

ПОРАДНИЦЯ ДЛЯ ВСІЄЇ РОДИНИ! Програма телебачення

Домашня Газета

Ціна 1 грн 50 коп

#50(817) 14 грудня 2017 року

● Батькам на замітку

ЯК ПИСАТИ ЛИСТА МИКОЛАЄВИ

Напередодні свята діти пишуть святому Миколаю листи. Було б добре, якщо до- росли — мама чи тато — навчили їх робити це правильно. Пер- дусім потрібно ви- брати час, коли до- машні завдання готові й можна зібратися з думками.

Виховані діти розпочи- нають лист із привітання: «Доброго дня Тобі, святий Миколаю» або «Слава Ісусу Христу, Миколаю». Відтак пасує вказати, хто і звідки звертається до святого, адже Миколай отримує листи від дітей з усього світу!



Нехай дитинка роз- повість, як минув рік, про свої добрі вчинки й про- вини. Це важливо, адже Миколай любить чесних дітей, котрі усвідомлюють свої помилки. Поясніть синочкові чи донечці, що лукавити, приховувати щось перед Чудотворцем немає сенсу, адже святий усе знає, його ангелики не дримають і пильнують кожну дитинку впродовж року.

Перед тим як малюк щось попросить у Мико- лая для себе, зверніть його увагу на те, що ба- гато дітей у світі не ма- ють найпотрібнішого: сім'ї, одягу, їжі, можливості відвідувати садок чи шко- лу. Багато хворіють, не можуть ходити, говорити, чути, бачити.

Нехай ваша дитина пройметься співчуттям. І якщо вона попросить у Миколая чогось для зне- долених дітей — вважай- те це своєю найбільшою батьківською перемогою на ниві виховання.

Лист обов'язково по- трібно завершити вис- ловленням вдячності та попрощатися. Хай мале- ча щось намалює для Миколая. Хай і йому по- кладе на підвіконня ра- зом із листом якийсь ма- ленький даруночок. Чу- дотворцю буде приємно отримати його.

2

НЕ ДАМО ГРИПУ ШАНСІВ!

Почнемо з ялинки:
 ✓ ялинку треба встановлювати на стійкій основі;
 ✓ за відсутності в приміщенні електричного освітлення або його відключення святкування потрібно проводити тільки протягом світлового дня;
 ✓ ялинку не слід встановлювати в проходах, біля виходів, на шляхах евакуації;
 ✓ гірлянди й інші прикраси, які підключають до електромережі, повинні бути промислового виробництва, і їх застосовують за наявності паспорта або сертифіката відповідності;
 ✓ підключення гірлянд до мережі виконують тільки за допомогою штепсельних з'єднань;
 ✓ у разі виявлення несправності в ілюмінації її необхідно негайно вимкнути;
 ✓ забороняється застосовувати для прикрашання ялинки свічки.

Продаж побутових піротехнічних виробів необхідно здійснювати через спеціалізовані підприємства торгівлі та спеціалізовані відділи (секції) підприємств з універсальним асортиментом непродовольчих товарів, приміщення яких обладнані згідно з вимогами охорони праці, пожежної безпеки та відповідають технічним, санітарно-гігієнічним, технологічним нормам і правилам. На ринках збут такої продукції заборонено!



● Спробуйте

ТРОЯНДОЧКИ З КАРТОПЛІ

Картоплю вимити, нарізати тонкими кружальцями завтовшки 2 мм, потримати у ледь теплій підсоленій воді 10—15 хвилин. Потім з 5—6 пелюсток сформувати трояндочку, сколоти знизу 2—3 зубочистками і запекти у великій кількості олії до рум'яної скоринки. Викласти на паперову серветку, щоб олія стекла.



3 днем Ангела!

Сьогодні іменини Наума, Філарета, завтра — Івана, Матвія. 16 грудня з днем Ангела вітайте Саву, Серафима, 17 — Варвару, Уляну, Юліану, 18 — Захара, 19 — Миколу, 20 — Івана, Антона, Павла, Амвросія.

Готуємо «Миколайчики»

3

НОВИЙ РОЗКЛАД РУХУ ПОЇЗДІВ

6,7

Щоб не зіпсувати свято



Щоб наслідки від пожежі та інших надзвичайних ситуацій нікому не затьмарили свята, потрібно дотримуватися певних вимог пожежної безпеки.

● Правила безпеки

Побутові піротехнічні виробу, що надходять у продаж, мають бути з паспортом (формуляром, інструкцією із застосування), який засвідчує відповідність побутового піротехнічного виробу до вимог нормативної документації, а також із супровідними документами, передбаченими законодавством України: накладними, товарно-транспортними накладними, сертифікатами відповідності державної системи сертифікації або свідоцтвами про визнання чи їх копіями на бланках установленого зразка.

Продаж здійснюють за наявності інструкції із застосування (експлуатації), розміщеній на споживчому пакуванні. Якщо текст інструкції не вміщується на споживчому пакуванні, то аркуш із текстом має до-

даватися до кожного побутового піротехнічного виробу або упаковки з виробами.

Під час організації і проведення масових заходів слід дотримуватись таких вимог:

✓ при чисельності людей понад 50 осіб використовувати приміщення, забезпечені не менш ніж двома евакуаційними виходами, що не мають на вікнах глухих ґрат;

✓ особи, яким доручено проведення таких заходів, перед їх початком зобов'язані оглянути приміщення, переконатися в за-

безпеченості нормованою кількістю первинних засобів пожежогасіння, справності засобів зв'язку, систем протипожежного захисту;

✓ повинно бути організоване чергування на сцені та в приміщеннях залів членів добровільної пожежної охорони або відповідальних за пожежну безпеку.

При проведенні урочистих заходів заборонена присутність у приміщенні людей понад установлену норму, зменшення ширини проходів між рядами, встановлення у проходах додаткових посадкових місць, повне відключення світла під час спектаклів або вистав, проведення вогневих та інших пожежо- і вибухонебезпечних робіт, викорис-

тання свічок, бенгальських вогнів, відкритого вогню, феєрверків, а також включення в програму (сценарій) номерів (вистав) із використанням вогневих ефектів.

Бажаємо усім безпечних та веселих свят.

Тернопільський міський відділ УДСНС України в Тернопільській області.

● Місячний календар

14 грудня, четвер. Остання чверть. Місяць у Скорпіоні. 25/26 дні Місяця. Схід — 3 год 50 хв, захід — 14 год 35 хв.

15 грудня, п'ятниця. Остання чверть. Місяць у Скорпіоні. 26/27 дні Місяця. Схід — 5 год 56 хв, захід — 15 год 03 хв.

16 грудня, субота. Остання чверть. Місяць у Скорпіоні, Стрільці (3 год 08 хв). 27/28 дні Місяця. Схід — 5 год 56 хв, захід — 15 год 03 хв.

17 грудня, неділя. Остання чверть. Місяць у Стрільці. 28/29 дні Місяця. Схід — 6 год 56 хв, захід — 16 год 08 хв.

18 грудня, понеділок. Молодик о 8 год 32 хв. Місяць у Стрільці, Козерозі (15 год 35 хв). 29/30/1 дні Місяця. Схід — 7 год 52 хв, захід — 16 год 49 хв.

19 грудня, вівторок. Молодик. Місяць у Козерозі. 1/2 дні Місяця. Схід — 8 год 43 хв, захід — 17 год 36 хв.

20 грудня, середа. Молодик. Місяць у Козерозі. 2/3 дні Місяця. Схід — 9 год 29 хв, захід — 18 год 28 хв.

● Знадобиться

Будуть як нові!

Ті, хто носить окуляри постійно, знають, як заважає, коли з часом лінзи стають брудними, зношеними і з'являються подряпини, які погіршують видимість. Що робити? Невже купувати нові окуляри?

Не поспішайте! Спробуйте позбутися подряпин з окулярів у домашніх умовах, використовуючи прості засоби, які є у вас напохваті.

Дуже важливо робити таке очищення регулярно. Запропоновані рецепти допоможуть окулярам надовго залишатися у відмінному стані, і ваші очі будуть менше втомлюватися і напружуватися.

1. Бікарбонат натрію (харчова сода)

Змішайте інгредієнт з водою до утворення пасти. Після цього нанесіть м'якими круговими рухами на лінзи. Промийте чистою холодною водою. Висушіть.

2. Зубна паста

Зубна паста (біла, найпоширеніша) також чудово підходить для видалення

подряпин і бруду. Просто нанесіть трохи пасти на окуляри і протріть круговими рухами. Потім промийте проточною водою. Якщо подряпини глибокі, то повторіть цю процедуру ще раз.

3. Спрей для моніторів або склоочисник

Погода на тиждень	Температура	Опади	Вітер, м/с	Тривалість дня
четвер, 14 грудня	0 / +4	без опадів	півд., 4	8.11
п'ятниця, 15 грудня	+1 / +5	без опадів	півд., 5	8.10
субота, 16 грудня	0 / +2	сніг з дощем	зм. напр., 4	8.10
неділя, 17 грудня	-2 / -1	сніг	півн.-зах., 3	8.10
понеділок, 18 грудня	-4 / -1	без опадів	зах., 4	8.09
вівторок, 19 грудня	-5 / -2	без опадів	зах., 3	8.08
середа, 20 грудня	-6 / -2	без опадів	зах., 4	8.08

Овочі, в яких заліза більше, ніж у м'ясі



Збалансована дієта повинна задовольняти наші потреби, але як забезпечити тіло залізом? Відомо, що його містять червоне м'ясо, ракоподібні, а також шоколад, водорості та спеції. Та хоча залізо міститься в багатьох продуктах, іноді ми можемо страждати від його дефіциту, бо воно не завжди добре засвоюється в нашому організмі.

● На прохання читачів

вання цинку, міді та калію. Згідно з дослідженнями, регулярне споживання бобових допомагає контролювати діабет, знижує ризик серцево-судинних захворювань і раку кишечника. Американські дієтологи рекомендують споживати овочі кілька разів на тиждень, причому ідеальна доза становить близько 680 г на тиждень.

ШПИНАТ

Шпинат також є чудовим джерелом заліза. У нього низький рівень калорій: тільки 22 на 100 г. Він також містить важливі антиоксиданти і багатий вітаміном А. Шпинат підвищує вміст заліза після його приготування. Тобто, у цьому разі він більш корисний, ніж сирий.

БРОККОЛІ

Брокколи містить 1 мг заліза на 100 г, що становить 6% від рекомендованого добового споживання. Крім того, брокколи містить 168% вітаміну С, рекомендованого для дорослих. А вітаміни

шоколад мають більшу антиоксидантну здатність, ніж сік з ягід і чорниці. Згідно з іншим дослідженням, темний шоколад благотворно впливає на рівень холестерину і може знизити ризик інфарктів та інсультів.

Однак, різні види шоколаду відрізняються за якістю. Вважається, що кількість флавоноїдів, що містяться в темному шоколаді, більша, ніж у молочному. Тож краще їсти шоколад, який містить як мінімум 70% какао, щоб максимально використовувати його переваги.

КАПУСТА

Цей овоч багатий на вітаміни, які перевищують рекомендовану добову дозу (512% вітаміну А і 200% вітаміну С). Але головною поживною речовиною капусти є залізо (1,5 мг на 100 г). Вміст заліза в капусті більший, ніж у м'ясі. Капуста також містить вітаміни К, який сприяє утворенню міцних кісток.

Високий вміст клітковини робить капусту чудовим засобом проти закрепів. Нерозчинні волокна в листах допомагають поживним речовинам переміщатися зі шлунка в кишечник. Волокна знижують рівень холестерину і уповільнюють виведення глюкози в кров. Вживання капусти допомагає серцево-судинній сис-

темі і гарному травленню. ГАРБУЗОВЕ НАСІННЯ

Воно містить 3,3 мг заліза на 100 г. Тож додавайте тединьки в салати з насінням соняшнику та іншими інгредієнтами.

