

ПОРАДНИЦЯ ДЛЯ ВСІЄЇ РОДИНИ!

Програма телебачення

Домашня Газета

Ціна 1 грн 50 коп

#5(824) 1 лютого 2018 року

• Напохвати

У ГОСПОДАРСТВІ ПРИГОДИТЬСЯ

Шкірку апельсина висушіть і покладіть у шафу — відлякуватиме міль. Улітку можна використати для приготування розчинів проти попелиці та інших шкідливих комах саду.



Кавовою гущею добре чистити жирні пляшки: наповнити нею на третину і струсити кілька разів. Гуща має бути вологою. Добре висушена згодиться для відлякування слимаків у саду.

Картопляним лушпинням можна ефективно почистити димар од сажі. Його тільки треба кинути в розпалену піч: волога пара зробить свою справу. Висушене ж картопляне лушпиння ранньою весною найкраще прикопати під смородиною. Це захист від попелиці і водночас підживлення для куштів.



У картопляному відварі (несоленому) можна сполоснути тонку білизну. Вона блищатиме, не втратить м'якості й водночас підкрохмалиться.

Несолений картопляний відвар, окрім крохмалю, містить і мікроелементи, що активізують ґрунтові організми. Перед поливанням кімнатних квітів його лише слід охолодити до кімнатної температури.

Використана чайна заварка стане в пригоді при чищенні килима. Її, зволожену, слід розкидати по ньому і змести віником. За теплої пори заварку використовують як мульчу.



**ПОРЯТУНОК
ДЛЯ ХВОРИХ
СУГЛОБІВ**

2

Запорука отримання хорошої розсади, а отже, і високого врожаю — доброякісне насіння. Купуйте його в спеціалізованих магазинах, що мають добру репутацію.

На пакеті з насінням повинні бути чітко вказані сорт, кількість насінин і термін придатності українською мовою.

Не висівайте насіння в щільну, важку ґрунтову суміш невідомого походження. Найкраща — приготована заздалегідь з осені.

Найліпший склад ґрунтової суміші — дві частини компосту, до якого додано по одній частині тирси та піску. Свіжу тирсу слід зволожити слабким розчином аміачної селітри або сечовини.

Не забудьте полити ґрунтову суміш в ящиках перед висіванням, інакше насіння з водою буде затягнуте вглиб і період появи сходів розтягнеться.

Не загущуйте, завжди висівайте норму, інакше рослини витягнуться, будуть слабкими, можуть уражатися «чорною ніжкою».

Не забувайте про не-

• Щоб добро не пропало

Час заглянути до погребу

Більша частина зими минула. Тож слід перевірити, як справи у сховищі.

При виявленні **підмороженої картоплі** її треба перевірити, бо загние вся. Видалену картоплю можна згодувати худобі лише після того, як повністю відтане.

Місце, де зберігалася підморожена картопля, треба очистити, побризкати вапняним розчином із додаванням мідного купоросу (на 1 кг вапна — 30 г купоросу). Аби запобігти подальшому псуванню, бульби слід добре просушити. Якщо такої змоги нема, пересипте попелом.

Стежте, аби в погребі чи підвалі не було крапель на стелі. Щоб зайва волога не утворювалася, поставте ящики з негашеним вапном і регулярно провітрюйте сховище.

3 днем Ангела!

Сьогодні іменини Федора, Арсена, завтра — Ірни, Римми, Захара. 3 лютого з днем Ангела вітайте Валеріана, Максима, Євгена, 4 — Тимофія, 5 — Клімента, 6 — Оксану, Ксенію, 7 — Григорія, Олександра, Володимира.

**Готуємо
насіння
до посіву**

4



**Щоб
не отруїтися
газом**

6

**Аби розсада була
здоровою**



обхідність підтримання оптимального температурного режиму повітря. Загальне правило таке: до появи сходів температура вища, після їх появи — нижча на 5—7°C вдень і на 10°C вночі.

Не використовуйте для посіву посуд з поганим дренажем, позаяк застій води може призвести до загибелі насіння, а також сходів.

Не розміщуйте ємності

далеко від джерела світла. Брак освітлення призводить до викривлення і витягування розсади, що різко погіршує її якість і знижує врожайність.

Світло і тепло — основні складові одержання гарної розсади. Додаткове освітлення збільшує ваші шанси на успіх — світловий день має тривати 12—14 годин. Бажано досвічувати рослини рано-вранці або ввечері.

Не спізнуйтеся з пікіруванням. На більшості сходів овочевих культур це треба зробити після появи двох-трьох справжніх листків.

Після пікірування рослини поливають і притіняють на 1—2 дні.

Через 4—5 днів після пікірування проводять перше підживлення. Найліпше — розчинами мінеральних і органічних добрив, чергуючи їх один раз на десять днів.

• Місячний календар

1 лютого, четвер. Повня. Місяць у Леві, Діві (21 год 13 хв). 16/17 дні Місяця. Схід — 18 год 30 хв, захід — 8 год 21 хв.

2 лютого, п'ятниця. Повня. Місяць у Діві. 17/18 дні Місяця. Схід — 19 год 49 хв, захід — 8 год 56 хв.

3 лютого, субота. Повня. Місяць у Діві, Терезах (23 год 47 хв). 18/19 дні Місяця. Схід — 21 год 04 хв, захід — 9 год 27 хв.

4 лютого, неділя. Повня. Місяць у Терезах. 19/20 дні Місяця. Схід — 22 год 16 хв, захід — 9 год 53 хв.

5 лютого, понеділок. Повня. Місяць у Терезах. 20/21 дні Місяця. Схід — 23 год 26 хв, захід — 9 год 18 хв.

6 лютого, вівторок. Повня. Місяць у Терезах, Скорпіоні (5 год 56 год). 21 день Місяця. Захід — 10 год 43 хв.

7 лютого, серeda. Остання чверть о 17 год 55 хв. Місяць у Скорпіоні. 21/22 дні Місяця. Схід — 0 год 33 хв, захід — 11 год 10 хв.

• Що робити?

ЯКЩО КАРТОПЛЯ ПІДМЕРЗЛА

Неприємний смак і запах примороженої картоплі зникне, якщо бульби потримати 20—30 хвилин у холодній воді, а потім опустити в окріп, додавши чайну ложку оцту.

Виправити ситуацію з підмерзлою картоплею також можна, потримавши кілька годин у теплому приміщенні, а потім помістивши на 8—10 годин у холодну воду. Перед приготуванням таку картоплю кілька разів промивають свіжою водою.



Погода на тиждень	Температура	Опади	Вітер, м/с	Тривалість дня
четвер, 1 лютого	-2 / +6	без опадів	півд., 4	9.22
п'ятниця, 2 лютого	+2 / +8	без опадів	півд., 4	9.25
субота, 3 лютого	-2 / +2	сніг з дощем	півн.-зах., 3	9.28
неділя, 4 лютого	-3 / 0	сніг	півн.-зах., 4	9.31
понеділок, 5 лютого	-4 / -2	можл. сніг	зах., 4	9.35
вівторок, 6 лютого	-7 / -3	без опадів	зах., 3	9.38
середа, 7 лютого	-8 / -4	без опадів	зах., 3	9.41

● Дослідили
Люди товстіють від... напоїв

Учені з Університету Північної Кароліни зробили дивовижне відкриття. Як впливає із заяви фактивців, калорії легше засвоюються організмом не з твердої їжі, а з напоїв. Причому за останні 35 років кількість калорій, що отримуються під час пиття, збільшилася удвічі.

Давно відома рекомендація лікарів, що людина повинна випивати на день не менш як дві літри рідини. Проте на початку ХХ століття, коли з'явилася ця рекомендація, йшлося більше про воду. Як підрахували американські учені, з початку 70-х кількість калорій, які людина отримує при угамовуванні спраги, виросла удвічі. А зайві калорії загрожують надмірною вагою, діабетом та іншими розладами здоров'я.

Як стверджують дієтологи, всі напої діляться на шість груп — від найбільш до найменше бажаних. Найбажаніший, звичайно ж, вода, потім чай і кава без цукру; молоко; солодкі напої і соки; енергетичні напої і алкоголь. Найнебезпечнішими можуть бути фруктові напої.

За підрахунками вчених, тільки питтям солодких напоїв людина покриває щоденну калорійну норму. Вся рідини, випита за день, дорівнює більш ніж 2 тис. калорій. Крім того, у калорійних напоїв є ще і побічний ефект: вони примушують нас більше їсти. Дієтологи радять перейти на звичайну воду і трав'яний чай.

Сильні ноги — здоровий мозок

Команда вчених з Королівського коледжу в Лондоні стверджує, що стан фізичної підготовки ніг тісно асоціюється зі швидкістю старіння мозку.

Висновки були зроблені завдяки 10-річному спостереженню за понад 150 парами близнюків. Воно фінансувалося Національним інститутом досліджень у галузі охорони здоров'я. Фахівці спиралися на дані про те, що вправи змушують м'язи виробляти гормони, які сприяють росту нервових клітин.

Дослідники відстежували фізичне здоров'я близнюків у віці від 43 до 73 років. На початку і наприкінці експерименту було оцінено так звану потужність мозку з допомогою серії тестових завдань на комп'ютері. І встановлено, що у близнюків з більш тренованими ногами на початку дослідження й через 10 років рівень когнітивних здібностей, себто розвиток усіх видів розумових процесів, кращий. До того ж у них спостерігалось менше змін у мозку, пов'язаних із віком.

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

Науково підтвердити цілющий вплив молитви і мира на організм людини вирішив Михайло Лазорик з Ужгорода. Після цього вчений запатентував результати досліджень, пише видання «Слово today».

ДІЄВИШЕ ВІД ГОЛКОВКОЛЮВАННЯ

Михайло Лазорик — кандидат медичних наук, доцент кафедри факультетської терапії Ужгородського національного університету, заслужений винахідник України, гомеопат, патентознавець. Він запатентував 166 винаходів, над деякими з них працював спільно зі своїми студентами, які є співавторами багатьох праць.

Ідея дослідити вплив молитви на кров прийшла Михайлу Івановичу п'ятнадцять років тому, адже він теж віруюча людина, ходить до церкви. Дослідження про вплив на кров голкотерапії та лікувальних ванн уже проводив. Тому зацікавився: а чи змінюється структура крові під час молитви?

Разом зі студентами взявся за працю. Священнослужителів вирішив не долучати, щоб вони не піддавалися сумніву щодо цілющого значення молитви. На експеримент зголосилося всього 15 чоловіків та жінок, які поставили умову: не оприлюднювати їхніх прізвищ. Це були юристи, медики та люди без жодної освіти. Пацієнти хворіли на атеросклероз, гепатит В, серцеві

Молитва змінює кров, а миро діє як антибіотик

Те, що під час піснеспівів у храмі людина почуває умиротворення, духовне полегшення, скаже вам багато віруючих. Чимало є випадків і зцілення мироточивими іконами та хрестами.



● А ви знали?

патології та інші недуги.

Треба зазначити, що дослідження не проводилося водночас над усією групою, адже аналіз крові одного забирає чимало часу.

Перед дослідом науковці брали капілярну та венозну кров, проводили аналіз. Потім хворий (або хтось із його знайомих) читав молитви хвилин 15—20 чи то подумки, чи з молитвослова. Це «Отче наш», «Вірую», «Царю Небесний», 50-й псалом, молитви до святих і небесних покровителів. Після цього знову робили аналіз венозної та капілярної крові.

Михайло Лазарик розповідає, що результати першого ж пацієнта неабияк здивували. Чоловік ледве жив у аварії, в якій загинув його брат. Мав остеомиєліт (загноєння кісток ніг).

Коли порівняли показники крові до та після молитви, виявилось, що рівень одного з показників фагоцитозу був у шість (!) разів нижчим, ніж до експерименту. В інших чоловіків — нижчий утроє, в жінок — менше, адже вони емоційніші.

Коли співставив результати дослідження про вплив на кров лікувальних ванн та голковколювання, то з'ясувалося, що молитва має набагато сильніший ефект.

