

ПОРАДНИЦЯ ДЛЯ ВСІЄЇ РОДИНИ! *Програма телебачення*

# Домашня Газета

Ціна 1 грн 50 коп

#34(801) 24 серпня 2017 року

• А ви знали?

## ЧОМУ БДЖОЛИ КУСАЮТЬ

Бджола може вкусити кого завгодно — дорослого, дитину, домашніх тварин, особливо собак. Укус бджоли є реакцією на можливу загрозу. Бджоли не люблять гучних звуків, шуму, різких рухів, сильних запахів. Наприклад, запах алкоголю, парфумів, поту, цибулі та часнику.

До речі, якщо бджола вкусила — її доля вирішена. В результаті бджолиного укусу жало проникає глибоко під шкіру. Намагаючись звільнитися і полетіти, бджола робить неймовірні зусилля, але жало разом із частиною кишечника відривається. Поранена комаха незабаром гине.



## Як надати допомогу при укусі бджоли

✓ Якщо вкусила бджола, насамперед потрібно витягти жало. Для цього підійде голка, пінцет, можна акуратно підчепити його нігтями.

✓ Не потрібно видавлювати отруту з ранки, оскільки можна занести інфекцію. Крім того, отрута складається з різних речовин, здатних спровокувати алергічну реакцію.

✓ Місце укусу бджоли почервоніє, з'явиться набряк, відчуття печіння, свербіння, сильний біль. Ці місцеві симптоми поступово зникнуть після обробки ранки. Холод (мокрый рушник, пляшка з водою, лід) на місці бджолиного укусу зменшить больові відчуття і набряк.

✓ Якщо вкусила бджола, народні засоби рекомендують на хворе місце покласти цибулину, лимон, помідор, яблуко, листя петрушки, часник і тримати півгодини.

✓ Слабкість, підвищена температура, головний біль, блідість і алергія на укус бджоли є серйозними наслідками нападу комах. Така токсична реакція виникає після укусу кількома бджолами одночасно. У цьому разі потрібно звернутися по медичну допомогу.

4

АБИ ПОМІДОРИ  
ВСТИГЛИ  
ДОЗРІТИ

## 3 днем Ангела!

Сьогодні іменини Максима, завтра — Олександра. 26 серпня з днем Ангела вітайте Тихона, Оксану, 27 — Аркадія, 28 — Марію, 29 — Демида, 30 — Ульяну, Мирона, Павла, Пилипа.

Буряк  
не тільки  
до борщу

2



ПЛЯМ ВІД ПОТУ  
ПОЗБУТИСЯ  
ЛЕГКО

7

## У моді — в'ялені помідори



В Італії, чіі помідори Сан-Марцано вважають чи не найкращими у світі, помідори в'ялять улітку, під палючим середземноморським сонцем.

• Спробуємо?

помідори зрізом вгору так, щоб вони не торкалися одне одного.

Тепер визначимся з температурним режимом, при якому будемо в'ялити помідори: він залежить від можливостей духовки і вашого вільного часу.

Ось кілька варіантів — вибирайте, який саме вам більше подобається:

✓ розігрійте духовку до 100°C і в'яльте помідори протягом 3–4 годин;

✓ розігрійте духовку до 50°C і в'яльте помідори протягом 16–20 годин.

✓ розігрійте духовку до 220°C, поставте в неї деко з помідорами, вимкніть духовку і залиште на 8 годин.

Вказаний час — орієнтовний. А визначати готовність в'ялених помідорів потрібно за зовнішнім виглядом. Якщо помідори зморщилися, набули темніший

відтінок, а волога «вийшла» — значить, вони готові. Щоб не пропустити цей момент, варто періодично заглядати в духовку, а за деякий час до закінчення перевернути деко, щоб всі помідори в'ялилися рівномірно.

Тепер трішки про зберігання в'ялених помідорів. Традиційно помідори укладають в баночку і заливають оливковою олією.

До олії можна додати трохи дрібно посіченого часнику, сушених трав, гострого перцю чилі, винного оцту, солі, перцю та інших спецій, щоб в'ялені помідори в процесі зберігання поступово набули додаткового смаку та аромату.

Можна зробити простіше: скласти помідори в контейнер з кришкою (або у ту ж баночку) і щільно закрити: так вони теж непогано зберігаються, і, що важливо, зберігають свій первозданий смак.

Можна зробити простіше: скласти помідори в контейнер з кришкою (або у ту ж баночку) і щільно закрити: так вони теж непогано зберігаються, і, що важливо, зберігають свій первозданий смак.

Можна зробити простіше: скласти помідори в контейнер з кришкою (або у ту ж баночку) і щільно закрити: так вони теж непогано зберігаються, і, що важливо, зберігають свій первозданий смак.



• Знадобиться

## Вазони порятує керамзит

Коли випадає нагода кудись їхати, то виникає проблема: як бути з кімнатними рослинами?

Можна горщики з квітами поставити в ящик, наповнений керамзитом. Річ у тім, що керамзит — це пористий матеріал, який поглинає багато води, і тому повітря навколо залишається вологим.

Якщо ящик із керамзитом до того ж поставити у затінок, то рослини протримаються без поливання на один-два дні довше, ніж за таких самих умов, але без керамзиту.

## Який перець корисніший:

ЧЕРВОНИЙ, ЖОВТИЙ ЧИ ЗЕЛЕНИЙ?

Перець позитивно впливає на травну систему: стимулює виділення шлункового соку і травлення, покращує перистальтику кишківника, збуджує апетит.

Болгарський перець корисний при захворюваннях крові, кровотечах ясен, не докрив'ї, ламкості судин. Він регулює артеріальний тиск, розріджує кров і перешкоджає утворенню тромбів.

Перець позитивно впливає на травну систему: стимулює виділення шлункового соку і травлення, покращує перистальтику кишківника, збуджує апетит.



Його рекомендують їсти при простатиті, підвищеній пітливості і розхитаних нервах. Він прискорює обмін речовин і допомагає спалювати більшу кількість калорій. Але є один нюанс: різний за кольором перець корисний по-різному.

• **Червоний.** За загальною кількістю корисних речовин, він — середняк. У ньому на 10% менше корисних компонентів, ніж у лідера — жовтого. Червоний, як і інші, містить дуже багато вітаміну С, але крім цього він має ще одну чудову особливість — приголомшливо велику кількість вітаміну А (майже 1 мг). А ще в цьому різновиді солодкого перцю

більше цинку і вітамінів Е, В<sub>2</sub>, В<sub>3</sub>, В<sub>9</sub> і РР.

• **Жовтий** містить в цілому найбільшу кількість різних корисних компонентів. Одна велика жовта перчина забезпечує п'ятиденну (!) потребу дорослої людини у вітаміні С. Цей вид перцю містить трохи більше заліза та вітаміну В<sub>6</sub>, ніж інші.

• **Зелений.** Попри те, що він «найбідніший» з усіх перців на корисні речовини, є найбагатшим джерелом вітаміну С. До порівняння, яблуко містить у 19 разів менше вітаміну С, ніж зелений перець. А ще у ньому найбільше вітаміну К. Тільки зелений перець містить фітостероли. Тож якщо вас цікавить боротьба з надлишком холестерину, виберіть зелений.

## ПОГОДА на тиждень

За даними мережі Інтернет

Температура	Опади	Вітер, м/с	Тривалість дня
четвер, 24 серпня	+13 / +20	без опадів	зах., 7 13.58
п'ятниця, 25 серпня	+11 / +26	без опадів	зах., 4 13.54
субота, 26 серпня	+16 / +26	без опадів	зм. напр., 2 13.51
неділя, 27 серпня	+16 / +30	ясно	зм. напр., 2 13.47
понеділок, 28 серпня	+18 / +30	без опадів	півд.-зах., 3 13.44
вівторок, 29 серпня	+17 / +30	без опадів	півн.-зах., 3 13.40
середа, 30 серпня	+17 / +28	без опадів	зах., 3 13.37

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

# Буряк не тільки до борщу



**Як часто ми скаржимося, що не вистачає грошей на ліки та профілактичні засоби. Тим часом завжди під рукою копійчані народні ліки, які не менш ефективні від дорогих імпортованих препаратів. Треба тільки не лінуватися.**

● Лікування без ліків

му магнію сприяє зниженню кров'яного тиску.

Сирий буряк прикладають при зубному болю.

Буряковий сік з медом приймають як заспокійливий засіб, при гіпертонії та спазмах судин (по половині склянки тричі на день).

Для лікування ангіни травники пропонують натерти склянку буряка, додати столову ложку оцту, дати настоятися. Потім суміш відцідити і таким соком полоскати горло. Одну-дві ложки напою попередньо слід проковтнути. До речі,

цим простим способом можнавилікувати навіть хронічний тонзиліт!

Вживання бурякового соку в разі менструальних, клімактеричних та інших розладів з виснажливими матковими кровотечами ефективніше, ніж прийом патентованих ліків або синтетичних гормонів. Сік треба пити порціями по 50—100 г дві-тричі на день протягом трьох-чотирьох тижнів.

При лікуванні фіброми, мастопатії дуже ефективним засобом є компреси з буряка. Приготувати їх нескладно. Сирий червоний буряк спочатку потрібно витримати 3—4 години у холодній воді, потім натерти на дрібній тертці разом зі шкіркою. Компрес накласти на груди або низ жи-

вота на цілу ніч. Вранці зняти, покласти у прохолодне місце, щоб повторно використати ще один раз — наступної ночі. Третя ніч — перерва, четверта і п'ята — лікування, шоста — перерва. Курс лікування — 20—30 процедур.

Доктор Вокер вважає, що сік буряка — найцінніший продукт для утворення червоних кров'яних тілець і для поліпшення складу крові взагалі. Він рекомендує вживати сік спочатку наполовину з морквяним (суміш морквяного та бурякового соків — це достатня кількість фосфору і сірки, з одного боку, й калію — з другого), поступово збільшуючи дозу бурякового. Перейшовши повністю на буряковий сік, його слід вживати по пів-склянки двічі на день.

Ось, приміром, ще Авіценна у «Книзі зцілення» та «Канолах лікарської науки» проспівав гімн звичайнісінькому буряку. Цей видатний лікар давнини лікував лишаї маззю з відвареного листа буряка з медом, рекомендував закусувати теплий буряковий сік у хворе вухо.

Сучасні вчені стверджують, що великий вміст у буряку калію забезпечує загальну потребу в ньому всього організму. А восьмипроцентний вміст хлору в цьому овочу є чудовим органічним очищувальним засобом для печінки, нирок і жовчного міхура. Він стимулює діяльність лімфи у всьому організмі людини.

Як же лікуватися з допомогою буряка?

Відомо, що відвар і сік буряка сприяють зникненню лупи. Ними також лікують тріщини на шкірі.

Сік буряка давали втягувати в ніс при нежиті. При головному болі Авіценна пропонував класти бурякове листя на чоло хворому.

Свіжий сік буряка вважається загальнозміцнювальним засобом. Він поліпшує обмін речовин.

Варений буряк їдять при гіпертонії. Наявність у ньо-

● Спробуйте!

### КВАС ДЛЯ ВАС

Дуже корисний буряковий квас. Він знижує тиск крові і поліпшує роботу млявого кишківника, знімає закрепи. Приготувати його дуже просто: у літрову банку накришити овочі кубиками до самого верху (буряк має здатність дуже стискатися). Потім буряки залити кип'яченою прохолодною водою, в яку додати ложку яблучного оцту (або лимонної кислоти). Банку накриють марлею і залишити на столі. На четвертий день квас готовий.

Пийте його по склянці на добу, додаючи для смаку чайну ложку меду. Відливаючи склянку квасу, долийте стільки ж у банку кип'яченої води. Так квас можна вживати протягом трьох тижнів, а потім замінити новим.

● Ви запитували

### Чим корисні м'ясо й риба?

М'ясо корисне як джерело повноцінного тваринного білка, деяких вітамінів та мінеральних речовин. За деяких захворювань нирок показано обмеження білка (як тваринного, так і рослинного походження) у раціоні. В цьому випадку слід менше вживати м'ясо.

Смажене м'ясо не рекомендують за певних захворювань шлунка, печінки,

підшлункової залози, за порушень обміну речовин, а також усім людям літнього віку.

Риба, особливо нежирних видів — джерело повноцінного білка, ряду вітамінів та мінеральних речовин, а також ліпотропних чинників, що сприяють впливають за хвороб печінки, підшлункової залози, атеросклерозу.

### А молоко?

Молоко, кефір та сир корисні здоровим і більшості хворих людей. Молоко погано переносять лише деякі люди: в одних у травному каналі понижена активність ферменту лактази, що розщеплює молочний цукор, в інших молоко викликає прояви харчової алергії.

Молочні продукти — дже-

рело повноцінного тваринного білка, низки вітамінів, мінеральних речовин. У них особливо сприятливе співвідношення кальцію та фосфору.

Вживання вершкового масла слід обмежувати людям з високим вмістом ліпідів, зокрема холестерину, в крові.

### Кому протипоказані яйця?

Через високий вміст холестерину в жовтку яйця протипоказані хворим з високим вмістом холестерину в крові.

ну в сироватці крові, а також тим, хто страждає на хронічний гепатит і цироз печінки.

### Каша — їжа наша?

Найкорисніші вівсяна і гречана каші. Їх можуть вживати як здорові, так і хворі люди.