Гарбузове насіння також містить цинк, фосфор і магній, а його висока поживна цінність пов'язана з вітамінами А, Е, F і з групою В. Вони також багаті білками: 35 г білка на 100 г насіння. У ньому є всі незамінні амінокислоти.

Насіння гарбуза багате жирними кислотами. Гарбузова олія містить в шість разів більше лінолевої кислоти, ніж оливкова.

БУРЯК

Цей овоч вирощують з часів Середньовіччя і відомий високим вмістом цукру. Хоча в буряку також є велика кількість мікроелементів. Він містить 1,8 мг заліза на 100 г і допомагає регенерувати кров. Цей овоч також багатий кальцієм і магнієм, які допомагають організмові боротися з певними видами раку, бо сприяють доброму функціонуванню печінки.

Буряк також містить фолієву кислоту (вітамін B₉) і забезпечує гарне засвоєння вуглеводів.

ГОРІХИ ТА СУХОФРУКТИ

Волоські горіхи, мигдаль, фісташки, фундук, фініки, інжир містять в середньому від 2,4 до 3 мг заліза. Невелика кількість води, яку ці плоди містять, допомагає їм зберігатися протягом тривалого часу. Але будьте обережні! Не завантажуйте себе надмірною кількістю калорій.

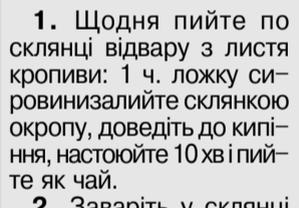
Важливо знати, що деякі продукти, такі як молочні продукти або чайні та кавові таніни, містять кальцій, який перешкоджає прайвильному засвоєнню заліза. Щоб не витратити даремно зусилля і збільшити кількість заліза, споживайте інші продукти з вітаміном С, такі як кві, мандарин, апельсин. Можете також додавати лимон у салати або інші страви.

● Народна медицина **ПРОЖЕНІТЬ АСТМУ ГЕТЬ**

У деяких людей, особливо у тих, хто часто хворіє на бронхіт, пневмонію, ГРВІ, різними застудними недугами, є схильність до бронхіальної астми. Її розвитку також сприяє вживання антибіотиків, забруднене повітря, вода поганої якості.

Суть недуги полягає в тому, що під впливом якогось алергена відбувається бронхіальний спазм, який, як правило, супроводжується, утрудненим диханням, стисненням у грудях, різким болям, який віддає у плечі, сильним з виділенням великої кількості в'язкого мокротиння.

Більшість астматиків дають собі раду при цих нападах, за порадами лікарів вживаючи медикаментозні засоби. Проте є й інший спосіб. Для цього потрібно набратися терпіння і, не сподіваючись на швидкий результат, повільно, але впевнено боротися з недугою. Ці рекомендації прості й доступні кожному.



1. Щодня пийте по склянці відвару з листя кропиви: 1 ч. ложку сировини залийте склянкою окропу, доведіть до кипіння, настоюйте 10 хв і пийте як чай.
2. Заваріть у склянці окропу 1 ч. ложку липового цвіту, а в другу склянку з гарячим молоком покладіть 1 ч. ложку меду, 1 ч. ложку козячого жиру і 1 ст. ложку цукру. Вживайте обидва напої на ніч протягом 2—3 тижнів. Дітям давайте третю або четверту частину цієї дози. Засіб хоч і не дуже приємний на смак, але ефективний.

3. Якщо нема алергії на лимон і часник, натріть на терці 2 головки часнику і 5 лимонів, залийте 1 л кип'яченої води кімнатної температури і настоюйте 5 днів, після чого процідіть. Вживайте по 1 ст. ложці 5 разів на день за 20 хв до їди.
4. Очистіть від шкірки 400 г імбиру, залийте його спиртом, настоюйте 2 тижні в теплі, час від часу збовтуючи. Потім процідіть і пийте двічі на день по 1 ч. ложці на 0,5 скл. Після їди. Курс — 3 тижні. Після 10-денної перерви курс повторити. Під час лікування не вживайте м'яса. Ноги тримайте в теплі, а перед сном обов'язково робіть теплу ванну для ніг.

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

Чоловікам рекомендовано щодня вживати 9 мг заліза, а жінкам і підліткам — 18 мг. Жінкам обов'язково треба отримувати залізо, оскільки їхній організм втрачає багато заліза під час менструації. Коли ж настає менопауза, жінкам потрібні нижчі дози заліза — близько 9 мг на добу.

Вагітним жінкам також слід отримувати залізо. Близько 20 мг на день є рекомендованою дозою для нормального розвитку плода та під час грудного вигодовування.

Що відбувається, коли нам не вистачає заліза?

Першими симптомами є втома, блідість, виснаження, слабка стійкість до інфекцій. Це призводить до зниження фізичних можливостей та інтелектуальних здібностей, а також до порушень під час вагітності. Але й велика кількість заліза в організмі також шкідлива.

Причинами дефіциту заліза можуть бути:

- ✓ нестача заліза в раціоні або погано збалансована вегетаріанська дієта;
- ✓ низька засвоюваність заліза через надмірну кількість чаю або кальцію;
- ✓ зниження засвоюваності заліза, спричинене непереносимістю клейковини, запальним захворюванням кишечника або іншими кишковими розладами;
- ✓ втрата крові, наприклад, під час менструації або пологів;
- ✓ збільшення потреби в залізі через вагітність, годування грудьми та ріст.

Ми не повинні позбавляти себе багатих на залізо продуктів, таких як червоне м'ясо і ракоподібні. Але також варто вживати овочі з високим вмістом заліза. Ось деякі з них.

КВАСОЛЯ

Бобові містять різні корисні для здоров'я елементи, такі як деревні волокна, вуглеводи і антиоксиданти. Але одним з найважливіших переваг бобових є високий вміст заліза, приблизно 1,8 міліграма на 100 г. Водночас не забувайте про вжи-

● А ви знали?

Бурштин «витагне» недугу

На думку народних цілителів, бурштин має здатність виводити хвороби з тіла. Для цього шматочок бурштину треба покласти на хворе місце, і камінь візьме недугу на себе, допоможе організмові зцілитися. Після такого лікування бурштин зазвичай стає мутним, непрозорим.

У давнину бурштин вживали всередину у вигляді порошку, його додавали в мазі і втирали їх у шкіру. Ним обкаджували заражені приміщення.

Бурштин використовували при розладах сну і при судомгах, головному болю й запамороченні, застуді й катарах, нападах астми, кашлі, сверблячці, сухотах, шкірних хворобах, виразках, нагноєннях, для полегшення болю, при хворобах серця, жіночих недугах, порушеннях менструального циклу, маткових кровотечах, істерії, іпохондрії.
Бурштин зупиняє блю-



вання і різні кровотечі, корисний при хворобах шлунка, жовтусі. Якщо бурштин розтовкти і порошком змастити зуби, то це надасть їм блиску, очистить, відбілить і зміцнить.

З лікувальною метою застосовували не тільки порошок бурштину, а й цілющий вплив мають прикраси з бурштину.

● 3 давнини **ЯСНА ТЕРАПІЯ**

Людям, яким доводиться постійно тримати у напрузі свої голосові зв'язки (співакам, промовцям, учителям), рекомендується вранці натще випивати щодня одне сире яйце.

У давнину сирі яйця пили натще, коли починало боліти горло. Знахарі запевняли, що «якщо заохолодитися (застудилися) і хрипкий голос буде, то треба випити 2—3 сирих яйця натще, потім так само зробити наступного ранку, робити так тричі — і мине».

Печене яйце використовували для виведення білків. Яйце розрізали поздовж навпіл, виймали жовток, теплі чашечки білка посипали товченим цукром і накладали на очі. Робили це доти, поки більмо не сходило.

● Ліпше запобігти

Не дамо грипу шансів!

Лимон подрібнити разом зі шкіркою, додати до кашки 7 подрібнених зубчиків часнику, змішати. Залити суміш 0,5 л холодної кип'яченої води і настоювати 1—2 тижні. Вживати по 1 ст. ложці щоранку протягом холодної пори року.

На початку вірусонебезпечного періоду варто почати профілактику шляхом вдихання прополісного порошку. Для цього шматочок прополісу натерти на дрібній терці. Вдихати порошок носом щоранку. Засіб не підходить для тих, хто має алергію на бджолопродукти.

Невелику цибулину очистити, покласти в емальовану чашку, залити окропом і дати настоятися 7—10 хв. Процідити настій через марлю. Додати 1 ст. ложку меду. Все швидко перемішати і випити за раз перед сном.



Раз – капуста, два – капуста...



Капуста смачна і корисна у будь-якому вигляді, але маринована капуста швидкого приготування, звичайно ж, поза всякою конкуренцією. Її – гостреньку і хрустку або ніжну і соковиту – люблять практично всі.

● Швидко і смачно

Решта овочі очистіть і вимийте. Моркву натріть на крупній тертці, цибулю на дрібній, часник пропустіть через прес. Додайте підготовлені овочі до капусти разом з родзинками і перемішайте.

Приготуйте маринад: в киплячу воду всипте цукор, влийте олію і знову доведіть до кипіння. Додайте оцет, перемішайте і дрібними порціями влийте в капусту. Ретельно перемішайте. Капусту, приготовлену за цим рецептом, можна відразу ж подавати до столу.

КАПУСТА З КУРКУМОЮ «СОНЯЧНА»

1 головка капусти, 1 морквина, 1 ч. л. куркуми, 3 зубчики часнику, 1 ст. л. солі, 0,5 скл. води, 0,5 скл. цукру, 0,5 скл. олії, 0,5 скл. 6% оцту.

Нашаткуйте капусту, подрібніть часник і натріть на тертці моркву. Все вик-

ладіть в каструлю, посипте куркумою і перемішайте. Для маринаду закип'ятіть воду з олією, цукром і сіллю, наприкінці вливши оцет. Залийте капусту ще гарячим маринадом і покладіть гніт. Через день «сонячна» капуста буде готова.

МАРИНОВАНА КАПУСТА З БУРЯКОМ І ЧАСНИКОМ

3 кг білоголової капусти, 1 буряк, 1 морквина, 7 зубчиків часнику.

Для маринаду (на 1 л води): 1 скл. столового 6% оцту (можна трохи менше), 0,5 скл. олії, 1 скл. цукру, 2 ст. л. з гіркою солі, чорний перець горошком – за смаком.

Капусту наріжте крупно або на квадрати. Буряк і моркву – пластинками. У каструлю, яка підходить за розміром, викладіть капусту, пересипаючи її буряком і морквою. Для маринаду додайте у воду олію, цукор, сіль, часник і перець горошком. Доведіть маринад до кипіння, влийте оцет, вимуніть вогонь. Трохи остудіть і залийте ним капусту. Потім накрийте капусту тарілкою і покладіть гніт. Коли капуста охолоне, поставте її в холодильник на кілька днів, хоча вже наступ-

ного дня вона буде готова до вживання.

КАПУСТА З ХРОНОМ

2 кг білоголової або червоноголової капусти, 30 г кореня хрону, 10 г смородинового листа, 5 г червоного пекучого перцю, 20 г часнику, петрушка, селера, естрагон, насіння кропу (можна використовувати сушену зелень).

Для маринаду (на 1 л води): 20 г солі, 20 г цукру, 1 скл. 6% оцту.