«Пояснюємо це тим, що під час запального процесу розвивається агресія проти збудника, а молитва діє заспокійливо. Своїм дослідженням ми підтвердили, що молитва — це не опіум для народу. Коли вона читається, звукові коливання діють на організм

людини і викликають зміни показників крові. Тому що під час молитви ми включаємо свідомість, очі, слух і мовленнєвий апарат», — вважає вчений.

...І ДИТЯ ПОЧАЛО ДИХАТИ

Нещодавно до Михайла Лазорика звернулися священнослужителі православного монастиря, що у селі Кибляри Ужгородського району. Там мироточили камінь з Почаївської гори, ікона «Умиротворення загиблених» та настільний дерев'яний хрест з металевим ликом Ісуса. З них монахи передали три зразки мира, але Михайло Іванович не знав, з якої конкретно святині. Одні люди скептично ставляться до дива мироточення, інші — вірять у це беззаперечно.

Викладач зі студентами в Інтернеті знайшли окремі дослідження та зрозуміли, що найбільш всебічні та глибокі має... Інститут криміналістики ФСБ Росії. Тому пішли іншим шляхом: вирішили дослідити безпечність мира для людини.

«Спочатку з'ясували, що взірці з миром не заражені бактеріями та грибами, — розкажує про хід дослідження ужгородський науковець. — За місяць посіяли вирощені бактерії і додали до них крапельку кожного мира. З трьох взірців у одному блокувався ріст бактерій, тобто миро діяло як антибіотик».

Через місяць експеримент повторили. І навіть у мирі, розведеному більш ніж у десять разів, ріст бактерій блокувався! В інших двох пробах мікроби розвивалися, отже, лікувального ефекту ці зразки не мали. Вже опісля монахи зізналися, що цілюще миро — з настільного хреста.

Поки Михайло Лазорик зі своїми студентами проводив дослідження, в обласну дитячу лікарню в Мукачеві потрапив півторарічний хлопчик, який не вдало впав. Дитя перебувало на апараті штучного дихання.

Батьки попросили дозволу лікарів помазати чоло дитинки миром з настільного хреста. Медики, зважаючи на безнадійний стан дитини, дозволили. І сталося диво! Через 10 хвилин малюк почав дихати самостійно, а наступного дня, як запевняє Михайло Лазорик, його виписали з лікарні.

● **Фахівець радить**

Як підготувати дитину до обстеження

Як відомо, багато проблем зі здоров'ям починаються непомітно для нас. Це, зокрема, стосується й серйозних захворювань шлунка і кишківника. Як своєчасно виявити проблему?

На допомогу приходять ендоскопія. Так називається в медицині метод дослідження внутрішніх органів за допомогою спеціальної апаратури (ендоскопа).

Ендоскоп — це гнучкий оптичний прилад, який складається з трубки з камерою, що дає змогу передавати зображення на екран, та освітлювальної системи для підсвічування обстежуваного органу.

Процедура ендоскопії істотно полегшила діагностику захворювань на початкових стадіях, що дає змогу пацієнтам своєчасно розпочати лікування.

Щоб лікар міг поставити точний діагноз, до езофагогастроудоденоскопії потрібно підготуватися.

Насамперед — взяти направлення в лікаря гастроентеролога чи педіатра. Вирушаючи на обстеження, взяти із собою рушничок (він набагато краще втягує слину ніж аптечні пелюшки чи паперові рушники).

Крім того, варто пояснити дитині, яка процедура на неї чекає, тобто психологічно підготувати. Далі — уточнити, чи немає алергічної реакції на лідокаїн.

Якщо є серйозні захво-

рування серця та органів дихання, необхідна консультація лікаря відповідної спеціалізації.

Перед ендоскопією потрібно тимчасово припинити або знизити дозу (після відповідної консультації з лікарем) препаратів, що розріджують кров.

Ви повинні повідомити лікаря про всі наявні в дитини захворювання, алергії, про результати проведених раніше обстежень (бажано мати із собою висновки та дані попередніх досліджень). А ще — знати назви препаратів, якими лікувалися.

Ендоскопію проводять на голодний шлунок (натще). Як мінімум за 8—10 годин до обстеження потрібно не їсти і не пити. Японські ко-

леги при підготовці спеціально рекомендують за півгодини до обстеження випити склянку води, тому, якщо дитина захоче пити, то кілька ковтків на результат обстеження не вплинуть.

Напередодні обстеження можна легко повечеряти. Але виключити м'ясо і квасолю!

Не приймати ліки зранку: навіть одна таблетка може утруднювати огляд.

Варто пам'ятати, що ендоскопічне обстеження безпечне та безболісне, однак потребує підготовки, від якої багато в чому залежить результат дослідження.

Завдання батьків — чітко виконувати рекомендації спеціаліста з підготовки до обстеження і забезпечити позитивний настрій малечі.

Юрій Бутницький,
лікар-ендоскопіст вищої категорії,
кандидат медичних наук.



● Народна медицина

ПОРЯТУНОК ДЛЯ ХВОРИХ СУГЛОБІВ

Якщо вам за 40 і ви не знаєте, що таке біль у суглобах, то ви щаслива людина. Більшість людей у цьому віці вже отримують «перші дзвіночки» майбутніх хвороб суглобів.

Біль у суглобах — вельми неприємна річ. У деяких людей з'являється після тривалого трудового дня і минає після повноцінного відпочинку. Але може мати і хронічний характер, пов'язаний із захворюванням суглобів, наприклад артритом.

Піклуватися про свої суглоби можна в будь-якому віці. І народна медицина нам у цьому допоможе.

Крути велосипед

Найкорисніша вправа для колінних суглобів — «велосипед». Його можна робити, не встаючи вранці з ліжка.

«Велосипед» допомагає не тільки колінам, він зміцнює черевний прес, м'язи ніг і спини, що, у свою чергу, дуже добре для хребта.

Проти гуль на стопах

З віком починають рости гулі на стопах. Це розпухають і збільшуються суглоби великих пальців ніг. Є оригінальний спосіб їхнього зменшення.

Кілька курячих лапок смажати на сковороді до віділення з них темної речовини, що нагадує дьоготь.

Його й збирають, змішуючи потім з дитячим кремом для одержання мазі.

Мазь наносять на гулі перед сном, роблячи з неї компрес.

Допоможе яблучний оцет

Якщо ви страждаєте від болю в суглобах, то знайте: звичайні ліки дають лише тимчасове полегшення. Найкращий спосіб притлумити симптоми артриту — змінити спосіб життя, зокрема дотримуватися дієти. Можна звернутися й до засобів народної медицини. Одним із них є яблучний оцет.

Ось кілька рецептів.
Ванночки. Змішайте склянку яблучного оцту із шістьма склянками води й опустіть руки або ноги у цю ванночку. Якщо турбує біль у шиї або іншій частині тіла, прикладіть до болючого місця компрес.

Розтирання. Змішайте дві столові ложки яблучного оцту зі столовою ложкою оливкової олії, ретельно змішайте і втирайте цю суміш у хворі суглоби. Регулярне розтирання дасть ефект.

Цілющий напій. Розведіть три столові ложки яблучного оцту в 300 г води або будь-якого фруктового соку. Вживайте цей напій тричі на день до їди.

Яку їжу любить вино

Вино «любить», щоб ним смакували, пише сайт «Істи». І щоб відчути аромат вина найбільш тонко, його потрібно кілька хвилин потримати у роті, перш ніж ковтнути.

Кілька ковтків вина перед їдою корисні для травлення, моторики кишечника, а також обміну речовин. Але мова саме про хороше сортове червоне вино. Біле ж не настільки корисне, оскільки частенько може «грішити» консервантами.

Існує твердження, що регулярне і правильне вживання вина корисне для здоров'я. Однак така профілактика насправді корисна далеко не всім.

Не рекомендується вживати вино людям з алергією, астмою. Діабетикам можна пити вино лише у поєднанні з вуглеводною їжею, аби уникнути різкого зниження цукру в крові. Не сумісне споживання вина разом з ліками — є ризик різкого підвищення кров'яного тиску.

ПРАВИЛА ПІДБОРУ ДО СТРАВ

Прості страви рекомендують подавати з винами, що мають насичений аромат і багатий смаковий букет, а складні — навпаки, з простим і легким вином, без домішок і додаткових ароматів. Це головне правило в поєднанні вина та страви. Цього достатньо, щоб навчитися правильно підбирати їжу до напою.

Але не варто обмежуватися лише цим. Можна легко скласти найвишуканіше меню, пам'ятаючи кілька простих правил відповідності вина і основної страви.

Приміром, до білого сухого вина найбільш пасують овочі в будь-яких варіаціях приготування, особливо смажені, а також риба.

У білого солодкого вина арсенал співвідношень багатший. З ним чудово поєднуються м'які та

Вино — чи не єдиний напій, який вимагає особливо культурного, ба навіть естетичного споживання. Адже його потрібно пити невеликими ковточками, насолоджуючись кожною краплиною.

• А ви знали?

тверді сири, ковбаси, різні види солодощів.

До білого звичайного вина підійдуть м'які сири, хліб, риба, морепродукти, птиця.

З ігристим чудово поєднуються риба, м'які та тверді сири, овочі, борошняні вироби.

Що стосується найбільш корисного — червоного вина, гастрономічне співвідношення страв тут залежить від його виду.

Приміром, до легкого червоного вина пасують смажені овочі, морепродукти, м'ясо птиці.

З червоним звичайним — тверді сири, м'ясо — птиця і яловичина, а також ковбаса і смажені овочі.



З червоним насиченим прекрасно поєднуються ковбаса, твердий сир, яловичина.

А от з червоним десертним можуть посмакувати борошняні та солодкі вироби, м'які сири й ковбаси.

Варто зауважити, що є продукти, до яких вино підібрати надзвичайно важко. Сюди належать спаржа, зелені бобові, брюссельська капуста, шоколад.

Що стосується шоколаду, то єдине вино, яке може з ним впоратися, — портвейн. Сам смак шоколаду дуже насичений, нав'язливий, так би мовити. Тож краще за шоколад із портвейном, годі й придумати. Любителям горіхів та сухо-

фруктів портвейн також припаде до смаку.

А от до шашлику слід брати криплене червоне вино, витримка якого не менш як 12 місяців у дубовій бочці. До калорійної їжі також потрібно брати не менш міцне вино. Основне завдання цього напою — змити їжу з рота після страв. А ніжне слабке червоненьке з жирною їжею не впорається.

Тандем «легка їжа плюс міцне вино» теж не підходить, бо воно лишає після себе потужний післясмак, що не дає нам відчути смак їжі.

Ще ж стосується десертів, які, як відомо, є дуже калорійними, до них підходить лише міцне вино.

ЯК ПРАВИЛЬНО ЗБЕРІГАТИ

Але, погодьтеся, навіть правильно підібране до їжі вино не принесе задоволення, якщо були порушені умови його зберігання і воно втратило свій смак. Адже вино, на відміну від міцного алкоголю, є живим організмом і постійно розвивається. І з часом цей напій стає або кращим, або гіршим.

Виділяють чотири критерії зберігання вина:

✓ правильна температура;

✓ відсутність ультрафіолету (сонячного світла);
✓ правильна вологість;
✓ відсутність вібрації.

Ті люди, які цінують вино, намагаються зберігати його у винному погребі або у винній шафі. Загалом, можна було б зберігати вино в холодильнику при температурі 8—12°C, але він не захищає напій від вібрації. Вино ж, у свою чергу, потребує спокою. Навіть після транспортування йому дають певний термін, аби воно заспокоїлось, а до того його не вживають.

Найновіші дослідження одного з університетів Канади показують, що келих червоного вина прирівнюється до години в тренажерному залі. Секрет у тому, що ресвератрол, який міститься в «червоненькому», укріплює м'язи — робить їх сильнішими і витривалішими, поліпшує роботу серця, а відтак — загальну працездатність організму.

Тому келих вина на день дасть змогу людям, які з різних причин не можуть займатися в тренажерних залах, тримати себе в тонусі.

Червоне вино має здатність регулювати рівень цукру в крові і має антивіковий ефект. Дослідження показали, що люди, які випивають келих «червоненького», рідше хворіють на рак.

Незвичайне морозиво виготовила відома компанія Mercer's Dairy, яка вирішила поекспериментувати і розширити свій асортимент.