У деяких випадках (за певних захворювань шлун-

ка і кишківника) краще вживати їх у протертому вигляді. В дитячому і дієтичному харчуванні використовують й інші каші — манну, перлову, пшоняну.

● Ефективно

### ЗАРЯДКА ДЛЯ МОЗКУ

За допомогою цих нескладних вправ (виконувати їх краще лежачи 5—7 хвилин) ви «розігрете» свій мозок, підготувавши його до інтелектуальної роботи, яку треба виконувати впродовж дня.

1. Якнайшвидше порухайте від 100 до 1 (тут і далі цифри, слова і букви говоріть вголос).

2. Назвіть за чергою букви алфавіту, вигадуючи на кожну букву слово. Якщо ви задумалися більше ніж на 15 секунд, пропустіть цю букву і рухайтесь далі.

3. Згадайте 20 жіночих імен за абеткою, надаючи їм порядкові номери (наприклад, Алла — один, Барбара — два, Валентина — три і т. п.). Це ж проробіть і з чоловічими іменами.

4. Назвіть 20 слів, що починаються з будь-якої літери, нумеруючи кожне (наприклад, 1 — голуб, 2 — голова, 3 — гірчиця).

5. Заплющіть очі і порухайте англійською (або іншою мовою) до 20.

● А ви знали?

### Як жити — не старіти

#### Фізичний вплив на процес старіння

**Рациональне і збалансоване харчування.** Уникайте продуктів, які старять людину (м'ясне, жирне, солодке, копчене, смажене, алкоголь, міцні чай та кава), а споживайте ті, що омолоджують (овочі, фрукти, неочищені злаки, кисло-молочні продукти). Щодня з'їдайте кілька свіжих овочів або фруктів, небагато хліба, каші або мюслів з цільних злаків, а також нежирний йогурт, сир або кефір з біфідобактеріями і пийте багато негазованої води.

**Стежте за вагою.** Кожні 5 кг зайвої ваги додають рік до вашого справжнього віку. Не худніть різко. Замість виснажливої дієти поєднайте худіння із заняттями спортом, шейпінгом, плаванням.

**Будьте рухливими, старайтеся якомога більше ходити пішки і часто бувати на свіжому повітрі.** Щороку з пізньої осені до ранньої весни проходите профілактичний курс вітамініотерапії.

#### Психологічний вплив на процес старіння

**Живіть насиченим життям, насолоджуйтеся кожною миттю:** приємним товариством, смачною стравою, успіхами дітей, коханням і сексом. Працюйте і розумово, і фізично, рівномірно розподіляючи навантаження. Частіше закохуйтеся і ведіть регулярне інтимне життя з коханою людиною.

**Придумуйте собі нові захоплення** — мовні,



комп'ютерні курси, спортзал, малювання. Побільше адресуйте, який потрібен для підтримання інтересу до життя, а значить, і для збереження молодості.

**Ніколи не говоріть про свої хвороби** і не згадуйте вголос про свій вік фразами на кшталт «а от коли мені було...», «пам'ятаю, у молодості...». Не задріть людям, будь-те зичливими і — живіть сто років!

● Згодиться  
МАСАЖ  
ВІД ГОЛОВНОГО  
БОЛЮ

**Президент народно-медичного товариства США Чарльз Інландер розробив спеціальний масаж для боротьби з головним болем. Сядьте якнайзручніше, схиліть голову, поставте лікті на стіл і розпочинайте масаж.**

1. Кінчиками пальців обох рук 2—3 хв. розминяйте шкіру голови від маківки до скронь і потилиці рухами по колу за годинниковою стрілкою, а потім — навпаки.

2. Захопивши невелике пасмо волосся біля основи, потягніть за нього, поки не відчуете легенький біль. Таким чином пройдіться по всьому волоссю.

3. Подушечками пальців близько хвилини барабаньте по волосистій частині голови, спускаючись від маківки до скронь і потилиці.

4. Розминайте брови, інтенсивно поскубуючи і трохи відтягуючи їх, протягом хвилини. Покладіть долоні на лоба, щоб кінчики пальців зійшлися в центрі, і, не розтягуючи шкіру, помасажуйте до появи тепла.

5. Руками по колу пальців правої руки 2—3 хв. масажуйте за годинниковою стрілкою шкіру потилиці на межі росту волосся, потім розтирайте потилицю вгору-вниз.

● Жменя рецептів  
**ВІД НЕРВІВ  
ТА БЕЗСОННЯ**

✓ 50 г насіння кропу і 250 г кагору кип'ятити на малому вогні 10 хв. Настояти годину і вживати по столовій ложці перед сном.

✓ Вранці натщесерце жувати висушене коріння любистку.

✓ Приймати заспокійливі ванни. Гілочки хвої, шишки сосни залийте водою, кип'ятіть півгодини і дайте настоятися протягом дня. Відвар має бути коричневого кольору. Додайте його в гарячу воду — півтора літра на ванну. Добре додавати у ванну також відвар коріння валеріани — це знімає головний біль, а також болі у серці, знижує тиск.

✓ Категорично відмовитися від горілки і вина.

**ВІД НЕДОКРІВ'Я**

Колись, щоб позбутися цієї недуги, у винні яблука напихали багато чистих цвяхів, добу витримували, потім цвяхи виймали, а яблука пекли та їли.

При цьому також радили багато ходити, спати на твердому ліжку і часто купатися.

**СІК ЗАМІСТЬ  
ТАБЛЕТОК**

Листки подорожника великого добре промити, дрібно посікти ножем з нержавіючої сталі, розім'яти і витиснути сік.

**СЕРЦЮ ПОМОЖЕ  
ПЕТРУШКА**

Склянку пропущеної через м'ясорубку зелені петрушки з коренем заварити 0,5 л окропу, закусати і настоювати 6—8 годин, тоді процідити, додати сік одного лимона. Випити за 3 прийоми протягом дня при серцевій недостатності, наступного дня повторити. Після 2 днів лікування зробити перерву на три дні.

**КАШТАН — ДЛЯ  
НОЖНИХ ВАНН**

250 г шкірки плодів каштана кінського залити 5 л перевареної води, варити на повільному вогні 15 хвилин, настоювати 4—6 годин, процідити. Відвар використовувати для ножних ванн при варикозному розширенні вен.

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

...БЕЗ РОЗСОЛУ  
І МАРИНАДУ

# Консервуємо помідори...



Помідори зберігаються до наступної весни у скляних банках без краплі розсолу або натяку на консервацію і при цьому залишаються свіжими. Чи можливо таке? Цілком. Ось кілька рецептів.

✓ На дно стерилізованої сухої трилітрової банки насипте 100 г сухої гірчиці й заповніть її щойно зріваними бурими плодами. Перед цим їх треба промити в розчині марганцевокислого калію та висушити. Далі відразу ж закатати банки металевими кришками. Зберігати потрібно в погребі за температури 3–5°C.

✓ Відбирають свіжі помідори — цілі, не перестиглі, без будь-яких пошкоджень. Їх миють проточною водою, насухо витирають і розкладають на відкритому повітрі для просушування. Банки стерилізують і також ретельно сушать. Сухою і чистою столовою ложкою щедро набирають гірничий порошок і насипають на дно банки. Помідори кладуть

догори тим боком, де був хвостик. Кожний шар пересипають гірчицею. Коли банки заповняться, насипають зверху ще по повній ложці гірничного порошку і закатують стерильною і сухою кришкою.

Після цього бажано покласти банки на бік і трішки поклати або обережно перевернути на кришку, щоб порошок рівномірніше розподілився по всіх помідорах. Банки ставлять у прохолодне місце без доступу світла (в комору, льох тощо).

✓ Свіжі помідори в банках можна зберігати й іншим методом: замість гірничного порошку використати спирт. Свіжі цілі-ціліснінькі томати невеликого розміру миють і повністю просушують. Розкладають по стерильних та сухих банках, намагаючись щільно не притискати. У кожен заповнену помідорами банку наливають по дві столові ложки

спирту. Закривають слоїки чистими кришками, але не закатують. Укладають банки горизонтально і катають туди-сюди, щоб помідори змочилися спиртом.

Подальші дії повинні бути дуже швидкими та злагодженими, тому відразу приготуйте все необхідне. Кладуть поруч довгий гніт, сірники (запальничку), кришки і машинку для закатування банок. Знімають із банок тимчасові кришки. Кінець гніта опускають у банку, підпалюють з іншого боку. Як тільки загориться спирт, відразу закривають банку кришкою і закатують.

Якщо зумієте зробити все правильно, то отримаєте абсолютно цілі помідори: попектись вони не встигнуть, а спирт миттєво згорить всередині банки разом із киснем. Помідори опиняться у вакуумі, який забезпечить довготривале зберігання.

...БЕЗ СТЕРИЛІЗАЦІЇ

## Холодний спосіб

На одну банку місткістю 3 л треба: *свіжих помідорів — 1,6 кг, кропу — 50 г, часнику частинками — 15 г, стручкового червоного гірко перцю — 3 г, листків чорної смородини, селери, петрушки — 15 г, зеленого солодкого різаного перцю — 30 г, лаврового листка — 2 шт.*

Для такого способу консервації рекомендуються помідори рожевого, бурого кольору. Консервувати слід у банках місткістю 2 і 3 л. На дно банки вкладають 1/3 спецій, а потім до половини — помідори. Зверху додають ще третю частину спецій, потім — томати, на які кладуть решту спецій.

Наповнені банки заливають попередньо профільтрованим і охолодженим розсолем (на 1 л води 50–60 г солі). Після заливки

розсолем слоїки герметично закупорюють прокип'яченими кришками і зберігають у прохолодному місці (підвал, льох).

У період зберігання триває бродіння і в банці під кришкою утворюється вуглекислий газ — кришка може вистрілити. Якщо це трапилося, в банку додають до верху розсіл і знову герметично закупорюють новою прокип'яченою кришкою.

## Гарячий спосіб

Розхід продуктів на одну банку місткістю 3 л такий же, як і в попередньому рецепті. Можна консервувати помідори різної стиглості.

Слоїки наповнюють спеціями і підготовленими помідорами в такій послідовності, як і в попередньому рецепті.

Заливають гарячою водою (40–50°C), накривають прокип'яченими кришками, зверху — серветкою чи рушником і витримують 2–3 хв. Після цього кришки знімають, горлечко слоїка накривають шматком марлі, затискають гумовим кільцем (щоб не випали помідори чи спеції), зливають воду і знову заливають банки гарячою водою (60–70°C), накривають їх кришками і обмотують рушником. Через 5 хв воду зливають знову і заливають у слоїк підготовлений гарячий (90–95°C) розсіл 5–6%-ої концентрації (на 1 л води 50–60 г солі).

Залиті розсолем банки герметично закупорюють і якнайшвидше охолоджують (особливо зі зрілими томами, щоб не розм'якли).

## • Смакота

### Суше варення з яблук

**Коли яблук багато і переймаєшся, що з них приготувати, знаходяться оригінальні рішення. Суше варення з яблук у духовці не вимагає тривалої метушні і виходить незвичайно ароматним. Ділимося з вами рецептом.**

*1 кг яблук, 300 г цукру, 1 ст. л. кориці, 1 ч. л. лимонної кислоти.*

Для цього вишуканого десерту краще брати кисло-солодкі яблука або яблука солодких сортів. Наріжте кожне яблуко на тонкі скибочки і щільно укладіть їх на деко, зверху присипаючи цукром, корицею і лимонною кислотою.

Покладіть яблука в розігріту до 200°C духовку на 25 хвилин. Після цього розкладіть яблука на пергаменті, злегка присипте цукром, залиште сушитися на 2–3 дні.

Також можна використувати для цієї мети електросушарку або духовку з вентилятором — такого сушіння протягом кількох годин буде цілком достатньо.

Готові ароматні часточки можна зберігати в сухому місці при кімнатній температурі, в пластикових лотках або скляних банках. Та й навряд чи така смачна заготівля до зими доживе! З'їдається швидко і з задоволенням.

Можна експериментувати і готувати таким чином десерт з інших фруктів. Дуже смачним виходить суше варення зі сливи.

### Сливе варення з лимоном та корицею

*Сливи (вже без кісточки) — 1 кг, цукор — 450 г, паличка кориці — 1 шт., вода — 250 мл, лимон — 1 шт.*

Сливи помити, розрізати навпіл і витягнути кісточку. У каструлю з товстим дном покласти сливи, додати цукор, паличку кориці, цедру лимона і воду. Довести сливи до кипіння на середньому вогні і варити, постійно помішуючи дерев'яною ложкою, періодично знімаючи піну, поки сливи на стануть м'якими.

Витягнути з варення паличку кориці. Далі варення потрібно збити блендером. Знову поставити на середній вогонь і варити до потрібної консистенції.

Аби перевірити чи варення готове, потрібно поставити суху тарілочку в морозильну камеру. Через деякий час дістати тарілочку і налити трохи варення і нахилити. Готове варення повинне стікати дуже повільно.

Вистудіть варення, розкладіть у стерильні сухі баночки і зберігайте в холодильнику. Або готове гаряче варення залийте в стерильні гарячі баночки і закатайте на зиму.