Розчиніть в киплячій воді сіль і цукор, остудіть і влийте оцет. На шинкуйте капусту тонкою соломкою, корінь хрону пропустіть через м'ясорубку. Часник наріжте пластинками. Дно банки вистеліть листям смородини і зеленню, всипте насіння кропу і викладіть капусту. Залийте все маринадом. Через кілька днів капуста буде готова.

КАПУСТА, МАРИНОВАНА З ПЕРЦЕМ І ЛИМОНОМ

3 кг капусти, 1 кг солодкого перцю, 1 лимон.

Для маринаду (на 1 л води): 0,5 скл. меду, 2 ч. л. солі.

Наріжте капусту соломкою, солодкий перець – тонкими смужками, лимон – кружальцями. Підготовлені овочі та кружальця лимона покладіть в чисті банки, за-

лейте киплячим розсолем. Зверху накрийте банки поліетиленовими кришками і поставте в холодне місце на добу.

ЦВІТНА КАПУСТА «АРОМАТНА»

1,5 кг цвітної капусти, 2 великих солодких перці, 2 морквини, 4 зубчики часнику, 1 пучок петрушки, сіль, перець, лавровий лист – за смаком.

Для маринаду: 1 л води, 3 ст. л. цукру, 2 ст. л. з гіркою солі, 3 ст. л. 9% оцту, 0,7 скл. олії.

Наріжте перець соломкою, моркву натріть на крупній тертці, а цвітну капусту розберіть на невеликі суцвіття. У воді розведіть сіль і доведіть розчин до кипіння. У розсіл викладіть цвітну капусту і дайте їй постояти в ньому близько 10 хвилин під закритою кришкою, але не варіть. Потім вийміть суцвіття, розсіл процідіть і залиште для приготування маринаду, для якого просто змішайте решту складових і доведіть їх до кипіння.

Овочі змішайте і викладіть у банку, додайте петрушку і зубчики часнику, залийте маринадом і закрийте кришкою. Закутайте банку у вовняний плед або ватяну ковдру і дайте постояти в теплі 6–8 годин. Після чого банку з маринованими овочами поставте в холодильник на добу.

МАРИНОВАНА КАПУСТА «СМАЧНИЙ ДУЕТ»

300 г капусти броколі, 1 головка цвітної капусти, 1 морквина, 6 зубчиків часнику, 1,5 л води, 8 ст. л. цукру, 4 ст. л. солі, 5–6 лаврових листочків, 1 скл. 9% оцту, 10 горошин чорного перцю, 1 скл. олії.

Нагрійте воду до кипіння, всипте сіль і цукор, влийте олію з оцтом. Додайте перець, лавровий лист і закип'ятіть. Броколі і цвітну капусту помийте і розберіть на суцвіття. Помиту і очищену моркву наріжте кружальцями, а часник – пластинками. Всі підготовлені овочі змішайте і викладіть у посуд для маринування, залийте гарячим маринадом, потім остудіть і залиште на добу.

● Знадобиться ФОРМОЧКА ДЛЯ «МИКОЛАЙЧИКІВ» ВЛАСНОРУЧ

можна зробити з консервної банки. Жерсть достатньо тверда, щоб формочка вийшла міцною, і достатньо тонка, щоб легко оброблятися.

Як бонус з одного боку маємо готовий бортик, який робить конструкцію міцнішою, і не дає порізати руки при натисканні на форму. Відсутність необхідності робити шов спрощує роботу.



Спочатку начорно відрізуємо дно. Криво, як вийде – все одно потім рівнятимемо. Розмічаємо лінію чистового розрізу зсередини банки. Банку триматимемо над ножицями, щоб бачити цю лінію. В такому положенні край майбутньої форми залишиться рівним, а згинатиметься та смужка, яку відрізуємо.

Потім плоскогубцями вигинаємо форму, починаючи з валянок. Спочатку згинаємо з боку бортика, потім правимо протилежний, «ножовий» бік. Голову у шапці обгинаємо по ручці молотка чи іншому округлому предмету потрібного розміру. Останніми робимо лікті. Все інше буде намальоване.



● Символ свята

Простий рецепт «Миколайчиків»

Просіяти 600 г борошна з 1 ч. л. соди, додати 150 г холодного маргарину, натертого на тертці, посікти. Додати 200 г цукру, 2 яйця і 2 жовтки, розтопленний мед (приблизно 150 г) з корицею та гвоздиком (1 ч. л.). Замісити густе тісто.

Залишити тісто на ніч у холодному місці. Розкачати корж товщиною 0,2 см, прикласти форму силует, виріза-



Готуємо «Миколайчики»

Основним символом Дня святого Миколая є медові прянички, які називають миколайчиками. Існує повір'я, що святий Миколай разом зі своїми помічниками-ангелятами напередодні свята випікає печиво.

ний із щільного паперу, вирізати фігурку і покласти на змащений маслом лист. Змастити «миколайчик» яйцем і випікати при температурі 200°C до золотавого кольору.

«Миколайчики» з медом

1 яйце, 1 ст. ложку меду, 1 скл. цукру (можна взяти менше), 1 ч. л. погашеної соди, 50 г маргарину (краще взяти масло), 2 скл. борошна, можна додати 2 ложки сметани для м'якості тіста.

Замісити тісто, прибрати на годину в холодильник. Потім розкачати, вирізати фігурки і випікати близько 15 хв у духовці при температурі 180°C.

Пряникові «Миколайчики»

500 г борошна, 250 г меду,

100 г цукру, 100 г маргарину, будь-які пряності (перець, кориця, імбир сухий) за смаком, чайна ложка соди, 50 г горілки, трохи солі, свіжа м'ята або м'ятний сироп.

Для початку потрібно розчинити цукор у невеликій кількості води, додати м'яту або м'ятний сироп. На водяній бані приготувати сироп, м'яту вижати. Вистудити, додати мед, соду і збивати до стану однорідної маси. Потім увести маргарин, пересіяти борошно, спеції, горілку, сіль.

Поставити тісто на холод на півгодини, накривши волюгою серветкою. Потім тісто розкачати товщиною 1 см, вирізати формочками фігурки і викласти на змащене деко.

Готуємо глазур

Основа. Для приготування глазурі-основи збийте 3 білки, поступово додаючи цукор-пудру (приблизно 2 скл). Довести консистенцію до густини сметани, щоб глазур лилася цільною цівкою (рідка глазур буде розтікатися, а густа – швидко гусне і нею погано розмальовувати). Густина регулюємо цукром.

Кольорова глазур. У маленьких посудинах змішайте глазур-основу з харчовими барвниками. Рідкі барвники додавайте в основу по трошки, порошки попередньо розчиніть у воді. Колір регулюємо кількістю барвника.

Шоколадна глазур. Змішайте 2–5 ст. ложок какао, 1 скл. цукру, 2–4 ст. ложки молока або води. Можна додати трохи вершкового масла.

Розпис «миколайчиків»

1. Жупанчики, чобітки, шапки «миколайчиків» малюють широким пензликом. На темному тлі обриси рук, хрестик і мішок з іграшками – тоненькою загостреною паличкою (зубочисткою) світлими відтінками, на світлому – темними.
2. Білою глазур'ю малюють бороду і вуса, не залишаючи проміжку для рота, та брови.
3. Малюють рукавички, мішечок з подарунками, візерунки. Коли фон загусне, по ньому малюють цяточки, квіточки.
4. «Миколайчикам» малюють очка (під бровами), ніс-крапочку і прямо по білій бороді рот.
5. Шоколадною глазур'ю добре малювати очі і обводити контури. Дуже прикрашає «Миколайчика» «сніжок» – крапочки з білої глазурі.

Не пустіть гризунів на обійстя



Гризуні в зимовому саду — справжнє лихо. У сувору пору всі плодові дерева можуть бути істотно пошкодженими, а молоді насадження — знищеними.

● До часу

не іржавіє, витримує температуру від -60 до +85°C і сприяє снігозатриманню.

Часто в боротьбі з дрібними гризунами застосовують отруєні принади. Їх достатньо в магазинах, що торгують товарами для дому і саду. Проте можна приготувати суміш і самостійно.

Ось найпопулярніші дієві рецепти:

- ✓ на 1 кг зерна — 5 г «Крисиду» або 10 г карбофосу;
- ✓ рівні частини борошна, цукру і алебастру або цементу;
- ✓ однакова кількість м'я-

коті чорного хліба і алебастру.

Крапля олії, додана в принаду, зробить її особливо бажаною для мишей. Приготовлену «смакоту» потрібно розкласти по тонких паперових пакетах і помістити у виявлені на ділянці мишачі нори. Сипати на землю не можна — це небезпечно для домашніх тварин і птахів.

Серед народних рецептів особливо ефективними є такі:

- ✓ розкласти перед входом у нору сухі реп'яхи;
- ✓ покласти поруч нори відходи оселедця або котячу шерсть. Запах змусить мишей шукати інше житло;
- ✓ залити нори настоєм гілок туї або ялини (0,5 кг гілок на 10 л окропу);
- ✓ розвісити на деревах і куцах чорний папір або широкі стрічки чорної плівки. Це відлякує зайців;
- ✓ розвісити на деревах

пластикові пляшки з отворами і покласти в них таблетики нафталіну. Зайці і миші не люблять цього запаху;

✓ упереміш із цибулинними, які подобаються гризунам, потрібно садити неістівні для мишей цибулини нарцисів.

У мишоподібних гризунів — велике переселення, активно шукають заради зимові квартири. І якщо не хочете, щоб до вас заселилися такі сусіди, саме час подбати про заходи боротьби з ними.

Окрім описаних вище засобів, можна використовувати й мишоловки, готові отруйні суміші — протруєне зерно тощо, клейові пастки (RaTrap). Спеціальним клеєм змазують листки картопу, фанери, дощечки — лапки прилипають міцно. Це справді ефективний засіб.

Якщо потрібно залишити пастки в теплиці чи укритому винограднику, радять такий спосіб. Пластикову пляшку (1—1,5 л) обрізають по плічці так, щоб вузький отвір зберігся, наливають близько 200 мл пахучої олії і прикопують під кутом 45°, прикривши гілками, опалим листям. Принада запахом гризун потрапить у пастку, а вже звідти — ніяк. Зазвичай діє всю зиму.

Є ще й рослини, запаху яких миші нібито не терплять, але навряд чи хтось може дати гарантію, що голуду спокую зупинить неприємний аромат.

● Ви запитували

АБРИКОС ІЗ КІСТОЧКИ

Чи можна виростити абрикос із кісточки? Звісно. Адже це дерево, що вирощують у Середній Азії та на Кавказі, є сортотипом або сортами народної селекції.

Тисячоліттями люди відбирали найкращі форми абрикоса і розмножували їх кісточками. У певних місцевостях Середньої Азії та Закавказзя у цілих районах домінує один сорт. Точніше, його близькі родичі, дуже схожі один на одного. Це результат багатовікової праці місцевих жителів.

Отже, як виростити абрикос із кісточки? Найліпше сіяти кісточку місцевих абрикосів, вибравши їх із найкращих плодів. Чим пізніше перед зимою посіяні кісточка, тим краща їх схожість. До того ж у цьому разі їх менше вкрадуть шкідники, для яких кісточка є ласощами: із замерзлої землі їх дістати важче.

Навесні гризуни, а ще зайці, ворони і сороки охочі поласувати сіянцями, тож їм потрібен захист.

Можна також сіяти стратифіковане насіння абрикоса. Для цього в середині березня сухі кісточка замочують у талій воді й витримують три доби, щодня її міняючи. Потім поміщають кісточку у вологий пісок або тирсу і переносять у погріб (перед цим доцільно кілька днів почергово витримати при незначній мінусовій температурі). У квітні, як тільки дозволить погода, висівають у відкритий ґрунт.