Рецепт морозива з вина надзвичайно простий. Щоб отримати унікальний десерт, слід змішати лише два складники — морозивну масу й алкоголь. У якості алкогольної добавки можна використовувати будь-яке вино. Головна умова: низький вміст алкоголю — не більш як 5%.

Оригінально ЧЕРВОНА КАПУСТА, ТУШКОВАНА У ВИНІ

1 кг червонокочанної капусти, 100 г родзинок, 200 г цукру, 100 г вершкового масла, 5 тонких смужок бекону, 4 яблука, 300 мл червоного сухого вина, 3 ст. л. винного оцту, сіль, цукор.

Капусту нашаткувати. Яблука порізати на часточки. Бекон порізати невеликими шматочками, обсмажити в розігрітій олії 4 хв.

У каструлю викласти червру нашаткованої капусти, зверху покласти третину яблук і третину родзинок, половину обсмаженого бекону, посипати цукром і сіллю.

Продовжувати укладати шарами, поки не закінчатся всі інгредієнти.

Залити вином і оцтом, накрити кришкою. Тушкувати близько години, стежачи за рівнем рідини.



ПЕЧЕРИЦІ У БІЛОМУ ВИНІ

500 г печериць, 0,5 скл. білого сухого вина, 3 ст. ложки оливкової олії, 3 зубці часнику, 250 г помідорів, дрібка орегано, сіль, перець до смаку.

Помідори ошпарити окропом, зняти шкірку, порізати тонкими скибочками. Очищений часник подрібнити та обсмажити у розігрітій оливковій олії не довше 1 хв.

Покласти у пательню порізані помідори у власному соку, додати орегано. Посолити, поперчити, влити біле вино. Кип'ятити на мінімальному вогні 8—10 хв.

Додати очищені та порізані печериці, посолити, поперчити і готувати ще 10 хв, час від часу помішувачи.

Столовий етикет

Прибори — до вибору

У гарному ресторані або кафе варто пам'ятати, що столові прибори на тарілці — форма спілкування з офіціантом або господинею. Чи знаєте ви тлумачення цих знаків?

Правильне розташування приборів може свідчити для офіціанта, що вже, наприклад, поїли і можна прибрати зі столу. Ніж і виделку використовують також, щоб висловити похвалу або критику. Тож що можна сказати за допомогою столових приборів?

«Пауза» — прибори перехрещені на тарілці, лезо ножа спрямоване всередину, виделка може лежати вниз або вгору.

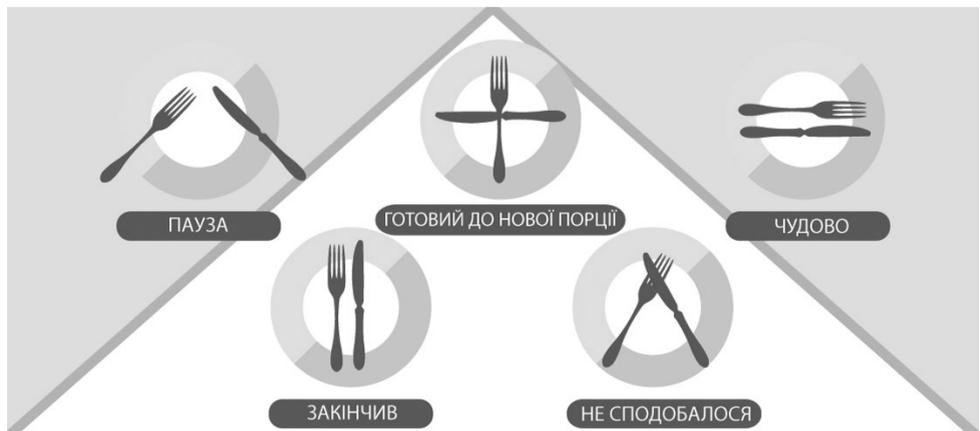
«Закінчив» — прибори лежать поруч на тарілці, ручки повернуті вниз. У жодному разі не можна розмішувати на тарілці тільки

кінці столових приборів.

«Усе було чудово» — прибори кладуть паралельно посередині тарілки, кінчиками вправо.

«Їжа не сподобалася» — прибори перехрещені, ніж устромлений у виделку.

«Готовий до нової страви» — перехрещені прибори: виделка посередині тарілки, спрямована вгору, а ніж посередині тарілки, спрямований вліво.



Господині на замітку

Фольга на кухні: секрети використання

Сьогодні господині активно використовують сучасний посуд та прилади. Наша розповідь про помічницю — харчову фольгу. Запечені в ній страви виходять соковиті, ніжні, дум'яні.

У фользі можна смажити різні продукти без жиру або з мінімальною його кількістю, дотримуючись таких правил:

✓ загорнути продукти слід акуратно, щоб не витікав сік; при цьому фольга не повинна прилягати до продукту надто щільно — залиште простір «для повітря»;

✓ плоскі шматочки м'яса або риби посоліть, поперчіть, обкладіть натертим на терці або дрібно нарізаними овочами, додайте трохи олії і все це помістіть на великий шматок фольги, акуратно перегніть його з боків і трічі загорніть краї.

Для запікання фруктів і овочів покладіть їх на квад-



ратний аркуш фольги, підніміть чотири кінці й закрутіть у вузлик.

На деко, де запікаються упаковані у фольгу продукти, налейте трохи води і потім ставте в духовку.

Готуючи страву в глиняних горщиках, накрийте їх фольгою, а коли стусить, зніміть накривку і залиште для підрум'янення на кілька хвилин.

Вироби з тіста не підгорять, якщо їх зверху накривати фольгою.

Фольгу використовують не тільки для смаження різних продуктів — ковбас, птиці, шинки, риби, картоплі,

шніцелів, сирників, а й для підігрівання вже готової їжі. До речі, підігріту і подають у фользі, а смажену — без неї.

У фользі можна приготувати відразу кілька страв. Наприклад, у духовці в одній ємності розміщують загорнуті окремо у фольгу картоплю, рибу, сосиски чи шматочки курки.

Зверніть увагу, що в курки, смаженої у фользі, нема хрумкої скоринки. Щоб зарум'янилася, готову курку слід обмастити вершковим маслом і потримати розгорненою п'ять хвилин у гарячій духовці.



Люди подібні до вина: якщо з роками вони стають кращими, значить, вони дуже високої якості/ Філіп Бувар

Добре насіння – високий врожай



Основна умова високого врожаю майбутнього сезону — це доброякісне насіння. Тому для одержання здорової розсади городніх культур варто провести передпосівну підготовку насіннєвого матеріалу.

● Компетентно

томатів і кабачків.

Ще один доступний спосіб знезараження — *прогрівання насіння у воді* температурою 40–50°C протягом 20 хвилин. Після такої гарячої ванни насіння потрібно занурити у прохолодну воду і трохи підсушити.

Ще можна *обробляти насіння розчином фунгіцидів*, наприклад, фундазол, препаратом «максим» та іншими, при цьому всі маніпуляції слід виконувати згідно з інструкцією та на свіжому повітрі.

ОБРОБКА СТИМУЛЯТОРАМИ РОСТУ

Щоб насіння вже при висіванні отримало достатню кількість поживних речовин, його слід занурити у розчин добрив або стимулятора росту і витримати протягом доби.

Склад розчину може бути різним, часто в нього входять калійна селітра, борна кислота, мідний купорос. Мікродобрива можна замінити деревною золою, для цього 20 г золи потрібно розвести в 1 л води і настоювати 1–2 доби. Потім у цьому розчині замочити насіння на 6 годин.

Така обробка насіння дає гарний старт рослинам, при цьому вони отримують достатню кількість азотних добрив. У результаті такі овочі накопичують менше нітратів.

Можна також використовувати натуральні стимуля-

тори росту — сік алое, бурштинову кислоту.

ЗАМОЧУВАННЯ І ПРОРОЩУВАННЯ

Цей спосіб підготовки насіння до сівби на 5–7 днів прискорює появу сходів та сприяє більш ранньому врожаю. Насіння слід замочити при температурі 18–20°C у дерев'яній, скляній, емальованій посудині або на розстеленому брезенті чи мішкочині.

Для насіння селери, столових буряків потрібно 100–110% води від їх маси; помідорів, перцю, баклажанів — 70; цибулі, капусти, кавунів, гарбузів — 60; дині, огірків, патисонів, кабачків — 50%.

Спочатку насіння заливають половинною дозою води, а коли вона вбереться — додають решту. Весь час його перемішують: спочатку через 2, а потім — 4 год.

Насіння селери, ревеню, цибулі намочують на 48 год; помідорів, столових буряків, салату — 24; огірків, дині, патисонів, кабачків, гарбузів, кавунів та капусти — 12 год.

При замочуванні бажано не використовувати водопровідну воду. Найкращий варіант — тала. Якщо замочити насіння у такій воді, воно швидше проросте, а рослини будуть здоровішими і міцнішими.

Замість талої води можна використовувати воду з чистого джерела, або звичайну питну негазовану бутильовану воду.

Для пророщування намочене (набувнявеле) насіння розстеляють тонким шаром у приміщенні з температурою 20–25°C і прикривають зволоженою мішкочинною. Його можна висипати в тарілку, чашку Петрі або іншу посудину на вологий фільтрувальний папір чи тканину.

Для підтримки оптимальної вологості насіння прикривають цими ж матеріалами, а тарілки накривають склом. Закінчують пророщування, коли накілється 1–5% насіння. Потім його злегка просушують у затіненому місці і висівають у вологий ґрунт — у сухому насіння втрачає схожість.

ЗАГАРТУВАННЯ

Для захисту сходів овочів і окремих квіткових культур від нетривалих весняних похолодань насіння потрібно загартувати. Для цього його розкладають між

● Без хімії

Боремося з вірусами і бактеріями

Грибкові хвороби і частково бактеріальні інфекції передаються через ґрунт, містяться в насінні та на її поверхні. З насінням огірків, наприклад, поширюється збудник антракнозу, капусти — судинного бактеріозу, фомозу, пероноспорозу, моркви — чорної гнилі, столових буряків — пероноспорозу і фомозу тощо.

Замочування насіння овочевих культур у марганцево-кислоту калію, до чого зазвичай вдаються господарі, пригнічує лише поверхневу мікозну інфекцію, а збудники бактеріозів і вірусів од цього не гинуть.

На присадибних ділянках для знезараження насінного матеріалу практикується використання настоїв нагідок лікарських чи часнику. В першому разі насіння овочевих поміщають на 20–30 хв у настій (1 чайна ложка сухих квітів на склянку окропу, після проціджування додають до 1 л охолодженої кип'яченої води). У другому — натертий зубчик часнику на 200 мл холодної кип'яченої води, розчин доводять до 1 л і витримують насіння 30–40 хв у марлевому мішечку.

Рекомендується також обробляти насіння різних видів і сортів капусти розчином у воді попелом і соком листя алое деревоподібного, що діє як біостимулятор росту і має бактерицидні властивості.

Насіння овочевих культур замочують у добовому настої (півсклянки попелу в 1 л). Чотири листки алое мийуть, підсушують і витримують у поліетиленовому пакеті в холодильнику (13–15 діб за 6–8°C або 5–7 діб за 2°C). У вичавленому соку алое посівний матеріал витримують 4–6 годин, затим, не промиваючи, викладають на папір або марлю для набувнявляння. Цю операцію проводять за 3–4 дні до висівання.

Така передпосівна підготовка ефективна проти хвороб помідорів, капусти, огірків, цибулі, перцю, моркви.

кількома шарами марлі, заливають теплою водою і розміщують на батареї, щоб отримати температуру близько 20–25°C. Залишається чекати повного набування насінної оболонки.

Для кожної культури час набування індивідуальний: огірки витримують приблизно 24 години, а томати — близько трьох діб.

Щоб визначити, що насіння готове, слід простежити, коли наклоняться перше насіннячко. Після цього поміщають насіння в холодильник (винносять на балкон або ставлять у холодильник), температура повинна бути від 0 до +3°C. Насіння томатів можна витримувати і при температурі до -2°C.

На холоді насіння тримають 18–20 годин, після чого знову заносять у тепле приміщення (+20°C) і залишають на 6 годин, після чого цикл повторюють. І так протягом 5–7 днів.