• Меню здоров'я

## Найкращий час для їди

**Хто із жінок не мріє бути стрункою? Та що для цього треба? Просто є певні продукти, які слід вживати в чітко визначені години. Дієтологи довели, що скинути зайві кілограми елементарно. Для цього необхідно лише знати, які продукти в які години вживати. І тоді ви станете не лише стрункими, а й здоровими.**

### ПРОКИНЬТЕСЬ І ЇЖТЕ!

Найліпше організм перетравлює жири від 6 до 9 ранку. Значить, сміливо намащуйте хліб маслом і не бійтеся з'їсти шматочок сиру чи ковбаси. А ось від солодкого варто відмовитися. Варення, мармелад, мед викликають збільшення вуглеводів у крові, а потім зниження рівня цукру. В результаті вам швидко знову захочеться їсти.

### ОБІДНЯ ПЕРЕРВА

Від 12 до 15 години наш організм чудово засвоює білок. Джерело білка — риба. Отож рибний день знову в моді. Тріска, пікша, камбала практично не містять жирів й ідеально підходять для тих, хто хоче схуднути. Тим, хто жити не може без м'яса, дієтологи рекомендують нежирну баранину, індичку та курку. В них теж багато корисного білка.

А ось розрахувати, скільки з'їсти, вам допоможе така

формула: до свого зросту додайте 100. Якщо, наприклад, ваш зріст 165 см, значить, під час обіду ви можете собі дозволити 265 грамів риби чи м'яса. Це досить велика порція. На гарнір ліпше взяти відварені овочі: цвітну капусту, квасолю, горошок.

### СОЛОДКЕ ЖИТТЯ

На підвечір дуже хочеться потішити себе чимось смачненьким? Не відмовляйте собі у таких радощах. Кілька цукерок, трохи шоколаду, сухофрукти, горіхи не тільки підсолять життя, а й додадуть відчуття ситості.

### НА СОН ГРЯДУЩИЙ

Щоб не гладшати, дієтологи радять вечеряти не пізніше вісімнадцятої години. Але у багатьох тоді тільки завершується робочий день. А це треба дістатися додому, нагодувати сім'ю. То що ж робити? Їсти, тільки в міру. Як і для обіду, розрахувати свою порцію. Ідеально вечеряти свіжими овочами.

• Зверніть увагу

## Мультиварка «не за програмами»

**Найголовніша перевага мультиварки не в тому, що вона готує смачніше, а в тому, що вона готує сама, без вашої присутності. Програм у неї не дуже багато, але... Страв можна приготувати сотні. Крім того, мультиварку можна використувати і «не за програмами».**

✓ На програмі «Тушкування» за годину можна закип'ятити молоко. Якщо з холодильника — то півтори години. Ніхто нікуди не тікає.

✓ На цій же програмі за 5–6 годин виходить чудове пряжене молоко.

✓ Кожух чаші — термос. Тому якщо тепле молоко заквасити, то вранці буде чудовий кефір (або ржанка з пряженого молока).

✓ У режимі «Варіння на парі» за 5 хвилин виходять яйця «в мішечок», за 12 хвилин — на круто.

✓ У режимі «Плов» виходить смачна тушкова картопля із золотистим підсмаженим низом (мішати і контролювати не треба — розумна каструля сама знає, коли картопля готова, і перейде в режим підігрівання).

✓ У режимі «Тушкування» виходить смачна тушкова картопля без піджарювання картоплі знизу.

✓ У режимі «Плов» навіть ледачі чоловіки готують розкішну вечерю з готових пельменів. 0,5 кг мороже-

них пельменів прямо з пачки сиплемо в каструлю, заливаємо склянкою води з під крана, солимо і кладемо ложку вершкового масла. Натискаємо кнопку і чекаємо сигналу готовності — нічого мішати не треба. Пельмені виходять один в один, злегка підсмажені знизу.

✓ У режимі «Випічка» прекрасно смажиться риба і будь-яке м'ясо.

✓ У режимі «Тушкування» за 12 годин виходить чудовий прозорий холодець.

✓ У режимі «Тушкування» або «Гречка» можна робити дві страви відразу: внизу — гарнір (крупи або картопля), а вгорі, в спеціальному кошику, — сосиски, котлети, м'ясо, куряче м'ясо. Сік капає в гарнір і виходить смачно.

✓ У режимі «Тушкування» за 1,5 години можна зварити будь-який суп. Ви здивуетесь, наскільки він прозорий, нерозварений і ароматний.

✓ У режимі «Випічка» обсмажуємо фарш з цибулею. Потім у режимі «Плов»

у цей фарш кладемо сухі ріжки або пір'я (різновид макаронів), заливаємо окропом, щоб тільки кічички стирчали, посолити, перемішуємо і чекаємо сигналу готовності (каструля визначить її сама). Макарони пофлотськи до вашого столу!

Список можна продовжувати. Висновок один: якщо у вас різновікова сім'я або маленькі діти, чи потрібне дієтичне харчування, чи нема місця для різних пароварок-кашварок окремо, або ви виїжджаєте на дачу, або ви дуже зайняті на роботі — мультиварка для вас. Не плутайте її зі скороваркою — це різні прилади.

І ще про одну функцію мультиварки варто сказати: вона 13 годин підтримує страву гарячою.

Тож запам'ятайте: мультиварка не потрібна вам тільки в одному випадку — якщо у вас є домробітниця.

у цей фарш кладемо сухі ріжки або пір'я (різновид макаронів), заливаємо окропом, щоб тільки кічички стирчали, посолити, перемішуємо і чекаємо сигналу готовності (каструля визначить її сама). Макарони пофлотськи до вашого столу!

Список можна продовжувати. Висновок один: якщо у вас різновікова сім'я або маленькі діти, чи потрібне дієтичне харчування, чи нема місця для різних пароварок-кашварок окремо, або ви виїжджаєте на дачу, або ви дуже зайняті на роботі — мультиварка для вас. Не плутайте її зі скороваркою — це різні прилади.

І ще про одну функцію мультиварки варто сказати: вона 13 годин підтримує страву гарячою.

Тож запам'ятайте: мультиварка не потрібна вам тільки в одному випадку — якщо у вас є домробітниця.

у цей фарш кладемо сухі ріжки або пір'я (різновид макаронів), заливаємо окропом, щоб тільки кічички стирчали, посолити, перемішуємо і чекаємо сигналу готовності (каструля визначить її сама). Макарони пофлотськи до вашого столу!

Список можна продовжувати. Висновок один: якщо у вас різновікова сім'я або маленькі діти, чи потрібне дієтичне харчування, чи нема місця для різних пароварок-кашварок окремо, або ви виїжджаєте на дачу, або ви дуже зайняті на роботі — мультиварка для вас. Не плутайте її зі скороваркою — це різні прилади.

І ще про одну функцію мультиварки варто сказати: вона 13 годин підтримує страву гарячою.

Тож запам'ятайте: мультиварка не потрібна вам тільки в одному випадку — якщо у вас є домробітниця.



• На замітку

## ЗБЕРІГАСМО СЛИВИ

Сливи збирають за оптимального досягання (розмір, колір, восковий наліт — типові для даного сорту) і вкладають у тару для зберігання. Обривати плоди краще з плодоніжкою.

Перші два-три тижні сливи зберігають при температурі 0°C, а потім можна підвищити до 5–6°C. Оптимальна вологість повітря у сховищі — 85–90%. При дуже сухому повітрі плоди швидко в'януть. Часто при різких коливаннях температури м'якоть слив стає поганою (желатиноподібною, без соку). Це пов'язано з порушенням складу пектинових речовин. Тривале зберігання при температурі 0°C призводить до побуріння м'якоти.

Щоб цього уникнути, можна в середині строку зберігання, тобто на 10–15 день, витримати плоди протягом 4–5 днів при температурі 18–20°C. Найкраще зберігати сливи в поліетиленових мішечках місткістю 0,5–1 кг при температурі 2°C.

## Аби помідори встигли дозріти



Знадобиться

**Зазвичай наприкінці серпня літня спека уже починає спадати. Цілоком можливі тривалі дощі, а на початку вересня температура (хоча і короткочасно) може знизитися. На це слід зважати, і тому необхідно заздалегідь подбати про дозрівання помідорів, щоб не втратити частину врожаю.**

У середині серпня слід було видалити китиці із квітками, які не розпустилися, прищипнути верхівки у плодоносних стебел рослини і обірвати все старе жовтіюче листя. Заздалегідь, ще на початку місяця, потрібно було провести позакореневе підживлення квіткових китиць витяжкою із суперфосфату.

Помідори дозріють швидше, якщо на ніч укривати їх плівкою. Вдень плівку знімають. Плоди низькорослих і штабмових сортів не повинні торкатися землі, тому бажано встановити підставки для китиць. Можна також обережно повернути китицю до сонця і видалити листя, яке закриває її: тоді плоди не лише швидше

дозріють, але й менше уражатимуться хворобами. В помідорів дозріваючі плоди затримують розвиток інших зав'язей. Тому частину плодів варто зняти, не очікуючи, поки вони досягнуть повноті, — тоді інші швидше дозріють. Звичайно, спілі помідори корисніші та смачніші. Але іноді краще зняти врожай недозрілим, ніж залишитися зовсім без нього. Якщо вночі температура знижується нижче 10°C, а вологість при цьому висока (дощі, тумани вран-

ці), плоди потрібно негайно зібрати: і ледь почервонілі, і бурі, і навіть зелені. Останні, незважаючи на значний уміст у них алкалоїду соланіну, можна замаринувати чи заквасити. При такій обробці вони вже не становитимуть небезпеки для здоров'я. Проте якщо на листі з'явилися перші ознаки фітофторозу, зібрані плоди не закладають одразу на зберігання, а заздалегідь занурюють у гарячу воду (60°C) на 1–2 хвилини і потім добре просушують.

Зривати недозрілі плоди краще з плодоніжкою. Якщо ознак фітофтори немає, але врожай доводиться збирати через зниження температури, а на кущах ще багато зовсім зелених плодів, потрібно зняти найбільші, ті, які побуріли, а рослини із рештою помідорів вирвати і підв'язати коренями догори у теплому приміщенні. В цьому разі відбудеться відтік поживних речовин із листя і стебел у плоди, і вони поступово дозріють.

• Вирощене — зберегти

## Суха «сауна» для часнику й цибулі

Перед закладанням цибулі та часнику на довготривале зберігання їх слід ретельно перебрати та просушити. Цибулини з ознаками шийкової гнилі (вони стали водянистими, набули жовто-рожевого кольору, лушпиння пліснявіє і покривається щільною чорною кіркою) треба викласти на деко і прогріти в духовці впродовж чотирьох годин при температурі 42°C.

Утім, така суха «сауна» корисна для всієї цибулі з профілактичною метою, адже вона контактувала із зараженими цибулинами. За появи зеленої плісняви на часнику (зубки в'ялі, на поверхні з'являються світло-жовті плями і ямки) треба також прогріти головки в духовці при температурі 30–42°C впродовж трьох-чотирьох годин. Потім покласти на зберігання у ящик.

Якщо часник і цибуля «зимуватимуть» у неопалюваній коморі чи кімнаті, то для дезінфекції приміщення слід обкурити сіркою або парою спирту-денатурату. Тоді овочі належать до нового врожаю.

## Консервант із лісу



Завдяки тому, що мох-сфагнум містить підвищену кількість йоду, він має бактерицидні та дезінфікуючі властивості. Тому садовина та городина — яблука, груші, морква, буряки, пересипані підсушеним мохом, у сховищі добре зберігаються, залишаючись ароматними.

Пояснюється це тим, що мох здатний накопичувати вуглекислий газ. А останній, як відомо, — хороший консервант.

Окрім того, мох є надійним матеріалом для упаковки, бо може утримувати в 100 разів більше вологи за свою суху масу.

## Восковий наліт стирати не потрібно

Щоб зберегти врожай яблук, потрібно зуміти вчасно його зібрати. Плоди, що не дозріли, зберігаються погано — швидко в'януть, втрачають смак, а зняті пізно — майже відразу перестигають, м'якуш буріє.

Правило тут просте: яблука, які ви збираєтеся покласти на зберігання, знімають із гілок тоді, коли на їхньому освітленому боці вже з'явився характерний для даного сорту колір. Восковий наліт із плодів стирати не потрібно, він захищає яблуко від в'янення і мікроорганізмів.

Найкраще загорнути кожний плід у тонкий проолієний папір або ж скласти в ящики, пересипавши дрібною тирсою. Так само зберігають і груші.

• Школа садівника

## Срібliste листя — ознака хвороби

У серпні на окремих гілках яблуні, сливи, абрикоса, вишні та інших плодкових може з'явитися срібliste листя, що означає: дерево уражене захворюванням, яке називається «молочний блиск». У більшості випадків це свідчить про те, що дерево постраждало взимку від сонячних або сонячно-морозних опіків, морозобоїн.

Типові ознаки молочного блиску такі: матове, молочне забарвлення листя зі срібlistим відтінком. Це свідчить про підмерзання деревини та пов'язане з ним водне і мінеральне голодування пагонів та листя. При сильному ураженні вони стовщуються, стають



крихкими, дрібними і всихають.

Такі гілки потрібно одразу ж вирізати і спалити, позаяк нерідко молочний блиск супроводжується зараженням дерева грибом, який розвивається в його стовбурі та коренях. Якщо цього не зробити, то пізніше хвороба може заразити все дерево, і воно загине.

Небезпечно грибок

захворювання іноді можна переплутати з простим ослабленням рослин, яке виникло через нерегулярні поливи або голодування, коли листя також набуває срібlistого забарвлення.

