

На замітку

ПОРЯД 31 СМОРОДИНОЮ ПОСАДІТЬ ПОЛИН

Деякі рослини можуть допомогти нам у боротьбі зі шкідниками. Завдяки кореневим виділенням або інтенсивному запаху вони впливають на своє найближче оточен-

✓ Капустяний білан не терпить запаху помідорів. Тому їх висаджують по периметру капустяної грядки або мульчують насадження капусти листям помідорів. У змішаних насад-

женнях лаванда захищає сусідів від мурашок, попелиць і справжньої

молі. У Часник і молочай сильним запахом відганяють полівок.

✓ Мульча з листя па пороті захищає рослини

від мурах і равликів. Варто посіяти настурцію навколо плодових дерев — і нашестя тлі на них стане не таким небезпечним.

✓ Пижмо, посаджене по периметру грядки або клумби, захищає від

мурашок. ✔ Грунт, заражений кореневою нематодою, лікують килимовою посадкою чорнобривців.

Поряд з кущами смородини посадіть полин гіркий — він допомагає вигнати земляних

✓ Сійте моркву, перемежовуючи її рядками цибулі. Ці рослини допоможуть одна одній: цибуля відганяє морквяну муху, а морква — цибуль-

ну. У Часник, посаджений поряд з трояндами і суницею, захистить їх від грибкових захворювань, завдяки своїм бактерицидним і фунгіцидним властивостям.

НОВІ РЕЦЕПТИ **CTPAB** ІЗ БАКЛАЖАНІВ

Квітникарі люблять кермек як скромну, але чарівну у своїй красі рослину. Цей сухоцвіт має привабливий вигляд у групових насадженнях. Крім того, він чудово зберігає форму в засушеному вигляді, що дає змогу використовувати його при створенні декоративних квіткових композицій. Такі сухоцвіти стоять всю зиму, не втрачаючи привабливості.

На прохання читачів

Це рослина заввишки від 50 до 70 см з численними прикореневими листям. Кермек має маленькі квіти білих, синіх, фіолетових, лілових, рожевих насичених відтінків, зібраних у суцвіття. Цвіте кермек на другий оік із липня по жовтень. Морозостійкий. Розмножується як діленням куща, так і насінням.

ВИРОЩУВАННЯ

Розсаду висівають на початку квітня. Для цього треба підготувати ящик зі спеціальною грунтовою сумішшю глибиною 10 см. Суміш проливають водою, висівають насіння і присипають його цієї ж сухою



Зверніть увагу

Коли вранці паморочиться

Цілком ймовірно, що причина ранкового (при вставанні) запаморочення криється у високій кислотності шлункового соку, засміченні шлунка. Щоб нормалізувати кислотність і не допускати запаморочення, корисно випивати щодня після обіду чи вечері по чашці настою перцевої м'яти або липового цвіту.

Ще один засіб від підвищеної кислотності такий. Взяти однакову кількість (на вагу) кореневища тирличу, трави шавлії, м'яти і дрібно покришену корицю. Все змішати. Настоювати по чайній ложці з чубком суміші на склянку окропу. Випивати по 2 склянки настою на добу. Через 2 тижні зайва кислотність зникне.

Через півроку лікування треба повторити.

З днем Антела!

іменини Сьогодні Олександра, Сергія, зав-тра— Максима, Тихона. 27 серпня з днем Ангела вітайте Феодосія, Семена, 28— Марію, Софію, 29 — Якима, Бориса, 30 — Уляну, Юліану, Миро-на, 31 — Омеляна.



БУДУТЬ ПОМІДОРИ до нового року

Улюблений сухоцвіт



сумішшю. Ящик закривають плівкою і ставлять на освітлене сонцем місце. З'являються сходи приблизно через два тижні.

Місце для висаджування кермеку має бути сонячним. Ця рослина віддає перевагу родючим і дренованим грунтам.

Протягом сезону квітникарі радять провести три піджилення кермеку.

Перше — в середині червня. Для цього на 10 л води розводять 1 ст. ложку комплексного добрива і 1 ч. ложку сечовини. Цим розчином поливають рослини з розрахунку 5 л на 1 кв. м.

Другий раз підживлюють кермек на початку липня. На 10 л води розводять по 1 ст. ложці комплексного добрива для квітів і комплексного добрива для квітучих рослин. Поливають рослини з розрахунку 8 л на 1 кв. м.

Третє підживлення проводять під час цвітіння у такий самий спосіб, як друге.

1ля зимових аранжувань квіти зрізають у вересні і просушують у затіненому добре провітрюваному приміщенні, підвісивши рослини суцвіттями вниз.

НАРОДНІ РЕЦЕПТИ

Кермек (лімоніум, статіце) застосовують у народній медицині при лікуванні захворювань горла, порожнини рота, при захворюванні шлунково-кишкового тракту, дизентерії, катарі шлунка, болісних менструаціях, від проносу і геморою.

Корінь цієї рослини використовують у лікуванні виразки шлунка. Порошок із сушеного кореня рекомендують приймати при туберкульозі.

Настій для лікування гастриту. 2 ст. ложки подрібненого кореня кермеку залийте 2 скл. окропу і варіть на слабкому вогні 10 хв. далі настоюйте 2 год,

процідіть і пийте. Настій при проносі і маткових кровотечах. 20 г кореня кермеку залити приблизно 200 мл води, варити на слабкому вогні 10 хв, настоювати, поки повністю не охолоне. Пити 3 рази на день по половині склянки.

• Смачного!

МЕДОВИЙ КИСІЛЬ

300 г меду, 6,5 скл. води, 1/3 скл. цукру, 1/4 скл. лимонного соку, 3 ст. л. картопляного крохмалю.

Розвести в гарячій воді половину меду, додати цукор і довести до кипіння.

Картопляний крохмаль розвести холодною кип'яченою водою і влити в киплячий сироп. Зняти з вогню, влити мед, що залишився, лимонний сік, перемішати і охолодити.



Настій з кермеку і звіробою при виразковій хворобі шлунка і дванадцятипалої кишки. 100 г трави звіробою + корінь кермеку залити 1,5 л води, настоювати 14 днів у повній темряві. Приймати по 1—2 ст. ложки до їди тричі на день. Час лікування — 2

Настій при фіброміомі матки. 40 г кореня кермеку кип'ятити 8 хв, процідити. Приймати по половині склянки до їди тричі на день. Цей відвар також використовують для тампонування і спринцювання при різних жіночих захворюван-

При ентероколіті 1—2 г порошку кореня кермеку приймати до того часу, поки не відчуєте полегшення.

Протипоказання до застосування. Настої кермеку і відвари на його основі не рекомендують і навіть протипоказано вживати людям, які потерпають від закрепів, і тим, у кого підвишена в'язкість крові. Потрібно суворо дотримуватися дозування кермеку і обов'язково проконсультуватися з лікарем щодо його застосування.

• Місячний календар

25 серпня, четвер. Остання чверть 6 год 41 хв. Місяць у Тельці, Близнятах (2 год 41 хв). 23 день Місяця. Захід— 14 год 44 хв.

26 серпня, п'ятниця. Остання чверть. Місяць у Близнятах. 23/24 дні Місяця. Схід— 00 год 23 хв, захід— 15 год 50 хв.

27 серпня, субота. Остання чверть. Місяць у Близнятах, Раці. 24/25 дні Місяця. Схід — 1 год 13 хв, захід — 16 год 49 хв.

28 серпня, неділя. Остання чверть. Місяць у Раці. 25/26 дні Місяця. Схід — 2 год 08 хв, захід - 17 год 41 хв.

29 серпня, понеді**лок.** Остання чверть. Місяць у Раці, Леві (11 год 12 хв). 26/27 дні Місяця. Схід — 3 год 09 хв, захід - 18 год 24 хв.

30 серпня, вівторок. Остання чверть. Місяць у Леві. 27/28 дні Місяця́. Схід — 4 год 13 хв, захід - 19 год 01 хв.

31 серпня, середа. Остання чверть. Місяць у Леві, Діві (18 год 23 хв). 22/ 23 дні Місяця. Схід — 5 год 20 хв, захід — 19 год 33 хв.

• А ви знали?

-Шоколад корисний для... майбутніх дітей

Дитина має більше шансів народитися здоровою і щасливою, якщо під час вагітності її мати їсть шоколад. Такого висновку дійшли вчені, котрі стежили за психологічним станом 300 жінок під час вагітності, а потім збирали такі ж дані про їхніх дітей. З'ясувалося, що навіть ті жінки, котрі до пологів перебували в депресії, «завдяки» шоколаду народили веселих і недратівливих дітей. А в тих, хто шоколаду не їв, діти менше усміхалися і частіше плакали.

На лумку дослідників, річ, швидше, не в речовинах, що містяться в шкоколаді, а у факторах, які примушують вагітну жінку їсти солодощі.

TUOTOAS HE MOESTOCIO 30 doinnu medexi Isrepher	Темпе- ратура	Опади	Вітер, м/с	Трива- лість дня
четвер, 25 серпня	+15 / +24	ясно	півн., 5	13.51
п'ятниця, 26 серпня	+13 / +25	ясно	півн., 2	13.47
субота, 27 серпня	+13 / +27	ясно	зм. напр., 2	13.44
неділя, 28 серпня	+15 / +29	ясно	півнсх., 2	13.40
понеділок, 29 серпня	+17 / +32	ясно	півд., 2	13.37
вівторок, 30 серпня	+17 / +30	ясно	зм. напр., 3	13.34
середа, 31 серпня	+17 / +25	без опадів	півн., 4	13.29

«ЧОЛОВІЧІ»

ПРОДУКТИ

адже в ньому багато віта-

міну С, якого найбільше

Гарбуз — комора віта-

мінів. Найкраще пити з

нього сік, він дуже добре

впливає на кров та ко-

рисний для передміхуро-

всю систему Менде-

лєєва; це чудове джере-

Жирна риба, особли-

во з холодних морів -

добра профілактика сер-

цево-судинних хвороб у

Вівсяна каша — пре-

вуглеводів,

красне джерело ко-

вітамінів та мікроеле-

ментів, без яких чоловіку

«ЖІНОЧІ»

ПРОДУКТИ

міститься «хороший» хо-

лестерин та цінні жирні

Морква корисна для

Волова печінка по-

кращить колір обличчя,

Соя (немодифікова-

на) — скарбниця жі-

ночих гормонів естроге-

ну; є профілактикою

жіночих недуг, у т. ч. раку

безпечить вас йодом, що

дуже корисний для жіно-

чого організму у молодо-

му віці й запобігає ста-

позбавить від прищів.

жіночої статевої системи

та кровоутворення.

Сало, адже в ньому

Мед містить майже

вої залози.

ло енергії.

чоловіків.

рисних

– нікуди.

кислоти.

не вистачає чоловікам.

Солодкий перець,

На замітку

Бабусині рецепти

ОЛІЇ для одужання

При виведенні каменів з нирок і сечового міхура, при лікуванні водянки й жовтухи, від хронічного закрепу варто вживати по 70—100 г підпареного буряка тричі на день за 1 годину після сніданку, обіду та вечері разом з 1 ч. ложкою соняшникової олії. Курс лікування — 2 тижні.

Від цирозу печінки, гепатиту, циститу 200 мл соняшникової олії змішати з 1 кг меду, перекрученими на м'ясорубці 3 лимонами з цедрою, але без кісточок. Суміш добре перемішати і витримати впродовж 3 діб у темному прохолодному місці. Вживати по 1 ст. ложці 3-4 рази на день за півгодини до їди і безпосередньо перед сном. Ліки зберігати у холодильнику.

Такі курси проводити 1 раз на 3-4 місяці, починаючи кожен за повного Місяця.

При жовчнокам'яній хворобі змішати у рівних частинах за об'ємом сік лимона, сік чорної редьки та маслинову олію. Вживати по 1 ст. ложці за півгодини до сніданку впродовж 2,5—3 місяців, починаючи лікування за спадаючого Місяця.

1 ст. ложку кашки тертого хрону змішати з 200 г маслинової олії і вживати тричі на день під час їжі від атеросклерозу, імпотенції, хронічного закрепу. Курс лікування 3 тижні.

• Знадобиться

ТРАВИ ВІД ПІТНІННЯ

Людям, які страждають від надмірної пітливості, потрібно щоденно користуватися тальком із додаванням трав.

Достатньо після того, як прийняли вранці душ, «обсипати» тіло цим порошком — і відчуття свіжості збережеться на весь день. Домашній тальк також допоможе при випріванні і різних ранках та натираннях, які . часто з'являються у жарку пору.

Купіть в аптеці звичайний тальк. Приготуйте сушені листки шавлії та квітки лаванди (трави беруть в однакових кількосгях). Полрібніть їх у кавомолці на порошок. Після цього змішайте з тальком у такій пропорції: одна частина трав'яної суміші і три частини тальку. Приготовлений порошок зберігайте у добре закритій посудині

Порошок тальку з травами дуже ефективний при догляді за стопами, пахвами і внутрішньою стороною стегон.

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

___априклад, коли сниться сире м'ясо — це до хвороби. Вчені досі намагаються зрозуміти, чому саме образ сирого м'яса сигналізує про хворобу, але поки

що безрезультатно. Багато лікарів-психотерапевтів настільки впевнилися у правдивості снів, що серйозно почали досліджувати їхнє тлумачення, аби зрозуміти природу деяких захворювань людського організму.

Наприклад, людям, які мають проблеми із серцем, навіть коли вони і не підозрюють про це, часто сняться сни про задушення. Хворі, які пережили серцевий напад, розповідали, що напередодні їм снився тісний одяг, якого годі позбутися, несподівані удари в

Отож якщо правильно тлумачити сни, то можна багато зрозуміти про стан свого здоров'я. Сновидінь не варто лякатися, адже вони, навпаки, попереджають людину про хворобу.