Розсаду, вирощену з цього насіння, також бажано загартувати розміщенням у теплом і холодному середовищі. Загартовану таким чином розсаду можна висадити в теплицю на тиждень-півтора раніше від стандартного терміну.

Проведення передпосівної підготовки насіння — важлива умова для забезпечення надалі дружних сходів і створення умов для хорошої опірності хворобам, а також гарантії того, що рослини будуть міцними, здоровими і їм не будуть страшні примхи погоди.

М. Бойко, завідувач відділу аналітики пестицидів, агрохімікатів ДУ «Тернопільська обласна фітосанітарна лабораторія».

Цей захід включає в себе кілька операцій: калібрування насіння, дезінфекція, обробка розчинами стимуляторів росту, замочування, загартування.

КАЛІБРУВАННЯ

Насіння овочевих культур за розміром ділять на такі групи:

- ✓ дуже великі (кабачки, гарбуз, квасоля, горох),
- ✓ великі (буряк, диня, огірок, редька),
- ✓ середні (баклажани, капуста, томати),
- ✓ дрібні (ріпа і морква).

Але навіть насіння однієї культури часто відрізняються за розміром, а отримати рівномірні сходи можна тільки використовуючи посівний матеріал однакової за розміром і масою. Тому перед проведенням посадки насіння необхідно калібрувати — розділяти на великі і дрібніші, щоб висіяти їх на окремих ділянках, а неякісні насінини взагалі викинути.

Вручну таку роботу можна виконати з великими насінинами, перебравши насіння капусти, огірків і редиски. Дрібне ж насіння крогу, моркви, томатів практично неможливо так калібрувати.

Найпростіший спосіб — *за допомогою вітру*. У місцях протягів насіння висипають невеликими порціями з висоти 150–200 см на мішкочині. При цьому невисповнене (шупле) насіння відноситься вітром на певну відстань.

Інший метод: треба *висипати насіння у воду і перемішати*. Через на 5–10 хвилин важкі насінини осядуть, а слабкі та нездатні до росту спливають. Їх потрібно викинути.

ДЕЗІНФЕКЦІЯ (ЗНЕЗАРАЖЕННЯ)

необхідна для запобігання передачі грибкових і бактеріальних захворювань рослин.

У домашніх умовах протруєння насіння найпростіше робити *за допомогою 1% розчину марганцівки* (1 г марганцівки розчинити в 100 мл води). Насіння замочити в розчині на 20 хвилин, потім промити в чистій воді 2–3 рази. Зазвичай так дезінфікують насіння гарбузів, патисонів, огірків,

● До часу

Небезпека зимових опіків

Зимові опіки. У цьому словосполученні поєднано дві протилежності — холод і тепло. Небезпека криється у різкій зміні температури: ранньовесняний сонячний день і нічний ще зимовий холод.

Найбільш загрозливий для фруктових період — лютий–березень. За плюсової температури сплячі клітини пробуджуються до життя — починають наповнюватися соком. Раптовий холод сковає їх і витискає рідину в міжклітинні ходи, де вона може навіть заледеніти. Таким чином, частково відмирає кора та перший під нею ряд клітин. Більше страждає південний бік дерева, а молодий саджанець може втратити кору навіть по всьому обхвату стовбура.

Чим частіше трапляються



ся різкі перепади температури, тим більшу площу охоплює опік.

Побілка стовбурів пізно

восени та підправлення її під час люневих вікон лише частково вберігають від опіків. Щороку на деревах утворюються морозобоїни. Це відкриті рани, через які проникають хвороботворні бактерії, і, якщо своєчасно не вдатися до захисних заходів, дерево загине.

Додатковим захистом від зимових опіків служать «ширми». Їх виготовляють з очерету, соломи, вербового пруття, дощок і встановлюють на зразок косокутних жолобів. «Ширми» закріплюють на відстані 18–27 см від стовбура, прийняте ними тепло розсіюється і знижує градус нагрівання самого стовбура.

КОЛИ СІЯТИ НА РОЗСАДУ

Висіваючи будь-яку культуру на розсаду, насамперед слід врахувати тривалість її вегетаційного періоду. Тобто скільки часу минає від появи сходів до повного формування і збору врожаю.

За цією ознакою розрізняють ранньо-, середньо- та пізньостиглі сорти. Зрозуміло, що від пізньостиглих значно довше доводиться чекати врожаю. Саме це й слід враховувати, визначаючись зі строками сівби.

На пакетик з насінням вказується тривалість вегетаційного періоду в днях.

Для орієнтури слід запам'ятати «середньостатистичні» дані найпопулярніших овочевих культур:

- ✓ томати — від 80 до 140 днів;
- ✓ перець солодкий — од 90 до 140;
- ✓ баклажани — від 100 до 150;
- ✓ капуста білоголова — від 50 (ультрарання) до 190 (пізня) днів.



Діапазон досить великий, тому, наприклад, томати пізніх сортів на розсаду сіють наприкінці лютого, а ранніх — у березні-квітні.

Для пікірування, пересадження на просторішу площу і перенесення розсади в ґрунт кожна культура має свій оптимальний вік, коли молоденькі рослини найлегше витримують травматичну процедуру, швидше приживаються і менше хворіють. Тому потрібно так вибрати час сівби, щоб до моменту перенесення розсади на постійне місце вона досягла відповідного віку.



Рекомендований фахівцями строк овочевої розсади для висадження в ґрунт:

- ✓ томати ранньостиглі — 40–50 днів;
- ✓ томати середньостиглі — 55–60;
- ✓ томати пізньостиглі — 70;
- ✓ перець солодкий — 50–65;
- ✓ баклажани — 45–60;
- ✓ огірки — 21–25;
- ✓ кабачки, патисони — 25–30;
- ✓ капуста білоголова рання — 60–65;
- ✓ капуста середньопізня та пізня — 35–40;
- ✓ капуста цвітня і броколі — 40–45 днів.

ПОНЕДІЛОК, 5.02.2018

UA: ПЕРШИЙ
 06.00 ПРОФІЛАКТИКА
 14.00 Перша шпальта
 14.30 Радіо. День
 15.00, 18.05, 21.00, 01.55 Новини
 15.15, 05.05 Розсекречена історія
 16.25, 17.40, 01.00, 03.50, 05.00 По-года
 16.30 Лайфхак українською
 16.45 Хто в домі хазяїн
 17.10 М/с «Чорний Джек»
 17.50, 01.10 Новини. Світ
 18.20, 21.30, 01.25, 02.20 Тема дня
 18.35, 01.40 Новини. Культура
 19.00 До справи
 19.30 Розважальна програма з Майклом Щуром
 20.15 Війна і мир
 21.50, 02.35 Новини. Спорт
 22.15, 04.00 Інтермаріум
 23.25 Д/с «Зустріч Лувру та Забороненого міста»
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, 10.50, 12.20 «Чотири весілля»
 12.35, 14.10 «Міняю жінку»
 15.45 Т/с «Я знову тебе кохаю»
 17.10 Т/с «Нескінченне кохання»
 20.30 «Секретні матеріали»
 21.00 Т/с «Школа»
 22.00 «Гроші-2018»
 23.15 «Голос країни-8»
2+2
 06.00 Мультфільми
 08.00 Бушидо
 10.00, 18.15 «Спецкор»
 10.35, 18.45 «ДжеДАІ»
 11.05 «ДжеДАІ. Дайджест-2017»
 12.05, 01.35 «Нове Шалене відео по-українськи»
 12.20 Т/с «Ментівські війни. Київ»
 16.10 Х/ф «Чужий-3»
 19.20 Т/с «Зустріч сім'я»
 21.15, 23.05 Т/с «Кістки-6»
 00.45 Т/с «Легенди-2»
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
 07.45, 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, 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 У фокусі Європа
 12.40 Євромакс
 13.10 Хіт-парад
 14.00 Х/ф «Провулок Д'ю Каша-ло»
 17.00 П'ятий вимір
 17.30 Про нас
 19.30, 21.00 Наші вітання
 20.30 THEU — калейдоскоп подій
 20.40 Дім книги
 21.30 Погляд зблизька
 22.40 Х/ф «Останній круїз»
ICTV
 05.05, 04.50 Т/с «Відділ 44»
 05.50, 19.20 Надзвичайні новини
 06.35 Факти тижня. 100 хвилин
 08.45 Факти. Ранок
 09.15 Надзвичайні новини. Підсумки
 10.05 Х/ф «Куляста блискавка»
 12.45, 15.45 Факти. День
 13.20, 16.15 Х/ф «На секретній службі Її Величності»
 16.45 Х/ф «Квант милосердя»
 18.45, 21.05 Факти. Вечір
 20.20 Більше ніж правда
 21.25 Т/с «Поганий хороший коп»
 22.35 Свобода слова
СТБ
 06.00 Т/с «Коли ми вдома»
 07.10 «Все буде смачно!»
 09.10 «Хата на тата»
 13.10 Х/ф «Мій лагідний та ніжний звір»
 15.25 «Містичні історії-7 з Павлом Костіциним»
 17.30, 22.00 «Вікна-Новини»
 18.00 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія»
 20.00, 22.40 «Слідство ведуть екстрасенси»
 23.35 «Один за всіх 2018»
НОВИЙ КАНАЛ
 03.00 Профілактика
 06.00 Абзац
 06.59, 08.49 Kids Time
 07.00 М/с «Драconi: Перегони безстрашних»

СЕРЕДА, 7.02.2018

UA: ПЕРШИЙ
 06.00, 16.45 М/с «Чорний Джек»
 06.30, 07.00, 08.00, 09.00, 09.25, 13.00, 15.00, 18.05, 21.00, 01.55 Новини
 06.35, 07.05, 08.05, 09.05 Доброго ранку, Країно!
 09.30, 11.45, 12.50, 14.20, 16.35, 17.40, 01.00, 03.50, 05.00 По-года
 09.40, 19.25 Д/с «1000 днів для планети»
 10.50 Т/с «Бодо»
 11.55 Документальний цикл «Смачні історії»
 13.10 Радіо. День
 13.55 Наші гроші
 14.30 52 вікенди
 15.15 До справи
 15.50 Твій дім
 17.50, 01.10 Новини. Світ
 18.20, 21.30, 01.25, 02.20 Тема дня
 18.35, 01.40 Новини. Культура
 19.00 Д/ф «Нічого, окрім брехні: боротьба з фейками»
 20.25 Дорога до Пхенчхану
 21.50, 02.35 Новини. Спорт
 22.15, 05.05 Світло
 23.15 Д/с «Музична одісея Аріант. Шоу»
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, 11.00, 12.20 «Чотири весілля»
 12.35, 14.10 «Міняю жінку»
 15.45 Т/с «Я знову тебе кохаю»
 17.10 Т/с «Нескінченне кохання»
 20.30 «Секретні матеріали»
 21.00 Т/с «Школа»
 22.00 «Одруження наосліп»
 23.35 Т/с «Як уникнути покарання за убивство-2»
2+2
 06.00 Мультфільми
 08.00 Бушидо
 09.00, 13.05, 01.40 «Нове Шалене відео по-українськи»
 10.00, 18.15 «Спецкор»
 10.35, 18.45 «ДжеДАІ»
 11.05, 17.10 «Загублений світ»
 12.05 «ДжеДАІ. Дайджест 2017»
 15.20 Х/ф «Горечь: Джерело»
 19.20, 20.20 Т/с «Стоматолог»
 21.20, 23.10 Т/с «Кістки-6»
 00.50 Т/с «Моссад»
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 Межа правди
 08.30 Усіма широтами
 08.55, 17.55 Добрі традиції
 09.00, 00.15 Час-Тайм
 09.30, 17.00 П'ятий вимір
 11.00, 16.10 Дитяча година
 12.10 «Гал-кліп»
 12.40 Твій дім
 13.00 Хіт-парад
 14.00 Х/ф «Останній мисливць»
 16.40 «Чарівний ключик»
 17.30 Українські традиції
 18.45, 22.30 Миська рада інформує
 19.30, 21.00 Наші вітання
 20.00 У фокусі Європа
 20.30 Євромакс
 21.30 Майстер-клас із Наталкою Фіщич
 22.40 Х/ф «Спитай у моїх дітей»
ICTV
 05.35, 10.10 Громадянська оборона
 06.30 Ранок у великому місті
 08.45 Факти. Ранок
 09.15, 19.20 Надзвичайні новини
 11.05, 17.35, 21.25 Т/с «Поганий хороший коп»
 12.10, 13.15 Х/ф «Чорний янгол»
 12.45, 15.45 Факти. День
 14.25 Скetch-шоу «На трьох»
 15.05, 16.15 Т/с «Володимирська, 15»
 18.45, 21.05 Факти. Вечір
 20.20 Секретний фронт
 23.20 Х/ф «Немає виходу»
СТБ
 06.05 Т/с «Коли ми вдома»
 07.20 «Все буде смачно!»
 08.15 «Хата на тата»
 10.25 «МастерШеф-5»
 15.25 «Містичні історії-3 з Павлом Костіциним»
 17.30, 22.00 «Вікна-Новини»
 18.00 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія»
 20.00 «МастерШеф. Кулінарний випускний»
 00.55 «Один за всіх»
НОВИЙ КАНАЛ
 03.00, 02.50 Зона ночі
 04.45 Абзац
 06.39, 07.59 Kids Time
 06.40 М/с «Драconi: Перегони безстрашних»