Відрізнити несправжній молочний блиск можна за одночасною зміною забарвлення листя на всіх гілках дерева і відсутністю потемніння деревини на поперековому зрізі пагона.

Вилікувати дерево від несправжнього молочного блиску можна, створивши умови для росту (підживлення, спусування тощо). Особливо ефективним є мульчування ґрунту.

• Добрий господар

## «Секрети» сокири

**Без сокири в господарстві — як без рук. Тому й ставитися до неї треба відповідно. Та не всі знають нормативи, яким повинен відповідати цей інструмент.**

Перш за все, кут заточки сокири має бути 35 градусів. При меншому (лезо заточене гостріше) сокира буде в'язнути в деревині, і доведеться докладати великих зусиль, щоб її витягнути.

До того ж тонко заточе-

не лезо на сучках, особливо хвойних порід, кришиться або гнеться (залежно від якості металу).

А ось лезо, заточене належним чином, не в'язнеться в деревині. Шаблоном для заточки сокири може послужити шматок жер-



ПОНЕДІЛОК, 28.08.2017

UA: ПЕРШИЙ

06.00, 19.55 Д/с «Орегонський північник»
06.35, 07.30, 07.40, 08.15, 10.50, 16.30, 22.55 Світ он лайн
06.40 М/с «Піп відкриває світ»
07.30 Ера бізнесу
07.35 Агроера
07.41 Спорт
07.50 Від першої особи
08.20 М/ф «Книга джунглів»
09.05 Д/с «Супервідчуття»
09.30 Концерт симфонічного оркестру K&K Philharmoniker (Австрія)
11.15 Т/с «Епоха честі»
13.00, 15.00, 18.30, 21.00 Новини
13.15, 23.00 Перша шпальта
14.00 Розсекречена історія
15.20 Д/с «Бог в Америці»
16.35 Д/с «Садові скарби»
17.20 М/с «Легенда про Білосніжку»
17.45 Вікно в Америку
18.15 Новини. Світ
18.45, 21.30 ХХІХ Всесвітня універсіада-2017. Щоденник
19.00 Новини. Культура
19.20 Д/с «Мистецький пульс Америки»
20.30 Вересень
21.50 Д/ф «Іван Франко»
23.30 Чоловічий клуб

1+1

06.00, 07.40, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30 ТСН
06.45, 07.10, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1»
09.30 «Чотири весілля-2»
10.50, 12.20 Х/ф «Дівчата»
13.05 Т/с «Слуга народу»
15.45 Т/с «Величне століття. Роксолана»
17.10 Т/с «Нескінченне кохання»
20.15, 21.15, 22.15 Т/с «Центральна лікарня»
23.15 «Танці з зірками»

2+2

06.00 Мультфільми
08.00, 10.55 «Він, Вона і телевизор»
10.00, 18.15 «Спецкор»
10.25, 18.40 «ДжеДАІ»
11.10 Х/ф «Бездна»
14.45 Х/ф «Світанок планети мавп»
17.15 «Загублений світ»
19.05 «Бандерлоги»
19.30, 20.30 Т/с «Ментівські війни. Одеса»
21.30 Х/ф «Убити Білла-2»
00.10 Х/ф «Відчайдушний месник»

TV-4

06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Справа Дойлів»

06.45, 09.15, 10.45 Бадьорий ранок
07.00 Провінційні вісті. Тиждень
07.45, 15.50, 18.50, 21.25, 22.30 Оголошення. Бюро знахідок
07.50, 18.45 Миська рада інформує
08.00 Вікно в Америку
08.30, 19.00, 22.00 Файне місто-2017
09.00 Час-Тайм
09.30 Справжня ціна
09.45 Про кіно
09.55, 22.35 Добрі традиції
11.00, 16.00 Дитяча година
12.10 Черкаський державний заслужений український народний хор
14.00 Х/ф «Бруно»
17.00 Смаки культур
17.30 Про нас
19.30, 21.00 Наші вітання
20.00 Ірина Федишин «Музична феєрія»
20.40 Дім книги
21.30 Сільський календар
22.40 Х/ф «Врятована»

ICTV

05.45, 19.20 Надзвичайні новини
06.30 Факти тижня. 100 хвилин
08.45 Факти. Ранок
09.10 Спорт
09.15 Надзвичайні новини. Підсумки
10.15 Антисомбі
11.15 Секретний фронт
11.35, 13.20 Х/ф «Помінятися місцями»
12.45, 15.45 Факти. День
14.40, 16.10 Х/ф «Людина з залізними кулаками-2»
16.55 Х/ф «Людина з залізними кулаками»
18.45, 21.05 Факти. Вечір
20.20 Більше, ніж правда
21.25 Т/с «Таємниці і брехня»
22.25 Т/с «Полювання на Вервольфа»
23.25 Т/с «Амулет Земномор'я»

СТБ

07.05, 15.30, 18.00 «Все буде добре!»
09.00 «Все буде смачно!»
10.00 Х/ф «Дамське танго»
11.45 «Битва екстрасенсів-16»
13.40 «Слідство вводить екстрасенси»
17.30, 22.00 «Вікна-Новини»
19.00 Т/с «Тато Ден»
20.00, 22.45 «Хата на тата»

НОВИЙ КАНАЛ

04.40, 18.00 Абзац
05.33, 06.55 Kids Time
05.35 М/с «Сімейка Крудс»
05.55 М/с «Пригоди Кота в чоботях»
07.00 Х/ф «Погоня»
08.40 Х/ф «Бійка у Бронксф»
10.30 Х/ф «Смокінг»
12.30 Х/ф «Командо»

14.30 Т/с «Не родись вродливою»
19.00 Заробітчани
21.00 Дешево і сердито
22.00 Х/ф «Сутінки»
00.30 Х/ф «Стерво»

«УКРАЇНА»

06.50, 07.15, 08.15 Ранок з Україною
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні
09.15 Зоряний шлях. Новий сезон
10.50 Т/с «Русалка»
14.45, 15.30 Т/с «Його любов»
19.45 Ток-шоу «Говорить Україна»
21.00 Т/с «Вікно життя»
23.30 Х/ф «Потрійний форсаж. Токійський Дрифт»

ТТБ

06.45 «Слово Боже на кожен день»
06.50, 12.13 Анонси. Погода
06.55 «Цей день в історії»
07.00 «Ранок з ТТБ»
09.00 «Історія без купюр»
09.15 «Загублені у часі»
09.30 «Співаю тобі, Україно»
10.00 «Відверті діалоги»
11.00, 12.00, 16.00, 17.00, 19.00, 22.00 «Вісті ТТБ»
11.15, 17.50 «Пісні нашого краю»
11.25 «Сміємося — не здаємося»
11.30 «Подорожні замальовки»
12.15 «Мамина школа»
16.15 «У країні Мультяндії»
17.15 «Урок... для батьків»
17.45, 20.20 Соціальна реклама
18.00 «Мандри Великим Лугом»
18.15 «Азбука смаку»
18.30 «Із нашої відеотеки»
18.55, 20.25 «Тернопіль сьогодні»
19.30 «Спадщина»
20.00 «У пошуках легенд»
20.30 «Сміємося — не здаємося»
20.35 «Пісня в дарунок»
20.45 «Вечірня казка»
21.00 «Тема дня»
21.15 «В об'єктиві ТТБ»
21.30 «Пілігрим»
22.30 «Час країни»

ІНТЕР

06.00 Мультфільми
06.20, 13.30, 22.40 «Слідство вели...»
07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 17.40 Новини
07.10, 08.10 «Ранок з ІНТЕРОМ»
09.20 Х/ф «Як же бути серцю»
12.25 Х/ф «Як же бути серцю. Продовження»
16.10 «Жди мене»
18.00, 19.00 «Стосується кожного»
20.00 «Подорожниця»
20.40 Т/с «Східні солодоші»
00.25 Х/ф «Двоє»

СЕРЕДА, 30.08.2017

UA: ПЕРШИЙ

06.00, 19.55 Д/с «Орегонський північник»
06.35, 07.30, 07.40, 08.15, 16.30, 22.55 Світ он лайн
06.40 М/с «Піп відкриває світ»
07.31 Ера бізнесу
07.35 Агроера
07.41 Спорт
07.50 Від першої особи
08.20 М/ф «Книга джунглів»
09.05 Д/ф «Садові скарби»
09.30 Т/с «Гранд-готель»
11.15 Т/с «Епоха честі»
13.00, 15.00, 18.30, 21.00 Новини
13.15, 23.00 Наші гроші
14.00 Розсекречена історія
15.20 Д/с «Нью-Йорк»
16.35 Д/с «Садові скарби»
17.20 Хочу бути
17.40 М/с «Легенда про Білосніжку»
18.15 Новини. Світ
18.45, 21.30 ХХІХ Всесвітня універсіада-2017. Щоденник
19.00 Новини. Культура
19.20 Д/с «Мистецький пульс Америки»
20.30 Слідство. Інфо
21.50 Т/с «Серце океану»
22.45 Мегалот
23.30 Чоловічий клуб

1+1

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30 ТСН
06.45, 07.10, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1»
09.30 «Чотири весілля-2»
10.50 «Чотири весілля-6»
12.20 «Міняю жінку-11»
13.45 Т/с «Слуга народу»
15.25 Т/с «Величне століття. Роксолана»
17.10 Т/с «Нескінченне кохання»
20.15, 21.15, 22.15 Т/с «Центральна лікарня»
23.15 Х/ф «Володар морів: на краю світу»

2+2

06.00 Мультфільми
08.00, 12.15 «Він, Вона і телевизор»
10.00, 18.15 «Спецкор»
10.25, 18.40 «ДжеДАІ»
10.55, 19.05 «Бандерлоги»
11.15, 17.15 «Загублений світ»
13.20 Х/ф «Загнаний»
15.20 Т/с «Одинак»
19.30, 20.30 Т/с «Ментівські війни. Одеса»
21.30 Х/ф «Чужі»
01.20 Т/с «Інспектор Алекс» (6 сезон)

TV-4

06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Справа Дойлів»
06.45, 09.15, 10.45 Бадьорий ранок
07.00, 16.00, 19.00, 22.00 Провінційні вісті
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
08.55, 17.55 Добрі традиції
09.00 Час-Тайм
09.30, 17.00 Смаки культур
11.00, 16.10 Дитяча година
12.10 Муз. програма «Гал-кліп»
12.35 Галицький шлягер. Тернопіль
14.00, 01.00 Х/ф «Чорний яструб»
16.40 «Чарівний ключик»
17.30 Українські традиції
18.45, 22.30 Миська рада інформує
19.30, 21.00 Наші вітання
20.00 Формула здоров'я
21.30 Смачна мандрівка
22.40 Х/ф «Інше життя»

ICTV

05.35, 10.10 Цивільна оборона
06.30 Ранок у великому місті
08.45 Факти. Ранок
09.15, 19.20 Надзвичайні новини
11.10, 13.20 Т/с «Амулет Земномор'я»
12.45, 15.45 Факти. День
13.35 Скetch-шоу «На трьох»
14.00, 16.10 Т/с «Далеко від війни»
16.45, 22.25 Т/с «Полювання на Вервольфа»
17.45, 21.25 Т/с «Таємниці і брехня»
18.45, 21.05 Факти. Вечір
20.20 Секретний фронт
23.25 Т/с «10.5. Апокаліпсис»

СТБ

007.05, 15.30 «Все буде добре!»
09.00 «Все буде смачно!»
09.55 «Битва екстрасенсів-16»
12.00 «МастерШеф-5»
17.30, 22.00 «Вікна-Новини»
18.00 Т/с «Тато Ден»
20.00, 22.45 «МастерШеф-7»
23.25 «Моя правда. Ектор Хіменес-Браво»
00.20 «Один за всіх»

НОВИЙ КАНАЛ

04.45, 18.00 Абзац
05.43, 06.59 Kids Time
05.45 М/с «Сімейка Крудс»
06.05 М/с «Пригоди Кота в чоботях»
07.00 Т/с «Щасливі разом»
10.30 Т/с «Моя прекрасна нянька»
14.30 Т/с «Не родись вродливою»
19.00 Зірки під гіпнозом

ВІВТОРОК, 29.08.2017

UA: ПЕРШИЙ

06.00 Д/с «Орегонський північник»
06.35, 07.40, 08.15, 10.50, 16.30, 22.55 Світ он лайн
06.40 М/с «Піп відкриває світ»
07.30 Ера бізнесу
07.35 Агроера
07.41 Спорт
07.50 Від першої особи
08.20 М/ф «Книга джунглів»
09.05 Д/ф «Садові скарби»
09.30 Т/с «Гранд-готель»
11.15 Т/с «Епоха честі»
13.00, 15.00, 18.30, 21.00 Новини
13.15, 23.00 Вересень
14.00 Розсекречена історія
15.20 Фольк-music
16.35 Д/с «Садові скарби»
17.20 М/с «Легенда про Білосніжку»
18.15 Новини. Світ
18.45, 21.30 ХХІХ Всесвітня універсіада-2017. Щоденник
19.00 Новини. Культура
19.20 Д/с «Мистецький пульс Америки»
19.55 Перший на селі
20.30 Наші гроші
21.50 Т/с «Серце океану»
23.30 Чоловічий клуб

1+1

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30 ТСН
06.45, 07.10, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1»
09.30 «Чотири весілля-2»
10.50 «Чотири весілля-6»
12.20 «Міняю жінку-11»
13.50 Т/с «Слуга народу»
15.30 Т/с «Величне століття. Роксолана»
17.10 Т/с «Нескінченне кохання»
20.15, 21.15, 22.15 Т/с «Центральна лікарня»
23.15 Х/ф «Белль»