Зайців приваблює кора молодих дерев, однорічні пагони, бруньки на старих гілках. Найбільше вони люблять яблуні та груші, але, сильно зголоднівши, не відмовляться від вишні й сливи.

Миші їдять те, до чого дотягнуться: кору дерев під пухким снігом, молоді пагони чагарників, цибулинні й коренеплоди. Обгризуть кору на всьому стовбурі, а якщо сніг ляже на землю до морозу, не погребують і корінням. Миші віддають перевагу яблуні, повстистій вишні, глоду. Якщо в саду цього немає, зіпсують бузок, жимолость, троянди, садову суницю.

За багатовікову історію садівництва було вигадано багато способів боротьби з гризунами. Потрібно вибрати легкий і зручний для себе метод.

Можна обгортати стовбур руберойдом або толлю, але перший шар має бути з роґожі.

Сітка-рабиця — надійний, але дорожчий спосіб. А може, в когось залишився рулончик після будівництва паркана. Стовбур спершу обгорніть газетами або мішковиною, а потім рабицею. Якщо сітка з великими вічками, слід намотати два шари. Вертикальні краї потрібно закріпити дротом, а нижнім краєм заглибити в землю. Металеві обладунки надійні й прослужать багато років. Утім, навесні дерева доведеться «роздягати».

Спеціально для захисту від гризунів стали випускати пластикову сітку з чарунками 8 x 6 мм. Її шкідники не гризуть — не смачно. Така сітка не гние,

● На прохання читачів

Чому гниє картопля

Кільцева гниль картоплі — досить шкодочинне захворювання, яке проявляється зниженням врожайності картоплі при садінні інфікованими бульбами та загниванням їх упродовж зберігання. Втрати бульб, особливо при порушенні режиму зберігання, досягають 30%, а при садінні інфікованим насіннєвим матеріалом — 60—80%.

Розмноженню збудника хвороби сприяють волога, прохолодна погода (12—17°C). При цьому уражаються надземні і підземні органи, особливо молодих бульб. Уже в ґрунті спостерігається їх гниття, а надто інтенсивно воно проявляється під час зберігання врожаю, передусім при порушенні умов зберігання.

Суха й спекотна погода (23—25°C) зумовлює в'янення і відмирання бадилля, що спостерігається від сходів і аж до збирання врожаю. Гниття бульб за таких умов буває рідше, проте при незвичайно загниванні бульби стають прихованим джерелом інфекції, яка під час зберігання, насамперед при порушенні температурного режиму, зволоженні повітря, може спричинити масове гниття врожаю. Якщо такі бульби використати для садіння, то це призведе до масового ураження насаджень.

Під час збирання врожаю при зіткненні здорових бульб з ураженими, інфікованою тарою може відбуватися поверхневе зараження картоплі, що називається ямчастою гниллю і відіграє ве-

лику роль у розповсюдженні кільцевої гнилі. Часто хвороба має прихований характер — зовні здорові рослини дають уражені бульби. Вона може проходити непомічено протягом року або й кількох і дати про себе знати тільки в роки з особливо сприятливими для розвитку збудника умовами.

Хворі бульби за слабкого ураження зовні не відрізняються від здорових, але на розрізі по судинному кільцю в них помітне пожовтіння і розм'якшення тканини. Судинне кільце уражених бульб має жовтувате, жовте і кремове забарвлення. Під час натискування виділяється світло-жовта слизиста маса. Сильне зараження бульб призводить до повного руйнування їх судинної системи. В умовах підвищеної вологості бульби, уражені збудником кільцевої гнилі, загнивають.

Симптоми хвороби на рослинах спостерігаються вже у фазі сходів: в'янення, поступове відмирання пагонів. На поперечному зрізі стебел, черешків листків, бульб спостерігається потемніння судинного кільця провідних тканин,

які згодом пом'якшуються і загнивають. Судини рослин поступово руйнуються, стебла і листки товстішають, їх ріст пригнічується, рослини набувають вигляду карликових. Вони поступово в'януть. Причому симптоми ураження проявляються спочатку не на всіх стеблах куща, а на одному-трьох. Пізніше — й на інших стеблах.

Частіше у фазі цвітіння спостерігається в'янення і всихання кущів, стебла падають на ґрунт. Бульбоутворення при цьому практично відсутнє. Уражені бульби, які все ж сформувалися, зовні не проявляють симптомів інфікування, вони мають прихований характер.

Заходи захисту від кільцевої гнилі: висадження стійких сортів картоплі до цієї хвороби; для садіння використовувати лише здоровий насіннєвий матеріал; профілактичне прополювання не менше трьох разів — у фазах сходів, цвітіння і після цвітіння з винесенням за межі поля бадилля та бульб хворих рослин; створення оптимальних умов для бульб під час зберігання; протруювання насіннєвих бульб препаратами проти ямчастої форми хвороби; прибирання і дезинфекція місць зберігання картоплі, а також знарядь праці, тари; ретельне підрибнення і проривання післязбиральних решток.

● Особливості догляду

Хризантема в горщику

Ми часто бачимо розкішні квіти на прилавках, але в домашніх умовах вони швидко гинуть. І винні не продавці, а покупці. Малоімовірно, що півка призначена для збереження мікроклімату, можливо, рослина була нею вкритана, щоб уникнути пошкодження або для захисту від перепадів температури. Тому відразу після того, як ви принесли квітку, півку необхідно було зняти.

При виборі хризантеми у магазині уважно огляньте рослини. Зупиніться на тій, яка має велику кількість суцвіть, що не розкрилися, але кінчики пелюсток уже повинні видітисся. Така рослина буде цвісти шість чи навіть дев'ять тижнів.

Щоб хризантема довго радувала око своїми пухнастими квітками, її треба виставити на найсвітліше, але захищене від прямих сонячних променів місце. За нестачі світла вона скине більшу частину бутонів, причому тих, які ще не розкрилися.

Оптимальна температура — не вище +16—17 градусів, при вищій (+20) цвітіння триватиме лічені дні, а суцвіття будуть в'янути, часом навіть не розкрившись.

Хризантеми з бутонами та квітучі поливати потрібно дуже рясно, 2—3 рази на тиждень.

Ну і наостанок знайте, що хризантему не викидають після цвітіння. Коріння в неї живе, і її можна пересадити у відкритий ґрунт.

Щоб зберегти його, необхідно обрізати усю надземну частину відразу після цвітіння та помістити на полицю на дверцятках холодильника. Навесні можна пересадити в новий субстрат або у відкритий ґрунт. Коли кущик почне відростати, слід прищипнути пагони. Після цього хризантему бажано підживити комплексними мінеральними добривами із переважаючим азотом.



ПОНЕДІЛОК, 18.12.2017

UA: ПЕРШИЙ

06.00 М/с «Легенда про Білосніжку»
06.30, 07.00, 08.00, 09.00, 09.25, 13.00, 15.00, 18.05, 21.00 Новини
06.35, 07.05, 08.05, 09.05 Доброго ранку, Країно!
09.30 Т/с «Оповідання XIX століття»
11.10 Т/с «Дівчата війни»
12.00 Т/с «Справедливі»
13.10, 14.30 Радіо. День
13.55 Перша шпальта
15.15, 23.30 Розсекречена історія
16.45 Хто в домі хазяїн?
17.20 Вікно в Америку
17.50 Новини. Світ
18.20, 21.30 Тема дня
18.35 Новини. Культура
19.00 До справи
19.30 Розважальна програма з Майклом Шуром
20.15 Війна і мир
21.50 Новини. Спорт
22.15 Роздагалка
22.50 Д/с «Дика планета»
00.35 Д/с «Орегонський путівник»

1+1
06.30, 07.10, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1»
07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30, 00.00, 05.20 ТСН
09.30, 10.45 «Чотири весілля»
11.50, 12.20, 13.35 «Міняю жінку»
14.45 Т/с «Слуга народу»
15.45 Т/с «Я знову тебе кохаю»
17.10 Т/с «Нескінченне кохання»
20.30 «Секретні матеріали»
21.00 Т/с «Діагноз»
22.00 «Гроші»
23.15, 00.10 «Голос. Діти-4»

2+2
06.00 Мультфільми
08.00, 11.05 «Він, Вона і телевізор»
10.00, 18.15 «Спецкор»
10.35, 18.45 «ДжеДА!»
12.00, 17.15 «Загублений світ»
13.00 Т/с «Ментівські війни. Одеса-2»
19.20 Т/с «Одинак»
21.10, 23.00 Т/с «Кістки-4»
00.50 «Помста природи»

TV-4
06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Травма»
06.45, 09.15, 10.45 Бадьорий ранок
07.00, 16.00, 19.00, 22.00, 00.30, 03.30 Провінційні вісті
07.45, 15.50, 18.50, 21.25, 22.30, 00.55 Оголошення. Бюро знахідок
07.50, 18.45 Миська 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 Твій дім
09.55, 22.35 Добрі традиції
11.00, 16.10 Дитяча година
12.10 Межа правди
13.10, 02.30 Хіт-парад
14.00, 01.00 Х/ф «Повітряні пірати»
17.00 Феєрія мандрів
17.30 Про нас
19.30, 21.00 Наші вітання
20.30 ТНЕУ — калейдоскоп подій
20.40 Дім книги
21.30 Сільський календар
22.40, 04.00 Х/ф «Проект Олександр»

ICTV
05.35, 19.20 Надзвичайні новини
06.25 Факти тижня. 100 хвилин
08.45 Факти. Ранок
09.10 Спорт
09.15 Надзвичайні новини. Підсумки
10.15 Антизомбі
11.20, 13.30 Секретний фронт. Дайджест
12.45, 15.45 Факти. День
13.55, 16.15 Х/ф «Примарний гонщик»
16.50 Х/ф «Примарний гонщик-2. Дух помсти»
18.45, 21.05 Факти. Вечір
20.20 Більше, ніж правда
21.25 Т/с «Нюхач»
22.55 Свобода слова
00.45 Х/ф «Теорія змови»

СТБ
06.50, 15.25 «Все буде добре!»
08.50 «Все буде смачно!»
10.50 Х/ф «Любов і голуби»
13.00 «Битва екстрасенсів-17»
17.30, 22.00 «Вікна-Новини»
18.00 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія»
20.00, 22.45 «Хата на тата»

НОВИЙ КАНАЛ
05.00 Абзац
06.59, 09.19 Kids Time
07.00 М/с «Том і Джеррі шоу»
07.20 М/ф «Веселі ніжки-2»
09.20 Х/ф «Медальйон»
11.20 Х/ф «Код да Вінчі»
14.10 Х/ф «Янголи та демони»
17.00 Хто зверху
19.00 Ревізор
21.45 Страсті за Ревізором
01.00 Х/ф «Сексі бойз, або Французький пиріг»

«УКРАЇНА»
06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні

09.30, 02.50 Зірковий шлях
11.00 Х/ф «Будинок для двох»
13.00, 15.30 Т/с «Все ще буде»
18.00 Т/с «Лікар Ковальчук»
19.45 Ток-шоу «Говорить Україна»
21.00 Т/с «Чорна кров»
23.30 Х/ф «В пошуках бурштинової кімнати»

ТТБ
06.45 «Слово Боже на кожен день»
06.50, 12.13 Анонси. Погода
06.55 «Велети духу і слави. Українська місія»
07.00 «Ранок з ТТБ»
09.00 «Не перший погляд»
09.15 «Загублені у часі»
09.30 «Живі сторінки»
09.55 Телезамальовка
10.00 «Відверті діалоги»
10.56, 11.13, 16.13, 17.13, 19.26, 22.26 Погода. Анонси
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 «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 «Мій Шевченко»
19.45 «Серце міста»
20.00 «Хочу бути»
20.35 «Пісня в дарунок»
20.45 «Вечірня казка»
21.00 «Тема дня»
21.15 «В об'єктиві ТТБ»
21.30 «Зелений Б.У.М.»
22.30 «Свій край, як рай»