08.00 Проект «Перфект»
 09.10 Кохання на виживання
 11.10 Ревізор
 14.30 Страсті за Ревізором
 17.00 Ревізор. Крамниці
 19.00 Х/ф «Відчайдушні напарники»
 21.10 Х/ф «Перший удар»
 22.50 Х/ф «Прибрати Картера»
 01.00 Х/ф «Загублене майбутнє»
«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
 10.30 Свекруха або невістка
 11.20 Реальна містика
 13.30, 15.30 Агенти справедливості
 16.00 Історія одного злочину
 18.00 Т/с «Каблучка з рубіном»
 19.45 Ток-шоу «Говорить Україна»
 21.00 Т/с «Чорна кров»
 23.30 Т/с «CSI. Місце злочину»
ТТБ
 07.00 «Твій ранок»
 09.00 Т/с «Роксолана»
 13.30, 17.00, 19.00, 20.30 «Вісті ТТБ»
 13.40, 19.20 «Тема дня»
 14.10 «Фольк-music»
 15.10 «Надвечір'я. Долі»
 16.00 Радіодень «Життя+»
 16.10 «Суспільний університет»
 16.50, 19.15 Анонси
 16.55, 17.40, 19.10, 20.25 Реклама
 17.10 «Наші гроші»
 17.45 «Театральні зустрічі»
 18.45 «Думки вголос»
 19.50 «Надія є»
 20.05 «Всяка всячина: інструкція з використання»
 20.50 «Вечірня казка»
ІНТЕР
 05.40 Мультфільм
 06.10, 22.35 «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»
 10.20, 12.25, 20.40 Т/с «Запитайте в осені»
 12.50 Х/ф «Мільйон у шлюбному кошику»
 14.50, 15.45, 16.40 «Речдок»
 18.00, 19.00 Ток-шоу «Стосується кожного»
 20.00 «Подорожі»
 00.25 Т/с «Одного разу в Ростові»

ВІВТОРОК, 6.02.2018

UA: ПЕРШИЙ
 06.00, 17.10 М/с «Чорний Джек»
 06.30, 07.00, 08.00, 09.00, 09.25, 13.00, 15.00, 18.05, 21.00, 01.55 Новини
 06.35, 07.05, 08.05, 09.05 Доброго ранку, Країно!
 09.30, 11.45, 12.50, 14.20, 16.35, 17.40, 01.00, 03.50, 05.00 По-года
 09.40, 19.25 Д/с «1000 днів для планети»
 10.20 Д/с «Жива природа»
 10.50 Т/с «Бодо»
 11.55 Документальний цикл «Смачні історії»
 13.10, 14.30 Радіо. День
 13.55, 22.15 Складна розмова
 15.15 Фольк-music
 16.45 Діти Z
 17.50, 01.10 Новини. Світ
 18.20, 21.30, 01.25, 02.20 Тема дня
 18.35, 01.40 Новини. Культура
 19.00 Перший на селі
 20.25 Наші гроші
 21.50, 02.35 Новини. Спорт
 22.40 Д/с «Спільноти тварин»
 23.15 Д/с «Музична одісея Аріант. Шоу»
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, 11.00, 12.20 «Чотири весілля»
 12.35, 14.10 «Міняю жінку»
 15.45 Т/с «Я знову тебе кохаю»
 17.10 Т/с «Нескінченне кохання»
 20.30 «Секретні матеріали»
 21.00 Т/с «Школа»
 22.00 «Інспектор. Міста»
 23.35 Т/с «Як уникнути покарання за убивство-2»
2+2
 06.00 Мультфільми
 08.00, 13.05, 02.30 «Облом. UA.»
 10.00, 18.15 «Спецкор»
 10.35, 18.45 «ДжеДАІ»
 11.05, 17.10 «Загублений світ»
 12.05 «ДжеДАІ. Дайджест 2017»
 14.45 Х/ф «Експедиція «Ноїв ковчег»»
 19.20, 20.20 Т/с «Стоматолог»
 21.20, 23.10 Т/с «Кістки-6»
 00.50 Т/с «Моссад»
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 Погляд зблизька
 08.05 Українські традиції
 08.20 THEU — калейдоскоп подій
 08.30 Єдина країна
 09.00, 00.15 Час-Тайм
 09.30, 17.00 П'ятий вимір
 11.00, 16.10 Дитяча година
 11.45 «Чарівний ключик»
 12.10, 21.20 Добрі традиції
 12.15 Про кіно
 12.30 Право на успіх
 13.00 Хіт-парад
 14.00 Х/ф «Лінія смерті»
 17.30 Майстер-клас із Наталкою Фіщич
 19.30, 21.00 Наші вітання
 20.00 Межа правди
 21.30 «Гал-кліп»
 22.35 Х/ф «Дорога»
ICTV
 05.35, 20.20 Громадянська оборона
 06.30 Ранок у великому місті
 08.45 Факти. Ранок
 09.15, 19.20 Надзвичайні новини
 10.10 Більше ніж правда
 11.05 Антизомбі
 12.00, 13.20 Х/ф «Голдфінгер»
 12.45, 15.45 Факти. День
 14.35 Скetch-шоу «На трьох»
 15.05, 16.15 Т/с «Володимирська, 15»
 17.35, 21.25 Т/с «Поганий хороший коп»
 18.45, 21.05 Факти. Вечір
 23.40 Х/ф «Чорний янгол»
СТБ
 05.55 Т/с «Коли ми вдома»
 08.00 «Все буде смачно!»
 08.55 «Хата на тата»
 11.00 «МастерШеф-5»
 15.25 «Містичні історії-7 з Павлом Костіциним»
 17.30, 22.00 «Вікна-Новини»
 18.00 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія»
 20.00 «Наречена для тата»
 22.40 «Давай поговоримо про секс-4»
 00.35 «Слідство ведуть екстрасенси»
НОВИЙ КАНАЛ
 03.00 Зона ночі
 03.40 Абзац
 05.30, 06.50 М/с «Драconi: Перегони безстрашних»

ЧЕТВЕР, 8.02.2018

UA: ПЕРШИЙ
 06.00, 16.45 М/с «Чорний Джек»
 06.30, 07.00, 08.00, 09.00, 09.25, 13.00, 15.00, 18.05, 21.00, 01.55 Новини
 06.35, 07.05, 08.05, 09.05 Доброго ранку, Країно!
 09.30, 11.45, 12.50, 14.20, 16.25, 17.40, 03.50, 05.00 Погода
 09.40 Д/с «1000 днів для планети»
 10.50, 11.55 Т/с «Бодо»
 13.10, 14.30 Радіо. День
 13.55, 19.00, 23.05 Дорога до Пхенчхану
 15.15, 05.05 Надвечір'я. Долі
 16.30 Лайфхак українською
 17.50, 01.10 Новини. Світ
 18.20, 21.30, 01.25, 02.20 Тема дня
 18.35, 01.40 Новини. Культура
 19.50 Перша шпальта
 20.25 «Схеми» з Наталією Седлецькою
 21.50, 02.35 Новини. Спорт
 22.15 Д/с «Спільноти тварин»
 23.45 Д/с «Музична одісея Аріант. Шоу»
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, 10.50, 12.20 «Чотири весілля»
 12.35, 14.10 «Міняю жінку»
 15.45 Т/с «Я знову тебе кохаю»
 17.10 Т/с «Нескінченне кохання»
 20.30 «Секретні матеріали»
 21.00 Т/с «Школа»
 22.00 «Міняю жінку-13»
 23.00 «Право на владу-2018»
 00.40 Т/с «Як уникнути покарання за убивство-2»
2+2
 06.00 Мультфільми
 08.00 Бушидо
 09.00, 02.30 «Облом. UA.»
 10.00, 18.15 «Спецкор»
 10.35, 18.45 «ДжеДАІ»
 11.05, 17.10 «Загублений світ»
 12.05 «ДжеДАІ. Дайджест 2017»
 13.05 «Помста природи»
 15.15 Х/ф «Охоронець»
 19.20, 20.20 Т/с «Стоматолог»
 21.20, 23.10 Т/с «Кістки-6»
 00.50 Т/с «Моссад»
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 У фокусі Європа
 08.00 Євромакс
 08.30 Усіма широтами
 09.00, 00.15 Час-Тайм
 09.30, 17.00 П'ятий вимір
 11.00, 16.10 Дитяча година
 12.10 Формула здоров'я
 13.00 Хіт-парад
 14.00 Х/ф «Поріг»
 15.45, 20.30 Добрі традиції
 17.30 «Гал-кліп»
 19.30, 21.00 Наші вітання
 20.00 Українські традиції
 20.35 Право на успіх
 21.30 Смачна мандрівка
 22.35 Х/ф «Маленькі пальчики»
ICTV
 05.35 Громадянська оборона
 06.30 Ранок у великому місті
 08.45 Факти. Ранок
 09.15, 19.20 Надзвичайні новини
 10.10 Секретний фронт
 11.05, 17.35, 21.25 Т/с «Поганий хороший коп»
 12.05, 13.15 Х/ф «Немає виходу»
 12.45, 15.45 Факти. День
 14.50 Скetch-шоу «На трьох»
 15.15, 16.15 Т/с «Володимирська, 15»
 18.45, 21.05 Факти. Вечір
 20.20 Інсайдер
 23.35 Х/ф «Підричники»
СТБ
 06.05 Т/с «Коли ми вдома»
 07.00 «Все буде смачно!»
 07.55 «Хата на тата»
 11.30 «МастерШеф-5»
 15.25 «Містичні історії-3 з Павлом Костіциним»
 17.30, 22.00 «Вікна-Новини»
 18.00 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія»
 20.00, 22.40 «Я соромлюсь свого тіла-5»
 00.05 «Один за всіх»
НОВИЙ КАНАЛ
 03.00, 02.20 Зона ночі
 04.40 Абзац
 06.39, 07.29 Kids Time
 06.40 М/с «Драconi: Перегони безстрашних»
 07.30 Проект «Перфект»
 08.40 Кохання на виживання
 10.45 Ревізор
 14.00 Страсті за Ревізором