2+2

06.00 Мультфільми
08.00, 12.15 «Він, Вона і телевизор»
10.00, 18.15 «Спецкор»
10.25, 18.40 «ДжеДАІ»
10.55, 19.05 «Бандерлоги»
11.15, 17.15 «Загублений світ»
13.20 Х/ф «Ультиматум»
15.20 Т/с «Одинак»
19.30, 20.30 Т/с «Ментівські війни. Одеса»
21.30 Х/ф «Загнаний»
23.35 Чемпіонат світу з боксу 2017. 1/4 фіналу. Гамбург

TV-4

06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Справа Дойлів»

06.45, 09.15, 10.45 Бадьорий ранок
07.00 Файне місто 2017
07.30, 15.50, 18.50, 21.25, 22.30 Оголошення. Бюро знахідок
07.35 Сільський календар
08.05 Українські традиції
08.30 Невідома Україна
09.00 Час-Тайм
09.30, 17.00 Смаки культур
11.00, 16.10 Дитяча година
11.45 «Чарівний ключик»
12.10, 21.50 Добрі традиції
12.15 Про кіно
12.30, 20.30 Євромакс
13.00 Хіт-парад
14.00, 01.00 Х/ф «Турбулентність-3»
16.00, 19.00, 22.00 Провінційні вісті
17.30 Смачна мандрівка
19.30, 21.00 Наші вітання
20.00 Європа у фокусі
21.30 Муз. програма «Гал-кліп»
22.35 Х/ф «Смертельний поцілунок»

ICTV

05.35, 20.20 Цивільна оборона
06.30 Ранок у великому місті
08.45 Факти. Ранок
09.15, 19.20 Надзвичайні новини
10.10 Більше, ніж правда
11.10, 13.20 Т/с «Амулет Земномор'я»
12.45, 15.45 Факти. День
13.35 Скetch-шоу «На трьох»
15.05, 16.10 Т/с «Далеко від війни»
16.45, 22.25 Т/с «Полювання на Вервольфа»
17.45, 21.25 Т/с «Таємниці і брехня»
18.45, 21.05 Факти. Вечір
23.25 Х/ф «Рейд: Спукута»

СТБ

06.30, 15.30 «Все буде добре!»
09.10 «Все буде смачно!»
10.05 «Битва екстрасенсів-16»
12.15 «МастерШеф-5»
17.30, 22.00 «Вікна-Новини»
18.00 Т/с «Тато Ден»
20.00, 22.45 «МастерШеф-7»
23.25 «Моя правда. Ектор Хіменес-Браво»
00.20 «Один за всіх»

НОВИЙ КАНАЛ

04.45, 18.00 Абзац
05.39, 06.59 Kids Time
05.40 М/с «Сімейка Крудс»
06.00 М/с «Пригоди Кота в чоботях»
07.00 Т/с «Щасливі разом»
10.30 Т/с «Моя прекрасна нянька»
14.30 Т/с «Не родись вродливою»
19.00 Половинки
21.15 Х/ф «Сутінки-2. Сага. Новий місяць»

00.00 Х/ф «Інфоголіки»

«УКРАЇНА»

06.10, 12.50 Т/с «Черговий лікар 3»
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні
07.15, 08.15 Ранок з Україною
09.15 Зоряний шлях. Новий сезон
10.50 Реальна містика. Новий сезон
14.45, 15.30 Т/с «Жіночий лікар-2»
19.45 Ток-шоу «Говорить Україна»
21.00 Т/с «Вікно життя»
23.30 Т/с «Закон і порядок. Спеціальний корпус»

ТТБ

06.45 «Слово Боже на кожен день»
06.50, 12.13 Анонси. Погода
06.55 «Цей день в історії»
07.00 «Ранок з ТТБ»
09.00 «Азбука смаку»
09.15, 21.00 «Тема дня»
09.30 «Спадщина»
10.00 «Музичний калейдоскоп»
10.30 «Пілігрим»
11.00, 12.00, 16.00, 17.00, 19.00, 22.00 «Вісті ТТБ»
11.15, 17.50 «Пісні нашого краю»
11.25, 20.30 «Сміємося — не здаємося»
11.30 «В об'єктиві ТТБ»
11.45 «Майстерня професій»
12.15 «Мандри Великим Лугом»
12.30 «У пошуках легенд»
16.15 «У країні Мультяндії»
17.15 «Як це?»
17.35 «Велика мандрівка»
17.45 Соціальна реклама
18.00 «Енергомания»
18.30 «Легенди Запоріжжя»
18.55, 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»

ІНТЕР

06.00 Мультфільми
06.20, 14.00, 22.40 «Слідство вели... з Л. Каневським»
07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 17.40 Новини
07.10, 08.10 «Ранок з ІНТЕРОМ»
09.20 «Давай одружимося»
11.20, 12.25, 20.40 Т/с «Східні солодоші»
15.50, 16.45 «Речдок»
18.00, 19.00 Ток-шоу «Стосується кожного»
20.00 «Подорожниця»
00.25 Х/ф «Дідька лисого»

ЧЕТВЕР, 31.08.2017

UA: ПЕРШИЙ

06.00, 19.55 Д/с «Орегонський північник»
06.35, 07.30, 07.40, 08.15, 14.45, 22.55 Світ он лайн
06.40 М/с «Піп відкриває світ»
07.31 Ера бізнесу
07.35 Агроера
07.41 Спорт
07.50 Від першої особи
08.20 М/ф «Книга джунглів»
09.05 Д/ф «Садові скарби»
09.30 Т/с «Гранд-готель»
11.15 Т/с «Епоха честі»
13.00, 15.00, 18.30, 21.00 Новини
13.15, 23.00 Слідство. Інфо
14.00 Розсекречена історія
15.20 Надвечір'я. Доли
16.35 Д/с «Садові скарби»
17.05 Школа Мері Поплінс
17.20 М/с «Легенда про Білосніжку»
18.15 Новини. Світ
18.45, 21.30 ХХІХ Всесвітня універсіада-2017. Яскраві моменти
19.00 Новини. Культура
19.20 Д/с «Мистецький пульс Америки»
20.30 «Схеми» з Наталією Седлецькою
21.50 Т/с «Серце океану»
23.30 Чоловічий клуб

1+1

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30 ТСН
06.45, 07.10, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1»
09.30 «Чотири весілля-2»
10.55 «Чотири весілля-6»
12.20 «Міняю жінку-11»
15.10 Т/с «Величне століття. Роксолана»
17.10 Т/с «Нескінченне кохання»
20.15, 21.15, 22.15 Т/с «Центральна лікарня»
23.15 Х/ф «Австралія»

2+2

06.00 Мультфільми
08.00, 12.15 «Він, Вона і телевизор»
10.00, 18.15 «Спецкор»
10.25, 18.40 «ДжеДАІ»
10.55, 19.05 «Бандерлоги»
11.15, 17.15, 23.30 «Загублений світ»
12.25 Х/ф «Чужі»
15.10 Т/с «Одинак»
19.30, 20.30 Т/с «Ментівські війни. Одеса»
21.30 Чемпіонат світу з боксу 2017. 1/2 фіналу. Гамбург
00.30 Т/с «Інспектор Алекс» (6 сезон)

TV-4

06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Справа Дойлів»
06.45, 09.15, 10.45 Бадьорий ранок
07.00, 16.00, 19.00, 22.00 Провінційні вісті
07.30, 15.50, 18.50, 21.30, 22.30 Оголошення. Бюро знахідок
07.35 Формула здоров'я
08.30 Невідома Україна
09.00 Час-Тайм
09.30, 17.00 Смаки культур
11.00, 16.10 Дитяча година
12.10 Соло
13.00 Хіт-парад
14.00 Х/ф «Людина з півдня»
15.45, 19.55 Добрі традиції
17.30 Муз. програма «Гал-кліп»
19.30 Наші вітання
20.00 Інтерактивна платформа «Голос громад»
21.35 Майстер-клас із Наталією Фіцич
22.35 Х/ф «Великий білий тягар»

ICTV

05.35 Цивільна оборона
06.30 Ранок у великому місті
08.45 Факти. Ранок
09.15, 19.20 Надзвичайні новини
10.10 Секретний фронт
11.10, 13.20 Т/с «10.5. Апокаліпсис»
12.45, 15.45 Факти. День
13.40 Скetch-шоу «На трьох»
14.00, 16.10 Т/с «Далеко від війни»
16.45, 22.25 Т/с «Полювання на Вервольфа»
17.45, 21.25 Т/с «Таємниці і брехня»
18.45, 21.05 Факти. Вечір
20.20 Інсайдер
23.25 Х/ф «Ямакасі або Нові самураї»

СТБ

07.05, 15.30 «Все буде добре!»
09.05 «Все буде смачно!»
10.55 «МастерШеф-5»
17.30, 22.00 «Вікна-Новини»
18.00 Т/с «Тато Ден»
20.00, 22.45 «Зважені та щасливі-7»
00.20 «Один за всіх»

НОВИЙ КАНАЛ

04.45, 18.00 Абзац
05.39, 06.59 Kids Time
05.40 М/с «Сімейка Крудс»
06.05 М/с «Пригоди Кота в чоботях»
07.00 Т/с «Щасливі разом»
10.30 Т/с «Моя прекрасна нянька»
14.30 Т/с «Не родись вродливою»
19.00 Зіркової яєця
21.00 Х/ф «Сутінки. Сага. Світанок-1»
23.10 Х/ф «Філософія»

«УКРАЇНА»

06.10, 12.50, 05.20 Т/с «Черговий лікар-3»
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні
07.15, 08.15 Ранок з Україною
09.15 Зоряний шлях. Новий сезон
10.50 Реальна містика. Новий сезон
14.45, 15.30 Т/с «Жіночий лікар-2»
19.45 Ток-шоу «Говорить Україна»
21.00 Т/с «Вікно життя»
2

П'ЯТНИЦЯ, 1.09.2017

UA: ПЕРШИЙ

06.00, 19.55 Д/с «Орегонський путівник»
06.35, 07.30, 07.40, 08.15, 10.50, 14.45, 16.30 Світ он лайн
06.40 М/с «Піп відкриває світ»
07.31 Ера бізнесу
07.35 Агроера
07.41 Спорт
07.50 Від першої особи
08.20 М/ф «Книга джунглів»
09.05 Д/ф «Садові скарби»
09.30 Т/с «Гранд-готель»
11.15 Т/с «Епоха честі»
13.00, 15.00, 18.30, 21.00 Новини
13.15, 23.00 «Схеми» з Наталією Сед-лецькою
14.00 Розсекречена історія
15.20 Д/с «Вагасі — японські смаколики»
16.35 Д/с «Садові скарби»
16.55 Хто в домі хазяїн?
17.20 М/с «Легенда про Білосніжку»
18.15 Новини. Світ
18.45, 21.30 ХХІХ Всесвітня універсиада-2017. Яскраві моменти
19.00 Новини. Культура
19.20 Д/с «Мистецький пульс Америки»
20.30 Борхес
21.50 Богатирські ігри
22.40 Д/с «Дика планета»
23.30 Д/с «Дикі тварини»
00.25 Д/с «Південна Корея сьогодні»
1+1
06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30 ТСН
06.45, 07.10, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1»
09.30 «Чотири весілля-2»
10.55 «Чотири весілля-6»
12.20, 13.50 «Міняю жінку-11»
15.10 Т/с «Величне століття. Роксолана»
17.10 Т/с «Нескінченне кохання»
20.15, 23.00 «Ліга сміху»
01.35 «Вечірній Київ»
2+2
06.00 Мультфільми
08.00, 12.15 «Він, Вона і телевізор»
10.00, 18.15 «Спецкор»
10.25, 18.40 «Джедаї»
10.55 «Бандерлоги»
11.15, 17.15 «Загублений світ»
13.20 Х/ф «У тилу ворога: Вісь зла»
15.25 Х/ф «У тилу ворога: Колумбія»
19.10 Х/ф «В ім'я помсти»
21.00 Чемпіонат світу з боксу 2017. 1/2 фіналу. Гамбург
23.00 «Змішані єдиноборства. UFC»

TV-4

06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Справа Дойлів»
06.45, 09.15, 10.45 Бадьорий ранок
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 Інтерактивна платформа «Голос громад»
09.00 Час-Тайм
09.30, 17.00 Смаки культури
11.00, 16.10 Дитяча година
11.50 «Чарівний ключик»
12.10 Муз. програма «Гал-кліп»
12.40, 21.30 Українські традиції
13.00 Хіт-парад
14.00 Х/ф «Ліфт»
17.30 Майстер-клас із Наталкою Фіщич
19.30, 21.00 Наші вітання
20.00 ТНЕУ — калейдоскоп подій
20.10 Сільський календар
20.40 Про кіно
21.50 Добрі традиції
22.35 Х/ф «Мрійники»
ICTV
05.35 Цивільна оборона
06.30 Ранок у великому місті
08.45 Факти. Ранок
09.15, 19.20 Надзвичайні новини
10.10 Інсайдер
11.10 Т/с «10.5. Апокаліпсис»
12.45, 15.45 Факти. День
13.20 Скetch-шоу «На трьох»
14.05, 16.10 Т/с «Далеко від війни»
16.45 Т/с «Полювання на Вервольфа»
17.45 Т/с «Тасмунія і брехня»
18.45, 21.05 Факти. Вечір
20.20 Антисомбі
21.25 Дизель-шоу
23.50 Х/ф «Відчайдушні шахраї»
СТБ
06.45 Х/ф «Стережись автомобіля»
08.35, 23.45 Х/ф «Найчарівніша та найпривабливіша»
10.05 Х/ф «Любов на мільйон»
17.30, 22.00 «Вікна-Новини»
18.00 Т/с «Тато Ден»
20.00, 22.45 «Сюрприз, сюрприз!»
НОВИЙ КАНАЛ
04.40, 18.00 Абзац
05.39, 06.55 Kids Time
05.40 М/с «Сімейка Крудс»
06.00 М/с «Пригоди Кота в чоботях»
07.00 Половинки
09.15 Київ вдень та вночі
19.00 Топ-модель по-українськи
21.40 Х/ф «Сутінки. Сага. Світанок-2»