Але іноді сни не є прогнозами, а просто можуть бути відблисками пережитого минулого стресу, який зберігся у підсвідомості. Тому перш ніж робити висновки щодо сну, потрібно добре його проаналізувати.

У період нестабільної по-

годи загострюються всі

хронічні захворювання —

гіпертонія, стенокардія, час-

тіше виникають інфаркти

міокарда. Тому хворим по-

трібно якоюсь мірою себе

підстрахувати: менше їсти,

більше бувати на свіжому

повітрі, але не в саму спеку.

СЯТЬ ЗНАТИ, ЩО ТИСК У НИХ ПО-

винен бути менший, ніж 140

на 90 рт. ст. І цей показник

вже не ідеальний, але пра-

вильно підібраними препа-

ратами його можна змен-

шити або просто підтриму-

Хто має тахікардію, му-

сить застосовувати арсе-

нал різних препаратів, щоби

пульс був менший, ніж 80

ударів на хвилину. Недар-

ма кажуть: «Чим частіший

пульс, тим коротше життя»

швидше виснажується

Хворий зі стенокардією

повинен переглянути свій

спосіб життя. Якщо не прий-

мати таблеток і не рухатися,

час для загартовування,

збільшення фізичного на-

вантаження, схуднення і

лікування. Бо природні фак-

Літо — найсприятливіший

то хвороба прогресує.

серце.

вати, щоб не зростав.

Хворі на гіпертонію му-

• Важливо

ти увагу?

Сни і хвороби

Давно відома істина: якщо в людському організмі відбуваються якісь збої у здоров'ї, то сам організм сигналізує про це, посилаючи нервові імпульси у мозок, що перетворюються в ньому на якісь образи, які ми дуже часто можемо бачити у своїх снах.

Зверніть увагу

ЩО СНИТЬСЯ?

Михайло Виноградов відомий вчений у галузі психіатрії — радить звернути увагу на стан свого здоров'я, якщо вам часто почали снитися такі образи:

бачите себе абсолютно голим або без зубів;

✓ їсте недостиглі фрукти;

бачите білого метелика; ✓ побачили розбиті вазу, банку або чарку;

бачите змій, мух, клопів; чуєте барабанний

🗸 п'єте брудну воду або йлете по ній:

бачите обстрижені кінчики нігтів чи волосся;

тори так само лікують. Те-

пер можна більше ходити

пішки, працювати на повітрі,

вживати природні вітаміни.

Але й тут треба бути уваж-

ним до себе, не можна дов-

го перебувати на сонці у

спеку, бо це шкодить здо-

Коливання атмосферно-

го тиску, перепади температур разом з так звани-

ми магнітними бурями, без

сумніву, впливають на са-

мопочуття людей, особли-

во метеозалежних, яких, на

жаль, тепер більшість. Не-

гативний вплив погодних

умов завжди можна змен-

шити, порадившись із ліка-

Не можна давати якогось

одного рецепта, бо препа-

рати потрібно призначати

індивідуально. Одним —

заспокійливі, іншим анальгетики, аспірин для

розрідження крові тощо.

Кожен мусить знати, в якій

ситуації що саме йому до-

освітніх меличних програ

на телебаченні, радіо, у

пресі. В Англії, наприклад,

стоять бігборди, де зобра-

жена людина, що поклала

долоню на ділянку серця.

Отже, якщо затиснуло за

грудиною, потрібно

негайно викликати

швидку допомогу.

На жаль, в Україні бракує

Стежте за тиском і пульсом

Спека, шквали, зливи несприятливі для нашого

чуття: головні болі, втому, безсоння. Як зарадити

собі в період нестабільної погоди, на що зверну-

ров'ю.

рем.

поможе.

здоров'я. Люди скаржаться на погане самопо-

✓ ходите у заплутаному лабіринті;

дивитеся на згаслу лампу або затемнення Місяця:

ідете по крижаній кірці; почули зозулю;

🗸 побачили бурульки на

краю даху.

Звичайно, свято вірити у сни не варто. Адже можливо, що це лише плоди фантазії вашої підсвідомості. Та якщо образи у снах повторюються, то варто все-таки до них дослухатися. Щоправда, є люди, які можуть доволі часто бачити тривожні сновидіння і без видимих на те причин. У такому разі допоможе лікар.

СИМВОЛИ ПРОБЛЕМ

✓ Гнилі фрукти, овочі або зіпсоване м'ясо — проблеми зі шлунком або підшлунковою залозою.

 Операції в черевній порожнині або травма живота: сигнал про хвороби шлунково-кишкового тракту.

✔ Сон про те, що ви тонепро те, що на грудях лежить щось важке: проблеми з дихальною системою.

куті в кайдани або взуті у надзвичайно тісне взуття: проблеми із суглобами та хребтом.

Народна медицина

ТУРБУЄ МАСТИТ?

При маститі 100 г шкірки мандарина й 20 г кореня солодки заливають водою й кип'ятять на слабкому вогні 30 хв. Випивають за 2 прийоми впродовж дня.

Свіжу кульбабу дрібно нарізати і прикладати до хворого на мастит місця.

Цибулину нарциса вузьколистого очистити, дрібно нарізати і змішати з такою ж кількістю густої рисової каші. Суміш прикладати до запаленого місця.

А ви знали?

те і не можете виринути, або

✓ Сон про те, що ви за-

молочної залози й остеопорозу. Морська капуста за-

перш ніж вжити ліки. Якщо шрифт дрібний — напишіть назву великими літерами

Заведіть спеціальний зошит для прийому ліків з табличкою, куди запишіть назви ліків, час прийому, дозу тощо.

✓ Заздалегідь поповнюй– те запас ліків.

Як вживати ліки людям похилого віку Люди віком понад 65 років вживають більше

ліків, ніж представники інших вікових груп. Аби ефективно контролювати цей процес, варто дізнатися якомога більше про кожен препарат і виробити постійну щоденну процедуру вживання

Детальну інформацію про них отримайте у свого лікаря або в аптеці.

Для початку складіть список ліків, які ви вживаєте, запишіть дозування і час прийому впродовж дня. Постійно поновлюйте список, беріть його із собою на прийом до лікаря чи в до-

рогу.
Якщо виникли якісь проблеми, не міняйте дозу і не припиняйте приймати ліки, не порадившись із лікарем.

✓ Наставляйте будильник на час прийому ліків і не приймайте їх у темряві.

✓ Завжди читайте назву



Шкіра без бородавок

Вірус папіломи, який є причиною появи бородавок, можна підхопити на пляжі, у фітнес-клубі, басейні тощо.

Найчастіше світлі бородавки з'являються на пальцях, кистях рук і підошвах ніг. З часом вони темніють. набувають неправильної форми, поступово ростуть. Буває, на одному місці з'являється кілька бородавок олразу.

Можна спробувати позбутися таких бородавок народними методами: за допомогою чистотілу, капусти, часнику, цибулі.

✓ Свіжим капустяним соком просочіть серветку і прикладіть її у вигляді компресу до бородавок. Процедуру повторюйте до повного їх зникнення.

✓ Також можна прикла сти до бородавок суміш із натертої на дрібній терці цибулі з медом у співвідношенні 1:2 і зробити компрес, попередньо змастивши шкіру жирним кремом. Замість цибулі можна використовувати час-

Можна спробувати позбутися бородавок за допомогою свіжого чистотілу: протягом 2—3 тижнів двічі на день по 2-3 хв. добре змащувати бородавки соком цієї рослини.

аклажани як культурну **О**рослину вирощують понад півтори тисячі років. З Азії вони спочатку прийшли в Африку, а потім — у Європу. Правда, європейці не відразу подружилися з цим овочем: вважали баклажани несмачними і навіть шкідливими для здоров'я. Насправді ж вони просто не вміли їх готувати.

Багато господинь і в наш час вважають баклажани занадто примхливими: то чорніють, то гірчать. Хоча цих неприємностей легко

1. Перед приготуванням замочіть баклажани в підсоленій воді на півгодини. Потім промийте. Так з овочів зникне гіркота.

2. Якщо готуєте ікру, не пропускайте баклажани через м'ясорубку і не ріжте металевим ножем. Від цього страва може набути неприємного присмаку. Подрібнюйте баклажани керамічним або дерев'яним різаком.

3. Щоб при смаженні баклажани не вбирали багато жиру, попередньо ошпарте їх окропом.

4. Щоб м'якоть не чорніла, готуйте баклажани на сильному вогні.

5. Якшо хочете, шоб часточки баклажанів не втрачали форму при приготуванні, не знімайте з них шкірку.

6. Найсмачніші баклажани подовгастої форми рівного фіолетового забар-

7. Невелику кількість баклажанів можна зберігати в ящику, загорнувши в папір.

8. Салати із сирих баклажанів готують так само, як з кабачків.

9. Готуючи баклажани для фарширування, слід розрізати їх навпіл і гострим ножем зробити по краях надрізи, оскільки при тепловій обробці шкірка стягується і тріскається. Видаливши насіння, плоди солять і залишають на 10— 15 хвилин, аби виділився сік. Промиті баклажани наповнюють фаршем.

Якщо дотримуватися цих простих порад, приготування страв з баклажанів не завдасть клопоту. Переконайтеся самі!

МУСАКА

Це традиційна для Балкан і Близького Сходу

Горіхово-яблучний пиріг

Тісто: 220 г борошна, 150

гсмальцю, 2 яйця, 200 г цук–

ру, 100 г мелених лісових

пудрою і корицею. З відкла-

ри, 1 ч. л. кориці.

Пальчики оближеш

БАКЛАЖАН на кухні ПАН



Сезон овочів у розпалі. Багато хто вирощує або купує баклажани. Але мало хто вміє їх смачно приготувати. Цю проблему легко розв'язати, скориставшись нашими порадами й рецептами.

• У записник

страва з баклажанів і м'ясного фаршу. Смачно і дуже

800 г баклажанів, 800 г фаршу з баранини або яловичини, 300 г помідорів, 1 цибулина, 50 г твердого сиру, 180 г білого сухого вина, оливкова олія для смаження, сіль і перець за

Для соусу: 500 мл молока, 40 г вершкового масла, 30 г борошна, 200 г твердого сиру, 2 яйця, сіль і мускатний горіх за смаком.

Почнемо з соусу. На сковорідці розтоплюємо вершкове масло і «обсмажуємо» в ньому борошно. Паралельно трохи підігріваємо молоко (не кип'ятити!) Щоб соус вийшов без грудок, молоко і суміш масла й борошна мають бути приблизно однакової темпера-

Молоко, постійно помішуючи, вливаємо на сковорідку до масла і борошна. Солимо, додаємо мускатний горіх. Доводимо до кипіння, а потім всипаємо тертий сир. Продовжуємо готувати, не забуваючи помішувати, поки сир не розплавиться. Потім знімаємо

Поки суміш охолоджується, в окремій мисці збиваємо яйця. Після цього потихеньку вливаємо їх в соус, ретельно перемішуючи. Соус готовий.

Цибулю для мусаки нарізати півкільцями, з помідорів зняти шкірку і нарізати їх кубиками. Баклажани ріжемо тонкими довгастими скибочками (не забудьте замочити їх у підсоленій воді!) і обсмажуємо на оливковій олії з обох боків. Після смаження їх слід викласти на паперові рушники, щоб увібралися надлишки жиру.

Також потрібно обсмажити цибулю (до м'якості) і фарш. В середині смаження в цибулю і фарш вливаємо вино і готуємо, поки рідина не випарується. Після цього додаємо помідори, солимо, перчимо і тушкуємо ще кілька хвилин.

У форму для запікання шарами викладаємо баклажани і фарш так, щоб зверху були баклажани. Заливаємо все соусом і посипаємо тертим сиром. Ставимо в духовку, розігріту до 180°С, на 30—40 хвилин.

КАПОНАТА

Це сицилійське в рагу з баклажанів та інших овочів. Його їдять як гарячим, так і холодним, подають як самостійну страву, а також як гарнір і закуску.

800 г баклажанів, 150 г оливок, 90 г каперсів, 140 г ріпчастої цибулі, 50 г цукру, 400 мл томатної пасти, 80 мл винного білого оцту, оливкова олія для смаження, базилік, сіль і перець за смаком.

Баклажани очищаємо від шкірки, ріжемо кубиками і обсмажуємо на оливковій олії. Щоб овочі не були занадто жирними, перед смаженням їх можна злегка ошпарити окропом.

В окремому посуді карамелізуємо цибулю з цукром (олію не використовуємо) до золотистого кольору. Потім додаємо туди каперси (нагадаємо, що їх можна замінити квашеними огірками), оливки, винний оцет і трохи оливкової олії. Тушкуємо все це близько 5 хвилин, після чого додаємо обсмажені баклажани і томатну пасту. Готуємо ще —10 хвилин.

За кілька хвилин до готовності додаємо дрібно нарізаний свіжий базилік, сіль і перець за смаком. Будьте обережні з сіллю. Без неї взагалі можна обійтися, оскільки зазвичай потрібну солоність страві надають каперси.

ПАЛИЧКИ В КЛЯРІ

Це легка літня закуска. Баклажани, приготовані за цим рецептом, виходять нежирними, ніжними всередині і з хрусткою сирною скоринкою зовні.

500 г баклажанів, 150 г твердого сиру, 1 яйце, 100 г панірувальних сухарів, 3—4 зубчики часнику, оливкова олія, сіль, чорний мелений перець, паприка і куркума за смаком.



Баклажани нарізаємо соломкою товщиною приблизно 3 см і заливаємо підсоленою водою, щоб вийшла гіркота. Просушивши скибочки баклажанів на паперовому рушнику, викладаємо їх у миску, скроплюємо оливковою олією і посипаємо спеціями (сіль, перець, паприка, куркума, пропущений через прес часник). Залишаємо на 5-10 хвилин.