17.00 Ревізор. Крамниці
 19.00 Х/ф «Обладунки Бога: У пошуках скарбів»
 21.10 Х/ф «Містер Крутий»
 23.00 Х/ф «Перший удар»
 00.40 Х/ф «Еон Флак»
«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
 10.30 Свекруха або невістка
 11.20 Реальна містика
 13.30, 15.30 Агенти справедливості
 16.00 Історія одного злочину
 18.00 Т/с «Каблучка з рубіном»
 19.45 Ток-шоу «Говорить Україна»
 21.00 Т/с «Чорна кров»
 23.20 Контролер
 00.00 Т/с «CSI. Місце злочину»
ТТБ
 07.00 «Твій ранок»
 09.00 Т/с «Роксолана»
 13.30, 17.00, 19.00, 20.30 «Вісті ТТБ»
 13.40, 19.20 «Тема дня»
 14.10 «Фольк-music»
 15.10 «Надвечір'я. Долі»
 16.00 Радіодень «Життя+»
 16.10 «Суспільний університет»
 16.50, 19.15 Анонси
 16.55, 17.40, 19.10, 20.25 Реклама
 17.10 «Складна розмова»
 17.45 «Розсекречена історія»
 18.45 «Надія є»
 19.50 «Думки вголос»
 20.05 «Як це?»
 20.50 «Вечірня казка»
ІНТЕР
 05.40 Мультфільм
 06.10, 22.35 «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»
 10.15, 12.25, 20.40 Т/с «Запитайте в осені»
 12.50 Х/ф «Кар'єра Діми Горіна»
 14.50, 15.45, 16.40 «Речдок»
 18.00, 19.00 Ток-шоу «Стосується кожного»
 20.00 «Подорожі»
 00.25 Т/с «Одного разу в Ростові»

Увага! У програмі телетерач можливі зміни

П'ЯТНИЦЯ, 9.02.2018

UA: ПЕРШИЙ

06.00 М/с «Чорний Джек»
06.30, 07.00, 08.00, 09.00, 09.25, 21.00 Новини
06.35, 07.05, 08.05, 09.05 Добро-го ранку, Країно!
09.30, 10.40, 11.45 Погода
09.40 Д/с «1000 днів для планування»
10.50 Т/с «Бодо»
12.10 Перший на селі
12.50, 23.00, 01.10 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. ЦЕРЕМОНІЯ ВІДКРИТТЯ
15.35, 21.30 Олімпійська студія
16.20, 01.40 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Фігурне катання. Команди. Коротка програма
19.45 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Фрістайл. Могул. Кваліфікація (жінки)
20.25 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Фрістайл. Могул. Кваліфікація (чоловіки)
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, 10.50, 12.20 «Чотири весілля»
12.35, 14.10 «Міняю жінку»
15.45 Т/с «Я знову тебе кохаю»
17.10 Т/с «Нескінченне кохання»
20.15 «Ліга сміху»
00.35 Х/ф «На узбіччі»
2+2
06.00 Мультфільми
08.00, 13.05 «Відеообімба»
10.00, 18.15 «Спецкор»
10.35, 18.45 «ДжеДА!»
11.05, 17.10 «Загублений світ»
12.05 «ДжеДА! Дайджест 2017»
15.15 Х/ф «Чужий 4: Воскресіння»
19.20 Т/с «Перевізник»
23.00 «Змішані єдиноборства. UFC»
TV-4
06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Справа Дойлів»
06.45, 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 Українські традиції
08.00 Право на успіх
08.30 Усіма широтами
09.00, 00.15 Час-Тайм
09.15 Ранковий фітнес
09.30, 17.00 П'ятий вимір
11.00, 16.10 Дитяча година
11.45 «Чарівний ключик»
12.10 «Гал-кліп»
12.40 Про кіно
13.00 Хіт-парад
14.00 Х/ф «Мою дружину звуть Моріс»
17.30 Майстер-клас із Наталкою Фіщич
19.30, 21.00 Наші вітання
20.00 ТНЕУ — калейдоскоп подій
20.10 Погляд зблизка
20.40 Слід
21.30 Єдина країна
21.50 Добрі традиції
22.35 Х/ф «Звичайний чоловік»

ICTV

05.35 Громадянська оборона
06.30 Ранок у великому місті
08.45 Факти. Ранок
09.15, 19.20 Надзвичайні новини
10.10 Інсайдер
11.05, 17.35 Т/с «Поганий хоросий коп»
12.00, 13.15 Х/ф «Підричники»
12.45, 15.45 Факти. День
14.55 Скетч-шоу «На трьох»
15.05, 16.15 Т/с «Володимирська, 15»
18.45, 21.05 Факти. Вечір
20.20 Антизомбі
21.25 Дизель-шоу
23.45 Комік на мільйон. Найкраще

СТБ

06.40 Х/ф «Пропоную руку і серце»
08.35 Х/ф «Вербна неділя»
17.30, 22.00 «Вікна-Новини»
18.00 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія»
20.00, 22.40 Х/ф «Кафе на Садовій»
00.40 «Один за всіх»
НОВИЙ КАНАЛ
03.00, 02.10 Зона ночі
04.00 Абзац
05.50, 06.50 М/с «Драconi: Перегони безстрашних»
06.49, 07.49 Kids Time
07.50 Проект «Перфект»
09.00 Кохання на виживання
11.00 Ревізор

14.20 Страсті за Ревізором
17.00 Ревізор. Крамниці
19.00 Х/ф «Куленепробивний»
21.00 Х/ф «Протистояння»
22.50 Х/ф «Випадковий шпигун»
00.30 Х/ф «Коти проти собак»
«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
10.30 Свекруха або невістка
11.20 Реальна містика
13.30, 15.30 Агенти справедливості
16.00 Історія одного злочину
18.00 Т/с «Каблучка з рубіном»
19.45 Ток-шоу «Говорить Україна»
21.00 Т/с «Коли на південь полетять журавлі»
23.20 Слідами

ТТБ

07.00 «Твій ранок»
09.00 Т/с «Роксолана»
13.30, 17.00, 19.00, 20.30 «Вісті ТТБ»
13.40, 19.20 «Тема дня»
14.10 «Фольк-music»
15.10 «Надвечір'я. Долі»
16.00 Радіодень «Життя+»
16.10 «Суспільний університет»
16.50, 19.15 Анонси
16.55, 17.40, 19.10 Реклама
17.10 «Схеми»
17.45 «Назбирание»
18.00 «Звичайне диво»
18.15 «Хочу бути...»
18.30 «Мистецькі історії»
18.45 «Думки вголос»
19.50 «Хто в домі хазяїн?»
20.05 Док. фільм
20.50 «Вечірня казка»

ІНТЕР

05.40 Мультфільм
06.10, 22.00 «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»
10.15, 12.25 Т/с «Запитайте в осені»
12.50 Х/ф «Міський романс»
14.50, 15.45, 16.40 «Речдок»
18.00 Ток-шоу «Стосується кожного»
20.00 «Подорожі тижня»
23.50 Х/ф «Харві Мілк»

НЕДІЛЯ, 11.02.2018

UA: ПЕРШИЙ

06.00, 06.30 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Гірськолижний спорт. Дайвхіл (чоловіки). Фінал
07.05 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Сноуборд. Слоупстайл. Кваліфікація (жінки)
08.30, 23.05 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Лижі. Скіатлон 15+15 км (чоловіки). Фінал
10.50 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Ковзанярський спорт. 5000 м (чоловіки). Фінал
13.05 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Біатлон. Спринт 10 км (чоловіки)
15.05 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Фрістайл. Могул. Фінал (жінки)
16.55, 21.30 Олімпійська студія
17.30, 01.10 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Санний спорт. Фінал. Заїзд 3 (чоловіки)
18.30, 02.05 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Санний спорт. Фінал. Заїзд 4 (чоловіки)
19.30 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Фігурне катання. Команди (жінки, пари)
21.00 Новини
03.00 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Фігурне катання. Команди. Фінал
1+1
06.10 ТСН
07.05 «Українські сенсації»
08.00 «Сніданок. Вихідний»
09.00 «Лото-забава»
09.40 М/ф «Маша і ведмідь»
10.00 «Громада на мільйон»
11.10, 12.10, 13.15 «Світ навиворіт-5: Індонезія»
14.55 «Ліга сміху»
19.30 «ТСН-Тиждень»
21.00 «Голос країни-8»
23.10 «Viva! найкрасивіші-2018»
00.35 «Світське життя»
2+2
06.00 Мультфільми
08.00 Бушидо
09.00 «Заручники правосуддя»
10.00 «Угон по-нашому»
11.00 «Загублений світ»
13.55 Т/с «Зустрічна смуга»
15.50 Т/с «Перевізник»
17.45 Х/ф «Безодня»
21.00 Х/ф «Солдат Джейн»
23.15 «Змішані єдиноборства. UFC»
TV-4
06.00 Х/ф «Місія»

07.30 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 ціна
10.15 Прямая трансляція святої літургії з архикатедрального собору УГКЦ м. Тернополя
11.40 Дім книги
12.00 М/ф «Острів скарбів»
13.30 «Чарівний ключик»
14.00 Сільський календар
14.30 Межа правди
15.30 Слід
16.00 Право на успіх
16.20 Твій дім
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 Провінційні вісті. Тиждень
19.45 Міська рада інформус
20.00 Огляд світових подій
21.00 «Гал-кліп»
22.15 Х/ф «Смак романтики»
23.45 Час-тайм

ICTV

05.10 Скарб нації
05.20 Еврика!
05.30 Факти
06.00 Інсайдер
07.50 Т/с «Код Костянтина»
09.40 Т/с «Відділ 44»
12.20, 13.00 Х/ф «Містер Бін в Америці»
12.45 Факти. День
14.15 Х/ф «Ілюзія обману»
16.20 Х/ф «Ілюзія обману-2»
18.45 Факти тижня. 100 хвилин
20.35 Х/ф «Паркер»
22.50 Х/ф «Без компромісів»

СТБ

07.00 «Хата на тата»
09.00 «Все буде смачно!»
10.00 «Караоке на Майдані»
11.05 «Євробачення 2018»
15.00 «Наречена для тата»
17.00, 23.10 «Я соромлюсь свого тіла-5»
19.00, 22.10 «Слідство ведуть екстрасенси»
21.00 «Один за всіх 2018»

НОВИЙ КАНАЛ

03.00, 02.50 Зона ночі
05.50 Стендап-Шоу

СУБОТА, 10.02.2018

UA: ПЕРШИЙ

06.00, 06.30, 10.35 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Сноуборд. Слоупстайл. Кваліфікація (чоловіки)
07.35 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Фрістайл. Могул. Кваліфікація (жінки)
08.15 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Фрістайл. Могул. Кваліфікація (чоловіки)
09.00 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Скіатлон 7.5+7.5 км (жінки). Фінал
12.00 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Шорт-трек (чоловіки) 1500 м. Фінал; Санний спорт. Заїзд 1 (чоловіки)
13.00 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Біатлон. Спринт жінки 7.5км
14.45, 21.30 Олімпійська студія
15.35 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Ковзанярський спорт. 3000 м (жінки). Фінал
17.25 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Шорт-трек, естафета 500+3000 м (жінки). Кваліфікація
19.00, 22.00 Національний відбір учасника від України на Міжнародний пісенний конкурс «Євробачення-2018». І тур
21.00 Новини
23.00 XXIII Зимові Олімпійські ігри 2018. Стрибки з трампліна. Кваліфікація (чоловіки)
1+1
06.00, 19.30 ТСН
06.45 «Гроші-2018»
08.00 «Сніданок. Вихідний»
09.45, 23.15 «Світське життя»
11.00 «Життя без обману»
12.30 «Інспектор. Міста»
14.05 «Голос країни-8»
16.30 «Вечірній квартал»
18.30 «Розмішки коміка»
20.15 «Українські сенсації»
21.15 «Вечірній квартал»
00.15 «Вечірній Київ»
2+2
06.00 Мультфільми
08.00 Бушидо
09.00 «Заручники правосуддя»
10.00 «Угон по-нашому»
11.00 Т/с «Перевізник»
12.50 Т/с «Ментівські війни. Київ»
16.25 Х/ф «Таємниця татуйованої мумії»
18.20 Х/ф «Миротворець»
20.15 Х/ф «Викуп»

22.15 Т/с «Зустрічна смуга»
00.10 «Нове Шалене відео по-українськи»
TV-4
06.00 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 «Місія»
08.55, 19.55 Добрі традиції
09.00 Час-Тайм
09.30, 19.00 Єдина країна
10.00 Огляд світових подій
10.30 Блага звістка з Р. Реннером
11.30 Майстер-клас із Наталкою Фіщич
11.55, 14.25, 16.55, 20.05 Тернопільська погода
12.00 Смачна мандрівка
12.30 00.30 «Вікна навпроти»
14.30 Мультфільми
15.00 М/ф «Острів скарбів»
16.30 Дім книги
17.00 Хіт-парад
17.50 ТНЕУ — калейдоскоп подій
18.00 Наші вітання
19.30 У фокусі Європа
20.10 Оркестра Волі. Світова класика
21.10 Х/ф «Червона скрипка»
23.30 Євромакс
00.10 Час-Тайм