23.50 Х/ф «Злиття двох місяців»
«УКРАЇНА»
06.10, 12.50 Т/с «Черговий лікар 3»
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні
07.15, 08.15 Ранок з Україною
09.15 Зоряний шлях. Новий сезон
10.50 Реальна містика. Новий сезон
14.45, 15.30 Т/с «Жіночий лікар-2»
19.45 Ток-шоу «Говорить Україна»
21.00 Т/с «Мій капітан»
23.20 Спеціальний репортаж
ТТБ
06.45 «Слово Боже на кожен день»
06.50, 12.13 Анонси. Погода
06.55 «Цей день в історії»
07.00 «Ранок з ТТБ»
09.00 «Всяка всячина: інструкція з використання»
09.15 «Тема дня»
09.30 «Перлини Прибузького краю»
10.00 «Що робити?»
11.00, 12.00, 16.00, 17.00, 19.00, 22.00 «Вісті ТТБ»
11.15, 17.50 «Пісні нашого краю»
11.25, 20.30 «Сміємося — не здаємося»
11.30 «Армія нескорених»
12.15, 21.15 «Думки вголос»
12.30 Д/ф «Гетьман Іван Мазепа і Софія Київська»
16.15 «У країні Мультяндії»
17.15 «Актуальне інтер'ю»
17.40 Реклама. Анонси
17.45, 18.50 Соціальна реклама
18.00 «Україна невідома»
18.15 «Смакота»
18.30 «Випробуй на собі»
18.55, 20.25 «Тернопіль сьогодні»
19.30 «На часі»
20.15 «Вінтаж»
20.35 «Пісня в дарунок»
20.45 «Вечірня казка»
21.00 «Назбирание»
21.30 «Arte, viva!»
22.30 «Час країни»
ІНТЕР
06.00 Мультфільм
06.20, 14.00 «Слідство вели...»
07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 17.40 Новини
07.10, 08.10 «Ранок з ІНТЕРом»
09.20 «Давай одружимося»
11.20, 12.25, 22.00 Т/с «Східні солодоші»
15.50, 16.45 «Речдок»
18.00 «Стосується кожного»
20.00 «Подорож тижня»
00.05 Х/ф «Ключ без права передачі»

НЕДІЛЯ, 3.09.2017

UA: ПЕРШИЙ

06.00 Д/с «Орегонський путівник»
06.35, 07.30, 07.31, 07.45, 08.15, 22.55 Світ он лайн
06.40 М/с «Піп відкриває світ»
07.50 Смакота
08.20 Д/с «Традиційні свята Мацурі»
09.05 Д/с «Дика планета»
09.30 Д/с «Скарби та смертельні таємниці морів»
10.30 Х/ф «Марія-Антуанетта»
12.15, 01.30 Театральні сезони
12.45 Мистецькі історії
12.55 Фольк-music
14.20 Т/с «Гранд-готель»
20.30 Перша шпальта
21.00 Новини
21.30 Д/с «Супервідчуття»
22.00 Д/с «Вагасі — японські смаколики»
23.00 Книга.ua
23.30 Богатирські ігри
00.25 Д/с «Південна Корея сьогодні»
1+1
06.50 М/ф «Маша і ведмідь»
07.00 «Українські сенсації»
08.00 «Сніданок. Вихідний»
09.00 «Лото-Забави»
09.40 «Світ наворіт-3: Танзанія, Ефіопія»
10.35 Т/с «Слуга народу»
14.05, 16.50 «Ліга сміху»
19.30 «ТСН-Тижень»
21.00 «Танці з зірками»
23.00 Х/ф «Правдива брехня»
01.50 «Світське життя»
2+2
06.00 Мультфільми
08.00 «Бандерлоги»
09.10 «Він, Вона і телевізор»
15.00 Х/ф «Міцний горішок: Гарний день, аби померти»
16.50 Х/ф «Чужий-3»
19.00 Х/ф «Солдат Джейн»
21.30 ПроФУТБОЛ
23.00 «Змішані єдиноборства. UFC.»
О. Волков vs С. Струве
01.00 «Територія обману»
TV-4
06.00 Х/ф «Божі корівки»
07.30, 16.00 Українські традиції
07.45, 09.50 Бадьорий ранок
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 Справжня щіна
10.15 Пряма трансляція божественної святої літургії з архикатедрального собору УГКЦ м.Тернополя
11.40 Дім книги
12.00 Х/ф Дитяче кіно. «Вероніка повертається»
13.30 «Чарівний ключик»
14.00 Погляд зблизька
14.30 Формула здоров'я
15.30 Євромакс
16.20 У фокусі Європа
16.55, 22.10 Добрі традиції
17.00 Вікно в Америку
17.30, 20.30 Про нас
18.00 Наші вітання
19.00 Провінційні вісті. Тижень
19.45 Миська рада інформум
20.00 Огляд світових подій
21.00 Муз. програма «Гал-кліп»
22.15 Х/ф «Сестри Март на Різдво»
23.45 Час-Тайм
ICTV
05.05 Т/с «Код Костянтина»
07.40 Т/с «Відділ 44»
11.35, 13.00 Скetch-шоу «На трьох»
12.45 Факти. День
14.10 Х/ф «Чорна діра»
16.15 Х/ф «Хроніки Ріддика»
18.45 Факти тижня. 100 хвилин
20.35 Х/ф «Ріддик»
22.55 Х/ф «План втечі»
СТБ
07.05 Х/ф «Стережись автомобіля»
09.00 «Все буде смачно!»
10.40 «Караоке на майдані»
11.35 «Хата на тата»
13.35 «МастерШеф-7»
19.00 «Слідство ведуть екстрасенси»
21.00 «Один за всіх»
22.10 «Х-Фактор-8»
НОВИЙ КАНАЛ
04.39, 06.29 Kids Time
04.40 М/с «Губка Боб Прямокутні штани»
06.30 Топ-модель по-українськи
09.00 Х/ф «Сутінки»
11.30 Х/ф «Сутінки. Сага. Новий місяць»
14.00 Х/ф «Сутінки. Сага. Затемнення»
16.40 Х/ф «Сутінки. Сага. Світанок-1»
18.50 Х/ф «Сутінки. Сага. Світанок-2»
21.00 Х/ф «Чаклунка»

23.00 Х/ф «Заляття-2»
«УКРАЇНА»
06.50 Сьогодні
07.40 Зоряний шлях
08.50 Т/с «Мій капітан»
13.00 Т/с «Дзвінок з минулого»
17.00, 20.00 Т/с «Кращий друг родини»
19.00 Події тижня з Олегом Панютою
22.00 Т/с «Квіти від Лізи»
01.50 Реальна містика
ТТБ
06.45 «Слово Боже на кожен день»
06.50 Анонси. Погода
06.55 «Цей день в історії»
07.00 «Ранок з ТТБ»
09.00 «Кулінарія від Андрія»
09.15 «Обереги»
09.30 «Зелений Бум»
10.00 «Панорама подій»
10.45 «Спортивні меридіани»
11.00 «У світі захоплень»
11.30 «Словами малечі про цікаві речі»
11.45 «Учнівський щоденник»
12.00 «Вухаті та хвостаті»
12.15 Прикарпаття. Скелі Довбуша
12.30, 17.50 «Пісні нашого краю»
12.40, 20.30 «Сміємося — не здаємося»
16.00 «Поклик таланту»
17.30 «Мандри»
17.45 Соціальна реклама
18.00 «У країні Мультяндії»
18.45 «У народному стилі»
19.00 «Музичний калейдоскоп»
19.30 «Мама школа»
20.00 «Подорожні замальовки»
20.35 «Пісня в дарунок»
20.45 «Вечірня казка»
20.58, 21.55, 22.56 Погода. Анонси
21.00 «Відверті діалоги»
22.00 «Загублені у часі»
22.15 «Із нашої відеотеки»
ІНТЕР
06.00 Мультфільм
06.30 Х/ф «Підкидьок»
08.00 «Удачний проект»
09.00 «Готуємо разом»
10.00 «Орел і Решка. Рай і пекло»
11.00 «Орел і Решка. Перезавантаження»
12.00 Х/ф «100 мільйонів євро»
14.00 Т/с «Терор любов'ю»
18.00, 20.30 Т/с «Перша спроба»
20.00 «Подорож тижня»
22.20 Х/ф «Ваша зупинка, мадам»
00.15 Х/ф «Молодіята»

СУБОТА, 2.09.2017

UA: ПЕРШИЙ

06.00 Д/с «Орегонський путівник»
06.35, 07.55, 08.00, 08.15, 15.55, 20.45 Світ он лайн
06.40 М/с «Піп відкриває світ»
07.30 На слуху
08.20 Д/с «Традиційні свята Мацурі»
09.05 Д/с «Садові скарби»
09.30 М/с «Легенда про Білосніжку»
10.15 Хто в домі хазяїн?
10.40 Хочу бути
11.00 Школа Мері Поппінс
11.20 Фольк-music
12.40 Т/с «Серце океану»
16.25 Богатирські ігри
17.10 Х/ф «Червоний колір Бразилії»
21.00 Новини
21.30 Д/с «Скарби та смертельні таємниці морів»
22.20 Книга.ua
22.45 Мегалот
23.00 Борхес
23.30 Д/с «Бог в Америці»
00.35 Д/с «Мистецький пульс Америки»
1+1
06.05, 19.30 ТСН
07.00 «Гроші»
08.00 «Сніданок. Вихідний»
10.00, 23.10 «Світське життя»
11.00 «Вгадай ящик»
12.05 Х/ф «Все одно ти будеш мій»
16.30, 21.15 «Вечірній квартал»
18.30 «Розсміши коміка-2017»
20.15 «Українські сенсації»
00.10 «Вечірній Київ»
2+2
06.00 Мультфільми
08.00 «Загублений світ»
12.00 «Цілком таємно»
12.35 Т/с «Зустрічна смуга»
16.25 Х/ф «Світанок планети мавп»
19.00 Чемпіонат світу з боксу 2017. Фінал. Гамбург
23.00 Х/ф «Деяка справедливість»
00.55 «Територія обману»
TV-4
06.00, 14.00 Про кіно
06.15, 11.00 Про нас
06.45, 09.15 Бадьорий ранок
07.00 Провінційні вісті
07.30, 11.50, 14.20, 16.50, 20.00 Оголошення. Бюро знахідок
07.35 Х/ф «Божі корівки»
08.55, 19.55 Добрі традиції
09.00 Час-Тайм
09.30, 19.00 Єдина країна
10.00, 19.30 У фокусі Європа

10.30 Блага звістка з Ріком Ренне-ром
11.30 Майстер-клас із Наталкою Фіщич
11.55, 14.25, 16.55, 20.05 Тернопільська погода
12.00 Євромакс
12.30 Інтерактивна платформа «Голос громад»
14.30 Мультфільм
14.50 Х/ф «Вероніка повертається»
16.30 Дім книги
17.00 Хіт-парад
17.50 ТНЕУ — калейдоскоп подій
18.00 Наші вітання
20.10 Концерт Олега Винника «Я не втомлюсь»
22.10 Х/ф «Прекрасна Донна»
00.10 Час-Тайм
ICTV
06.35 Дивитися всім!
07.30 Без гальм
08.30 М і Ж
09.30 Дизель-шоу
10.45, 11.45 Особливості національної роботи
12.45 Факти. День
13.00 Скetch-шоу «На трьох»
14.10 Х/ф «Відчайдушні шахраї»
16.15 Х/ф «Денне світло»
18.45 Факти. Вечір
19.20 Надзвичайні новини. Підсумки
20.05 Х/ф «План втечі»
22.30 Х/ф «Саботаж»
00.40 Х/ф «Ямакасі або Нові самураї»
СТБ
06.05 «ВусоЛапоХвіст»
07.10 «Моя правда. В ячеслав Узелков. Бій за сім'ю»
08.05 «Караоке на майдані»
09.00 «Все буде смачно!»
10.00 «Зважені та щасливі-7»
13.45 «Сюрприз, сюрприз!»
16.20 «Хата на тата»
19.00 «Х-Фактор-8»
21.35 «Судді Х — небачені факти!»
22.50 Т/с «Тато Ден»
НОВИЙ КАНАЛ
05.39, 06.59 Kids Time
05.40 М/с «Пригоди Кота в чоботях»
07.00 Т/с «Татусеві дочки»
10.00 Заробітчани
12.00 Дешево і сердито
13.00 Зірки під гіпнозом
15.00 Зіркові яйця
17.00 М/ф «Думками наворіт»