У цей час натираємо сир і змішуємо його з панірувальними сухарями. В окремій мисці збиваємо яйце.

Кладемо на деко пекарський папір і розігріває– мо духовку до 200°С. Кожен шматочок баклажанів вмочуємо спочатку в яйці, а потім у суміші з сиру і сухарів і викладаємо на деко. Готуємо палички в духці близько 20 хвилин. Їсти їх можна як гарячими, так і холодними — однаково

ЗАКУСКА «ХВІСТ ПАВИЧА»

Ще одна яскрава закуска з баклажанів. Завдяки незвичайному «дизайну» (див. фото вгорі) страва сподобається не тільки дорослим, а й дітям, які рідко охоче їдять овочі.

500 г баклажанів, 300 г томатів, 200 г огірків, 200 г сиру фета, півбанки оливок, 3 ст. ложки сметани, 2-3 зубчики часнику, оливкова олія, кріп, сіль за смаком.

Баклажани ріжемо навскоси, щоб вийшли овальні скибочки. Замочуємо в підсоленій воді, промиваємо і просушуємо. Після цього розкладаємо на деко, скроплюємо оливковою олією і запікаємо 10—15 хвилин при температурі 200°C.

Часник пропускаємо через прес і змішуємо зі сметаною і сиром фета до од– норідності. Помідори й огірки ріжемо кружальцями. Бажано, шоб останні по діаметру були менші від перших. Оливки без кісточок розрізаємо навпіл.

На велику довгасту тарілку викладаємо баклажани у формі павиного хвоста. Кожен шматок змащуємо сирною масою. Потім кладемо на них по кружальцю помідора і огірка. Знову трохи сиру з часником, а на завершення — половинку

• Саме час

ПРО АДЖИКУ НЕ ЗАБУДЬМО

У грузинській кухні аджика — гостра приправа, до складу якої входять суміш хмелі-сунелі, червоний перець, червоний гострий перець (чилі), коріандр (кінза), часник, кріп, барбарис та сіль великій пошані.

Грузини додають її до тушкованої квасолі (лобіо) і, звичайно ж, до страв із м'яса. У нас же — це гострий томатний соус. Та що б не вкладали у поняття «аджика», це однаково смачно. Пропонуємо кілька рецептів.

Аджика класична

3 кг помідорів, 1 склянка тертої моркви, 1 склян– ка петрушки, 15 шт. гіркого перцю, 15 шт. солодкого перцю, 1 склянка часнику, 1 склянка олії, 1 неповна склянка оцту.

Помідори перемолоти на м'ясорубці. Додати терту моркву, подрібнені петрушку, солодкий і гіркий перець. Варити дві години. Додати мелений часник, олію, оцет. Проварити ще 30 хвилин і закрутити.



Аджика з яблуками 5 кг помідорів, 7 шт. го-

строго перцю, 1 кг солодкого перцю, 1 кг моркви, 0,5 л олії, 1 кг яблук, 250 г часнику. Помідори, перець, мор-

кву і яблука перемолоти, змішати і варити 2,5 години на маленькому вогні. Додати олію, часник, сіль і варити ще 10 хвилин. Закрутити.

Без помідорів

1 кг червоного болгарського перцю, 0,5 кг червоного гострого перцю, по 2—3 ч. л. меленого сухого коріандру та хмелі-сунелі, 5—6 зубчиків часнику.

Перець помити, почистити від зернят, перемолоти. Додати подрібнений часник і спеції.

Аджика густа

З кг помідорів, 1,5 кг зеленого болгарського перцю, 350 г часнику, 2 шт. гострого перцю, 1 ч. л. солі, 1 ст. л. цукру, 120 г олії.

Помідори, солодкий та гострий перець перемолоти і змішати з олією, сіллю та цукром. Варити до отримання густої та досить однорідної маси — 2,5—3 години. Часник подрібнити, додати за півгодини до закінчення варіння.

Смакота на десерт

Щедрі дари природи так і просяться на стіл! Пригостіть рідних і друзів смакотою за нашими рецептами.

деного тіста скачати тогоріхів, по 1 пачці ванільного цукру і порошку до пененькі джгутики і викласти їх на начинку на відстані 3-Начинка: 1 кг яблук, 100 г 4 мм один від одного. Вицукру, 0,5 скл. цукрової пуд– пікати пиріг у гарячій духовці до рум'яної скориночки. З борошна, смальцю, по-



Макові рулети

Тісто: 1 кг борошна, 2 скл. молока, 50 г дріжджів, 200 г вершкового масла або маргарину, 200 г цукру, 6 жовтків, 1/2 ч. л. солі.

Начинка: 500 г маку, 200 г цукру, 50 г вершкового масла, 2 ст. л. меду, 2 білки, 200 г посічених горіхів, 100 г родзинок.

Дріжджі розвести в теплому молоці з 1 ст. ложкою цукру і відставити. Розтерти жир із цукром, додаючи по одному жовтку, влити розведені дріжджі, посолити, всипати борошно, замісити пухке тісто і поставити. щоб підійшло.

Для начинки: запарити мак у кількох водах, відцідити, добре розтерти його, додати цукор, розтоплене масло і трохи підігріти. Теплу масу вимішати з білками, горіхами та родзинками.

Розділити тісто на чотири частини, розкачати і на кожну викласти начинку. Скрутити рулети, покласти на змащений жиром лист, а як підійдуть, змастити яйцем і випікати при t 210-220°C 35-40 xв.

Кошички з маковою начинкою

Тісто: 200 г борошна, 100 вершкового масла або маргарину, 50 г цукру, 50 г мелених горіхів, 1 варений жовток, сік з 1 лимона. Начинка: 0,5 скл. маку,

100 г цукру, 3 яєць, 50 г ме*–* лених горіхів, 1 ст. л. білих сухарів, 1 ч. л. кориці, цедра з лимона.

Жир посікти з борошном, додати мелені горіхи, сік з лимона, протертий через сито жовток, цукор і замісити тісто. Поставити його на годину в холодне місце, а потім тонко розкачати і склянкою вирізати коржики. Вистелити ними змащені жиром формочки, наповнити їх начинкою і випікати при t 210—210°С 15—20 хв.

Для начинки потрібно мак запарити і добре розтерти, додати цукор, жовтки, збиті білки, мелені горіхи, сухарі, корицю, цедру з лимона і все вимішати.

• На замітку

Ревінь на нове місце

Насіння ревеню дуже швидко втрачає схожість, тому його висівають одразу після збирання. Простіше рослину роз-множити поділом куща.

Кожні 6—8 років його доцільно ділити на кілька частин і переносити на нове місце. Робити це краще восени.

Ревінь полюбляє вологі родючі грунти. Садити його можна і під плодовими деревами, адже витримує напівтінь.

Після пересадки пер шого року черешки для споживання не вирізають, даючи змогу рослині добре вкорінитися на но вому місці. А вже з другого року їх, не боячись зашкодити кущу, беруть на начинку для пиріжків, киселі тощо. Перед з різанням м'ясистих час тин ревінь помірно поли вають.

З кожного куща припустимо видаляти не більше третини листя, інакше рослина ослабне і наступного року мало що можна буде взяти на їжу.



На зиму ревінь варто вкрити опалим листям. Таке покривало потрібне не для захисту від холоду, оскільки ревінь достатньо холодостійкий, а, швидше, для того, щоб пагони стали смачніші й ніжніші.

До речі, ревінь із червонуватим відтінком містить менше щавлевої кислоти та приємніший на смак, ніж зелені сорти.

Пеньок — на попіл

Викорчовування пенька вимагає чимало зусиль. Щоб позбутися його із застосуванням селітри та раундапу, доведеться довго чекати. Просто підпаливши пеньок, також не доб'єтеся швидкого результату.

До решти видалити дерево можна, використавши стару металеву бочку без дна. Її слід «надти» на пеньок, підставивши цеглини. Далі бочку треба заповнити хмизом та бур'янинням і підпалити. Результат залежить від розміру самого пня і діаметра бочки. За потреби дії повторюють.

Такий спосіб потребує значно менше зусиль і часу, аби очистити ділянку від решток спиляних дерев.

ерез 4 роки ділянка, зайнята суницею, виснажуеться, на ній збільшується кількість шкідників і хвороб. Та й самі рослини старіють, стають менш стійкими до несприятливих умов, значно знижується їх урожайність. Подальше вирощування суниці на одному місці стає невигідним. Необхідно закладати нову ділянку.

Але як це зробити на невеликій ділянці? В цьому разі садівники-любителі практикують 5-пільну сівозміну. Для цього площу, призначену під суницю, розбивають на 5 рівних ділянок, з яких три ділянки займають плодоносною суницею і дві — овочами.

Наступного року на ділянці під овочами краще вирощувати ріпчасту цибулю. Вона є гарним попередником для суниці і ще цінна тим, що рано визріває та звільняє площу під насадження.

Завдяки цьому вже в 1-й декаді серпня місце вільне для підготовки до садіння суниці (кінець серпня — початок вересня).

Чергування культур за цією схемою має такий вигляд:

1-й рік— овочі (огірки, капуста, морква, буряк),

2-й рік— ріпчаста цибуля, а після її збирання— висадження суниці,

3-й рік—суниця 1-го року плодоношення,

4-й — суниця 2-го року плодоношення:

Суниці треба пересаджувати

Багато культур — як овочевих, так і ягідних — не рекомендується кілька сезонів вирощувати на одній ділянці. Це стосується і суниці, яку необхідно оновлювати кожні 3—4 роки.



До часу

5-й — суниця 3-го року плодоношення.

Щоб уникнути зараження ділянки нематодами, не рекомендується як попередник використовувати картоплю і помідори. За такої сівозміни щороку закладається нова ділянка під суницю, а стара ліквідується.

Залежно від родючості грунту схему чергування культур можна змінювати. Наприклад, на малопродуктивних грунтах на 2-й рік можна замість використання ділянки під овочі залишити її під чорним паром і в другій половині серпня посадити суницю.

А ось на родючих грунтах, де на 3-й рік плодоношення не відзначається зниження врожаю, суницю

можна залишити на цій ділянці на 4-й рік. Тоді, правда, треба буде змінити схему сівозміни, тобто зробити її 6-пільною.

Суниця не дуже вибагли ва до грунту. Головне, щоб він був досить родючим і не надто сирим. Однак кращи ми для культури є легкосуг линисті і супіщані грунти.

Підготовка грунту до висадження суниці насамперед полягає в очищенні його від бур'янів. Для цього землю треба перекопати на штик лопати і вибрати всі корінці. Якщо погода суха, то перекопану ділянку слід полити, аби спровокувати проростання вцілілих бур'янів і їх насіння, а потім підрізати їх плоскорізом або ж сапкою.

Перед перекопуванням

корисно на кожному метрі розсипати по піввідра перегною або компосту (свіжий гній суниця витримує погано), 300—400 г попелу і по сірниковій коробці нітрофоски.

Якщо грунт бідний на доступні форми фосфору і калію, водночас із гноєм перед садінням треба внести (з розрахунку на 1 сотку) 10—12 кг суперфосфату і 3—5 кг калійної солі. Слід уникати внесення під суницю хлоровмісних калійних добрив, оскільки хлор негативно впливає на її розвиток

Краще використовувати деревний попіл або ж попіл від бадилля картоплі. Усе це загортається у грунт глибоким перекопуванням (до 25 см).

Заправлення грунту можна перенести на пізніший термін, безпосередньо перед садінням, розсипавши добриво по поверхні і загортаючи його за допомогою розпушувача. Однак слід знати, що внесення добрив і передпосадковий обробіток грунту треба проводити не пізніше ніж за 15 днів до садіння.

Рекомендований термін літнього висадження суниці— останній тиждень серпня (якщо стоїть дощова погода, можна садити і раніше). Якщо в серпні погода посушлива, то садіння можна перенести на вересень (перший тиждень).

Однак при пізнішому висадженні рослини розвиваються повільніше і частина їх не встигає прижитися до настання заморозків. У цьому разі навесні спостерігається зрідженість насаджень. Під весняне садіння внесення добрив і перекопування грунту проводяться восени.

На перезволожених ділянках бажано садити суницю на грядки, сформовані у вигляді положистих валів. Гострі «ребра» не можна робити, так грунт швидко пересихає, а корені кущів часто оголюються.

У спекотні сонячні дні (у перші 3—5 днів) молодій розсаді необхідне затінення. Якщо такої можливості немає, то при висадженні треба видалити великі листки, залишивши не більше 1—2 листків на кущі.

• На прохання читачів

Чому не родить шовковиця

Шовковиця— рослина дводомна, хоча нерідко буває і однодомною з роздільностатевими квітками. У дводомних рослин одні екземпляри з жіночими, інші— з чоловічими квітками. Перезапилення відбувається між деревами.

В такому разі плодоносять, природно, жіночі екземпляри, а чоловічі («шовкуни») — ні. Їх часто використовують для озеленення — вони швидко ростуть, крона в них щільна, листки більші, ніж у жіночих рослин.

В однодомних рослин чоловічі і жіночі квітки ростуть на одному екземплярі. Перезапилення відбувається на одному дереві. Жіночі квітки і чоловічі в шовковиці зібрані в суцвіття. Жіночі квіточки після запилення розростаються, і м'ясисті покриви окремих маленьких плодів зливаються в супліддя— шовковичну, або тутову, ягоду. А чоловічі засихають і опадають.

Схоже на те, що ваша, Михайле Васильовичу, шовковиця — , інакше б вона (як вітрозапильна рослина) обов'язково запилилася пилком від плодоносних сусідніх дерев.

Однак якщо виявилося, що ваша шовковиця — чо-ловічий екземпляр, щоро-ку цвіте, але не плодоносить, не поспішайте викорчовувати дерево. Адже це найпростіше. Шовковиці вже кілька років, отже, в неї добра коренева і надземна система. Тому, щоб не втрачати час на висаджування нового дерева, рано навесні перещепіть вашу

шовковицю. Цвіте вона в квітні. Нащепити можна на початку або в середині квітня (за тиждень-два до або під час цвітіння).

