.30, 07.50, 08.25 Смакота
06.35 Золотий гусак
07.30 Ера будівництва
07.35 На слуху
08.30 Територія закону
08.35 Паспорт.Уа
08.45 Телемагазин
09.05 Казки Лірника Сашка
09.20 Хочу бути
09.35 Суспільний університет
10.20 Т/с «Таксі»
11.05 РЕ:ФОРМА
11.35 XXXI Олімпійські ігри. Теніс
13.30, 20.00, 20.45 Студія. Ріо-2016
14.30 XXXI Олімпійські ігри. Веславання академічне. Стрільба з лука. Легка атлетика. Дзюдо
17.00 XXXI Олімпійські ігри. Кінний спорт. Стрільба кульова. Бокс. Теніс. Плавання
21.15 XXXI Олімпійські ігри. Баскет. Ходьба. Стрільба з лука. Важка атлетика
23.00 XXXI Олімпійські ігри. Дзюдо. Стрибки у воду. Вело-спорт

1+1

06.05 «Битва салонів»
07.00, 08.00 «Найкращий ресторан з Русланом Сенічкіним»
09.00, 16.45, 19.30 ТСН: «Телевізійна служба новин»
09.45 «Чотири весілля-5»
11.10 «Мінія жінку-3»
12.50, 13.25 «Сліпа»
13.50, 14.45 «Сімейні мелодрами-6»
15.45 «Розсміши коміка-6»
17.10 Т/с «Уламки щастя»
20.20 «Сватики»
20.50 «Концерт гурту ТІК «Любити Україну»
22.00 «Світське життя»
23.00 «Овієнний концерт гурту ВВ. 30 років»
00.15 X/ф «Валентинка»

TV-4

06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Пані по-коївка»

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 «Слідства. Інфо»
08.10 «Право на успіх»
08.30 «Унікальна Україна»
09.00, 09.15 Час-Тайм
09.30, 17.00 «Дивовижне небезпечне»
11.00, 16.10 Дитяча година
11.45 «Чарівний ключик»
12.10 «Гал-кліп»
12.40, 21.30 «Твій дім»
13.00 Хіт-парад
14.00 X/ф «Miccic Appic іде до Парижу»
17.30 Поза простором і часом
19.30, 21.00 Наші вітання
20.10 «Погляд зблизька»
20.40 «Слід»
22.35 X/ф «Здраснути смуток»

ІСТВ

05.25 Громадянська оборона
06.30 Ранок у великому місті
08.45 Факти. Ранок
09.15, 19.20 Надзвичайні новини
10.00 Патруль. Самооборона
10.25, 17.55 Т/с «Останній бій майора Пугачова»
11.15, 13.20 X/ф «Куляста блискавка»
12.45, 15.45 Факти. День
14.40, 16.20 Т/с «Відділ 44»
17.00 Т/с «Снайпер-2. Тунгус»
18.45, 21.05 Факти. Вечір
20.20 Антизомбі
21.25 Скетчком «На трох»
23.30 X/ф «Живеш тільки двічі»

СТБ

06.25 «Зіркове життя»
08.20 X/ф «Вам і не снилося»
10.15 X/ф «П'ять років та один день»
12.10 X/ф «Повернення в Едем»
18.00, 22.00 «Вікна-Новини»
18.30, 00.30 Т/с «Коли ми вдома»
19.55 X/ф «Це мій собака»
22.35 X/ф «Терміново, шукаю чоловіка»

«УКРАЇНА»

06.00, 11.30 Реальна містика
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00 Події
07.15, 08.15 Ранок з Україною

ІСТВ

05.40, 20.00 «Подробиці»
06.30, 11.15 Д/п «Слідство вели... з Леонідом Каневським»
08.15 «Орел і Решка. Ювілейний сезон»
09.15 X/ф «Будинок для двох»
13.00 «Судові справи»
14.55 «Сімейний суд»
16.45 «Давай одружимося»
17.50 Новини
18.05 Ток-шоу «Стосується кожного»
21.00 X/ф «Я буду чекати тебе завжди»
00.45 X/ф «Життя як цирк»