ICTV

05.30 Скарб нації
05.40 Еврика!
05.45 Факти
06.05 Більше ніж правда
07.50 Я зняв!
09.40 Дизель-шоу
10.55 Особливості національної роботи
12.45 Факти. День
13.00 Скетч-шоу «На трьох»
17.00 Х/ф «Містер Бін в Америці»
18.45 Факти. Вечір
19.20 Надзвичайні новини. Підсумки
20.05 Х/ф «Ілюзія обману»
22.15 Х/ф «Ілюзія обману-2»

СТБ

06.00 «Хата на тата»
08.00 «Караоке на майдані»
09.00 «Все буде смачно!»
10.30 Х/ф «Кафе на Садовій»
14.40 «МастерШеф. Кулінарний випускний»
19.00 «Євробачення 2018»
21.50, 23.55 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія»
22.55 «Євробачення 2018. Підсумки

голосування»
00.55 «Давай поговоримо про секс-4»
НОВИЙ КАНАЛ
03.00, 02.40 Зона ночі
05.20, 07.00 М/с «Лунтик і його друзі»
06.59, 08.44 Kids Time
08.45 Ревізор
11.30 Страсті за Ревізором
13.50 Х/ф «Елвін і бурундуки-2»
15.30 Х/ф «Куленепробивний»
17.20 Х/ф «Шпигун по сусідству»
19.10 Х/ф «Супернянь-2»
21.00 Х/ф «Шафер напрокат»
01.00 Х/ф «Містер Крутий»
«УКРАЇНА»
07.00, 15.00, 19.00 Сьогодні
07.15 Зірковий шлях
08.15, 15.20 Т/с «Чорна кров»
17.00, 19.40 Т/с «Хірургія. Територія кохання»
22.00 Т/с «Принцеса і жебрачка»
01.35 Телемагазин

ТТБ

07.00, 13.30 «Лайфхак українською»
07.10 «Казки Лірника Сашка»
07.20 «Хочу бути...»
07.40 «Хто в домі хазяїн?»
08.00 «Твій ранок»
09.45, 17.45 «Мистецькі історії»
13.40 «Тема дня»
14.10 Т/с «Роксолана»
17.10 «Звичайне диво»
17.25 «Візитівка Карпат»
17.30 «Вісті ТТБ»
17.40 Анонси
18.00 «До справи»
18.30 «Загублені в часі»
18.45 «Мамина школа»
19.00 «Панорама подій»
19.20 «Мрії збуваються»
19.30 «Поза рамками»
20.00 «Розсекречена історія»

ІНТЕР

06.35 «Чекай мене»
08.00 «Подорожі в часі»
08.30 Х/ф «Вулицями комод водили»
10.00 Х/ф «Доживемо до понеділка»
12.00 Х/ф «Вони воювали за Батьківщину»
15.20 Творчий вечір Костянтина Меладзе «Останній романтик»
18.00, 20.30 Т/с «Жереб долі»
20.00 «Подорожі»
22.15 Док. проект «В гості до Вячеслава Тихонова»
23.20 Т/с «Терор любов'ю»

Важливо

Щоб не отруїтися газом

Холодної пори, особливо тепер, після здорожчання блакитного палива та загального збідніння, сільські жителі намагаються економити якомога більше тепла у своїх домівках.

Замість газового опалення вони користуються грубками, підкидаючи туди талого-сякого хмизу. Але цього зазвичай мало. Тож бабусі й дідусі вважають, що стане тепліше, якщо на газовій плиті готувати їжу й наглухо зачинити квартирки у вікнах. Наскільки це безпечно?

Як показали дослідження, під час лише годинної роботи газової плити у повітрі зростає концентрація вуглекислого газу, оксиду й діоксиду азоту, парів бензолу тощо. Проблема навіть не в тому, що такий обігрів не ефективний. Тепло концентрується здебільшого в кухні, а шкідливі продукти згорання природного газу (діоксид вуглецю, оксид азоту, а ще бензол й бензопірен, які можуть утворюватися під час смаження продуктів) розсіюються по всій хаті. Якщо квартира зачинена, а вікна щільні, то мешканці дуже ризикують здоров'ям.

Так, діоксид вуглецю (вуглекислий газ) стає токсичним, якщо його вміст у повітрі становить 3—4%. Людина відчуває шум у вухах, нудоту, болить голова. Цей газ без кольору й за-

паралічу дихального центру і смерті може минути небагато часу. Бензол і бензопірен — канцерогени, які постійно впливаючи на організм, здатні стимулювати виникнення онкології, захворювань крові тощо.

Додатковий чинник забруднення повітря житлових приміщень — меблі та вікна, виготовлені з пластику. З них також можуть випаруватися токсичні хімічні речовини. Тому, навіть якщо ви просто варите обід на газовій плиті, обов'язково відчиніть квартиру. Це найпростіший спосіб зменшити концентрацію шкідливих компонентів у повітрі.

Хоч би яка погода була за вікном, кожні дві години й упродовж щонайменше п'яти хвилин інтенсивно провітрюйте приміщення.



ПОРΟΣЯТКО
КАШЛЯЄ...

У тварин – застуда?

У холодну пору року на небезпеку підхопити застуду (це поняття збірне) наражаються не тільки люди, а й тварини. Господарі мусять бути уважні, щобчасно помітити ознаки занедужання й допомогти домашнім тваринам.



● Зверніть увагу

температури тіла до 41–42 градусів. Хворі тварини відмовляються від корму, зариваються в підстилку; дихання стає утрудненим, переривчастим, черевного типу.

З'являються напади чхання та кашлю, що супроводжуються слизистопінистими і гнійними виділеннями з носової порожнини, потім може розвинутися запалення легенів. Рожевий колір шкіри змінюється брудно-сірим, щетина скуповується, шкіра втрачає свою еластичність.

Тварин з високою температурою ізолюють і лікують. У свиней, щодо яких є підозра, чи вони заразилися, вимірюють температуру, поліпшують їхню годівлю і догляд за ними. Приміщення дезінфікують 10–20%–ю суспен-

зією гашеного вапна.

Специфічного лікування від цієї хвороби немає. З медикаментів рекомендують препарати серцеві (кофеїн), що дезінфікують кишечник (каломель), а також уротропін й інші засоби за призначенням ветеринарного лікаря.

Звертають увагу на дієтичну годівлю нездухих, поліпшення умов їх утримання, профілактику застудних захворювань. Через кілька днів загальний стан тварин починає поліпшуватися, температура тіла поступово знижується до нормальної, з'являється апетит.

Профілактика цього захворювання полягає в тому, щоб створити для поголів'я такі умови годівлі й утримання, які не допускають ослаблення організму.

...А КОРОВА ЧХАЄ

Корова теж може занедужати, перемерзнувши: починає кахикати, з ніздрів з'являється слиз. Як допомогти тварині? За таких симптомів можна припустити, що корова від переохолодження захворіла на риніт і ларингіт.

Корова, в якій йдуть мутувати слизові виділення з носа, яка чхає та сопе, найімовірніше, страждає від риніту. Лікування в домашніх умовах можна порекомендувати таке. Слизову оболонку ніздрів зрошувати 0,25%–м розчином новокаїну або 3%–м розчином борної кислоти. А для промивання носа використовувати 5%–й розчин питної соди або 1%–й розчин хлористого натрію.

Якщо ж корова кахикає, то в неї, швидше за все, ларингіт. Головне в лікуванні цього захворювання — усунути його причину. Відразу ж треба виключити з раціону корми, які можуть викликати подразнення слизової оболонки глотки й гортані. У теплі бовтанки з концентратів треба додавати відхаркувальні засоби (питну соду або амонію хлорид).

За відсутності температури можна прогрівати ділянку гортані грілкою, ставити зігрівальні компреси й робити втирання. Для цього можна використовувати іхтіолову або камфорову олію, а також камфорний спирт.

На час лікування корову треба помістити в тепле приміщення без протягів. Із раціону виключити курні та надто запашні корми. При гострій формі захворювань слід викликати ветеринара, який призначить антибіотики.



● На замітку ДОДАЙТЕ

В «МЕНЮ» ХВОЮ

Взимку організм тварин усе більше потребує вітамінних кормів. Добра вітамінна підгодівля — хвоя. Вона поповнить дефіцит вітамінів А, С, К і Е, крім того, має стимулюючу дію. Її цілющу силу знали ще в давні часи і застосовували у медицині та ветеринарії.

У давнину зауважували, що згодовування її тваринам прискорює в них лінійня, поліпшує загальний стан. Кози і вівці, а також кролі їдять хвою без будь-якої підготовки до згодовування.

Настої і відвари, приготовані з хвої, давна застосовують для прискорення відгодівлі свиней. Подрібнену сировину кладуть у дерев'яну діжку, заливають гарячою водою, закривають кришкою і настоюють 6–12 год. Потім проціджують і впоюють тваринам.

Можна приготувати настій і по-іншому. Порубані хвойні гілки складають у полотняні чи марлеві мішки і опускають у бочку з гарячою водою. Досить насичений настій виходить і після млоіння хвої, залитої гарячою водою, у печі. Свиням дають до 2 л настою на голову на добу, великій рогатій худобі — до 5 л.

Хвою, подрібнену на борошно, згодовують у суміші з іншими кормами коровам до 5 кг, свинням — по 0,5–1 кг на добу.

ЧИ БОЙТЬСЯ КОЗА ХОЛОДУ?

Ці тварини невибагливі, тому не мають потреби в особливих умовах утримання в холодний період. Якщо температура в хліві не опускається нижче +8°C, то можна обійтися без обігріву.

Річ у тім, що кози зимку цілком здатні підтримати в невеликому приміщенні таку температуру завдяки теплу власного тіла. Інша справа — кітні кози, а також матки з новонародженими чи маленькими козенятами. Для них температуру потрібно підтримувати вище за 10°C. Крім цього, слід урахувати, що кози схильні до пневмонії, отож якщо в сараї є щілини, їх потрібно терміново законопатити, оскільки утримання тварин узимку на протягах і при високій вологості неприпустиме.

Якщо підлога в хліві бетонна або земляна, то за можливості зробіть поміст із дощок і покладіть підстилку. Кози зимку люблять спати на такому помості — на ньому їм тепліше, і сухіше. Та й чистити його легше. А стежити за чистотою в зимовий час треба обов'язково.

Поміляються господарі, які вважають, що холодне повітря шкідливе для кіз, а тому всю зиму тримають їх у теплому приміщенні.

● На прохання читачів

Соєа — для всіх

Останнім часом у приватних господарствах збільшуються площі під посівами сої, яку використовують як корм для худоби. За поживністю соєа лідирує серед усіх зернових. Це основний рослинний постачальник білка. Користь від згодовування її домашній живності в три-чотири рази вища, ніж від традиційних злакових.

Соєа можна згодовувати всім без винятку видам домашніх тварин як білкову добавку для збагачення кормових раціонів протеїном і збалансованості їхнього умісту за амінокислотами.

Трошки відступивши від основної теми, зауважимо, що соєа зберігається тривалий час — до двох років. Стручки не тріскаються від сонця, не ушкоджуються на відкритому повітрі, навіть у мороз.

Снопки слід скласти або підвісити в сухому приміщенні чи на горіщі, допускається й під навісом. Чому на цьому наголошуємо? Дехто з господарів практикує згодовування сої у сирому вигляді козам і вівцям. Тоді її можна не обмолочувати — зручніше користуватися снопками. Дають разом зі стручками та стеблами — за якийсь час залишаться тільки найтовстіші стебла.

Свиням, коровам, бичкам стебла і стручки треба подрібнити на невеликі шматочки (5–6 см завдовжки). Роблять це на січкарні або секатором чи сокирою, після цього все змолоти. Розмелену масу необхідно замочити не менш як на дві години у гарячій воді.