ІНТЕР
05.50 Мультфільм
06.20, 23.00 «Слідство вели... з Леонідом Каневським»
07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 17.40 Новини
07.10, 08.10, 09.20 «Ранок з Інтером»
10.10 Х/ф «Закоханий за власним бажанням»
12.25 Х/ф «Альпініст»
14.20 Х/ф «Гроші для дочки»
16.10 «Чекай мене»
18.00, 19.00 Ток-шоу «Стосується кожного»
20.00, 02.35 «Подорожні замальовки»
20.40 Т/с «Той, хто не спить»
00.50 Х/ф «Вибір моєї матусі»

СЕРЕДА, 20.12.2017

UA: ПЕРШИЙ

06.00 М/с «Легенда про Білосніжку»
06.30, 07.00, 08.00, 09.00, 09.25, 13.00, 15.00, 18.05, 21.00 Новини
06.35, 07.05, 08.05, 09.05 Доброго ранку, Країно!
09.40 Т/с «Серце океану»
11.10 Т/с «Справедливі»
13.10 Радіо. День
13.55 Наші гроші
14.30 52 вікенди
15.15 До справи
15.50 Твій дім
16.45 М/с «Чорний Джек»
17.50 Новини. Світ
18.20, 21.30 Тема дня
18.35 Новини. Культура
19.00, 23.30 Культурна афіша здорової людини
19.25 Д/с «Розповіді про Хансік»
20.25 Слідство. Інфо
21.50 Новини. Спорт
22.15 Світло
23.25 Мегалот
00.00 Розсекречена історія

1+1
06.30, 07.10, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1»
07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30, 00.00, 05.20 ТСН
09.30, 10.45 «Чотири весілля»
11.50, 12.20, 13.35 «Міняю жінку»
14.45 Т/с «Слуга народу»
15.45 Т/с «Я знову тебе кохаю»
17.10 Т/с «Нескінченне кохання»
20.30 «Секретні матеріали»
21.00 Т/с «Діагноз»
22.00, 23.35, 00.10 «Міняю жінку-12»

2+2
06.00 Мультфільми
08.00, 13.05 «Він, Вона і телевізор»
10.00, 18.15 «Спецкор»
10.35, 18.45 «ДжеДА!»
11.05, 17.15 «Загублений світ»
15.10 Х/ф «Великий переполох у малому Китаї»
19.20 Т/с «Одинак»
21.10, 23.00 Т/с «Кістки-4»
00.50 Т/с «Атлантида-2»

TV-4
06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Травма»
06.45, 09.15, 10.45 Бадьорий ранок
07.00, 16.00, 19.00, 22.00, 00.30, 03.30 Провінційні вісті
07.30, 15.50, 18.50, 21.25, 22.35, 00.55 Оголошення. Бюро знахідок

07.35 Європа у фокусі
08.00 Євромакс
08.30 Смаки культури
08.55, 17.55 Добрі традиції
09.00, 00.15 Час-Тайм
09.30, 17.00 Феєрія мандрів
11.00, 16.10 Дитяча година
12.10 «Гал-кліп»
12.35 Світла Тризна. Музика пам'яті та надії
14.00, 01.00 Х/ф «Легенда про дракона»
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, 04.00 Х/ф «Переписуючи Бетховена»

ICTV
05.30, 10.00 Цивільна оборона
06.30 Ранок у великому місті
08.45 Факти. Ранок
09.15, 19.20 Надзвичайні новини
11.00, 17.25, 21.25 Т/с «Нюхач»
12.10, 13.30 Х/ф «Ворог біля воріт»
12.45, 15.45 Факти. День
15.00, 16.15 Т/с «Третього не дано»
18.45, 21.05 Факти. Вечір
20.20 Секретний фронт
22.35, 02.40 Т/с «Снайпер-2. Тунгус»
23.45 Х/ф «Людина листопада»

СТБ
07.10, 15.25 «Все буде добре!»
09.10 «Все буде смачно!»
10.05 «Битва екстрасенсів. Чоловіки проти жінок»
12.25 «МастерШеф-6»
17.30, 22.00 «Вікна-Новини»
18.00 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія»
20.00, 22.45 «МастерШеф-7»
00.05 «Один за всіх»

НОВИЙ КАНАЛ
06.40, 07.00, 08.40 М/с «Том і Джеррі шоу»
06.59, 09.50 Kids Time
08.00 Kids Time Special
10.00 Т/с «Відчайдушні домогосподарки»
16.00, 21.00 Пацанки. Нове життя
17.00 Хто зверху
19.00 Вар'яти
22.00 Зоряні яйця

«УКРАЇНА»
06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні

09.30 Зірковий шлях
11.00 Реальна містика
13.10, 15.30 Агенти справедливості
16.00 Історія одного злочину
18.00 Т/с «Лікар Ковальчук»
19.45 Ток-шоу «Говорить Україна»
21.00 Т/с «Чорна кров»
23.30 Т/с «CSI. Місце злочину»

ТТБ
06.45 «Слово Боже на кожен день»
06.50, 12.13 Анонси. Погода
06.55 «Велети духу і слави. Українська місія»
07.00 «Ранок з ТТБ»
09.00 «Правила кухні»
09.15, 21.00 «Тема дня»
09.30 Д/с «Бути сама собі ціллю»
10.00 «Будьте здорові»
10.30 «Світлиця»
11.00, 12.00, 16.00, 17.00, 19.00, 22.00 «Вісті ТТБ»
11.13, 16.13, 17.13, 19.26, 22.26 Погода. Анонси
11.15, 17.50 «Пісні нашого краю»
11.25, 20.30 «Сміємося – не здаємося»
11.30 «Європа очима українця»
12.15 «Легенди Запоріжжя»
16.15 «У країні Мультяндії»
17.15 «Діловий ритм»
17.45 Соціальна реклама
18.00 «Час змін»
18.30 «Хто в домі хазяїн?»
18.45 «Рюкзачок»
18.55, 20.25 «Тернопіль сьогодні»
19.30 «На часі»
20.15 «Зупинись і здивуйся»
20.35 «Пісня в дарунок»
20.45 «Вечірня казка»
21.15 «Надія є»
21.30 «Із нашої відеотеки»
22.30 «З Україною в серці»

ІНТЕР
05.50 Мультфільм
06.20, 23.00 «Слідство вели... з Леонідом Каневським»
07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 17.40 Новини
07.10, 08.10, 09.20 «Ранок з Інтером»
10.10, 12.25, 20.40 Т/с «Той, хто не спить»
13.00 Х/ф «Ти – мені, я – тобі»
14.50, 15.45, 16.45 «Речдок»
18.00, 19.00 Ток-шоу «Стосується кожного»
20.00, 05.15 «Подорожні замальовки»
00.50 Х/ф «Такі гарні люди»

ВІВТОРОК, 19.12.2017

UA: ПЕРШИЙ

06.00 М/с «Легенда про Білосніжку»
06.30, 07.00, 08.00, 09.00, 09.25, 13.00, 15.00, 18.05, 21.00 Новини
06.35, 07.05, 08.05, 09.05 Доброго ранку, Країно!
09.40 Т/с «Серце океану»
11.10 Т/с «Справедливі»
13.10, 14.30 Радіо. День
13.55, 22.15 Складна розмова
15.15 Фольк-music
16.45 Діти Z
17.15 М/с «Чорний Джек»
17.50 Новини. Світ
18.20, 21.30 Тема дня
18.35 Новини. Культура
19.00 Перший на селі
19.25 Д/с «Розповіді про Хансік»
20.25 Наші гроші
21.50 Новини. Спорт
22.50 Д/с «Дика планета»
23.30 Розсекречена історія
00.35 Д/с «Орегонський путівник»

1+1
06.30, 07.10, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1»
07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30, 00.00, 05.20 ТСН
09.30, 10.40 «Чотири весілля»
11.50, 12.20, 13.35 «Міняю жінку»
14.45 Т/с «Слуга народу»
15.45 Т/с «Я знову тебе кохаю»
17.10 Т/с «Нескінченне кохання»
20.30 «Секретні матеріали»
21.00 Т/с «Діагноз»
22.00 «Модель XL»
23.45, 00.10 Х/ф «Маргарет»

2+2
06.00 Мультфільми
08.00, 13.05 «Він, Вона і телевізор»
10.00, 18.15 «Спецкор»
10.35, 18.45 «ДжеДА!»
11.05, 17.15 «Загублений світ»
13.40 Х/ф «100 000 000 до н. е.»
15.15 Х/ф «Морська пригода»
19.20 Т/с «Одинак» (16+)
21.10, 23.00 Т/с «Кістки-4»
00.50 Т/с «Атлантида-2»

TV-4
06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Травма»
06.45, 09.15, 10.45 Бадьорий ранок
07.00, 16.00, 19.00, 22.00, 00.30, 03.30 Провінційні вісті
07.30, 15.50, 18.50, 21.25, 22.30, 00.55 Оголошення. Бюро знахідок
07.35 Сільський календар
08.05 Українські традиції
08.20 ТНЕУ — калейдоскоп подій
08.30 Смаки культури
09.00, 00.15 Час-Тайм

09.30, 17.00 Феєрія мандрів
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, 02.30 Хіт-парад
14.00, 01.00 Х/ф «Інтенсивна терапія»
17.30 Смачна мандрівка
19.30, 21.00 Наші вітання
20.00 Європа у фокусі
21.30 «Гал-кліп»
22.35, 04.00 Х/ф «У пошуках часу»

ICTV
05.30, 20.20 Цивільна оборона
06.30 Ранок у великому місті
08.45 Факти. Ранок
09.15, 19.20 Надзвичайні новини
10.00 Більше, ніж правда
11.00, 17.15, 21.25 Т/с «Нюхач»
12.00, 13.30 Х/ф «Теорія змови»
12.45, 15.45 Факти. День
14.45 Скетч-шоу «На трьох»
14.50, 16.30 Т/с «Майор і магія»
16.35 Т/с «Третього не дано»
18.45, 21.05 Факти. Вечір
22.30, 02.50 Т/с «Снайпер-2. Тунгус»
23.40 Х/ф «Ворог біля воріт»

СТБ
07.10, 15.25 «Все буде добре!»
09.10 «Все буде смачно!»
11.20 Х/ф «Кавказька полонянка, або Нові пригоди Шурика»
12.50 «МастерШеф-6»
17.30, 22.00 «Вікна-Новини»
18.00 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія»
20.00, 22.45 «МастерШеф-7»
00.00 «Один за всіх»

НОВИЙ КАНАЛ
06.40, 07.00, 08.40 М/с «Том і Джеррі шоу»
06.59, 09.50 Kids Time
08.00 Kids Time Special
10.00 Т/с «Відчайдушні домогосподарки»
16.00, 21.00 Пацанки. Нове життя
17.00 Хто зверху
19.00 Кохання на виживання
21.50 Вар'яти

«УКРАЇНА»
06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні
09.30, 03.30 Зірковий шлях

11.00 Реальна містика
13.10, 15.30 Агенти справедливості
16.00 Історія одного злочину
18.00 Т/с «Лікар Ковальчук»
19.45 Ток-шоу «Говорить Україна»
21.00 Т/с «Чорна кров»
23.30 Т/с «CSI. Місце злочину»