СТБ

05.50 «ВусолапоХвіст»
08.00 «Караоке на майдані»
09.00 «Все буде смачно!»
10.45 «Перевтілення з Оленою Мельник та Олексієм Гладушевським»
13.05 X/ф «Вам і не снилося»
15.00 X/ф «Це мій собака»
17.00 X/ф «Терміново, шукаю чоловіка»
19.00 X/ф «Тато напрокат»
23.10 «Давай поговоримо про секс»
01.05 «Слідство ведуть екстра-сенси»

«УКРАЇНА»

07.00, 15.00, 19.00 Події

НЕДІЛЯ, 14.08.2016

UA:ПЕРШИЙ

06.00 Світ православ'я
06.30, 07.05, 08.15, 09.00 Погода
06.35 На слуху
06.55 Телемагазин
07.10 Крок до зірок
07.55 Золотий гусак
08.20 Світ on line
08.35 Смакота
09.25 XXXI Олімпійські ігри. Важка атлетика. Легка атлетика. Дзюдо
11.40 X/ф «Розбійники мимоволі»
13.30 «Чарівний ключик»
14.00 «Сільський календар»
14.30 Межа правди
15.30 «Слід»
16.00 Поза простором і часом
16.30 «Слідства.Інфо»
17.00 Вікно в Америку
17.30, 20.30 «Про нас»
18.00 Наші вітання
19.00, 00.00 Провінційні вісті. Тиждень
19.45 Міська рада інформує
20.00 Європа у фокусі
21.00 «Гал-кліп»
22.10 X/ф «Я, ти і всі кого ми знаємо»
23.45 Час-тайм

ІСТВ

05.25 Факти
05.55 М/с «Том і Джері у дитинстві»
06.50 Стоп-10
07.45Provokator
08.45 Зірка YouTube
09.50 Дивитись усім!
10.50 Без гальм
11.15, 13.00 X/ф «Ягуар»
12.45 Факти. День
13.30 X/ф «Час відплати»
14.00 X/ф «Завтра не помре ніколи»
21.45 X/ф «Повітряний маршал»
23.50 X/ф «Без компромісів»

СТБ

05.55 «ВусолапоХвіст»
07.00 «Все буде добре!»
09.00 «Все буде смачно!»
10.00 «Караоке на майдані»
11.00 X/ф «Тато напрокат»
15.10 «Містичні історії-7 з Павлом Костинціним»
19.00 «Слідство ведуть екстра-сенси»
23.00 «Я соромлюсь свого тіла-2»

«УКРАЇНА»

06.50, 19.00 Події

07.30 Зоряний шлях
09.50, 22.00 X/ф «Віддам дружину в гарні руки»
11.45 Т/с «Нелюбима»
15.20 X/ф «Наречений»
17.10, 19.40 Т/с «Берег надії»
00.00 Реальна містика

ТТВ

08.00 «Ранок з ТТВ»
10.00 «Дива цивілізації»
10.26, 20.58, 21.55, 22.56 Погода.

Анонси

10.30 «Велети духу і слави. Українська місія»
10.35 «Словами малечі про цікаві речі»
10.50, 17.50 «Пісні нашого краю»
11.00 «Спортивні меридіани»
11.15 «Живі сторінки»
11.30 «Азбука смаку»
11.55, 20.30 «Вишневі усмішки»
14.00 «Поклик таланту»
15.30 «Абетка здоров'я»
16.00 «Український мультяшній»
17.00 «Балет Життя»
17.45 Соціальна реклама
18.00 «Подорожні замальовки»
20.35 «Пісня в дарунок»
20.45 «Вечірня казка»
21.00 «Відверті діалоги»
22.00 «Загублені у часі»
22.15 «Із нашої відеотеки»