Живці заготуйте в лютому-березні і тримайте в холодильнику або підвалі. В крайньому разі можна зрізати живець для щеплення прямо з дерева, але до розпускання бруньок.

Щеплення роблять, як і на інших плодових деревах. При цьому використовують вегетаційні (подовжені) пагони з добре сформованими бруньками, а не плодоносні (вкорочені). Щеплення такими живцями, зріза-

ними з плодоносних дерев, прискорює плодоношення.

Щеплять також паростковими пагонами завдовжки 10—12 см. З прищепленого живця зрізають верхівкову бруньку і щеплюють у Т-подібний розріз підщепи. Цей спосіб щеплення прискорює плодоношення дерева на 1—2 роки.

Оскільки шовковиця вже велика, то щеплення треба робити на 2—3 гілках. Після того, як живці і вічка приживуться, можна буде формувати дерево з нових пагонів, поступово обрізаючи не потрібні пагони підщепи. Так через 2—3 роки у вас буде плодоносна шовковиця, ягоди якої смачні і дуже корисні. Недарма в Середній Азії шовковицю з повагою називають «шахтуте» — «цар-ягода».



• А ви знали?

ЯК І КОЛИ ВНОСИТИ ПОПІЛ

Для підвищення ефективності попіл рекомендується вносити на грядки не в чистому вигляді, а разом із торфом чи перегноєм як органічно-мінеральну суміш (одну частину попелу з двома-чотирма частинами вологого торфу чи перегною). Її зволоження сприяє рівномірному розподіленню добрива по ділянці навіть за вітояної погоди.

Не можна змішувати попіл із сульфатом амонію, гноєм, гноївкою та курячим послідом — утрачається азот. При використанні з суперфосфатом чи фосфоритним борошном залишимося без фосфору. З цієї ж причини не слід вносити його з вапном, а також на нещодавно провапновані ділянки.

Нагадаємо також, що суглинисті грунти варто підживити попелом восени, а піщані й супіщані— навесні.

Знадобиться

Будуть помідори до нового року

Дозрівання помідорів триває. Тим часом ночі стають дедалі прохолодніші. А в дощову погоду зростає вірогідність ураження плодів фітофторою.

Щоб зменшити ризик і не втратити врожай, радимо зібрати плоди і покласти їх плодоніжками догори у ящик, пересипаючи сухою торф'яною потертю чи перекладаючи мохом сфагнум. Можна також пересипати сухою стружкою або тирсою. Ящики треба поставити у сухий погріб із хорошою вентиляцією.

До речі, зібрані плоди різного ступеня стиглості мають свою оптимальну температуру зберігання: червоні та рожеві — 1—20°С, при цьому вони можуть лежати півтора місяця, бурі — 4—6°С, плоди молочної стиглості й зелені — 10—12°С. Знаючи таку особливість, свіжі помідори

цілком можливо мати аж до новорічних свят.

новорічних свят.
Якщо ж потрібно, щоб зелені плоди дозріли швидше, між ними треба помістити кілька червоних, котрі виділяють газ етилен, який прискорює достигання томатів. І навпаки, щоб затримати цей процес якомога надовше, треба щодня вибирати з ящика спілі.

Прискорює дозрівання також світло. У темряві помідори червоніють повільніше, їхнє забарвлення рівномірніше.

І насамкінець, не варто зберігати в одному приміщенні свіжу капусту і помідори: погіршується смак і того, й іншого овочу.

ПОНЕДІЛОК, 29.08.2016

UA:ПЕРШИЙ 06.00, 07.00, 08.00, 13.00, 18.40, 21.00 Новини 06.05, 07.05, 08.05 Спорт 06.10, 07.10 АгроЕра 06.15, 07.15, 08.10, 11.20, 16.20, 22.50, 23.10 Погода 06.20 7 чудес України

06.50, 07.50, 08.20 Смакота 07.20 Ера будівництва 07.25, 23.50 На слуху 08.30 Паспортний сервіс 08.45 Телемагазин

09.00 Т/с «Таксі» 09.45 Х/ф «Для домашнього огнища»

пища» 11.30 Д/с «Обличчя Америки» 12.20 Український корт 13.30 Казки Лірника Сашка 13.40 М/ф «Як козаки у хокей грали» 14.00 Суспільний університет 14.50 Фольк-music

16.00 З країни в Україну 16.30, 17.30 Орегонський путівник 17.00 Вікно в Америку 18.00 Книга иа 18.25 Новини. Світ

19.00 Новини. Культура

19.25 Візитівка Карпат 19.30 Про головне 20.00 Перша шпальта 20.30 Абілітація. Піца ветерана.

21.30 Найяскравіші моменти XXXI Олімпійських ігор 21.50 Док.фільм

22.45 3 перших вуст 23.00 Підсумки 23.15 Золотий гусак 1+1

07.35 «Маша і ведмідь»

21.15 Т/с «Родичі»

00.00 X/ф «День радіо»

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 12.00 16.45, 19.30, 23.15 TCH: «Телевізійна служба новин» 06.45, 07.10, 07.45, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1»

09.30 «Чотири весілля–5» 10.55, 12.20 «Міняю жінку–4» 13.45, 14.20 «Сліпа» 14.45, 15.45 «Сімейні мелодрами–6» 17.10 Т/с «Уламки щастя» 20.15 T/c «Свати-5»

TV-4 06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Пані по06.45, 09.15, 10.45 Ранковий фітнес 07.00 Провінційні вісті. Тиждень 07.45, 15.50, 18.50, 21.25, 22.30

Оголошення. Бюро знахідок 07.50, 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 Межа правди 13.10 Xiт-парад

14.10 X/ф «Сім'я» 16.00, 19.00, 22.00 Провінційні вісті 17.00 «Екологічно чисте життя»

17.30 «Про нас» 19.30, 21.00 Наші вітання 20.40 Дім книги 21.30 «Сільський календар»

22.35 X/ф «Кров і зухвальство» **ІСТV**

06.00 Громадянська оборона 07.00 Факти 07.45, 19.20 Надзвичайні новини 08.45 Факти. Ранок 09.15 Надзвичайні новини. Підсумки 09.50, 13.20 X/ф «Блакитна безод-

ня» 12.45, 15.45 Факти. День 13.40 X/ф «Таксі» 15.30, 16.10 X/ф «007: Координати «Скайфолл»

18.45, 21.00 Факти. Вечір 20.20 Більше ніж правда 21.20 T/c «Пес» 22.20 Свобода слова 01.05 Т/с «Послідовники»

СТБ 07.05, 16.00 «Все буде добре!» 09.05 «Все буде смачно!» 10.00 X/ф «Діамантова рука»

14.05 «Слідство ведуть екстрасенси» 18.00, 22.00 «Вікна-Новини» 18.30 «За живе!»

.00 X/ф «Знайда»

20.00, 22.45 «Хата на тата» 01.10 «Один за всіх» «YKPAÏHA»

06.50, 07.15, 08.15 Ранок з Україною 07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00 09.15 Зірковий шлях 10.30 Реальна містика 11.30, 21.00 Т/с «Потрійний за-

13.30, 15.30 Т/с «Сонячне затемнення» 18.00 Т/с «Співачка»

19.45 Ток-шоу «Говорить Украї-23.00 Події дня

23.30 X/ф «Таємниця в їхніх очах» ТТБ

08.00 «Ранок з ТТБ» 10.00 «Музичний калейдоскоп» 10.26, 11.13, 15.13, 18.13, 19.26,

22.26 Погода. Анонси 10.30 «Велети духу і слави. Українська місія»

10.35 «Загублені у часі» 10.50, 17.50 «Пісні нашого краю» 11.00, 15.00, 17.00, 18.00, 19.00, 22.00 «Вісті ТТБ»

11.15 «Степовики» 11.30 «Подорожні замальовки» 14.00 «Відверті діалоги» 14.55, 20.30 «Вишневі усмішки»

15.15 «М−хвиля» 15.30 «Мамина школа» 16.00 «У країні Мультляндії» 17.15 «Урок... для батьків»

17.45 Соціальна реклама 18.15, 20.25 «Тернопіль сьогодні» 18.20 T/c «Таксі» 19.30 «Учнівський щоденник»

19.45 «Повір у себе. Ти зможеш» 20.00, 21.30 «Із нашої відеотеки» 20.35 «Пісня в дарунок» 20.45 «Вечірня казка» 21.00 «Тема дня» 21.15 «В об'єктиві ТТБ»

22.30 «Час країни» **IHTEP**

07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 12.00, 14.00, 17.40 Новини .15, 07.35, 08.10, 08.35 «Ранок з ІНТЕРом» 09.20, 12.25 T/c «Дружина гене-

рала» 13.40, 14.20 «Судові справи» 15.10 «Сімейний суд» 16.00 «Жди меня. Україна» 18.00, 19.00 Ток-шоу «Стосується

кожного» 20.00 «Подробиці» 21.00 Т/с «Райські яблучка» 23.45 Т/с «Територія краси»

UA:ПЕРШИЙ , 07.00, 08.00, 13.00, 18.40, фітнес 21.00 Новини 06.05, 07.05, 08.05 Спорт Провінційні вісті 06.10, 07.10 ArpoEpa 06.15, 07.15, 08.10, 10.50, 22.50,

23.10 Погода 06.20 7 чудес України 06.50, 07.50, 08.20 Смакота 07.20 Ера будівництва 07.25. 23.50 На слуху 08.30 Паспорт.Ua

08.45 Телемагазин 09.00 Т/с «Таксі» 09.45 Наші гроші

ПРОГРАМА ТЕЛЕБАЧЕННЯ

10.15, 19.30 Про головне 11.00 Засідання Кабінету Міністрів України 13.30 Казки Лірника Сашка 13.40 Хто в домі хазяїн?

14.00 Суспільний університет 14.50 Світло 15.40 Абілітація. Танго

15.50 Гра долі 16.30 Д/с «Обличчя Америки» 17.30 Д/с « Національні парки

18.25 Новини. Світ 19.00 Новини. Культура 19.25 Візитівка Карпат 20.00 Переселенці

Америки»

20.30 Слідство. Інфо 21.30 Найяскравіші моменти XXXI Олімпійських ігор 21.50 Т/с «Закон Мерфі»

22.40 Мегалот 22.45 3 перших вуст 23.00 Підсумки

23.15 Золотий гусак 1+1

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30, 23.15 TCH: «Телевізійна служба новин» 06.45, 07.10, 07.45, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1»

07.35 «Маша і ведмідь» 09.30 «Чотири весілля-5» 10.55, 12.20 «Міняю жінку-4» 13.45, 14.20 «Сліпа»

14.45, 15.45 «Сімейні мелодрами-6» 17.10 Т/с «Уламки щастя» 20.15 T/c «Свати-5» 21.15 T/c «Родичі» 00.00 X/ф «Викрутаси» TV-4

06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Пані по-

СЕРЕДА, 31.08.2016

06.45, 09.15, 10.45 Ранковий 07.00, 16.00, 19.00, 22.00

07.30, 15.50, 18.50, 21.25, 22.35 Оголошення. Бюро знахідок 07.35 Європа у фокусі 08.00 «Євромакс»

08.30 «Невідома Україна» 09.00, 00.15 Час-Тайм 09.30, 17.00 «Екологічно чисте

життя» 11.00, 16.10 Дитяча година 12.10, 21.30 «Гал-кліп» 12.40 «Майстер-клас із Наталкою

Фіцич» 13.00 Xiт-парад 14.00 X/ф «Повернення у таємничий сад»

16.40 «Чарівний ключик» 17.30 «Твій дім» 18.45, 22.30 Міська рада інформує

19.30, 21.00 Наші вітання 20.00 «Формула здоров'я» 22.40 X/ф «Знову до школи» **ICTV**

05.30 Громадянська оборона 06.30 Ранок у великому місті 08.45 Факти. Ранок 09.15, 19.20 Надзвичайні новини 10.05 Патруль. Самооборона 10.25 X/ф «Ударна сила» 12.30, 13.20 T/с «Відділ 44» 12.45, 15.45 Факти. День 14.50, 16.20, 21.20 Т/с «Пес»

16.30 Т/с «Під прикриттям» 18.45, 21.00 Факти. Вечір 20.20 Секретний фронт 22.20 Т/с «Відділ 44».