ТТБ
06.45 «Слово Боже на кожен день»
06.50, 12.13 Анонси. Погода
06.55 «Велети духу і слави. Українська місія»
07.00 «Ранок з ТТБ»
09.00 «Азбука смаку»
09.15, 21.00 «Тема дня»
09.30 «Зелений Б.У.М.»
10.00 «Музичний калейдоскоп»
10.30 «Хочу бути»
10.50 «Із нашої відеотеки»
11.00, 12.00, 16.00, 17.00, 19.00, 22.00 «Вісті ТТБ»
11.13, 16.13, 17.13, 19.26, 22.26 Погода. Анонси
11.15, 17.50 «Пісні нашого краю»
11.25, 20.30 «Сміємося – не здаємося»
11.30 «В об'єктиві ТТБ»
11.45 «Серце міста»
12.15 «Мандри Великим Лугом»
12.30 «Вінтаж»
16.15 «У країні Мультяндії»
17.15 «Правила кухні»
17.30 «Рефрен»
17.45 Соціальна реклама
18.00 «Енергомания»
18.30 «Легенди Запоріжжя»
18.55, 20.25 «Тернопіль сьогодні»
19.30 «Будьте здорові»
20.00 «Світлиця»
20.35 «Пісня в дарунок»
20.45 «Вечірня казка»
21.15 «Крізь призму часу»
21.30 «Європа очима українця»
22.30 «Свій край, як рай»

ІНТЕР
05.50 Мультфільм
06.20, 23.00 «Слідство вели... з Леонідом Каневським»
07.00 «Марафон. Диво починається»
10.10, 12.25, 20.40 Т/с «Той, хто не спить»
12.00, 17.40 Новини
13.00 Х/ф «Суета сует»
14.50, 15.45, 16.45 «Речдок»
18.00, 19.00 Ток-шоу «Стосується кожного»
20.00, 05.15 «Подорожні замальовки»
00.50 Х/ф «А життя триває»

ЧЕТВЕР, 21.12.2017

UA: ПЕРШИЙ

06.00 М/с «Легенда про Білосніжку»
06.30, 07.00, 08.00, 09.00, 09.25, 13.00, 15.00, 18.05, 21.00 Новини
06.35, 07.05, 08.05, 09.05 Доброго ранку, Країно!
09.40 Т/с «Серце океану»
11.10 Т/с «Справедливі»
13.10, 14.30 Радіо. День
13.55 Слідство. Інфо
15.15 Надвечір'я. Долі
16.45 М/с «Чорний Джек»
17.50 Новини. Світ
18.20, 21.30 Тема дня
18.35 Новини. Культура
19.00 #ВУКРАЇНІ
19.25 Д/с «Розповіді про Хансік»
20.25 «Схеми»
21.50 Новини. Спорт
22.15 Невіра. Іа
22.50 Д/с «Дика планета»
23.30 Розсекречена історія
00.35 Д/с «Орегонський путівник»

1+1
06.30, 07.10, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1»
07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30, 00.00, 05.20 ТСН
09.30, 10.40 «Чотири весілля»
11.45, 12.20, 13.30 «Міняю жінку»
14.45 Т/с «Слуга народу»
15.45 Т/с «Я знову тебе кохаю»
17.10 Т/с «Нескінченне кохання»
20.30 «Секретні матеріали»
21.00 Т/с «Діагноз»
22.00 «Світ наживоріт-9»
23.15, 00.10 Х/ф «Нестримні»

2+2
06.00 Мультфільми
08.00, 13.05 «Він, Вона і телевізор»
10.00, 18.15 «Спецкор»
10.35, 18.45 «ДжеДА!»
11.05, 17.15 «Загублений світ»
15.10 Х/ф «Некерований»
19.20 Т/с «Одинак»
21.10, 23.00 Т/с «Кістки-4»
00.50 Т/с «Атлантида-2»

TV-4
06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Травма»
06.45, 09.15, 10.45 Бадьорий ранок
07.00, 16.00, 19.00, 22.00, 00.30, 03.30 Провінційні вісті
07.30, 15.50, 18.50, 21.25, 22.30, 00.55 Оголошення. Бюро знахідок
07.35 Формула здоров'я
08.30 Смаки культури
09.00, 00.15 Час-Тайм

09.30, 17.00 Феєрія мандрів
11.00, 16.10 Дитяча година
12.10 Про кіно
12.30 Українські традиції
13.00, 02.30 Хіт-парад
14.00, 01.00 Х/ф «Одна ластівка весну приносить»
15.45, 20.30 Добрі традиції
17.30 «Гал-кліп»
11.10 Т/с «Справедливі»
13.10, 14.30 Радіо. День
13.55 Слідство. Інфо
21.30 Майстер-клас із Наталкою Фіцич
22.35, 04.00 Х/ф «Розкішне життя»

ICTV
05.30 Цивільна оборона
06.30 Ранок у великому місті
08.45 Факти. Ранок
09.15, 19.20 Надзвичайні новини
10.00 Секретний фронт
11.00, 17.20, 21.25 Т/с «Нюхач»
12.10, 13.30 Х/ф «Людина листопада»
12.45, 15.45 Факти. День
14.55 Скетч-шоу «На трьох»
15.00, 16.15 Т/с «Третього не дано»
18.45, 21.05 Факти. Вечір
20.20 Інсайдер
22.30, 02.20 Т/с «Снайпер-2. Тунгус»
00.35 Х/ф «Колонія»

СТБ
06.55, 15.25 «Все буде добре!»
08.55 «Все буде смачно!»
09.55 «Битва екстрасенсів. Чоловіки проти жінок»
12.05 «МастерШеф-6»
17.30, 22.00 «Вікна-Новини»
18.00 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія»
20.00, 22.45 «Зважені та щасливі-7»
00.30 «Один за всіх»

НОВИЙ КАНАЛ
06.40, 07.00 М/с «Том і Джеррі шоу»
06.59, 09.40 Kids Time
09.50 Т/с «Відчайдушні домогосподарки»
16.00, 21.00 Пацанки. Нове життя
17.00 Хто зверху
19.00 Зоряні яйця
21.50 Кохання на виживання

«УКРАЇНА»
06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні
09.30 Зірковий шлях
11.00 Реальна

П'ЯТНИЦЯ, 22.12.2017

UA:ПЕРШИЙ

06.00 М/с «Легенда про Білосніжку»
06.30, 07.00, 08.00, 09.00, 09.25, 13.00, 15.00, 18.05, 21.00 Новини
06.35, 07.05, 08.05, 09.05 Доброго ранку, Країно!
09.40 Т/с «Серце океану»
11.10 Т/с «Справедливі»
13.10, 14.30 Радіо. День
13.55 «Схеми» з Наталією Седлецькою
15.15 Світло
16.45 М/с «Чорний Джек»
17.50 Новини. Світ
18.20, 21.30 Тема дня
18.35 Новини. Культура
19.00 Твій дім
19.25 Д/с «Дикі тварини»
20.25 Перша шпальта
21.50 Новини. Спорт
22.15 Черешур (Late night show)
22.50 Як дивитися кіно
23.20 Д/ф «Українські шерифи»

1+1
06.30, 07.10, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1»
07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30 ТСН
09.30, 10.45 «Чотири весілля»
12.20, 13.55 «Міняю жінку»
15.40 Т/с «Я знову тебе кохаю»
17.10 Т/с «Нескінченне кохання»
20.15 «Ліга сміху 2017»
22.20 «Вечірній Київ-2017»
00.15 Х/ф «З новим роком, мамі!»

2+2
06.00 Мультфільми
08.00, 13.05 «Він, Вона і телевізор»
10.00, 18.15 «Спецкор»
10.35, 18.45 «ДжеДА!»
11.05, 17.15 «Загублений світ»
15.20 Х/ф «Ураган 500 миль на годину»
19.20 Х/ф «Сталевий світанок»
21.20 Х/ф «Бета-тест»
23.05 «Змішані єдиноборства. UFC»

TV-4
06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Травма»
06.45, 09.15, 10.45 Бадьорий ранок
07.00, 16.00, 19.00, 22.00, 00.30, 03.30 Провінційні вісті
07.30, 15.50, 18.50, 21.25, 22.30, 00.55 Оголошення. Бюро знахідок
07.35 Слідство. Інфо
08.00 Право на успіх
08.30 Смаки культур
09.00, 00.15 Час-Тайм
09.30, 17.00 Феєрія мандрів

11.00, 16.10 Дитяча година
11.50 «Чарівний ключик»
12.10 «Гал-кліп»
12.40 Українські традиції
13.00, 02.30 Хіт-парад
14.00, 01.00 Х/ф «Сезон повернення»
17.30 Майстер-клас із Наталкою Фіщич
19.30, 21.00 Наші вітання
20.00 THEU — калейдоскоп подій
20.10 Сільський календар
20.40 Про кіно
21.30 Твій дім
21.50 Добрі традиції
22.35, 04.00 Х/ф «Кімната №6»

ICTV
05.30 Цивільна оборона
06.30 Ранок у великому місті
08.45 Факти. Ранок
09.15, 19.20 Надзвичайні новини
10.00 Інсайдер
11.00, 17.25 Т/с «Нюхач»
12.05, 13.30 Х/ф «Таємниця ордену»
12.45, 15.45 Факти. День
14.30, 00.25 Скетч-шоу «На трьох»
15.05, 16.15 Т/с «Третього не дано»
18.45, 21.05 Факти. Вечір
20.20 Антисомбі
21.25 Дизель-шоу
00.50 Х/ф «Хулігани Зеленої вулиці»

СТБ
08.05 Х/ф «Неймовірні пригоди італійців в Росії»
10.10 Х/ф «Дівчата»
12.15 Х/ф «Любов і голуби»
14.15 Х/ф «Москва сльозам не вірить»
17.30, 22.00 «Вікна-Новини»
18.00 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія»
20.00, 22.35 Х/ф «Снайперша»

НОВИЙ КАНАЛ
06.00, 21.40 Кохання на виживання
08.00 Пацанки. Нове життя
16.30, 19.00 Топ-модель по-українськи
23.40 Х/ф «Черепи»

«УКРАЇНА»
06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні
09.30, 05.15 Зірковий шлях
11.00, 01.50 Реальна містика
13.10, 15.30 Агенти справедливості
16.00 Історія одного злочину
18.00 Т/с «Лікар Ковальчук»
19.45 Ток-шоу «Говорить Україна»

21.00, 00.00 Т/с «Зовсім інше життя»
23.20 Слідами

ТТБ
06.45 «Слово Боже на кожен день»
06.50, 09.55, 12.13, 22.55 Анонси. Погода
06.55 «Велети духу і слави. Українська місія»
07.00 «Ранок з ТТБ»
09.00 «Майстерня професій»
09.15 «Тема дня»
09.30 «Як це було»
10.00 «Що робити?»
10.56, 11.13, 16.13, 17.13, 19.26, 22.26 Погода. Анонси
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 «Волинськими дорогами Тараса»
16.15 «У країні Мультяндії»
17.15 «Актуальне інтер'ю»
17.35 «Магнолія-ТВ. Служба розшуку дітей»
17.40 Реклама.Анонси
17.45 Соціальна реклама
18.00 «Сад. Город. Квітник»
18.15 «Смакота»
18.30 «Як це?»
18.50 Телезамальовка
18.55, 20.25 «Тернопіль сьогодні»
19.30 «На часі»
20.15 «100 шедеврів»
20.35 «Пісня в дарунок»
20.45 «Вечірня казка»
21.00 «Назбирание»
21.30 «Arte, viva!»
22.30 Д/ф «Відлуння віків. Олександрія»