19.00 Х/ф «Білосніжка: Помста гномів»
21.00 Х/ф «Попелюшка»
23.00 Х/ф «Заляття»
«УКРАЇНА»
07.00, 15.00, 19.00, 02.00 Сьогодні
07.15, 05.30 Зоряний шлях
08.10, 15.20 Т/с «Вікно життя»
16.45, 19.40 Т/с «Дзвінок з минулого»
21.35 Футбол. Кваліфікація ЧС-2018. Україна-Туреччина
23.50 Реальна містика
ТТБ
06.45 «Слово Боже на кожен день»
06.50 Анонси. Погода
06.55 «Цей день в історії»
07.00 «Ранок з ТТБ»
09.00 «Удосвіта»
09.30 «Випробуй на собі»
10.00 «На часі»
10.45 «Думки вголос»
11.00 «Назбирание»
11.15, 17.50 «Пісні нашого краю»
11.25, 20.30 «Сміємося — не здаємося»
11.30 «Arte, viva!»
12.00 «Воля або смерть»
12.20 «Добровільна полонянка»
16.00 «Смакота»
16.15 «У країні Мультяндії»
17.00 «Вухаті та хвостаті»
17.15 «Вінтаж»
17.45 Соціальна реклама
18.00 «Учнівський щоденник»
18.15 «Кулінарія від Андрія»
18.30 «Зелений Бум»
19.00 «Панорама подій»
19.45 «7 природних чудес України»
20.00 «Спортивні меридіани»
20.15 «Словами малечі про цікаві речі»
20.35 «Пісня в дарунок»
20.45 «Вечірня казка»
21.00 «У світі захоплень»
21.30 «Поклик таланту»
ІНТЕР
06.10 Мультфільм
06.30 Х/ф «Вусатий нянь»
08.00 Х/ф «Пригоди Електроніка»
12.05, 03.45 Х/ф «Доживемо до понеділка»
14.10 Х/ф «Ваша зупинка, мадам»
16.00 Х/ф «Молодіята»
18.00, 20.30 Т/с «Терор любов'ю»
20.00 «Подорож тижня»
22.30 Х/ф «Курортний роман»
00.20 Х/ф «Чоловік повинен платити!»

• Лікує природа

Скромний зцілитель

Мабуть, через скромну зовнішність мало відома людям, хоч і поширена майже по всій Україні, маленька (10–20 сантиметрів заввишки) однорічна рослина, яку називають сухоцвіт багновий.

Сухоцвіт багновий зростає головним чином на тих місцях, де земля зазнала впливу людини — зорана, перекопана чи просто зрушена дернина. Ця рослина росте найчастіше в посівах, зокрема серед картоплі та в озимині, насамперед у житі, а також серед різних городних культур.
Вже багато років у народній медицині сухоцвіт багновий застосовують для лікування багатьох хвороб, головним чином як ранозагоююче при застарілих виразках. Починаючи з 1935 року, сухоцвіт багновий утвердився в науковій медицині після докладного й різностороннього вивчення. Нині вже переконаливо з'ясовано, що найкращий і найбільший ефект дає застосування сухоцвіту багнового при лікуванні запущених виразок і ран.
Ліки із сухоцвіту готувати нескладно. Для внутрішнього вживання користуються головним чином настоєм трави, готуючи його у такому співвідношенні: 20 г трави на дві склянки окропу, або 50 г на літр води. П'ють як звичайний чай тричі на день, проте не більше як 100 мл на прийом. Готувати настій

трави сухоцвіту можна тільки на один день, бо він швидко скисає і псується.
Зовнішні пошкодження (рани, що тривалий час не гояться, виразки на шкірі, свищі, опіки) лікують маззю, приготовленою з 10 г порошку трави сухоцвіту на свіжому й нерозсолютому вершковому маслі з домашнього меду у співвідношенні 1:4:4 або просто з відпареної трави у льняній олії. Таку мазь прикладають до зовнішніх ран, змінюючи її через день.
Порошком із сухої трави сухоцвіту присипають уражені ділянки тіла при мокрій екземі, а також при випадінні гемороїдних вузлів, що кровоточать. Ді-

ючі речовини сухоцвіту посилюють процес відновлення (регенерації) ушкоджених тканин.
У народній медицині цю рослину вживають внутрішньо і для лікування грудної жаби (стенокардії). Чай із сухоцвіту п'ють при прискореному серцебитті та при запамороченні голови. Суміш сухоцвіту багнового зі звіробоєм та золототисячником у рівних співвідношеннях застосовують при болях у животі із здуттям та печією.
Співробітники Іжевського медичного інституту (Росія) також незаперечно довели придатність сухоцвіту багнового для успішного лікування гіпертонічної хвороби в початкових стадіях. З цією метою користуються чаєм із сухоцвіту багнового за згаданою вже дозою.



# РЕМОНТ – справа серйозна



**Ремонтні клопоти. Багато хто лише пробує в цьому свої сили. Отож корисними, напевне, будуть поради тих, хто вже набув досвіду.**

● Знадобиться

- ✓ Щоб зняти стару побілку, треба змастити стелю клейстером, дати підсохнути і зняти разом з побілкою.
- ✓ Якщо на стелі або стіні утворилася щілина, візьміть рідкий столярний клей і, помішуючи, додайте зубний порошок або крейду, доки не утвориться густа замазка. Нею і зашпаруйте щілину. Через добу замазка затвердіє.
- ✓ Стара фарба з підлоги легко знімається, якщо її змочити водою, посипати кальцинованою содою і

- накрити мокрою ганчіркою на 10–12 годин.
- ✓ Якщо стара підлога у кімнаті рипить — змастіть щілини між дошками гарячою лляною олією.
- ✓ Щоб швидко видалити стару замазку, треба змочити її розчином харчової соди і свіжовипаленого вапна, взятих у рівних кількостях.
- ✓ Якщо двері дуже просіли, їх знімають і на стрижні надівають металеві шайби.
- ✓ Спроби зробити отво-

- ри в склі за допомогою звичайного свердла і дреля не ведуть до добра: скло трісне. Вставте в ручний дріль маленький тригранний напилек (попередньо заточивши його), вмочіть вістря у скипидар і беріться за роботу. Отвір буде ідеально круглий з рівними краями.
- ✓ Олійні фарби та емалі не можна змішувати з нітрофарбами.
- ✓ При склеюванні двох дерев'яних деталей з'єднання буде міцнішим, якщо використати як наповнювач

для клею вату. Для цього промащують клеєм поверхні, кладуть на одну з них тонкий шар вати, щоб він просочився клеєм, і затискують деталі. Після висихання клею вату, яка виступає по краях, обрізають.

✓ Дерев'яні ручки терпугів, стамесок, молотків не тріскатимуться, якщо їх проварити в оліфі.

✓ Забивати цвяхи в тверду деревину нелегко. Допомогти тут може звичайна свічка. Досить натерти вістря цвяха — і справа піде веселіше. А щоб така «змазка» завжди була під рукою, зробіть у ручці молотка невелике заглиблення, в яке й заливайте віск або парафін.

✓ Щоб захистити металеву покрівлю від іржі, слід скористатися фарбами, виготовленими саме для цього, — стійкими у спеку і на морозі. На банках з такими фарбами обов'язково робиться позначка про це.

✓ Облицьовувати дерев'яні будинки плиткою не варто. Адже стіни повинні «дихати».

✓ Кам'яницю, звичайно, можна «одягати» в глазурану плитку чи «кабанчик». Та й цього не радять робити майстри будівельної справи. Краще облицьовувати тільки цоколь, стіни оздобити цементним розчином.

● **Спробуйте**  
**ПЛЯМ ВІД ПОТУ ПОЗБУТИСЯ ЛЕГКО**  
**Одягнули один раз річ у спеку, добряче спітніли, а потім у неї такий вигляд, що вже наче треба викидати. Не поспішайте з цим. Негарних жовтих плям, які, здається, в'їлися в тканину назавжди, доволі просто позбутися підручними засобами.**

Потовиділення саме по собі дуже корисне. З організму виводяться зайва рідина, солі, деякі шкідливі речовини. І не варто захоплюватись широко рекламованими дезодорантами: по-перше, цей засіб забиває пори шкіри, по-друге, буквально «намертво» фіксує піт на одязі. Шо ж нам допоможе вивести плями?



**Господарське мило.** Найпростіший спосіб вивести жовті плями від поту і усунути неприємний запах полягає у своєчасному пранні. Слід негайно запрати плями простим милом, а затим — або у пральну машину, або повторно ручне прання зі зміною води.

**Перекис водню.** Приготуйте ємність, у якій будете змішувати інгредієнти: 2 ч. ложки харчової соди, 1 ч. ложка мийного засобу для посуду і трохи перекису водню (чверть пляшечки). Можна пропорційно збільшити кількість кожної речовини. Все перемішайте, нанесіть суміш на жовті плями в ділянці пахв та інших. Можна навіть налити цю суміш, щоб як слід промочила тканину. Потріть проблемні зони щіткою для одягу і залиште приблизно на годину, аби добре подіяло. Відтак треба добре випрати речі, й усі сліди від поту зникнуть.

**Аспірин.** Візьміть кілька таблеток і розітріть їх. Можна подрібнити ножом, а можна загорнути у кілька шарів паперу і розчавити качалкою. Порошок висипте в широку чашку і долийте децищу води. Перемішайте до утворення кашки і нанесіть її на плями. Хай суміш подіє протягом якогось часу, після чого одяг перемо. Зауважимо, що аспірин позбавляє від негарних слідів на будь-яких речах — і білих, і кольорових.

**Сіль і сода.** Спробуйте вивести жовті плями, засувавши суміш із дрібною солю, соди та рідкого мила. Змішайте складники у пропорції, щоб вийшла густа субстанція. Натріть нею забруднені місця і залиште одяг десь на півгодини. В розчині таких речовин навіть можна прополоскати одягну повністю, щоб повернути їй свіжість кольорів.

● **Варто знати**  
**КОМАХИ НА КІМНАТНИХ РОСЛИНАХ**

**Передусім варто потурбуватися, аби після висаджування у горщиках і на рослинах комахи не з'явилися.**

Щоб захистити квіти від появи черв'яків і небажаних комахок, ґрунт треба прогріти за температури 80–90 градусів протягом години (продезінфікувати).

Можна також полити його міцним водним настоєм листя грецького горіха, суспензією, настоєм сажі чи темно-рожевим розчином марганцівки, додавши порошок гірчиці.

У горщиках із рослинами, що потребують рясного поливання, часто оселяються нижчі безкрилі білі та коричневі комашки.

Якщо їх небагато, вони практично не шкодять рослинам, але, розплодившись, починають під'їдати молоді корінці у верхньому шарі ґрунту.

Позбутися шкідників можна, посипавши поверхню тютюном. Корисно також зменшити кількість поливань, зняти невеликий шар ґрунту і замінити його сухим піском.

● На прохання читачів

## Як боротися з грибком



«Здоров'я» дерев'яного будинку, а в кам'яниці — підлоги можна підтримувати і зберігати протягом десятиків років. Для цього потрібно приділити належну увагу гідроізоляції і конструктивним заходам щодо захисту споруди від вологи і перезволоженого повітря. Без цього мокріють стіни, виникають сприятливі умови для розвитку гнилісних дереворуйнівних мікроорганізмів.

Правда, грибок може з'явитися і в сухій будівлі, коли використовують, навіть частково, деревину, що була в ужитку і на перший погляд видалася здоровою. Отож інколи «економія» може обернутися значними втратами. Як і недотримання певних правил при зберіганні лісоматеріалу (всю деревину слід тримати під навісами на підкладках, не довше трьох років, колоди — обов'язково ошкуреними).

Як же боротися з грибковим лихом, якщо воно вже з'явилося? Передусім, перепиняють шлях поширення інфекції. Усі вражені місця і деревину в радіусі до одного метра від осередку пошкодження спеціалісти радять видалити і спалити подалі від будівель. Усі міс-

ця кам'яних фундаментів і цоколів, до яких примикають балки і перекриття, випалити паяльною лампою при суворому дотриманні протипожежних правил і обов'язково з дозволу пожежної охорони.

Видаляють і ґрунт під підлогою на глибину до 20 сантиметрів. Здоровий шар землі поливають десятипроцентним розчином мідного або залізного купоросу, а потім засипають свіжим сухим піском. Варто додати до нього процентів десять вапна-пушонки. Рекомендують також побілити двічі підвальне приміщення, а при потребі й стіни будівлі свіжогашеним вапном (2,5–3,0 кг на відро води) з додаванням 100 г мідного купоросу.

Щодо спроб зарадити поширенню грибка або ліквідувати його такими засобами, як солярка, бітум, фарби, розчин кухонної солі, то ефективність їх не підтверджується.

Щоб не мокрили стіни, треба відвести стік води з даху будинку подалі від фундаменту. Навколо будівлі потрібна бетонована відморозка шириною зо два метри, щоб дощова й снігова води не потрапляли в ґрунт поблизу фундаменту.

● **Коротко**  
**«НЕЗАПЛЯМОВАНІ» ШПАЛЕРИ**

У тих місцях, де торкаємося руками стін (біля вимикачів, наприклад), на шпалерах з'являються масні плями.

Запобігти цьому можна так. До клею «Бустілат» додається п'ята частина теплої води, добре перемішується. Спершу спробуйте на запасному клаптику шпалер: нанесіть клей, дайте висохнути, після чого капніть олією. Якщо колір шпалери не зміниться — намазуйте намічені місця.