23.25 X/ф «Людина-тінь» **СТБ** 07.10, 16.00 «Все буде добре!»

09.10 «Все буде смачно!» 10.10, 18.30 «За живе!» 11.40 «Зіркове життя» 12.35 «МастерШеф−4» 18.00, 22.00 «Вікна-Новини»

19.55, 22.45 «МастерШеф-6» 23.05 Т/с «Коли ми вдома» 00.05 «Один за всіх» «УКРАЇНА» 06.00 Реальна містика

07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00 Події 07.15, 08.15 Ранок з Україною 09.15 Зірковий шлях

10.40 Реальна містика. Новий

11.40, 21.00 Т/с «Потрійний за-XUCTX

13.40, 15.30 Т/с «Жіночий лікар-18.00 Т/с «Співачка» 19.45 Ток-шоу «Говорить Украї-

на» 23.00 Події дня 23.30 T/c «C.S.I.: Нью-Йорк 2

сезон» ТТБ

08.00 «Ранок з ТТБ» 10.00 «Як це?» 10.26, 11.13, 15.13, 18.13, 19.26, 22.26 Погода. Анонси

10.30 «Велети духу і слави. Українська місія»

10.35 «Крізь призму часу» 10.50, 17.50 «Пісні нашого краю» 11.00, 15.00, 17.00, 18.00, 19.00,

22.00 «Вісті ТТБ» 11.15, 21.00 «Тема дня»

11.30 «Європа очима українця» 14.00 «Будьте здорові» 14.55, 20.30 «Вишневі усмішки»

15.15 «Зроблено в Європі» 15.30 «Час змін» 16.00 «У країні Мультляндії»

17.15 «Діловий ритм» 17.45 Соціальна реклама 18.15, 20.25 «Тернопіль сьогодні»

18.20 T/c «Таксі» 19.30 «На часі» 20.35 «Пісня в дарунок» 20.45 «Вечірня казка»

21.15 «Надія є» 21.30 «Із нашої відеотеки»

22.30 «Час країни» IHTEP 06.05, 11.10, 12.25 Д/п «Слідство вели... з Леонідом Каневсь-

07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 12.00, 14.00, 17.40 Новини 07.15, 07.35, 08.10, 08.35 «Ранок

з ІНТЕРом» 09.20, 21.00 Т/с «Райські яблуч−

13.00, 14.20 «Судові справи» 14.45 «Сімейний суд» 15.30 «Давай одружимося» 18.00, 19.00 Ток-шоу «Стосуєть-

ся кожного» 20.00 «Подробиці» 23.45 Т/с «Територія краси»

BIBTOPOK, 30.08.2016

UA:ПЕРШИЙ 06.00, 07.00, 08.00, 13.00, 18.40, 21.00 Новини

06.05, 07.05, 08.05 Ера бізнесу 06.10, 07.10, 08.10 Спорт 06.15, 07.15 АгроЕра 06.20, 07.20, 08.15, 22.50, 23.10 Погода

06.25 7 чудес України 06.50, 07.50, 08.20 Смакота 07.25, 23.50 На слуху 08.30 Паспорт.Ua

08.45 Телемагазин 09.00 T/c «Таксі» 09.45 Уряд на зв'язку з громадяна-

10.15, 19.30 Про головне

10.50 Війна і мир 11.30, 16.30 Д/с «Обличчя Америки» 12.30 Вікно в Америку 13.30 Казки Лірника Сашка 13.40 М/ф «Як козаки інопланетян

зустрічали» 14.00 Суспільний університет 14.50 Подорожні 15.40 Абілітація. Піца ветерана 15.50 Д/ф «Доброволець Антон»

із циклу «Героям слава» 17.30 Д/с « Національні парки Америки» 18.25 Новини. Світ

19.00 Новини. Культура 19.25 Візитівка Карпат 20.00 РЕ:ФОРМА 20.30 Наші гроші 21.30 Найяскравіші моменти XXXI Олімпійських ігор

21.50 Т/с «Закон Мерфі» 22.45 З перших вуст 23.00 Підсумки 23.15 Золотий гусак 1+1

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30, 23.15 TCH: «Телевізійна служба новин» 06.45, 07.10, 07.45, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1»

07.35 «Маша і ведмідь» 09.30 «Чотири весілля-5» 10.55, 12.20 «Міняю жінку-4» 13.45, 14.20 «Сліпа» 14.45, 15.45 «Сімейні мелодрами-6» 17.10 Т/с «Уламки щастя» 20.15 T/c «Свати-5» 21.15 T/c «Родичі»

00.00 X/ф «Про що говорять

TV-4 06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Пані покоївка» 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 «Сільський календар» 08.05 «Сад, город, квітник» 08.30 «Невідома Україна» 09.00, 00.15 Час-Тайм 09.30, 17.00 «Екологічно чисте

11.00, 16.10 Дитяча година 11.45 «Чарівний ключик» 12.10 Поза простором і часом

12.40 «Сучасна медицина і здоров'я» 13.00 Хіт-парад 14.00 X/ф «Детективи»

17.30 «Право на успіх» 19.30, 21.00 Наші вітання 20.00 Європа у фокусі 20.30 «Євромакс»

21.30 «Майстер-клас із Наталкою Фіцич» 22.35 X/ф «Крижана пам'ять» **ICTV**

05.25, 20.20 Громадянська оборона 06.30 Ранок у великому місті 08.45 Факти. Ранок

09.15. 19.20 Надзвичайні новини 10.10 Патруль. Самооборона 10.30 X/ф «Брама. Час зізнань» 12.35, 13.20 Т/с «Відділ 44» 15 *4*5 de

14.55, 16.20, 21.20 Т/с «Пес» 16.35 Т/с «Під прикриттям» 18.45, 21.00 Факти. Вечір 22.20 T/c «Відділ 44».

23.25 X/ф «Ударна сила» **СТБ**

07.15, 16.00 «Все буде добре!» 09.15 «Все буде смачно!» 10.15, 18.30 «За живе!» 11.45 «Зіркове життя» 12.40 «МастерШеф-4» 18.00, 22.00 «Вікна-Новини» 20.00, 22.45 «МастерШеф-6» 23.05 Т/с «Коли ми вдома» 00.05 «Один за всіх» **«УКРАЇНА»**

07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00

07.15, 08.15 Ранок з Україною

06.00 Реальна містика

09.15 Зірковий шлях 10.40 Реальна містика. Новий се-11.40, 21.00 T/c «Потрійний захист»

13.40, 15.30 Т/с «Жіночий лікар-2» 18.00 Т/с «Співачка»

19.45 Ток-шоу «Говорить Україна» 23.00 Події дня 23.30 T/c «C.S.I.: Нью-Йорк 2 се-30H»

ТТБ

08.00 «Ранок з ТТБ» 10.00 «Чудесний канал» 10.26, 11.13, 15.13, 18.13, 19.26, 22.26 Погода. Анонси 10.30 «Велети духу і слави. Українська місія»

10.35 «В об'єктиві ТТБ» 10.50, 17.50 «Пісні нашого краю» 11.00, 15.00, 17.00, 18.00, 19.00, 22.00 «Вісті ТТБ» 11.15, 21.00 «Тема дня»

11.30 «Нотатки на глобусі» 11.45 «Учнівський щоденник» 14.00 «Випробуй на собі» 14.30 «Як це було»

14.55, 20.30 «Вишневі усмішки» 15.15 «Повір у себе. Ти зможеш» 15.30 «Енергоманія» 16.00 «У країні Мультляндії»

17.15 «Як це?» 17.30 «Смакота» 17.45 Соціальна реклама 18.15, 20.25 «Тернопіль сьогодні»

19.30 «Будьте здорові» 20.35 «Пісня в дарунок» 20.45 «Вечірня казка» 21.15 «Крізь призму часу» 21.30 «Європа очима українця»

22.30 «Час країни» **IHTEP** 06.05, 11.10, 12.25 Д/п «Слідство

вели...» 07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 12.00, 14.00, 17.40 Новини 07.15, 07.35, 08.10, 08.35 «Ранок 09.20, 21.00 T/c «Райські яблуч-

13.30, 14.20 «Судові справи» 14.45 «Сімейний суд» 15.30 «Давай одружимося» 18.00, 19.00 «Стосується кожного» 20.00 «Подробиці» 23.45 Т/с «Територія краси»

UA:ПЕРШИЙ

06.00, 07.00, 08.00, 13.00, 18.40, 21.00 Новини 06.05, 07.05, 08.05 Ера бізнесу 06.10, 07.10, 08.10 Спорт 06.15, 07.15 АгроЕра 06.20, 07.20, 08.15, 11.20, 16.20, 22.50, 23.10 Погода

06.25 7 чудес України 06.50, 07.50, 08.20 Смакота 07.25, 23.50 На слуху 08.30 Паспорт.Ua

09.00 Т/с «Таксі» 09.45 «План на завтра» 10.15, 19.30 Про головне 10.50 Переселенці 11.30 Д/с «Обличчя Америки» .30 Слідство. Інфо

13.30 Казки Лірника Сашка 13.40 Як це? 14.00 Суспільний університет 14.50 Надвечір'я. Долі 15.50 Спогади

16.30 Д/с «Розкриття Америки» 17.30 Д/с «Національні парки Америки» 18.25 Новини. Світ 19.00 Новини. Культура

19.25 Візитівка Карпат 20.00 Перша студія 20.30 «Схеми» 21.30 Найяскравіші моменти XXXI Олімпійських ігор 21.50 Т/с «Закон Мерфі»

23.15 Золотий гусак 1+1

22.45 З перших вуст

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 12.00 16.45, 19.30, 23.15 TCH: «Телевізійна служба новин» 06.45, 07.10, 07.45, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1» 07.35 «Маша і ведмідь» 09.30 «Чотири весілля-5»

14.45, 15.45 «Сімейні мелодрами-6» 17.10 T/c «Уламки щастя» 20.15 T/c «Свати-5» 21.15 T/c «Родичі»

13.45, 14.20 «Сліпа»

10.55, 12.20 «Міняю жінку-4»

00.00 X/ф «Кохання-зітхання-2» TV-4 06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Пані по-

HETBEP. 1.09.2016

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 «Формула здоров'я» 08.30 «Невідома Україна» 09.00, 00.15 Час-Тайм 09.30, 17.00 «Екологічно чисте

життя» 11.00, 16.10 Дитяча година 12.10 «Майстер-клас із Наталкою Фіцич» 12.40 «Сад, город, квітник»

13.00 Хіт-парад 14.00 X/ф «Великий дуб» 17.30 «Гал-кліп» 19.30, 21.00 Наші вітання 20.00 Поза простором і часом

20.40 «Право на успіх» 21.30 «Євромакс» 22.35 X/ф «Служниця на замов-

лення» **ICTV** 05.30 Громадянська оборона 06.30 Ранок у великому місті 08.45 Факти. Ранок 09.15, 19.20 Надзвичайні новини 10.00 Патруль. Самооборона 10.20 X/ф «Людина−тінь» 12.25, 13.20 Т/с «Відділ 44» 12.45, 15.45 Факти. День 14.45, 16.20, 21.20 Т/с «Пес» 16.30 Т/с «Під прикриттям» 18.45, 21.00 Факти. Вечір 20.20 Інсайдер

23.25 X/ф «Важкий корпус» СТБ 06.55, 16.00 «Все буде добре!»

22.20 T/c «Відділ 44».

08.55 «Все буде смачно!» 09.50, 18.30 «За живе!» 11.05 «Зіркове життя» 12.05 «МастерШеф-4» 18.00, 22.00 «Вікна Новини» 20.00, 22.45 «Зважені та щасливі-6» «YKPAIHA» 06.00 Реальна містика

07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00 Події 07.15, 08.15 Ранок з Україною

09.15 Зірковий шлях 10.40 Реальна містика. Новий 11.40, 21.00 Т/с «Потрійний за-

XUCT> 13.40, 15.30 Т/с «Жіночий лікар-18.00 Т/с «Співачка»

19.45 Ток-шоу «Говорить Украї-23.00 Події дня 23.30 T/c «C.S.I.: Нью-Йорк 2 се-

08.00 «Ранок з ТТБ» 10.00 «Чудесний канал» 10.26, 11.13, 15.13, 18.13, 19.26, 22.26 Погода. Анонси 10.30 «Велети духу і слави. Ук-

раїнська місія» 10.35 «Надія є» 10.50, 17.50 «Пісні нашого краю» 11.00, 15.00, 17.00, 18.00, 19.00, 22.00 «Вісті ТТБ» 11.15, 21.00 «Тема дня»

11.30, 21.50 «Із нашої відеотеки» 11.45 «Зроблено в Європі» 14.00 «На часі» 14.55, 20.30 «Вишневі усмішки»

15.15 «Фабрика ідей» 15.30 «ПрофStyle» 15.50 «Іноземна для дітей» 16.00 «У країні Мультляндії» 17.15 «Акценти тижня» 17.40, 21.45 Реклама. Анонси

17.45 Соціальна реклама 18.15, 20.25 «Тернопіль сьогодні» 18.20 T/c «Таксі» 19.30 «Що робити?»

20.45 «Вечірня казка» 21.15 «Армія нескорених» 21.30 «Думки вголос» 22.30 «Час країни»

IHTEP

06.05, 11.10, 12.25 Д/п «Слідство вели...» 07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 12.00, 14.00, 17.40 Новини

07.15, 07.35, 08.10, 08.35 «Ранок з ІНТЕРом 09.20, 21.00 Т/с «Райські яблуч-

13.00, 14.20 «Судові справи» 14.45 «Сімейний суд» 15.30 «Давай одружимося» 18.00, 19.00 Ток-шоу «Стосуєть-

СА КОЖНОГО» 20.00 «Подробиці» 23.45 Т/с «Територія краси»

П'ЯТНИЦЯ, 2.09.2016

07.35 «Слідства. Інфо»

08.30 «Невідома Україна»

11.50 «Чарівний ключик»

12.40, 21.30 «Твій дім»

го скорпіону»

19.30, 21.00 Наші вітання

22.35 X/ф «Плавання»

08.45 Факти, Ранок

20.10 «Сільський календар»

09.00, 00.15 Час-Тайм

«РТТИЖ

12.10 «Гал-кліп»

13.00 Xiт-парад

08.10, 20.40 «Право на успіх»

09.30, 17.00 «Екологічно чисте

14.00 X/ф «Прокляття нефритово-

20.00 ТНЕУ — калейдоскоп подій

ICTV

09.15, 19.20 Надзвичайні новини

10.30, 13.20 X/ф «Важкий корпус»

10.10 Патруль. Самооборона

16.50 X/ф «Зачарована Елла»

21.20 Дизель-шоу. Прем'єра

22.25 X/ф «Залізний лицар»

06.15 «Зіркове життя»

08.15 X/Φ «Zolushka, ru»

18.00, 22.00 «Вікна-Новини»

18.30 Т/с «Коли ми вдома»

06.00 Реальна містика

09.15 Зірковий шлях

00.55 X/ф «Залізний лицар-2»

СТБ

10.20 X/ф «Принцеса та жебрач-

20.00, 22.45 «Національне талант-

шоу «Танцюють всі!-9» 01.50 «Слідство ведуть екстра-

«УКРАЇНА»