ІНТЕР

06.45 «Мультфільм»
07.40, 20.00 «Подробиці»
08.10 «Дачний проект»
09.00 «І отуemo разом»
10.00 «Орел і решка. Навколо світів подорож»
11.00 «Орел і Решка. Шопінг»
12.00 «Орел і Решка. Ювілейний 2»
13.00 Т/с «Фродя» Заключна
16.45 X/ф «Тариф «Щаслива ро-дина»»
18.25, 20.30 X/ф «Чоловік на го-дину»
22.30 X/ф «Егоїст»
01.00 X/ф «Запорожець за Дунаєм»

СУБОТА, 13.08.2016

UA:ПЕРШИЙ

06.00 У просторі буття
06.30, 07.10, 08.15, 09.00 Погода
06.35 На слуху
06.55 Телемагазин
07.05 АгроЕра. Підсумки
07.15 Шеф-кухар країни
07.55 Золотий гусак
08.20 Світ on line
08.35 Смакота
09.10 Як це?
09.30 Хто в домі хазяїн?
09.50 Хочу бути
10.15 Школа Мері Поплінс
10.30 Казки Лірника Сашка
11.00 XXXI Олімпійські ігри. Легка атлетика. Важка атлетика. Дзюдо
13.30, 20.00, 20.45 Студія. Ріо-2016
14.45 XXXI Олімпійські ігри. Веславання академічне. Фехтування
18.00 XXXI Олімпійські ігри. Легка атлетика. Стрільба кульова
20.30 Новини
21.15, 22.45 XXXI Олімпійські ігри. Стрільба стендова. Стрибки у воді
22.40 Мегалот
23.40 XXXI Олімпійські ігри. Вело-спорт. Фехтування

1+1

06.00 «Шість кадрів»
06.50 X/ф «Міст у Терабіті»
08.40, 19.30 ТСН: «Телевізійна служба новин»
09.40 «Світське життя»
10.40 Т/с «Центральна лікарня»
16.30, 21.15 «Вечірня квартал»
18.30 «Розсміши коміка»
20.15 «Українські сенсації»
23.15 X/ф «Под сонцем Тоскані»

TV-4

06.00 «Сад, город, квітник»
06.15, 11.00 «Про нас»
06.45, 09.15 Ранковий фітнес
07.00 Провінційні вісті
07.30, 11.50, 14.20, 16.50, 20.00 Оголошення. Бюро знахідок
07.35 X/ф «Крутися, стріляй, біжи»
09.00 Час-Тайм
09.30, 19.00 Єдина країна
10.00 «Слідства. інфо»

ІСТВ

05.40, 20.00 «Подробиці»
06.30, 11.15 Д/п «Слідство вели... з Леонідом Каневським»
08.15 «Орел і Решка. Ювілейний сезон»
09.15 X/ф «Будинок для двох»
13.00 «Судові справи»
14.55 «Сімейний суд»
16.45 «Давай одружимося»
17.50 Новини
18.05 Ток-шоу «Стосується кожного»
21.00 X/ф «Я буду чекати тебе завжди»
00.45 X/ф «Життя як цирк»

СТБ

05.50 «ВусолапоХвіст»
08.00 «Караоке на майдані»
09.00 «Все буде смачно!»
10.45 «Перевтілення з Оленою Мельник та Олексієм Гладушевським»
13.05 X/ф «Вам і не снилося»
15.00 X/ф «Це мій собака»
17.00 X/ф «Терміново, шукаю чоловіка»
19.00 X/ф «Тато напрокат»
23.10 «Давай поговоримо про секс»
01.05 «Слідство ведуть екстра-сенси»

«УКРАЇНА»

07.00, 15.00, 19.00 Події

ІНТЕР

07.20 «Мультифільм»
08.00, 20.00 «Подробиці»
09.00 X/ф «Скринька Марії Медічі»
10.50 X/ф «Мільйон у шлюбному кошику»
12.45 X/ф «Егоїст»
14.25 X/ф «Я буду чекати тебе завжди»
18.10 Т/с «Фродя»
20.30 Т/с «Фродя» Заключна
22.25 X/ф «Тариф «Щаслива ро-дина»»
00.55 X/ф «Захар Беркут»