ІНТЕР
05.50 «Мультфільм»
06.20 «Слідство вели... з Леонідом Каневським»
07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 17.40 Новини
07.10, 08.10, 09.20 «Ранок з Інтером»
10.00, 12.25 «Той, хто не спить»
12.50 Х/ф «Свій серед чужих, чужий серед своїх»
14.50, 15.45, 16.45 «Речдок»
18.00 Ток-шоу «Стосується кожному»
20.00 «Подорожі тижня»
22.00 Т/с «Бюро легенд-2»

НЕДІЛЯ, 24.12.2017

UA:ПЕРШИЙ

06.00 М/с «Чорний Джек»
06.30, 07.10, 08.05, 09.10 Доброго ранку, Країно!
07.00, 08.00, 09.00, 21.00 Новини
09.30 Т/с «Супер відчуття»
10.00 Х/ф «Золото»
12.10 Перший на селі
12.40 Д/с «Смак Дзяннаня»
13.30 Фольк-music. Діти
14.25 Фольк-music
15.55 Д/ф «Кардинал Мар'ян Яворський»
16.55 Х/ф «Святий Августин»
21.35 Розважальна програма з Майклом Щуром
22.15 Лайфхак українською
22.25 Нічна Різдвяна Літургія під проводом Святішого Отця Франциска в Базиліці святого Петра

1+1
06.05 ТСН
07.00 «Українські сенсації»
08.00, 10.00 «Розсміши коміка»
09.00 «Лото-забава»
09.40 М/ф «Маша і ведмідь»
11.00 «Світ навиворіт-9»
12.15, 13.20, 14.40, 15.45 «Світ навиворіт-6»
17.05 «Ліга сміху-2017»
19.30 «ТСН-Тиждень»
21.00 Х/ф «Дівчина з персиками»
00.40 «Аргумент кіно»

2+2
06.00 Мультфільми
08.00 Бушидо
09.30 «ДжеДА!»
10.00 «Бандерлоги»
11.30, 01.00 «Помста природи»
16.00 Х/ф «Бета-тест»
17.45 Х/ф «Тактичний напад»
19.20 Х/ф «Кікбоксер-2: Дорога назад»
21.10 Х/ф «Кікбоксер-3: Мистецтво війни»
23.00 «Змішані єдиноборства. UFC»

TV-4
06.00 Х/ф «Те, що бачив місяць»
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, 00.55 Оголошення. Бюро знахідок
08.35, 15.55, 22.05 Тернопільська погода
08.40 Час-Тайм
09.00 Повнота радості життя

09.30 Справжня ціна
10.15 Прямая трансляція Божественної святої літургії з Архікатедрального собору УГКЦ м.Тернополя
11.40 Дім книги
12.00 Х/ф «Три Різдвяні казки»
13.30 «Чарівний ключик»
14.00 Погляд зблизька
14.30 Формула здоров'я
15.30 Твій дім
16.20 Слідство. Інфо
16.55, 22.10 Добрі традиції
17.00 Вікно в Америку
17.30, 20.30 Про нас
18.00 Наші вітання
19.00, 00.00, 03.30 Провінційні вісті. Тиждень
19.45, 00.45 Миська рада інформуює
20.00, 01.00 Огляд світових подій
21.00, 03.00 «Гал-кліп»
22.15, 04.15 Х/ф «Кохання на Різдво»
23.45 Час-тайм

ICTV
05.00 Більше, ніж правда
06.35 Т/с «Слідчі»
08.30 Т/с «Відділ 44»
11.40, 13.00 Скетч-шоу «На трьох»
12.45 Факти. День
15.05 Х/ф «13-й район»
16.50 Х/ф «13-й район. Цегляні маєтки»
18.45 Факти тижня. 100 хвилин
20.35 Х/ф «Джон Вік»
22.50 Х/ф «Макс Пейн»
00.50 Х/ф «Хулігани Зеленої вулиці»

СТБ
07.00 «Хата на тата»
08.55 «Все буде смачно!»
10.15 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія»
11.15 «Караоке на Майдані»
12.10 «МастерШеф-7»
19.00 «Битва екстрасенсів-17»
21.15 «Один за всіх»
22.30 «Х-Фактор - 8»

НОВИЙ КАНАЛ
06.00 М/с «Том і Джеррі шоу»
08.00 Топ-модель по-українськи
10.39, 12.09 Kids Time
10.40 М/ф «Лісова братія»
12.10 Х/ф «16 кварталів»
14.10 Х/ф «Викрасти за 60 секунд»
16.45 Х/ф «Повітряна в'язниця»
19.00 Х/ф «Пророк»
21.00 Х/ф «Таємний агент»
23.00 Х/ф «Еверлі»

«УКРАЇНА»

06.50 Сьогодні
07.45 Зірковий шлях
09.20 Т/с «Свій чужий син»
13.10 Т/с «Зовсім інше життя»
17.00, 21.00 Т/с «Коли повертається минуле»
19.00 Події тижня з Олегом Панютою
20.00 Головна тема
23.00 Т/с «Зозуля»

ТТБ
06.45 «Слово Боже на кожен день»
06.50 Анонси. Погода
06.55 «Велети духу і слави. Українська місія»
07.00 «Ранок з ТТБ»
09.00 «Кулінарія від Андрія»
09.15 «Всяка всячина: інструкція з використання»
09.30 «Вухаті та хвостаті»
09.45 «Кошик творчих ідей»
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 «Мамина доля»
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 «Сад. Город. Квітник»
19.00 «Музичний калейдоскоп»
19.30 «Мамина 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
05.45 «Мультфільм»
06.20 Х/ф «Вусатий нянь»
08.00 «Удачний проект»
09.00 «Готуємо разом»
10.00 «Орел і решка. Зірки»
11.00 «Орел і решка. Перезавантаження»
12.00 Х/ф «Укол парасолькою»
14.00 «Пісня року»
15.20 «Час будувати»
17.30, 20.30 Т/с «Східні солодощі»
20.00 «Подорожі тижня»
22.20 Концерт балету «Freedom»

СУБОТА, 23.12.2017

UA:ПЕРШИЙ

06.00, 09.45 М/с «Легенда про Білосніжку»
06.30, 07.10, 08.05, 09.10 Доброго ранку, Країно!
07.00, 08.00, 09.00, 21.00 Новини
10.30 Діти Z
11.00 Фольк-music. Діти
11.50 Лайфхак українською
12.05 Хто в домі хазяїн?
12.50 Х/ф «Золото»
15.10 Д/с «Смак Дзяннаня»
15.40 Т/с «Оповідання XIX століття»
20.25 Роздягалка
21.35 Розсекречена історія
22.35 Війна і мир
23.25 Мегалот
23.35 Д/ф «Вони боролись до загиби»
00.35 Д/с «Орегонський путівник»

1+1
06.00, 19.30 ТСН
06.45 «Гроші»
08.05 Х/ф «З новим роком, мамі!»
09.50, 23.15 «Світське життя»
10.50 «Голос. Діти-4»
14.05 «Вечірній Київ-2017»
16.05, 21.15 «Вечірній квартал-2017»
18.30 «Розсміши коміка-2017»
20.15 «Українські сенсації»
00.15 «Модель XL»

2+2
06.00 Мультфільми
08.00 Бушидо
09.00 «Цілком таємно»
10.00 «Загублений світ»
13.00 Т/с «Ментівські війни. Одеса-2»
16.40 Х/ф «Великий переполюх у малому Китаї»
18.30 Х/ф «Сталевий світанок»
20.30 Х/ф «Облога»
22.50 Х/ф «Від заходу до світанку-2: Криваві гроші Техасу»
00.35 «Помста природи»

TV-4
06.00, 21.15 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, 00.00 Оголошення. Бюро знахідок
07.35 Х/ф «Те, що бачив місяць»
08.55, 19.55 Добрі традиції
09.00 Час-Тайм
09.30, 19.00 Єдина країна
10.00 Слідство. Інфо

10.30 Блага звістка з Ріком Реннером
11.30 Майстер-клас із Наталкою Фіщич
11.55, 14.25, 16.55, 20.05, 00.05 Тернопільська погода
12.00, 23.30 Євромакс
12.30, 00.30 Х/ф «Той, що біжить по льоду»
14.30 Мультфільм
15.00 Х/ф «Три Різдвяні казки»
16.30 Дім книги
17.00 Хіт-парад
17.50 THEU — калейдоскоп подій
18.00 Наші вітання
19.30, 02.30 У фокусі Європа
20.10, 03.00 Любов Ізотова «Сніг у Флоренції»
21.30, 04.00 Х/ф «Читай по губам»
00.10 Час-Тайм

ICTV
05.05, 04.20 Еврика!
05.15, 04.30 Факти
05.35 Більше, ніж правда
07.10 Я зняв!
09.10, 14.10 Дизель-шоу
10.45 Особливості національної роботи
12.45 Факти. День
13.00 Скетч-шоу «На трьох»
16.50 Х/ф «Таємниця ордену»
18.45 Факти. Вечір
19.20 Надзвичайні новини. Підсумки
20.10 Х/ф «13-й район. Цегляні маєтки»
22.00 Х/ф «13-й район»
23.45 Х/ф «Колонія»

СТБ
05.45 Х/ф «Небезпечно для життя!»
07.40 «Караоке на Майдані»
08.40 «Все буде смачно!»
09.40 Х/ф «Снайперша»
13.20 «Зважені та шасливі-7»
16.10 «Хата на тата»
19.00 «Х-Фактор-8»
21.50, 23.50 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія»
22.50 «Х-Фактор - 8 Підсумки голосування»

НОВИЙ КАНАЛ
05.59, 07.09 Kids Time
06.00 М/с «Лунтик і його друзі»
07.10 Дешево та сердито
08.50 Ревізор
11.30 Страсті за Ревізором
14.50 Вар'яти
16.45 Зоряні яйця
18.40 Х/ф «Викрасти за 60 секунд»

21.00 Х/ф «Повітряна в'язниця»
23.20 Х/ф «Токарев»

«УКРАЇНА»
06.00 Зірковий шлях
06.40, 07.15, 15.20 Т/с «Чорна кров»
07.00, 15.00, 19.00 Сьогодні
16.10, 19.40 Т/с «Свій чужий син»
20.50 Х/ф «Зведені сестри»
23.00 Т/с «Героєрація»

ТТБ
06.45 «Слово Боже на кожен день»
06.50 Анонси. Погода
06.55 «Велети духу і слави. Українська місія»
07.00 «Ранок з ТТБ»
09.00 «Удосвіта»
09.30 «Як це?»
09.50 «100 шедеврів»
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 «Обереги»
12.15 «Сад. Город. Квітник»
12.30 «Смакота»
16.00 «Вухаті та хвостаті»
16.15 «У країні Мультяндії»
17.00 «Кошик творчих ідей»
17.15 «Мамина доля»
17.45 Соціальна реклама
18.00 «Учнівський щоденник»
18.15 «Кулінарія від Андрія»
18.30 «Почерк долі»
19.00 «Панорама подій»
19.45 «Всяка всячина: інструкція з використання»
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
06.50 «Мультфільм»
07.25 «Чекай мене»
09.00 Х/ф «31 червня»
11.50 Х/ф «Старий Новий Рік»
14.30 Х/ф «Екіпаж»
17.20 Концерт Олега Вінника «Моя душа...»
20.00, 05.15 «Подорожі тижня»
20.30 «Час будувати»
22.40 Т/с «Дружина генерала»