07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00

10.40 Реальна містика. Новий се-

07.15, 08.15 Ранок з Україною

12.45, 15.45 Факти. День

18.45, 21.00 Факти. Вечір

13.30 T/с «Відділ 44» 15.25, 16.20 T/с «Пес»

20.20 Антизомбі

сенси»

Події

05.25 Громадянська оборона

06.30 Ранок у великому місті

17.30 Поза простором і часом

.00, 16.10 Дитяча година

VA:ПЕРШИЙ 06.00, 07.00, 08.00, 13.00, 18.40, 21.00, 01.30, 05.30 Новини 06.05, 07.05, 08.05 Спорт 06.10, 07.10 АгроЕра 06.20 7 чудес України 06.50, 07.50, 08.20 Смакота 07.20 Ера будівництва 23.50 На слуху 08.30 Паспорт. Ua 09.00 T/c «Таксі» 09.45 РЕ:ФОРМА 10.15, 19.30 Про головне 10.50 Перша студія 11.30 Д/ф «Обличчя Америки»

12.30 «Схеми» з Наталією Сед-13.30 Казки Лірника Сашка 13.40 Хочу бути

14.00 Суспільний університет 14.50 Віра. Надія. Любов 15.50 Театральні сезони 16.30 Д/с «Розкриття Америки» 17.30 Д/с «Національні парки

Америки» 18.25 Новини. Світ 19.00 Новини. Культура 19.25 Візитівка Карпат 20.00 На пам'ять

20.30 План на завтра»

21.30 Найяскравіші моменти XXXI Олімпійських ігор 21.50 Війна і мир 22.40 Класики світової літератури

23.00 Підсумки 23.15 Золотий гусак 1+1

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30 TCH: «Телевізійна служба новин» 06.45, 07.10, 07.45, 08.10, 09.10

«Сніданок з 1+1» 07.35 «Маша і ведмідь» 09.30 «Чотири весілля-5» 10.55 «Міняю жінку–<u>4</u>» 12.20 «Міняю жінку-5» 13.45, 14.20 «Сліпа» 14.45, 15.45 «Сімейні мелодрами-6»

17.10 T/с «Уламки щастя» 20.15 «Розсміши коміка. Діти» 22.00 «Світське життя» 23.00 X/ф «Колір грошей» **TV-4**

06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Пані покоївка» 06.45, 09.15, 10.45 Ранковий

фітнес

07.00, 16.00, 19.00, 22.00 11.40 Т/с «Потрійний захист» Провінційні вісті 07.30, 15.50, 18.50, 21.25, 22.30 13.40, 15.30 T/c «Жіночий лікар-2» 18.00 Т/с «Співачка» 19.45 «Говорить Україна» Оголошення. Бюро знахідок

21.00 X/ф «Що приховує любов» 23.00 Події дня 23.30 T/c «C.S.I.: Нью-Йорк 2 се-

08.00 «Ранок з ТТБ» 10.00 «Чудесний канал» 10.26, 11.13, 15.13, 18.13, 19.26, 22.26 Погода. Анонси

10.30 «Велети духу і слави. Українська місія» 10.35 «7 природних чудес Украї-

10.50, 17.50 «Пісні нашого краю» 11.00, 15.00, 17.00, 18.00, 19.00, 22.00 «Вісті ТТБ»

11.15 «Тема дня» 11.30 «Армія нескорених» 11.45 «Храми Поділля»

14.00 «Що робити?» 14.55, 20.30 «Вишневі усмішки» 15.15, 21.15 «Думки вголос» 15.30 «Хочу бути...» 16.00 «У країні Мультляндії»

17.15 «Живе багатство України» 17.35 «Іван Франко і Леся Українка» 17.45 Соціальна реклама

18.15, 20.25 «Тернопіль сьогодні» 18.20 T/c «Таксі» 19.30 «На часі» 20.35 «Пісня в дарунок» 20.45 «Вечірня казка»

21.00 «Назбиране» 21.30 «Легенди Запоріжжя 22.30 «Час країни»

06.05, 11.10, 12.25 Д/п «Слідство вели...» 07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 12.00, 14.00, 17.40 Новини

IHTEP

07.15. 07.35, 08.10, 08.35 «Ранок 3 IHTFPOM» 09.20 T/c «Райські яблучка» 13.00, 14.20 «Судові справи»

14.45 «Сімейний суд» 15.30 «Давай одружимося» 18.00 Ток-шоу «Стосується кож-

НОГО»

20.00 «Подробиці» 21.00 X/ф «Дочка баяніста» 22.50 X/ф «Святий» 01.00 X/ф «А життя продовжується» **UA:ПЕРШИЙ**

06.00 Світ православ'я 06.30, 07.05, 08.10, 21.30, 23.15 Погода 06.35 На слуху

07.10 7 чудес України 07.55 Золотий гусак 08.15 Смакота 08.40 Світ on line

06.55 Телемагазин

09.00 X/ф «Елеонора – таємнича месниця» 11.10 М/ф «Серце дуба» 12.10 Театральні сезони 12.40 Мистецькі історії

12.55 Спогади 13.25 Гра долі 14.10 Фольк-music 15.20 Д/ф «Ганна Варпаховська.

Повернення» 15.50 X/ф «Гетьманські клейно-

17.30 Т/с «Закон Мерфі» 20.10 Подорожні 21.00 Новини 21.40 Перша шпальта 22.15 Книга иа

22.40 Класики світової літератури 23.00 Паспортний сервіс 23.20 День Янгола

06.00 «Шість кадрів» 07.00 «Українські сенсації» 08.00 «Сніданок. Вихідний» 09.00 «Лото-забава»

09.40 «Світ навиворіт-3: Танзанія, Ефіопія» 11.00 Т/с «Родичі»

15.15 T/c «Свати-5» 19.30 «ТСН-Тиждень» 21.00 X/ф «Чудо за розкладом» 00.50 «Світське життя»

TV-4

06.00 X/ф «Крижаний смерч» 07.30 «Сад, город, квітник» 07.45, 09.50 Ранковий фітнес 08.00, 21.30 Єдина країна 08.30, 11.55, 15.50, 19.55, 22.00 Оголошення. Бюро знахідок

08.35, 15.55, 22.05 Тернопільська погода

08.40 Час-Тайм 09.00 Повнота радості життя 09.30 Програма «Справжня ціна» 10.15 Пряма трансляція святої НЕДІЛЯ, 4.09.2016

літургії з архікатедрального собору УГКЦ м. Тернополя 40 Дім книги 12.00 Х∕ф «Діти-шпигуни» 13.30 «Чарівний ключик» 14.00 «Погляд зблизька» 14.30 «Формула здоров'я» 15.30 «Право на успіх» 16.00 Поза простором і часом 16.20 «Слідства. Інфо» 17.00 Вікно в Америку 17.30, 20.30 «Про нас» 18.00 Наші вітання 19.00, 00.00 Провінційні вісті. Тиж-

19.45 Міська рада інформує 20.00 Європа у фокусі 21.00 «Гал-кліп» 22.10 X/ф «Погана звичка» 23.45 Час-тайм

ICTV

05.05 Факти 05.40, 04.55 М/с «Том і Джері у дитинстві» 06.25 Стоп-10 07.20 Провокатор 08.20 Зірка YouTube 10.20 Дивитись усім! 11.30 Без гальм 11.55, 13.00 Х/ф «Смокінг» 12.45 Факти. День 14.05 X/ф «РобоКоп» 16.15 Х́/ф «Хеллбой−2: Золота армія» 18.45 Факти тижня 20.25 Х/ф «Морський бій» 23.00 Х/ф «Всесвітня війна Z»

05.55 «ВусоЛапоХвіст» 07.00 «Все буде добре!» 09.00 «Все буде смачно!» 09.55 «Караоке на Майдані» 10.50 «Х-Фактор-7» 14.00 «МастерШеф−6» 19.00 «Слідство ведуть екстрасенси» 21 00 «Олин за всіх» 22.10 «Давай поговоримо про

секс-3 «YKPAÏHA»

06.50 Події 07.30 Зірковий шлях 09.00 X/ф «Осінній лист» 11.00 T/c «Поранене серце» 14.50 X/ф «Що приховує лю16.50, 20.00 Т/с «Поки живу, люб-19.00 Події тижня з Олегом Па-

21.45 Т/с «Осіння мелодія кохан

01.30 Т/с «Співачка»

ТТБ

08.00 «Ранок з ТТБ» 10.00 «Чудесний канал» 10.26, 20.58, 21.55, 22.56 Погода. Анонси 10.30 «Велети духу і слави. Украї-

нська місія» 10.35 «Словами малечі про цікаві

10.50, 17.50 «Пісні нашого

краю» .00 «Спортивні меридіани» 11.15 «Козацька церква» 11.30 «Азбука смаку»

11.55, 20.30 «Вишневі усмішки» 14.00 «Поклик таланту» 15.30 «Абетка здоров'я» 16.00 «У країні Мультляндії» 17.00 «Ми українці»

17.30 «Так було» 17.45 Соціальна реклама 18.00 Д/ф «Рожеві лебеді Василя Симоненка»

18.30 «Не перший погляд» 18.50 «Тиждень. Крок за кро-

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» 22.00 «Загублені у часі» 22.15 Д/ф «Марія Левитська. Театральний роман»

IHTEP 05.40 X/ф «Білоруський вокзал»

07.40 «Подробиці» 08.10 «уДачний проект» 09.00 «Готуємо разом» Навколосвітня подорож» 11.00 «Орел і Решка. Шопінг» 12.00 Х/ф «Дочка баяніста» 14.00 Т/с «Як же бути серцю» 16.00 Т/с «Як же бути серцю» 18.00, 21.30 Т/с «Братські зв'яз-

ки» 20.00 «Подробиці тижня» 23.40 Т/с «Гордіїв вузол»

СУБОТА, 3.09.2016

10.30 Блага звістка з Р. Ренне-

UA:ПЕРШИЙ

06.00 Підсумки 06.15, 07.10, 08.10, 22.45, 23.15 Погода 06.20 У просторі буття

06.55 Телемагазин

08.15 Смакота

10.10 Як це?

08.40 Світ on line

10.50 Хочу бути

Америки»

Месница»

чемпіонату

23.00 Територія закону

23.20 Вперед на Олімп!

служба новин»

07.00 «Світське життя»

08.00 «Сніданок. Вихідний»

18.30 «Розсміши коміка «

23.20 X/ф «Великий рік»

06.00 «Сад, город, квітник» 06.15, 11.00 «Про нас»

06.45, 09.15 Ранковий фітнес

07.35 X/ф «Крижаний смерч»

09.30, 19.00 Єдина країна

01.20 X/ф «Льодовик»

20.15 «Українські сенсації»

10.00 T/c «Родичі» 14.35, 21.15 «Вечірній квартал»

16.40 «Розсміши коміка. Діти»

TV-4

07.00 Провінційні вісті 07.30, 11.50, 14.20, 16.50, 20.00

Оголошення. Бюро знахідок

21.50 Док.фільм

22.40 Мегалот

21.00 Новини

07.05 АгроЕра. Підсумки

09.00 М/ф «Серце дуба»

10.30 Хто в домі хазяїн?

11.10 Школа Мері Поппінс

.25 Казки Лірника Сашка

12.00 Суспільний університет

12.50 Мистецький пульс Амери-

13.45 Д/с « Національні парки

17.50 «Народжені незалежними».

19.00 X/ф «Елеонора — таємнича

21.30 Біатлон. Підсумки літнього

1+1

06.10, 19.30 ТСН: «Телевізійна

Концертна програма

07.15 Шеф-кухар країни 07.55, 23.40 Золотий гусак

11.30 Програма «Майстер-клас із Наталкою Фіцич» 11.55, 14.25, 16.55, 20.05 Тернопільська погода

10.00 «Слідства. Інфо»

ром

12.00 Європа у фокусі 12.30, 00.30 Х/ф «Ключі від дому»

14.30 Мультфільм 15.00 Х/ф «Діти−шпигуни»

16.30 Дім книги 17.00 Xiт-парад

17.50 ТНЕУ — калейдоскоп подій 18.00 Наші вітання

19.30 «Євромакс»

20.10 Поза простором і часом 20.45 Октет «Орфей»

22.00 X/ф «Тріумф кохання» 00.10 Час-Тайм

ICTV

05.25 М/с «Том і Джері у дитинстві» 06.05 М/ф «Скубі-Ду. Під купо-

лом цирку» 07.45 Більше ніж правда

08.45 Секретний фронт

09.45 Антизомбі 10.40 Громадянська оборона

11.40 Інсайдер 12.3<u>5</u>, 13.00 Х/ф «Зачарована Елла»

12.45 Факти. День 14.45 X/ф «Моя мачуха інопланетянка»

18.45 Факти. Вечір

19.20 Надзвичайні новини. Підсумки 20.05 X/ф «Хеллбой-2: Золота армія»

22.35 X/ф «РобоКоп» 00.45 X/ф «Залізний лицар»

СТБ 05.50 «ВусоЛапоХвіст» 08.00 «Караоке на майдані» 09.00 «Все буде смачно!» 09.55 «Зважені та щасливі-6»

16.15, 22.05 «Хата на тата» 19.00 «X-Фактор-7» 00.05_ «Національне талант-шоу «Танцюють всі!–9»

«УКРАЇНА»

07.00, 15.00, 19.00 Події 07.10 Зірковий шлях

ня» 13.10, 15.20 Т/с «Сільська

історія» 17.30, 19.40 Т/с «Поранене сер-

ТТБ

08.00 «Ранок з ТТБ» 10.00 «Удосвіта»

10.30 «Хочу бути...» 10.50, 17.50 «Пісні нашого краю»

11.30 «Захисник Вітчизни — рятувальник»

Кавацюка»

15.30 «Живе багатство України» 15.50 «Іноземна для дітей» 16.00 «У країні Мультляндії»

17.00 «Ми Запоріжжя» 17.15 «Азбука смаку»

17.45 Соціальна реклама 18.00 «Рослини Святого Пись-

18.30 Д/ф «Вражаючий світ тва-

рин» 19.00, 21.00 «Панорама подій» 19.30 «Знамениті українці.Гнат Юра»

20.15 «Словами малечі про цікаві

IHTEP

06.35, 20.00 «Подробиці» 07.35 М/ф «Вінні Пух» 08.15 Д/п «Євген Леонов» 09.15 X/ф «Звичайне диво»

09.15 Т/с «Осіння мелодія кохан-

це» 22.00 X/ф «Осінній лист» 00.00 Реальна містика

10.26, 19.26, 21.26 Погода. Анонси

11.00 «Назбиране» 11.15 «Думки вголос»

14.00 «На часі»

14.55, 20.30 «Вишневі усмішки» 15.00 «Мелодії цимбалів Івана

17.30 Д/ф «Музей книги та книгодрукування міста Острога»

20.00 «Спортивні меридіани»

20.35 «Пісня в дарунок» 20.45 «Вечірня казка» 21.30 «Поклик таланту»

12.10 X/ф «Білоруський вокзал» 14.10 T/с «Гордіїв вузол» 17.50 T/c «Як же бути серцю» 20.30 Т/с «Як же бути серцю» 22.30 Х/ф «Гра у схованки» 00.20 Х/ф «Все можливо»

• 3 Божої аптеки

Цілющий родич петрушки

Пастернак — багаторічна рослина родини зонтичних. Це овочева культура. Інша назва пастернаку — білий корінь, адже його корінь активно використовується в кулінарії, як і корінь петрушки і селери.