ПОХМІЛЛЯ

ВІДМІНЯТЬСЯ

Скандинавські медики дають любителям міцних напоїв просту, але помічну пораду. Перед тим, як пiti на чергову вечірку, випийте склянку морквяного соку. Антиоксиданти, що містяться в ньому, надійно захищать слизисту шлунка від впливу алкоголю. До речі, враніше похмілля не буде таким важким.

ЧИМ ЗАГРОЖУЄ АНГІНА?

Син часто хворіє на ангіну. Після одужання ще довго скаржиться на загальну слабкість. Які хвороби може спровокувати ангіну?

Оксана К.
м. Бережани.

Стрептококові інфекції відіграють основну роль у виникненні гострого нефриту. Хронічні запальні вогнища сприяють виникненню хвороби. Зазвичай гострий нефрит починається через 10–14 днів після перенесеної ангіни чи загострення тонзиліту. При своєчасному і правильному лікуванні хвороба закінчується повним одужанням. При недостатньому лікуванні вона може перейти у хронічну форму.



1. НАДМІРНА ОПІКА

Люди, які в житті стикалися з труднощами, часто вирішують, що їхні діти матимуть життя, всипане трояндами. Вони прагнуть усунути всі труднощі і проблеми з дороги своїх чад.

Але чому б і ні? Запитаймо себе, чому нас ці труднощі навчили? Який досвід ми отримали? Може, ми навчилися цінувати гроші або вперше відчули гордість за себе, тому що самі чогось досягли? Чи варто позбавляти такого досвіду своїх дітей?

Життя ставить перед нами виклики. Приймаючи їх, ми перевіряємо, чого насправді варти. Ми перевіряємо, хто ми, які наші сильні сторони, а чого не можемо і над чим треба працювати. Надмірна опіка позбавляє дітей ініціативи та мотивації. Бо чому маю щось робити, якщо і так отримаю від батьків все, що забажаю? Це як котитися з гри.

2. ЗАХИСТ ВІД ПОМИЛОК

Кожен із нас має на своєму рахунку принаймні кілька таких помилок, від яких хотів би вберегти свою дитину. Так, часто ми щось забороняємо через страх, що дитина переживе поразку. На жаль, це хибний шлях. Добра порада «вчитися на помилках інших» часто є тільки мрією. Насправді ми не можемо цього зробити, або можемо лише частково. Бо, як я можу зрозуміти всю природу чиєїсь помилки: контекст, обставини, мотивацію, а потім глибоко це пережити і перенести на своє життя? Це справді важко. Не неможливо, але важко. Тим паче, для дитини. То як бути, щоби наші діти робили якнайменше помилок?

Є два взаємодоповнювані шляхи. Перший — дозволити помилку. Другий — розмовляти про наслідки.

Дозволити помилку означає вибрати момент, коли помилка не буде дитині дорого коштувати і дозволити їй цю помилку зробити. Наприклад, якщо ніколи не дозволяти дитині впасти з поні, то коли вона сяде верхи на величного коня, падіння буде дуже болючим. Тобто нехай ваша дитина робить помилки в безпечному середовищі, перш ніж почне їх робити там, де не буде достатньої підтримки, де вона змушена буде покладатися тільки на себе.

А тоді поговоримо про наслідки помилки, про те, що сталося, хто постраждав, що можна було зробити по-іншому. Таким чином ми

Сім гріхів з любові до дитини



Ми любимо своїх дітей. Вони забезпечені всім необхідним. Намагаємося якнайбільше часу проводити з ними, не оминати увагою їхні інтереси й потреби. Проте навіть тоді мусимо чесно відповісти собі на запитання: а чи справді ми хороші батьки? Тому що і з любові можна робити помилки, наслідки яких дитина відчуваємо все своє життя.