• Збережіть – згодиться

Розклад руху приміських поїздів по станції Тернопіль на 2017-2018

№ поїзда	Відправлення	Відправлення з Тернополя	Прибуття в кінцевий пункт	Примітка
6202	Тернопіль—Волочиськ	04:13	05:23	щодня
6203	Тернопіль—Зборів	07:07	07:59	щодня
6271	Тернопіль—Заліщики	08:08	12:29	щодня
6037	Тернопіль—Львів	08:44	11:43	щодня
6253	Тернопіль—Ходорів	09:00	13:55	щодня
6273	Тернопіль—Іване-Пусте	09:10	14:00	пн, ср, чт, сб, нд
6283	Тернопіль—Гусятин	09:10	12:10	вт, пт
6242	Тернопіль—Ланівці	09:15	11:48	щодня
6204	Тернопіль—Волочиськ	09:18	10:46	щодня
6041	Тернопіль—Львів	12:35	15:38	щодня
6045	Тернопіль—Львів	16:19	19:20	щодня
6206	Тернопіль—Підволочиськ	16:35	17:49	щодня
6277	Тернопіль—Заліщики	18:19	23:34	щодня
6208	Тернопіль—Підволочиськ	20:25	21:36	щодня
6047	Тернопіль—Львів	20:43	23:40	щодня
6279	Тернопіль—Іване-Пусте	20:57	01:56	щодня
6255	Тернопіль—Ходорів	21:10	02:05	щодня
6244	Тернопіль—Ланівці	21:22	23:55	щодня

№ поїзда	Прибуття	Відправлення з кінцевого пункту	Прибуття в Тернопіль	Примітка
6270	Заліщики—Тернопіль	02:04	06:50	щодня
6232	Красне—Тернопіль	04:59	06:50	щодня
6201	Волочиськ—Тернопіль	05:40	07:03	щодня
6241	Ланівці—Тернопіль	04:43	07:15	щодня
6272	Іване-Пусте—Тернопіль	02:41	07:26	щодня
6252	Ходорів—Тернопіль	02:30	07:35	щодня
6204	Зборів—Тернопіль	08:10	09:04	щодня
6036	Львів—Тернопіль	08:42	11:40	щодня
6205	Волочиськ—Тернопіль	11:15	12:57	щодня
6040	Львів—Тернопіль	13:03	15:59	щодня
6274	Заліщики—Тернопіль	12:49	17:22	щодня
6243	Ланівці—Тернопіль	16:33	19:05	щодня
6256	Ходорів—Тернопіль	14:25	19:26	щодня
6207	Підволочиськ—Тернопіль	18:11	19:26	щодня
6276	Іване-Пусте—Тернопіль	14:25	19:35	пн, ср, чт, сб, нд
6286	Чортків—Тернопіль	16:35	19:35	вт, пн
6044	Львів—Тернопіль	16:40	19:36	щодня
6209	Підволочиськ—Тернопіль	21:46	23:01	щодня

* розклад складено на момент введення графіку руху поїздів (10.12.17). У період дії графіка можливі зміни.

Розклад руху поїздів

через станцію **Тернопіль** на 2017-2018 рр. (на схід)

№ поїзда	Маршрут прямування	Прибуття	Стоянка (хв)	Відправлення	Прибуття в кінцевий пункт	Дні курсування	Нумерація	Примітка
12не	Львів-Одеса	00:16	4	00:20	08:43	непарні	гол.	
82	Ужгород-Київ	00:38	4	00:42	07:26	щодня	хв.	
Десна								
50	Трускавець-Київ	00:55	4	00:59	07:33	щодня	хв.	
Кобзар								
36нш	Перемишль-Одеса	01:29	5	01:34	11:15	щодня	хв.	
26нш	Яремче-Одеса	01:29	5	01:34	11:15	щодня	хв.	
70	Львів-Маріуполь	03:22	5	03:27	06:30	щодня	гол.	
748	Тернопіль-Київ			04:04	10:01	щодня (крім вівторка)	хв.	
Інтерсіті								
108	Ужгород-Одеса	04:27	5	04:32	14:38	щодня	хв.	
Хаджібей								
14нш	Солотвино-Київ	05:40	5	05:45	13:44	щодня	гол.	
74	Львів-Москва	11:56	5	12:01	10:41	щодня	хв.	
86	Львів-Новоолексіївка	13:13	7	13:20	10:50	непарні	гол.	
96	Львів-Черкаси	15:02	5	15:07	04:16	3, 7, 11, 15, 19, 23, 27 числа кожного місяця	гол.	
Тясмин								
120	Львів-Запоріжжя	16:11	12	16:23	14:52	щодня	хв.	
716	Перемишль-Київ	17:38	2	17:40	23:09	щодня	хв.	
Інтерсіті+								
42	Трускавець-Дніпро	17:29	18	17:47	09:17	щодня	гол.	
110	Львів-Херсон	18:10	7	18:17	10:34	непарні при двох непарних – 29, 1, 3	гол.	
112	Львів-Харків	19:46	6	19:52	13:46	непарні	гол.	
Слобожанщина								
134	Івано-Франківськ-Миколаїв	21:07	5	21:12	16:23	щодня, крім 13, 16, 19, 22, 25, 28, 31/12; 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27, 30/01; 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26/02; 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28, 31/03; 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27, 30/04; 3, 6, 9, 12, 15/05	гол.	
144	Ворохта-Київ	22:10	5	22:15	05:51	щодня	гол.	
358	Рахів-Київ	23:12	30	23:42	06:18	щодня	гол. (хв.)	
Гуцульщина								
136	Чернівці-Білгород-Дністр.	23:50	7	23:57	12:42	непарні	гол.	

Розклад руху поїздів

через станцію **Тернопіль** на 2017-2018 рр. (на захід)

№ поїзда	Маршрут прямування	Прибуття	Стоянка (хв)	Відправлення	Прибуття в кінцевий пункт	Дні курсування	Нумерація	Примітка
13нш	Київ-Солотвино	00:27	5	00:32	13:36	щодня	хв.	
135нш	Білгород-Дністр.-Чернівці	02:21	5	02:26	10:02	щодня	хв.	
49	Київ-Трускавець	02:41	4	02:45	07:59	щодня	гол.	
Кобзар								
143	Київ-Ворохта	03:45	10	03:55	11:55	щодня	хв.	
81	Київ-Ужгород	04:01	11	04:12	13:03	щодня	гол.	
Десна								
25	Одеса-Яремче	04:17	5	04:22	11:36	щодня	гол.	
35	Одеса-Перемишль	04:17	5	04:22	09:45	щодня	гол.	
109	Херсон-Львів	05:55	9	06:13	08:23	непарні	хв.	
11не	Одеса-Львів	06:03	3	06:06	07:55	парні	хв.	
41	Дніпро-Трускавець	06:25	5	06:30	11:12	щодня	хв.	
107	Одеса-Ужгород	07:36	4	07:40	15:57	щодня	гол.	
Хаджібей								
133	Миколаїв-Івано-Франківськ	07:57	5	08:02	12:55	щодня, крім 13, 16, 19, 22, 25, 28, 31/12; 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27, 30/01; 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26/02; 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28, 31/03; 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27, 30/04; 3, 6, 9, 12, 15/05;	хв.	
95	Черкаси-Львів	08:16	6	08:22	10:46	3, 7, 11, 15, 19, 23, 27 числа кожного місяця	хв.	
Тясмин								
119	Запоріжжя-Львів	10:01	13	10:14	12:22	щодня	гол.	
85	Новоолексіївка-Львів	10:36	5	10:41	12:51	непарні	хв.	
73	Москва-Львів	11:27	5	11:32	13:30	щодня	гол.	
715	Київ-Перемишль	12:12	2	12:14	15:03	щодня	гол.	
Інтерсіті+								
111	Харків-Львів	13:39	8	13:47	16:00	непарні	хв.	
69	Маріуполь-Львів	14:53	5	14:58	17:01	щодня	хв.	
357	Київ-Рахів	21:56	39	22:35	09:43	щодня	гол.(хв.)	
747	Київ-Тернопіль	23:25				щодня, крім понеділка	гол.	
Інтерсіті								

Розпорядження голови Тернопільської обласної державної адміністрації **ПРО ВИРОБНИЧИЙ КАЛЕНДАР**

підприємств, установ та організацій області в умовах восьмигодинного робочого дня на 2018 рік

Відповідно до Кодексу законів про працю України:

1. Затвердити виробничий календар підприємств, установ та організацій області в умовах восьмигодинного робочого дня на 2018 рік, яким передбачено 250 робочих днів та 115 днів, робота в які не проводиться, із загальною кількістю 1993 робочих години.

2. Взяти до відома, що:

1) під час розрахунку норми тривалості робочого часу безпосередньо на підприємстві слід керуватися Кодексом законів про працю України (зі змінами) та Господарським кодексом України (зі змінами);
2) у 2018 році на підприємствах, в установах, організаціях області робота не проводиться у такі святкові і неробочі дні:

1 січня — Новий рік,
7 січня, 25 грудня — Різдво Христове,
8 березня — Міжнародний жіночий день,
8 квітня — Пасха (Великдень),
1 травня — День праці,
9 травня — День перемоги над нацизмом у Другій світовій війні (День перемоги),
27 травня — Трійця,
28 червня — День Конституції України,
24 серпня — День незалежності України,
14 жовтня — День захисника України;

3) за графіком п'ятиденного робочого тижня з вихідними в суботу та неділю у 2018 році вихідний у неділю, 7 січня, переноситься на понеділок, 8 січня, вихідний у неділю, 8 квітня, — на понеділок, 9 квітня, вихідний у неділю, 27 травня, — на понеділок, 28 травня, вихідний у неділю, 14 жовтня, — на понеділок, 15 жовтня;

4) напередодні святкових і неробочих днів 8 березня, 1 травня, 9 травня, 28 червня, 24 серпня, 25 грудня 2018 року та 1 січня 2019 року тривалість роботи працівників, крім працівників, зазначених у статті 51 Кодексу законів про працю України (зі змінами), скорочується на одну годину;

5) як правило, з метою створення сприятливих умов для святкування, а також раціонального використання робочого часу розпорядженнями Кабінету міністрів України рекомендується переносити робочі дні для працівників, яким встановлено п'ятиденний робочий тиждень з двома вихідними у суботу та неділю;

6) прийняте роботодавцем рішення про перенесення робочих днів змінює графік роботи підприємства, установи, організації та норму тривалості робочого часу в місяцях, у яких запроваджено перенесення робочих днів, тому всі дії щодо надання відпусток, виходу на роботу мають здійснюватися за зміненням у зв'язку з перенесенням робочих днів графіком роботи підприємства.

При цьому слід мати на увазі, що в разі перенесення робочого дня, який передуює святковому чи неробочому дню, на інший вихідний, для збереження балансу робочого часу за рік тривалість роботи в цей перенесений робочий день має відповідати тривалості передсвяткового робочого дня.

3. Районним державним адміністраціям, виконавчим комітетам Бережанської, Кременецької, Тернопільської та Чортківської міських рад, управлінню освіти і науки облдержадміністрації, підприємствам автомобільного транспорту, облспоживспільці відповідно до компетенції погодити графіки роботи підприємств громадського і приватного транспорту, дитячих дошкільних установ, підприємств, установ, організацій громадського харчування згідно з виробничим календарем підприємств, установ та організацій області на 2018 рік.

4. Департаменту соціального захисту населення та відділу взаємодії із засобами масової інформації облдержадміністрації забезпечити опублікування виробничого календаря на 2018 рік у засобах масової інформації області.

5. Визнати таким, що втрачає чинність 31 грудня 2017 року, розпорядження голови обласної державної адміністрації від 15 листопада 2016 року №659—од «Про виробничий календар підприємств, установ та організацій області в умовах восьмигодинного робочого дня на 2017 рік».

6. Контроль за виконанням розпорядження доручити заступникам голови обласної державної адміністрації згідно з розподілом обов'язків.

Голова обласної державної адміністрації **С. Барна.**