У Європі часів епохи Відродження ця рослина була такою ж популярною, як сьогодні картопля. Зараз же тих, хто вирощує пастернак, можна перерахувати на пальцях. А жаль, бо ця пряна овочева рослина дуже смачна й корисна.

Пастернак можна використовувати як дієтичний продукт, що збуджує апетит, добре впливає на травлення, засвоєння їжі. Має легку сечогінну дію, тому його варто включати в дієтичний раціон при захворюваннях, що супроводжуються затримкою рідини в організмі. Ефірна олія, що міститься в коренеплодах, посилює статевий потяг.

Пастернак зміцнює кровоносні судини. Настій коренеплодів тонізує, застосовується при загальному занепаді сил, після важких захворювань. Стародавні греки відносили пастернак до особливо цінних рослин і вважали, що його вживання дарує спокійний сон.

У дерматології пастернак застосовують усередину у вигляді настою 2—3 столових ложок сухих подрібнених листків, або 2 чайних ложок подрібненого кореня, або ж 1/2 чайної ложки товчених плодів у 2 склянках окропу, кип'ятять 15 хв. Вживають охолодженим по 1 столовій ложці 3—4 рази на день при псоріазі та ві-

При вітиліго також настойку трави пастернаку на горілці (1:5) втирають у знебарвлені плями 1 раз на день. Шкіру довкола плям змащують захисним кремом, а після цього опромінюють сонцем, починаючи з 1 хв. Щодня час перебування на сонці збільшують на 1—1,5 хв. протягом 3— 4 тижнів. Курс повторюють із тижневими перервами протягом усього літнього сезону.

При передчасному в'яненні шкіри вживають листя пастернаку в салатах з будь–якою олією. Це поліп– шує кровообіг органів малого тазу, що сприяє виробленню статевих гормонів.

При посивінні вживають сік з коренів петрушки, селери або пастернаку по 1-3 столових ложки раз на день.

При облисінні щодня ватним тампоном утирають горілчану настоянку трави пастернаку (1:5).

Порошок, отриманий з насіння пастернаку, **роз**ширює судини, поліпшує кровопостачання серцевого м'яза, має заспокійливу дію на центральну нервову систему.

Відвар кореня застосовують для лікування деяких жіночих хвороб і при кашлі. Для приготування відвару чайну ложку подрібненого кореня заливають склянкою гарячої води, кип'ятять у закритому емальованому посуді на водяній бані 15 хв., охолоджують 45 хв., проціджують через 2—3 шари марлі і доводять обсяг до початкового. П'ють по 1 столовій ложці 4—5 разів на день за 20 хв. до їди.

Настій кореня використовують як відхаркувальний засіб для лікування **запаль**них процесів верхніх дихальних шляхів і при захворюваннях легенів, як спазмолітичний, сечогінний, болезаспокійливий засіб при каменях у нирках і сечовому міхурі, водянці і деяких жіночих хворобах.

Для приготування настою 2 столові ложки подрібненої сировини заливають склянкою окропу, настоюють 1—2 год., проціджують, відтискають і доводять обсяг до початкового. Вживають по 1/3 склянки 3-4 рази на день за 15 хв. до їди з медом або цукровим си-

• На замітку

Cim «He»

для батьків

ніть із себе. По-перше,

діти дуже відчувають наш

настрій і переймають

його. У спокійних батьків

спокійні діти. Обов'язко-

во висипайтеся, нехай

навіть на шкоду домашнім

справам. Не відмовляйте-

ся від допомоги родичів.

1. Не нервуйте. Поч-

асто трапляється так. Усе літо дитина живе в очікуванні першого вересня. Разом із батьками вибирає собі наплічник, яскраві зошити, ручки й олівці. І ось нарешті довгоочікуваний перший дзвоник. Минає тиждень, другий, і батьки починають зауважувати, що їхня дитина збирається до школи, як на каторгу. Домашні завдання виконує неохоче, а кожен ранок починається словами: «Не піду! Не хочу! Не буду!» В си– туації, що склалася, не треба дитину сварити: це не розв'яже проблеми, а тіль-

ДО ШКОЛИ — З ГАРНИМ НАСТРОЄМ

ки ускладнить її.

На те, як складеться ваш робочий день, впливає кілька факторів. Але, мабуть, одним із головних є той, з якої ноги ви вранці встали, тобто в якому гуморі починаєте день. Протягом дня, звісно, настрій можуть зіпсувати, але це вже тема іншої розмови. Так само все складається й у вашої дитини. Настрій, з яким вона прокидається, так чи інакше впливає на її бажання іти до школи, слухати вчителів на уроках, виконувати домашні завдання. Отже, щоб не зіпсувати його своїй дитині, не забувайте про

Коли будите сина чи доньку вранці, робіть це спокійно, ніжно. Прокинувшись, дитина має побачити вашу усмішку і почути лагідний голос. Не підганяйте школяра і не смикайте через усілякі дрібниці. Тим більше, не варто згадувати про вчорашні помилки. Навіть якщо перед сном дитина так і не поскладала на місце іграшки, вранці не час робити їй зауваження з цього приводу.

Не квапте дитину. Правильно розрахувати час, який потрібен їй, щоб зібратися до школи, — це ваше завдання, а не маленького школяра. Тож якщо школярик не встигає зібратися — це таки ваша провина. Завтра розбудіть його раніше, щоб він встиг спокійно все зібрати.

Не відправляйте дитину

ШУКАЄМО ПРИЧИНУ

Для успішного подолан-

ня дитячих істерик важли-

во розуміти, чому вони

відбуваються. Отже, дити-

на дорослішає, у неї з'яв-

ляються власні бажання й

інтереси, і якщо вони роз-

ходяться з бажаннями і

інтересами дорослих, ди-

тина відчуває роздрату-

Найчастіше істерики

не знає, як висловити

відбуваються, якщо малюк:

свої почуття і бажання сло-

✓ не отримує бажаного;

✓ вимушено відриваєть—

хоче привернути увагу.

Також зверніть увагу на

те, що всі іграшки, якими

грається дитина, мають

відповідати її віку, оскільки

невдала гра може засмути-

ся від заняття, яке його за-

✓ перевтомився;

вання.

хоплює:

ти малюка.

Проблема

Якщо в родині першокласник

ПЕРШИЙ КЛАС — СЕРЙОЗНЕ ВИПРОБУВАННЯ НЕ ТІЛЬКИ ДЛЯ ДИТИНИ. А Й ДЛЯ ВСІЄЇ РОДИНИ



Від того, як пройде цей перший шкільний рік, багато в чому залежить, чи успішно навчатиметься дитина далі. Саме тепер ваша дитина вчиться самостійності, відповідальності. В перші навчальні дні в неї формується ставлення до самого поняття «школа». До речі, яким воно буде, не в останню чергу залежить від близьких першачкові людей.

Не дрібниці

до школи голодною. Інакше на уроках вона буде думати не про табличку множення, а про канапку з маслом і ковбасою. Крім того, відчуття голоду заважає зо-

Не прощайтеся з дитиною, застерігаючи: «Дивись мені, щоб не було ніяких дурниць», «поводься добре», «дивися, щоб сьогодні не було поганих оцінок». Краще побажайте малюкові удачі, підбадьорте, знайдіть кілька ніжних слів — у нього ж попереду важкий день.

ОБЛИШТЕ ЗАЙВІ ЗАПИТАННЯ

Не менш важливо й те, як ви зустрічаєте свого учня після школи. Якщо не хочете засмутити його, то забудьте фрази на кшталт: «Яку оцінку ти сьогодні одержав?», «Як успіхи в школі?» чи ще гірше — іронічне: «Ну як, сьогодні без двійок?», «Двієчнику, як успіхи?» Дозвольте дитині розслабитися. Згадайте, як ви почуваєтеся після важкого робочого дня і багатогодинного спілкування з людьми. Чи хочеться вам після всього цього відповідати на якісь запитання, навіть найрідніших людей?

А от якщо дитина надто збуджена і сама хоче поділитися з вами чимось, щойно повернулася зі школи не відкладайте розмову на потім, вислухайте її одразу ж. Буває, що дитина повертається зі школи засмучена, але про те, що сталося, не квапиться розповідати. Ви починаєте тиснути на неї, діймаючи запитаннями. Дайте дитині заспокоїтися. Згодом вона розповість усе сама.

СПОЧАТКУ ВІДПОЧИНОК, ПОТІМ ДОМАШНЕ ЗАВДАННЯ

Коли дитина повернеться зі школи, не варто вимагати, щоб вона відразу сідала за уроки. Дві–три го– дини перерви їй конче потрібні. А ще ліпше, якщо ваш першачок поспить півтори години — це найкращий спосіб відновити розумові сили. І не змушуйте дитину робити всі уроки за один раз. Після 15—20 хвилин занять варто робити 10—15хвилинні перерви, і бажано. щоб вони були рухливими. Побавтеся з дитиною в якусь активну гру або погуляйте на свіжому повітрі. Якщо хочете привчити дитину до самостійності, не сидіть у неї над душею, коли вона робить домашнє завдання. Тільки за умови, що школярикові потрібна ваша допомога, втручайтеся в процес підготування домашнього завдання. Пам'ятайте: спокійний тон, слова підтримки («не хвилюйся, тобі все вдасться», «давай подумаємо разом», «я тобі допоможу») і похва-

мучує, що він, наприклад,

голосно кричить і кидає

ла, навіть якщо насправді дитині щось вдається не дуже добре, життєво потрібні першокласнику. Якщо ви будете поводитися інакше, то дуже скоро в дитини пропаде бажання просити вас про допомогу.

Звичайно, бажання готувати домашне завдання в дитини виникатиме не дуже часто, але вам слід пояснити їй, що це обов'язково треба робити. В жодному разі не торгуйтеся: «Якщо ти зробиш математику, я куплю тобі морозиво», інакше в дитини виробиться неправильне уявлення про мету навчання. Вона вважатиме, що, навчаючись, робить вам послугу, за яку ви платите іграшками, солодощами чи ще чимось.

Крім того, умови, які ви поставите школяреві, раптом можуть виявитися нездійсненними. Наприклад, дитині буде не до снаги розв'язати задачу. Ви опинитеся в складній ситуації: доведеться або бути послідовним до кінця, а отже, несправедливим до дитини, або ж порушити своє батьківське слово.

«ТИ ДЛЯ НАС НАЙВАЖЛИВІШИЙ!»

«Пам'ятайте, що протягом навчального року бувають критичні періоди, коли вчи– тися дитині стає важко. Вона швидко втомлюється, у неї знижується працездатність. Для першачків, — роз-повідає психолог Ольга Кандибчак, — це перші 4—6 тижнів навчання (3—4 тижні — для учнів 2—4 класів), потім — кінець 2-ї чверті, перший тиждень після зимових канікул і середина третьої чверті. В ці періоди треба бути особливо уважними до дитини».

Дуже важливо кожного дня хоча б півгодини присвячувати тільки дитині. не відволікаючись на хатні клопоти, телефонні дзвінки, перегляд телепередач чи спілкування з іншими членами родини. Нехай дитина зрозуміє, що для батьків немає нічого важливішого за її справи, турботи, радощі та невдачі.

Незабаром — до школи. Хай же щастить нашим ді-

ном і з посмішкою на об-

личчі. «Довгі проводи — зайві сльози» —

це якраз про

Намагайтеся вибиратися з дому і хоч іноді змінювати обстановку. 2. Не передумуйте. Якщо дали дитині слово, обов'язково виконайте обіцяне. Те саме стосується заборон: якщо щось було

заборонено один раз, значить і всі наступні рази ця заборона повинна зберігатися. І не може бути такого, що з мамою не можна, а з татом можна. Має бути струнка виховна стратегія.

3. Не бийте. Якщо ви піднімаєте руку на дитину (хай навіть це «невинний» ляпас), ви вчите її вирішувати конфлікти з позиції сили. Малюк буде знати, що хто вищий, старший, сильніший, того й правда. І коли виросте. цілком може відплатити вам тією ж монетою.