допоможемо дитині пережити поразку, пропрацювати її та зробити висновки.

Другий спосіб, тобто, розмовляти про наслідки і наочити дитину передбачати не менш важливий. Якщо не хочете, щоби ваша дитина вживала наркотики, дайте їй подивитися фільм про те, що наркотики роблять з людиною, і поведіть діалог.

Важливо розмовляти, а не моралізувати. Послухайте, що думає дитина, що відчуває. Запитайте: «Що стається, якщо...?», «А як можна зробити інакше?», «Що в цій ситуації є доброго?» Кожне питання відкриває перспективу і буде порозуміння.

3. ВИВІЩЕННЯ ПОНАД НЕБЕСА

Відколи батьки розуміють, що хвалити дитину важливо, спостерігаємо різні підходи. Деякі з них, хоча з добрих намірів, у підсумку шкідливі для дитини.

Слово «хвалити» варто замінити словом «цінувати». «Хвалити» асоціюється з дресурою, тобто коли хвальять за гарну, бажану поведінку. Як собака, яка отримує кістку як нагороду за виконаний трюк. Тоді як цінування є знаком визнання досягнень. Дитина отримає в школі гарну оцінку, а ми кажемо, що пишаємося нею, що бачили, скільки вона працювала, і захоплюємося її завзятістю. Це дуже глибокий

комплімент, а подальший діалог з дитиною показує їй, що ми дійсно нею цікавимося.

Але можна було б сказати: «Чудово! Ну, то повертайся на уроки!» — і це вже поверхова, стандартна відповідь, а не справжній інтерес до успіху, тому що ми не присвячуємо свого часу, щоб оцінити перемогу дитини.

Чимось іншим є перебільшення похвали. Коли підносимо дитину понад небеса, засипаємо компліментами та надмірно хвалимо її перед іншими: «Катруся така здібна, найрозумініша дитина в школі, отримує тільки найвищі оцінки!»

І що доброго ми тоді робимо? По-перше, ми будємо нереальний образ дитини — тому що ніхто не може бути в усьому і завжди найкращим. Таким чином ми виховуємо нарциса. Але ще гірший наслідок — це те, що коли дитина чує про себе такі найвищого ступеню похвали, вона розуміє, що не може зробити помилку, що не може впасти. Адже тоді підведе батьків. Таким чином вона формує в собі жахливий страх невдачі та тиск досягнень, щоби порадувати батьків.

В усьому, і в похвалі та кож, потрібно мати міру.

4. ПРИХОУВАННЯ

Приховування має багато вимірів і завжди в корені має страх бути справжнім. Візьміть, для початку, приховування від дитини чогось, щоби не брала. Наприклад, батьки іноді ховають від дітей гроші. Але якщо діти знають, що, запитавши дозволу, за потреби отримають необхідну суму, то в них не буде спокуси брати заборонене. Так, якщо в наших сім'ях не буде заборонених тем, то кожну ситуацію можливо буде пропрацювати. Більшість заборон тільки збільшує спокусу їх порушити.

Інший тип приховування — казати дитині, що все

6. САМОПОЖЕРТВА

Нам здається, що якщо ми знемою нашими потребами і одночасно відповімо на всі потреби дитини, вона буде щаслива. Але це аж ніяк не так! Можна занедбати себе і за рахунок своїх власних потреб задоволити потреби інших людей, але врешті ці кілька місяців або років занедбання дадуть про себе знати.

Відомий польський терапевт Войцех Ейхельбергер у книжці «Як виростити щасливих дітей» так відповідає на питання в заголовку: «Для того, щоб виростити щасливих дітей, потрібно самому бути щасливим».

Це велика життева мудрість. Той, хто в житті буде нехтувати собою, відмовляти собі в щасті, самореалізації, гідності, не спроможний одночасно передати ті самі цінності дитині. Не спроможний, тому що діти є прекрасними спостерігачами, і вони бачать, що слова батьків не узгоджуються з їхньою поведінкою.