Переважає більшість фахівців радять застосову-

вати термічну обробку — варити або пропарювати корм — для всіх видів домашньої живності, в тому числі для великої рогатої худоби. Річ у тому, що соєа боби містять інгібітор ферменту травного тракту трипсин, який переводить фермент у неактивний стан. Кажучи простою мовою, перетравність сирого зерна низька (втім, як і інших бобових — гороху, вики).

Молоднюку птиці, а також індикам ліпше давати розмелену разом зі стручками соєа як добавку до вологих мішанок, оскільки також не зможуть усе засвоїти.

Дорослим гусям і качкам дехто з господарів просто підвішує один-два снопики у доступному місці, й вони вибирають усе до зернини, залишаються самі порожні стручки. Нутріям і кролям теж закладають по снопи-

ку в клітку — з'їдають повністю.

Існує ще цікавий досвід згодовування сої свиням — пророщування зерна, тоді, як кажуть, жодних застережень. Для цього його насипають у ящик зі стінками заввишки 4–5 см, ставлять ближче до світла і щодня поливають. Через 8–10 днів, коли паростки відростуть на 10 см, корм згодовують поросяткам і свиноматці.

Нерозмелене зерно можна використовувати у корм також, попередньо його підсмаживши на листі заліза до коричневого кольору. Це ласощі для поросят-сисунів.

Якщо у вас є змога згодовувати худобі відходи після переробки сої на харчові продукти, теж чудово. Це макуха або шрот. Соєвий шрот містить менше клітковини і ліпше засвоюється тваринами порівняно із соняшниковим. Неоціненна його роль у годівлі молочної худоби. Соєву макуху, яка також є цінним кормом, одержують при механічному добуванні олії.



Зіпсовані корми становлять небезпеку



До якості того, що кладете в годівниці, слід ставитися відповідально. Застерегаємо: промерзлі корми дуже шкідливі! Викликають катар, здуття живота, кольки. У тільних тварин може статися викидень. Особливо ризиковано давати такі коренеплоди й гарбузи натще без домашнього сухого корму. Зате коли відтанули, можна згодовувати беззастережно.

Дуже небезпечні корми, заражені різними грибами. Скажімо, якщо картопля щойно почала гнити, то її краще зварити. У разі масового загнивання запасів бульбу не варто згодовувати взагалі.

Спори пшеничної сажки викликають судомну жуйку, сліпотечу, лихоманку, сльозотечу, утруднене дихання, іноді — параліч і смерть. Тому заражені такими спорами корми обов'язково пропарюють. Солону із сажкою не можна використовувати навіть на підстилку.

Надзвичайно шкідлива пліснява. Вона спроможна розростатися в організмі й спричинити запалення кишечника, здуття, кольки, наслідком чого є сильний пронос, судомні. У таких випадках, як правило, у тільних трапляються викидні, тварина може загинути.

Уникнути такої ситуації можна, якщо турботливо ставитися до худоби, а корми зберігати в сухому місці. Коли ж пліснява з'явилася, то концентрати слід обов'язково запарювати, а солону чи сіно провітрювати, заражені ділянки видаляти та спалювати.

Особливо уважно треба придивлятися до давніх запасів зерна та сіна. Річ у тому, що в такому зерні може завестися комірний довгоносик. Він особливо небезпечний для коней — викликає задуху та приплив крові до слизових оболонок. Отож зерно обов'язково треба варити!

Сінний кліщ з'являється у сіні, що зберігалось у сирому місці. Він спричиняє запалення кишків, катар шлунка. Трапляється, що тварина гине. І навіщо вам таке лихо?

У деякого трошей кури не клюють, тому що ні курей, ні трошей

У кожній людині є частинка Бога

Пам'ять

До роковин відходу в засвіти засновника і керівника хорової школи «Зоринка», педагога й диригента Ізидора Доскоча в драмтеатрі ім. Т. Шевченка відбулося мистецьке дійство «Ти зі мною» — програма духовної музики й високої поезії Олега Германа.

Участь у концерті взяли вихованці «Зоринки» та хор їхніх батьків, що діє вже кілька років поспіль. Зрежисували дійство директор хорової школи імені Ізидора Доскоча, дружина Маестро Анжела Доскоч і заслужений діяч мистецтв України Олег Герман. Вела програму поетка і журналістка Олена Лайко.

— Кожна людина, створена за подобою Господа, має в собі світлу ідею, свою місію, визначену Ним. Одні люди втілюють цю ідею в житті, жертвуючи всім, а інші проходять мимо, залишаючи по собі порожнечу, — так прокоментував ідею режисерського задуму дійства Олег Герман. — Ізидор свою місію-свічку проніс до



останнього подиху.

На запитання, як можна було поєднати непоєднуване — Господа й людину Олег Михайлович відповів: — Можна, бо в кожній людині є частинка Бога. Поема Олега Германа

«Він», що звучала з вуст автора впереміж із музичними творами у виконанні «зоренят», спонукала до осмислення суті земної місії кожного з нас, до осягнення божественного в людському й людському в божественному. Цікаво, що, за словами Анжели Альфредівни, ця поема вже звучала в музичному обрамленні камерного хору філармонії, коли ним керував свого часу світлою пам'яті Ізидор Доскоч. Але тепер його дружина по-новому осмислила текст, бо непоправна втрата змінила її світобачення. Тож і музи-



ку дібрала іншу. Таку, щоби кожна її нотка, кожне слово засвідчувало — «Ти зі мною».

— У цій програмі не могло бути об'ємних промов про заслуги Маестро, бо знаю, що йому це не сподобалося б, — каже Анжела Доскоч. — Він не любив говорити на людях. Зате

мав дуже промовистий погляд. Міг і спопелити ним, і окрилити. І діти, і я розуміли Маестро з півпогляду. Тому не хотілося обтяжувати дійство промовами, а дати можливість кожному подумати про своє і згадати Людину, котра створила зоряне небо на землі.

Символічним обрамленням дійства стали три осяйні зоринки, що спустилися на його початку в руки юних хористок, а в кінці дівчатка знову «відпустили» їх у небо. У цих зорях вбачалася і душа Учителя, і образ людини, котра приходила на світ, виконує свою місію і у визначений час полишає його, і феномен таланту, що дарований кожному Господом на його прославу. Бог щедро наділив ним Маестро Доскоча, дав йому змогу творити з дітьми магію високого мистецтва. А мистецтво, на відміну від життя, вічне.

Віриться, що й «Зоринка» існуватиме вічно, бо в її основі — наступність поколінь. Нині сюди приводять внучки бабусі, котрі співали колись у хорі Ізидора Доскоча. Цю свічку єднання натхнено пронесла сценою п'ятирічна вихованка школи Ліза Буряк. Тут співає її старша сестричка. Тут співала їхня мама Наталя. Сюди, дасть Бог, Ліза приведе колись і своїх діток...

Ліля Костишин.

Фото Миколи Василечка.

А ви знали?

ПАПА ЗАПРОПОНУВАВ ЗМІНИТИ «ОТЧЕ НАШ»

Папа Римський Франциск заявив, що доцільно внести зміни до усталеного перекладу головної християнської молитви «Отче наш». З таким закликом понтифік виступив під час дискусії на телебаченні.

Зокрема, за словами Папи, з перекладу молитви різними мовами виглядає, що ніби «Бог вибирає, чи вести нас у спокусу, чи ні». В українській версії «Отче наш» цей рядок звучить: «І не введи нас у спокусу».

«Це недобрый переклад, тому що натякає на те, що Бог нібито провокує нас на спокусу», — вважає Папа Римський. Тому він закликає усіх християн переглянути переклад молитви «Отче наш».

На його думку, цей рядок має звучати приблизно так: «І не дозволяй нам піддатися спокусі».

Папа вважає, що в такому перекладі провиня у спокусі лежить виключно на людині.

За його словами, католицька церква у Франції вже обрала інше формулювання цієї фрази — «не дай власти в спокусу». На думку Папи, саме так повинні промовляти її люди у всіх церквах світу.

Як відомо, молитва «Отче наш» на мові оригіналу втрачена. Найдавніший її текст, який дійшов до нас, написаний давньогрецькою.

ЦІКАВІ ФАКТИ ПРО БІБЛІЮ

У світі сохвилини продають 50 Біблій.

У Старому Завіті 73 рази згадується слово «мигдаль».

З усіх книжок у світі, найчастіше крадуть Біблію, що не дивно, враховуючи, скільки їх продають.

Найпопулярніші в Біблії тварини — віця, баран, лев, бик і ягня.

Слово «Біблія» походить з латинського biblos, що означає «книга».

За Біблією, Ной придумав вино і став першою людиною, що спробувала м'ясо.

Багато хто вважає, що мудреців, які прийшли до новонародженого Ісуса, було троє, і відомі навіть їхні імена. Однак у Біблії ніде не вказана їх кількість.

Сіль згадується в Біблії понад 30 разів.

У Біблії є дві тварини, які говорять, — змії-спокусник, і Валаамський віслик.

Відповіді на сканворд «Зима», надрукований 25 січня

А	Д	В	Г	Ч	З
Б	Р	У	К	І	В
К	Т	И	Р	З	О
А	Н	А	Л	Е	Т
Н	І	А	С	Л	А
Р	И				А
Ж	А	Н	Р		Г
У	Б				У
К	В	А	С		С
И	М	Е	С	К	Л
В	С	Е	П	О	Д
Ф	І	А	Т	Р	У
С	Т	А	Л	О	Б
А	К	Л	И	Н	Б
А	Р	А	М	А	А
					С
					Е
					С
					О
					Р

Поміркуйте

Сканворд «Отара»

УЧЕНЬ	КРАЙ НАСЕЛЕННОГО ПУНКТУ	МОЛИТВА У МУСУЛЬМАН	ЛІТАЛЬНИЙ АПАРАТ БЕЗ ДВИГУНА	ПОЛОГИ У ВІВЦІ	ГРУПА ЖИТЛОВИХ ВУДИНКІВ	ВИСОКОКЛАСНИЙ ФАХІВЕЦЬ	ВИБУХІВКА	ХАРАКТЕР ЗВУЧАННЯ ГОЛОСУ
ЗІМЕНТОВАНА ПРСЬКА ПОРОДА								
			ЗВЕРТАННЯ ДО ПОВАЖИ. УЗБЕКА			МАРКА ПРАЛЬНОГО ПОРОШКУ		
ЧАСТИНА ОБЛИЧЧЯ КУЩА З ВЕЛИКИМИ КВІТКАМИ						ОСНОВНІ КОЛІРІ ЕКС-ВАЛЮТА ЛАТВІ		
ВИД КЛОПІВ			ГОРЮЧИЙ ГАЗ					МАЙСТЕР, ЯКИЙ ВИРОБЛЯЄ ЛОЖКИ
				ПІДЛЕГЛИЙ				
ВОЛОДАР ПРИЗУ	ЦУКЕРКОВИЙ ПАПІР	СВІЧКА ПІСЛЯ ВТРАТИ ПОТЕНЦІЇ						
							В'ЯЗНИЦЯ ДЛЯ ДУШІ	ПРАЦІВНИК КІНО
СПІВЕЦЬ НА РУСІ		ТИТУЛ ПОМІЩИКА В ТУРЕЧИНІ					НАЦІОНАЛЬНИЙ ОЛІМП. КОМІТЕТ	
ПІДСТУПНА ЛЮДИНА							БАБУСЯ У СЕРЕДН. АЗІЇ	
ВИГУК ЗДІВУВАННЯ			ЛІПАК З ДВОМА ПЛОЩИНАМИ КРИЛ					
						ВІДГОДОВАНЕ НА М'ЯСО КЮРЧА	ІНДІЙС. ФІЛОСОФ. ШКОЛА	АКТОРКА ... ВІТОВСЬКА
								ПОРОЖНІ ПЛЯШКИ
ХОЛОДЕЦЬ	ПЛАЦ БЕДУІНА	ПРИСВОЕН. ЧУЖОГО АВТОРСТВА ЕПОХА						
СПІВАК ... ГОТТ						ОХОРОНА		
								АВТОР «УТОПІЇ»
ПРАЦІВНИК ЛАБОРАТОРІЇ	ГРУПА АФРИК. НАРОДІВ					ГУРТ ОВЦЬ НА ФОТО		