4. Не брешіть. Якщо ви збираєтеся на щеплення, так і скажіть: «Тобі будуть робити укол, це неприємно, але я буду поруч». Якщо ви курите, то поясніть, що це погана звичка, ви нічого не можете з собою вдіяти, але постараєтеся. Якщо дитина просила щось зробити, а ви забули, попросіть пробачення. Кожна маленька брехня — це підрив вашого авторитету.

5. Не шантажуйте. «Якщо ти припиниш кричати, я дам тобі цукерку». Або «Якщо ти не припиниш, то не будеш дивитися мультики». Це дресура, шантаж і маніпуляція. Потрібно завжди намагатися знайти слова, щоб переконати дитину зробити бажане. Головне набратися терпіння.

6. Не забороняйте. Перш ніж заборонити щось дитині, подумайте, чи така важлива ця заборона? Заборон повинно бути якнайменше, інакше дитина їх усі просто не сприйме і не запам'ятає. Розетки, гаряча плита, вікна, дорога - однозначно не можна. Все інше прибрати геть або дозволити. Якщо дитина добралася до вашого дорогого телефону або цінної губної помади — це ваша вина, що не заховали. А для дитини це абсолютно заслужений трофей.

7. Не бійтеся визнавати свої помилки. Ми не боги і теж помиляємось. Якщо ви в пориві гніву накричали на дитину, обов'язково поясніть їй, у чому ваша помилка і попросіть пробачення. Ваш батьківський авторитет не зруйнується. Зате маленька людина буде знати, що не потрібно соромитися своїх помилок. Адже тільки завдяки їм ми здобуваємо цінний досвід.

Як зупинити істерику в дитини

Дитяча істерика — сильний емоційний сплеск, підкріплений, як правило, негативними емоціями: роздратуванням, гнівом, розпачем, агресією. Як відучити дитину влаштовувати істерики і як батькам впоратися з дитячою істерикою? Допоможе в цьому розуміння причин такої поведінки вашого малюка, а також правильна реакція батьків на сльози і крики.

У Якщо істерика вже роз− горілася, не намагайтеся вмовляти дитину, не сваріть його і тим паче не кричіть — це тільки погіршить ситуацію.

✓ Всупереч поширеній думці, що дитину потрібно залишити саму — і тоді вона заспокоїться, робити цього також не варто.

У Якщо істерика вибухну− ла у відповідь на відмову щось купити або дати, у жодному разі не поступайтеся. Виконавши один раз бажання дитини під тиском істерики, ви закріплюєте цю форму поведінки.
Утримуйтеся від фізич-

ного покарання. Не можна карати за те, що дитина не може впоратися зі своїми емоціями. Намагайтеся зберігати спокій і ігнорувати істерику. Побачивши, що в такий спосіб не добитися бажаного, дитина не буде його використовувати.

Обійміть малюка, скажіть, що навіть коли він злиться, ви все одно його дуже любите, але вас зас-

іграшки. Якщо дитина такі випадвиривається ки. обіймів, не тримайте її. ✓ Не дозволяйте дитині керувати вами. Вам потрібно піти, а дитина не відпускає, влаштувала істерику? Розкажіть їй, коли ви повернете-СЯ, СПОКійно попрощайтеся і виходьте. Прощайтеся

Учень, який вчиться без бажання, — це птах без крил/ Caadi

швидко,

спокій-

ним то

• Смішного!

За народною прикметою, в новий будинок першим потрібно впускати інтернет-кабель. І де він ляже, там ставте ліжко. І стіл. І комп. І жрачку.

Сторож піймав Вовочку, що заліз у сад за яблуками.

- Я тебе навчу як красти!

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

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

З життєвої мудрості діда Опанаса: «Щастя - це коли тобі всі заз– дрять, а зробити нічого не можуть!»

– Я все кинув! I пити, і палити, і дружину!

- А дружину навіщо? - Бо не заслужила вона такого щастя!

Щастя — це коли час, коли прокидаєшся і висипаєшся, збігаються.

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

Чоловік сидить за комп'ютером, працює. Жінка миє вікно. Чоловік:

- Дивись, не впади! якщо будеш падати, кричи голосніше. Щоб усі жінки в окрузі знали, що я тепер вільний.

Усі люди діляться на сов (встають і лягають пізно); жайворонків (встають і лягають рано); дятлів — через них сови встають рано, а жайворонки лягають

— Алло! «Швидку» викликали?

– Так, звичайно! - Виходьте, машина

біля під'їзду.

Людина на 70% складається з води, а огірок — на 90%. З допомогою нескладних математичних підрахунків можна довести, що людина — на 50% огірок.

Україна — найбільша країна, чия територія повністю лежить в Європі (площа становить 603 628 кв. км), друга країна за величиною на європейському континенті, якщо враховувати Росію.

✓ Населення України на лежить до найбільш освіченого. Кількість людей з вищою освітою на душу населення вища, ніж середньоєвропейський рівень. Україна займає 4 місце в світі за кількістю громадян з вищою освітою.

✓ Автором першої в світі Конституції є українець Пилип Орлик. 5 квітня 1710 р. його обрали гетьманом запорозького війська. Цього дня він оголосив «Конституцію прав і свобод війська Запорозького». У США Конституцію прийняли в 1787 р., у Франції та Польщі тільки в 1791 році.

В Україні — найбільші запаси марганцевої руди у світі, 2,3 млрд тонн і близько 11% від усіх покладів планети. Ще у нас немало залізної руди — 7% світового запасу.

✓ На території України зосереджено 1/4 всіх запасів чорнозему на планеті. Чорноземні грунти при правильній обробці дають найбільшу кількість врожаю. Під час Другої Світової війни німці навіть вивозили чорнозем.

Український духовий інструмент трембіта — найдовший духовий музичний інструмент у світі.

Йерший рамковий ву− лик винайдено в Україні у 1814 р. Петром Прокоповичем. Україна в останні роки впевнено зберігає місце в трійці світових лідерів з виробництва меду. Випереджаючи країни Європи за обсягами виробництва меду в кілька разів, Україна є одночасно першою в світі з виробництва меду на душу населення (1,5 кг). ✓ Пам'ятники відомому

українському поетові Тарасу Шевченку встановлені в 1200 містах по всьому світу.

✓ Найдавніша відома ученим мапа, а також найстародавніше поселення Ното Sapiens знайдені в Україні: у с. Межиріччя Рівненської області. Їм близько 14,5-15 тис. років. Мапу вибито на кістці мамонта.

Серед яскравих досягнень українського літакобудування — найбільший в світі літак АН-225 «Мрія», а також найпотужніший літак АН-124 «Руслан». У 2001 році, літак «Мрія», взявши на

Цікаві факти про Україну



борт вантаж у 253 тонни, за один політ встановив 124 рекорди.

Українська пустеля Олешківські піски є найбільшою в Європі.

 Протяжність найдовшого тролейбусного маршруту в світі складає 86 кілометрів, а проходить він у нині окупованому Росією Криму між Сімферополем та Ялтою.

✓ На конкурсі краси мов у Парижі в 1934 році українська мова зайняла третє місце після французької та перської за такими критеріями як: фонетика, лексика, фразеологія, структура речень. А за мелодійністю українська мова зайняла друге місце, після італійсь-

✓ Найстарішим деревом в Україні вважається 1300річний дуб в урочищі Юзефін Рівненської області.

✓ Станція метро «Арсенальна» у Києві— найглибша в Україні і тривалий час була найглибшою в світі. Вона знаходиться на глибині 105 метрів під землею. Станцію побудували однією із перших, у 1960-ому році, у безпосередній близькості від будівлі парламенту. За деякими даними, у тунелях біля «Арсенальної» є таємні сховища для політичної верхівки.

Острозька академія перший вищий навчальний заклад у Східній Європі, найстаріша українська науково-освітня установа. У 1576 році князь Острозький Костянтин-Василь заснував слов'яно-греко-латинську академію в Ост-

Територією України пролягав один з найбільших історичних транспортних шляхів — «шлях із варяг у греки» — система річкових шляхів і волоків між ними завдовжки 3 тис. км, що пов'язувала північні землі Давньої Русі з південними руськими землями та Балтійське море з Чорним. Протягом усієї давньої історії Україна-Русь виступала мостом між світами Східної Європи і Давнім Сходом, Європою античною, візантійською і латинською.

✓ Армії УПА поставили абсолютний рекорд, утримуючись на фактично окупованій території майже двадцять років. Технології та методи українських вояків вивчали навіть кубинські повстанці.

✓ Більшість українських слів починаються з літери «п». Найчастіше використовувана буква алфавіту -«о». Букви «ф» і «г» використовуються найрідше.

Можна було б зібрати словник українських прізвищ, спотворених у ході русифікації російськими чиновниками. Так, український рід Чехів у XIX столітті став чомусь Чеховими. Дід Антона Чехова ще був Чехом, сам письменник писав, що дід його — українець. Досить кумедно Дейнеки перетворились на Денікіних. Козаки Розуми стали Розумовськими, Чайки стають Чайковськими. Дід Петра Чайковського, великого композитора - Петро Чайка — закінчив Києво-Могилянську Академію і його як медика російський уряд відрядив штаб-лікарем у Вятку. Ймовірно, українська атмосфера в родині Чайковських збереглася набагато краще, ніж у Чехових, бо з 24-річного віку майбутній композитор майже щороку по кілька місяців жив в Україні, де написав понад 30 творів, серед яких опери «Коваль Вакула» («Черевички»), «Мазепа», пісня-романс «Садок вишневий коло хати», дует «На вгороді коло броду» на слова Т. Шевченка. В жорстокі часи наступу імперії на українську мову він домагався постановки «Тараса Бульби» М. Лисенка, використав у своїх творах багато українських народних пісень



Поміркуйте на дозвіллі

Сканворд «Моя Україна»

_		↓	НЕТІД- НИК	XAGAX- Cbke SPOHIX P'MI	*		↓	PDC. XOKEÏCT	ПАПУГА З Довгим жвостом	→	1	
ОДИНИЦЯ ВИМІРУ СИЛИ ВІТРУ	М	0	Я	НАЦЮ- НАЛЬНИЙ ОЛІМП. КОМІТЕТ	У	K	P	A	Ϊ	Н	A-	НЕВІЛЬ- НИК РОДИННІ 3В'ЯЗКИ
РОС. ТЕЛЕ- КАНАЛ	→			POC. KIHO- KASKAP		+		ПРИТОКА ПЕЧОРИ	МАВПОЧ- КА АЛАД- ДІНА РІЧКА В ІРАНІ	→		\
Ш	И	P	0	K	ı	OPFAH SOPY B'ETHAMC. KOCMO- HABT	*	+	+		OBOHI, TYLIKO- BAHI 3 M'9COM	
ГРУПА ПІДЛІТ- КІВ		тротил		TEPOÏHS II'ECU K.TPE- HEOBA	П	P	0	С	T	0	P [→]	И,
 	+	+				РАЙ- ЦЕНТР НА ЧЕРНІ- ПВЩИНІ	→			↓		ДЕПАР- TAMEHT У ФРАНЦІЇ
СТОЛИЦЯ НОРВЕГІЇ	ЕЛІКСИР БЕЗ- СМЕРТЯ ЯСРАВЕ СВІТЛЮ		BPOHIX R'MI		7					POC. IOBEJIP POC. MAJSP	→	\
 	\		*						 	1		
КРУТО ЗВАРЕ- НИЙ ПРОДУКТ		СТУКТУР. ЗМІНИ В ПІДШКІР ЖИРОВО- МУ ШАРІ ШКІРИ							САМЕЦЬ СВИНІ		ВІДСУТ- НІСТЬ ВЗАЄМО- РОЗУМІН- НЯ	ОШНКА ТВОРУ
 		→						₽.	^			→
СЕМИ- КОЛІРНЕ ЯВИЩЕ ПРИРОДИ	→				\		¥	KYPOPT B SAUIKOP- TOCTAHI	ОРГАН, ЯКИЙ СЛОВА МЕЛЕ		CTAPO- BUHHA 30JOTA MOHETA TEPCII	
ДП	0	Л	Я	ПАРУБОК	-	ЛІРИЧ- НИЙ ПОЕТ	Л	Ε	∤Β	A	ӯД	И,
	РАЙОН КИЄВА		АМЕР. ПИСЬ- МЕННИК	→				ТЕРЕЗИ.	/			
Д	0	Л	И	Н	И	одиниця ЗЕМЕЛЬ- НОЇ ПЛОЩІ	I	НАПІВ- КОШ- ТОВНИЙ КАМІНЬ	Γ	0	P	И
	ПОВІТРЯ- НИЙ ТРАНС- ПОРТ		НАРОД- НІСТЬ В ГАНІ	→		•		КАЗАХ- СЬКИЙ СУЛТАН	→			
					МІСЦЕ							

Слово про слово

Як свідчить практика, частіше вживання прийменника «по» в українській мові не відповідає нормам. Ось приклади такого слововживання (неправильно-правильно):

чемпіонка світу по плаванню — з плавання;

по конкурсу — за конкурсом;

піднялися по карпатським серпантинам — карпатськими серпантинами; пробивав по воротах — v

по неспроможності — через неспроможність;

РОЗПОЧНЕМО З «ПО»

передати по електронній пошті — електронною поштою:

лінія по розливу води лінія розливу;

по якій ціні гриби — скільки коштують гриби;

по вигляду йому не більше двадцяти — на вигляд; поїхав по справі — у справі.

Редактор Павло Куляс у праці «Типологія помилок» зазначає з приводу вживання прийменника за: «Дехто вважає, що достатньо замінити «по» на «за» і «український шарм» забезпечений. А плодять новий суржиковий шлейф — т. зв. «закання»:

відомий за назвою — з назви:

за твердженням затриманого — як твердить затриманий;

за смаком — на смак, до смаку; за двома напрямами — у

двох напрямах.

Про правила вживання прийменника «по» читайте в наступних числах газети. Підготувала Вікторія Осіпова.