Отримувати радість від життя, бачити добро, тішитися успіхами — все це потрібно показати дитині, а не просто сказати.

7. ПЛАНУВАННЯ МАЙБУТНЬОГО ДИТИНИ

Батьки часто кажуть, що «підштовхують» дітей в якомусь напрямку, допомагаючи їм зробити «правильний» вибір. Так вони нібито турбується про дитину. Часто, однак, це прояв страху, потреби контролю, а та кож вигода для батьків. Батьки мріють про світле майбутнє свого чада, що воно буде успішним, знайде ідеального партнера та народить їм онуків. Але при цьому ми часто не звертаємо уваги на потреби дитини, вважаючи, що ми краще знаємо, тому що знаємо життя.

Чому планування майбутнього дитини може бути ознакою страху або потреби контролю? Адже ми не знаємо, що принесе майбутнє, тому хочемо його трохи «приручити». Саме тому ми будємо плани і очікуємо, що дитина в них впишеться. Проте ми повинні знати, що це будуть наші плани, а не нашої дитини. Що це буде не її вибір, а наш. І що таким чином ми відповідаємо не на її потреби, а на свої власні. А це, швидше, страх за майбутнє.

Іноді це також вигідно батькам, є потребою продовження традиції, наприклад: батько — стоматолог, тому дитина повинна продовжити сімейний бізнес. Ми вважаємо, що це полегшить її життя. Але чи ми не віднімаємо її вільну волю? І чи часом не робимо свою дитину нещасною, коли вибираємо їй професію, подружжя або місце проживання?

За матеріалами християнського часопису «Кредо».

• Важливо ЛІТНІ НЕБЕЗПЕКИ

Що таке літо для дитини? Красномовно про це розкажуть лікарі «швидкої допомоги». Для них літо — сезон дитячих травм. Розглянемо найбільш небезпечні ситуації, які підстерігають дитину влітку.

1. Водойми

Багато хто вважає, що на водоймі або в басейні дітям достатньо безпечно, якщо дорослі поблизу. Проблема, як правило, в зниженні пильності, мовляв, всі ж бачать. Дитина, бачачи навколо дорослих, теж забуває про небезпеку, починає балуватися на воді, запливати далеко від берега. За статистикою, половина дітей тоне саме в людніх місцях.



2. Переїзування на сонці

Те, що тримати дитину на відкритому сонці не можна, знають усі. Але небезпеку становить і похмурі день. Час доби і хмарність ніяк не впливає на кількість шкідливого УФ-випромінювання. Тож голову влітку треба прикривати завжди. Особливо це стосується дітей, оскільки це єдине, що дозволяє скоротити шкоду від сонячного випромінювання. Це особливо важливо для дітей у віці до 6 місяців.

3. Переїзування

Багато хто вважає, що тепло не є проблемою до липня і серпня, коли встановлюється максимальна температура. Факти ж говорять про протилежне. Теплові удари у дітей біль поширені на початку сезону, тому що тілу потрібен час, щоб пристосуватися до тепла. Переїзування підстерігає влітку і дорослих, але їм легше впоратися з проблемою.

4. Надувні іграшки для плавання

Вважається, що надувні круги та іграшки покликані захищати дітей у воді. Насправді вони зроблені для задоволення, а не для захисту. Такі іграшки створюють помилкове відчуття безпеки у дітей та їхніх батьків. Особливо небезпечні пристрої, в яких дитина не може сама контролювати своє становище. Якщо вона перевернеться, не зможе сама повернутися в нормальнé положення і потоне.

5. Зневоднення

Побутує думка, що діти повинні пити тільки тоді, коли вони цього хотять. Але в спеку зневоднення у дітей настає дуже швидко. До моменту, коли дитина відчує спрагу, вона може бути вже зневоднений. При масі тіла 45 кг потрібно не менш ніж 150 мл води кожні 15 хвилин.