Не зайве також обробити клеєм шпалери на висоті одного метра від підлоги в кімнатах, де бавляться малюки, охочі до розмальовування стін.

● Поради досвідчених

## Як зняти стару фарбу

Олійну фарбу знімають такою сумішшю: вапняне тісто у рівних частинах перемішують з меленою і просіяною крейдою, розводять розчином каустичної соди (2,5 кг соди на 10 л води) до робочої густини. З каустичною содою обережно! Суміш наносять шпателем завтовшки 1–2 мм. Через 1–1,5 год фарба розм'якшується. Спочатку з поверхні шпателем знімають суміш для повторного застосування, а потім і фарбу. Очищену поверхню промивають однопроцентним розчином соляної чи оцтової кислоти.

● На замітку

## Ох цей шашіль!..

Багато шкоди завдають деревині шкідники. Хвойній — чорний домовий вусач. Він поселяється у балках, дахових перекриттях, стовпах електропередач і т. ін. У лісо-матеріалах із залишками кори розповсюджується плоский фіолетовий вусач. Деревину, в яку проникає волога, пошкоджує домовий точильник, у меблі й кімнатні дерев'яні конструкції, які перебувають у вогких місцях, проникає довгоносик-трухляк.

Сприятливим середовищем для розвитку цих шкідників є деревина, яку вразив грибок. Щоб не допустити цього, треба стежити за гідроізоляцією фундаментів, справністю дахів і водовідвідних труб.

Для будівництва і виготовлення меблів слід брати чисті матеріали. Поверхню ретельно обстругати. Щоб не було тріщин і щілин, покрити водорепелентними ґрунтовками, фарбами або лаками. У тих районах, де найчастіше зустрічаються пошкодження домовими вусачами, відбирати добротну смолисту деревину сосни.

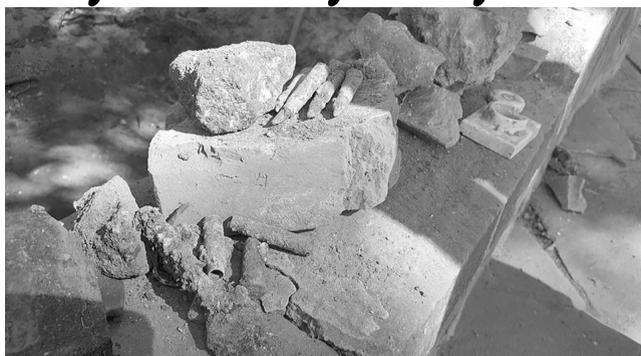
Коли ж шкідники з'явилися (у дверях, на підвіконні, підлозі з'являється буре «борошно», живі або неживі жуки), слід у ході і льотки з допомогою масляної або медичного шприца ввести препарат для боротьби з побутовими шкідниками — інсектициди, які є в магазині.

Всю поверхню дерев'яних виробів обробити антисептиками, наприклад, фтористим натрієм, який попередньо розчинити у теплій воді — 400–450 грамів на 10 літрів води. Після просихання розчин нанести вдруге. Сильно вражені конструкції краще замінити новими і теж обробити антисептиком. Пошкоджену деревину спалюють.

ся, їх зафарбовують білою емаллю.

На сосновій та ялиновій деревині може виділятися живиця, що руйнує фарбу. Такі місця треба вирубати стамескою на глибину 2–3 мм, вкрити оліфою, після просихання обробити густою олійною підмазкою: 0,1 л 10%-го столярного клею вливають у один кілограм оліфи, добре перемішують, додають мелену і просіяну крейду до утворення густої пластичної маси. Сухі підмазані місця шліфують наждаком і прооліфлюють. Потім поверхню фарбують.

# Тернопіль розкриває таємниці



перший етап проекту міської ради з реконструкції території довкола Тернопільського замку в рамках проекту Європейського Союзу. У них беруть участь фахівці з державного підприємства «Подільська археологія», громадські активісти з ГО City Project, фахівці з «Архітектурної майстерні Юрія Вербоветацького», студенти історичного факультету ТНПУ ім. В. Гнатюка й університету «Україна». Додатково до проекту можуть усі охочі, котрим не байдуже історія рідного міста.



вали свою історію. Також спілкуються зі старожилами, аби достеменно довідатися, який вигляд мала колись призматкова територія.

Археологічні дослідження, як розповідає Леонід Олександрович, мають два основні завдання. Перше: завершення підготовки проекту реконструкції призматкової території, друге — власне розкопки поки що в перших десяти-п'ятнадцяти локаціях. Їх визначили спільно з археологами, істориками, краєзнавцями, підібрали таким чином, щоби вони не заважали ні пішоходам, ні транспорту й дали результати для відновлення історичного обличчя міста.

— Мета — відкрити історію



рю Тернополя і наповнити його новими туристичними об'єктами, — каже Леонід Олександрович. — Проблема міста в тому, що Друга світова війна знищила його практично повністю, і в нас дуже мало об'єктів архітектури, які затримували б туриста більше, ніж на півдня. Тож із трансферного для туристів міста ми хочемо перетворитися в ключову точку туристичного маршруту.

Водночас із розкопками біля замку археологи шукатимуть поблизу обласної прокуратури підземний хід, що з'єднає підземну церкву з архітектуральним собором. Сподіваються вони відшукати оборонні вали, в'їзну браму в місто, фундаменти казарм, конюшень, що колись були при замку. А ще, на думку фахівців, розкопки можуть внести зміни в історію Тернополя, який, імовірно, старіший, ніж прийнято вважати. І, можливо, згодом він приваблюватиме туристів іще й новою відкритою наземною експозицією, що демонструватиме, яким насправді був і де розташовувався Тернопільський замок.

Якщо археологічні знахідки матимуть історичну цінність, міська влада планує виграти від Євросоюзу грант і матеріальну підтримку проекту відновлення призматкової території. Завершити перший етап досліджень планують до Дня міста.

Ліля Костишин.  
Фото зі сторінки Леоніда Бицюри у «Фейсбуку».

**Наприкінці липня в центральній частині Тернополя, поблизу замку, стартували перші комплексні археологічні дослідження. І першою знахідкою археологів став оборонний мур, що має ознаки кладки 16–17 століття.**

— Це зовнішня оборонна стіна міста, — каже директор державного підприємства «Подільська археологія» Богдан Строцький. — Її зовнішній бік викладений із тесаного каменю, внутрішня стіна теж вимурувана, а між ними засипано каменем. Ширина — 2,5 метра. Поки край стіни не вдалося знайти. Є цікаві загадки, які потребують подальших досліджень. Одна з них — вузька бійниця. Такі робилися для стрільби з луків. Проте вони мали бути вище по муру, а знайдена нами — внизу. Є версія, що це бійниця для стрільби з мушкетів. Пізніше, коли прокопаємо глибше, дамо відповідь.

Оборонна стіна — перший результат наших розкопок, але, мабуть, буде найменш вагомим, бо ми знаємо, що хочемо знайти, і знайдемо, а це докорінно змінить багато позицій в історії Тернополя, які ми сприймаємо як аксіому.

За словами очільника «Подільської археології», широкомасштабних повноцінних розкопок на території міста не було взагалі. Нагадаємо, що вони — лише

• Слово про слово

## ЧИМ ЖІНКИ ГОДУЮТЬ НЕМОВЛЯТ?

З того, як сьогодні пишуть та як подають тлумачні й перекладні словники (порівняйте: молоді матері не годують груддю; препарат заборонено вживати жінкам, які годують груддю), може скластися думка, що жінки в Україні годують своїх немовлят лише однією молочною залозою.

Звичайно ж, годують обома, а зазначені вживання поширилися в українській мові під впливом російської і тих рекомендацій, які подають перекладні російсько-українські словники, пор. рос. вскармливать, вскармлить грудью і укр. вигодовувати, годувати груддю.

В українській літературній мові значення «молочні залози жінки» виражає слово груди, тому правильно вживати вигодовувати, годувати дитину (немовля) грудьми, у неофіційній — давати (дати) дитині цицьку (цицю), плекати дитину грудьми та ін.

За Катериною Городенською. «Восславим жінчину-мать, чьей грудью вскармлен весь мир!», пор.: «Уславимо жінку-матір, грудьми якої вигодуваний увесь світ!» У розмовному мовленні українок, особливо сільських, звичними були й далі є вживання давати (дати) дитині цицьку (цицю); дитина взяла цицьку (цицю); дитина не бере (не взяла) цицьки (циці); плекати дитину грудьми та ін., наприклад: «Гапочка — помолоділа, гаряча, рум'янощка — примом-



стилася скраєчку на скрині й дає дитині цицьку» (Є. Гуцало); «Проциха плекала дитину грудьми та й приповідала» (О. Мартович).

Отож не забуваймо своїх, уживаних віками словосполук і використовуймо їх залежно від ситуації: в офіційній — вигодовувати, годувати дитину (немовля) грудьми, у неофіційній — давати (дати) дитині цицьку (цицю), плекати дитину грудьми та ін.

За Катериною Городенською.

**Відповіді на сканворд «Кіно», надрукований 17 серпня**

Ч	У	Н	І	М	С		
М	Е	М	О	Р	І	А	К
М	А	Л	Я	О	Д	Р	А
		Ю			У		В
В	О	Д	О	Р	О	С	Т
Б	К	У	Н	Т	У	Ш	
В	Е	Р	Е	С	К	Ф	А
Р	А	Н	О	І	А	Н	У
Т	Ф	А	Л	І	С	Д	Е
А	І	К	О	С	Р	А	Б
О	С	Л	Я	Г	А	Н	Г
				К	І	Р	Щ
				М	А	К	С
				А	Ф	І	О
				Н	А	М	Б
				А	Т		

• Поміркуйте

## Сканворд «За Україну!»

ГЕРОІНЯ П'ЯСО М. СТАРИ ЦЬКОГО	ЛОКАТОР ГОДИНИ- КОВИЙ ПТАК	5 САН- ТИМІВ РОС. КОМ- ПОЗИТОР	ВИДАТН. КАНАДС. ХОКЕЇСТ "ВОДА" ЛАТИНОЮ	АКРИЛОВЕ ВОЛОКНО ДОКУ- МЕНТ	ДИДОВА УЛОВЕ- НИЦЯ								
3	А	ПІВДЕН- НИЙ ЗНАК	У	К	Р	А	Ї	Н	У,	ФРАНЦ. МАТЕМА- ТИК І ЛОГІК			
УРОЧИС- ТИЙ ВІРШ			УКР. ДОС- ЛІДНИК КРИВОРІЗ. РОДОВИЦ		АМЕР. БОТАНІК МІСТО В ГРУЗІЇ								
3	А	ХАРЧ. ПРАК- РАЙНЕЦЬ	Ї	Ї	ВЕРТОЛІТ КЕ КАМОВА	В	О	Л	Ю,	ПТАШЕННЯ ОРЛА			
АЗЕРБ. ПОЕТ			САМЕЦЬ КАНАРКИ										
РІЧКА БАСЕЙНУ ОКИ													
РАНЬО- ВЕСНЯНА КВІТКА		КОСМІЧН. ШТАБ США АНГЛ. ПИСЬ- МЕННИК				АКТОРКА ... СЛУЦ- КА							
МЕТАЛЕ- ВИЙ СТЕР- ЖЕНЬ	ЖАНР "ОТЕЛ- ЛО"	РІЧКА В КРИМУ	<b>МОЛЮСЬ за Тебе УКРАЇНО!!!</b>						РУБІН		ОТВІР ПІД ПІЧКОЮ КОВАЛЯ		
							ЛІНІЯ ЕЛЕКТРО- ПЕРЕДАЧ			СТІВАЧКА ... ЛОРАК ТРІВАЛИЙ ШУМ			
КАНАДС. ПИСЬ- МЕННИЦЯ			СОЦІА- ЛІСТ- РЕВОЛЮ- ЦІОНЕР		РИМСЬ- КА ГРОШОВА ОДИНИЦЯ	ОЗЕРО КРОК- ДІЛІВ У ЄГИПТІ							
3	А	АМЕР. ХІМІК, НОБЕЛІВ. ЛАУРЕАТ	Ч	Е	С	Т	Ь	ПАРАД ЗА СУТТЮ		АВТОСАП- РАВНА СТАНЦІЯ	ТРАМ- ПЛАТІВ- КОВИЙ ПОЛІМЕР		
АМЕР. СПІВАК								"... ВИЩЕ- НЕВИЙ КОЛО ХАТИ"	С	Л	А	В	У,
			ГОЛОВНИЙ ГЕРОЙ "МАТРИЦ"		НЕПРО- ЗОРЕ ПОВІТРЯ ПРИТОКА УАЗИ					ПАЩА ПОЕМА Є. БОРА- ТРИСЬ- КОГО			
ПОРТ В АЛБАНІЇ								ЗАНАРО- ВНА РІЧКА О. ДОВ- ЖЕНКА					
			3	А	ПОЧЕР- ВОНІПА ЗАКУСКА ДО ПИВА	Н	А	Р	О	Д!	ЛІТАК КВ ПІЛЮШИ- НА		
ДОЗВІЛ НА В'ЇЗД У КРАЇНУ		ЦІЛКОВИ- ТА НЕВДАЧА						ПІРНИЧНИЙ МОЛОТОК					