ПОРАДНИЦЯ ДЛЯ ВСІЄЇ РОДИНИ!

Домашня газета

Програма телебачення

Ціна 1 грн 50 коп

#28(847) 12 липня 2018 року

4
ЖОВТІЄ ЛИСТЯ БАКЛАЖАНІВ

З днем Ангела!

Сьогодні іменини Петра, Павла, завтра — Андрія, Матвія. 14 липня з днем Ангела вітайте Ангеліну, Кузьму, Констянтина, 15 липня — Арсенія, 16 — Анатолія, 17 — Ольгу, Олексія, 18 — Анну, Варвару.

3
ВАРЕННЯ З М'ЯТИ

Якщо в будинку цвіль
6

● **Важливо**

НЕ ПЕРЕГРІВАЙТЕ ДІТЕЙ

Коли стовпчик термометра починає стрімко підніматися, один з найбільших ризиків для дітей — перегрітися. І дуже часто трапляються батьки, які навіть у спеку одягають малюків в шапки, кофтинки й шкарпетки, щоб «не продуло».

Правило, що дитині потрібно одягати на один шар одягу більше, ніж собі, не працює, коли на вулиці спека. Якщо вам самим спекотно у футболці — не одягайте на дитину додатковий одяг. Також не варто одягати шкарпетки, краще — відкрите взуття, що буде підтримувати нормальну терморегуляцію. Шкіра стоп повинна дихати.

Батькам потрібно бути уважними в спеку та постійно слідкувати за дитиною. Обмін речовин у малюків та дітей відбувається більш інтенсивно. При цьому виробляється велика кількість тепла, від якого дитячому організму потрібно позбавлятись. У спеку цей процес проходить важче, тому діти набагато швидше перегріваються та зневоднюються в жарку погоду.

Вибір правильного одягу для малюка та належний захист від сонця — надзвичайно важливі. Ось ще кілька порад, яких потрібно дотримуватись, щоб уникнути перегрівання у спеку:

✔ обирайте одяг з натуральних тканин (котон, легкі бавовняні тканини, льон);

✔ обов'язковий атрибут в спеку — кепка чи панамка, які забезпечують найвищий рівень захисту від сонячних променів;

✔ намагайтеся проводити більше часу в тіні, особливо у проміжок між 10 та 16 год. Отримання сонячних опіків в дитинстві подвоює ризик розвитку меланоми пізніше;

✔ не забувайте про воду. Діти погано розрізняють сигнали тіла про спрагу, і більш ризикують наразитися на зневоднення. Тому їм потрібно нагадувати про пиття. До того ж тіло дітей містить більше води, ніж в дорослих, і тому втрата води для них критичніша.

Дорога до Бога

ЯК ПІДГОТУВАТИСЯ ДО ПРОЩІ?

Як і будь-яке паломництво, проща до Зарваниці вимагає підготовки.

Йдеться, насамперед, про духовну підготовку. Прочанин відрізняється від туриста своїм наміром, тому варто добре обміркувати, **чому йдете на прощу**, що хочете попросити в Бога, або які відповіді на свої духовні запитання хочете отримати. Молитовний намір, ваші прохання мають бути підкріплені й подякою Богові.

Проща неможлива без **прощення та каяття**. Тому дуже важливо висповідатися перед прощею або ж під час неї.

Проща — чудова можливість **вийти із зони комфорту** — як духовної, так і фізичної. Наша надмірна прив'язаність навіює уявне переконання, що без певних речей ми не можемо жити. Паломництво — гарний час, щоб усі ці прив'язаності виявити і бодай частини позбутися, тому якщо маєте бажання і витривалість — зробіть собі певні настанови: це може бути утримання від соцмереж чи шкідливих звичок. Вибір є широкий і все залежить від ваших слабкостей.

Проща має відбуватися в молитві, а тому важливо взяти із собою молитовник та вервицю.

Уже цих вихідних, 14—15 липня, відбудеться щорічна Всеукраїнська проща до Марійського духовного центру «Зарваниця».

● Варто знати

Але, окрім духовної підготовки, є ще й матеріальна. Тому, якщо ви зібралися в пішу ходу до Зарваниці, **потрібно мати** зручне взуття (краще дві пари), головний убір, скромний і зручний одяг із простих тканин, дощовик. Візьміть із собою також воду, мінімум їжі, що не псується, мінімальний набір ліків, пластирі, засоби особистої гігієни, документи і трохи грошей, і звісно ж, намет, спальник та каримат для ночівлі.

Священики також закликають не брати із собою і не використовувати пластиковий посуд. Адже ним тільки забруднюється середовище. Тому візьміть з собою горнятко, ложку й тарілку.

У Тернополі проща розпочнеться зі святої літургії в архікатедральному соборі Непорочного Зачаття Пресвятої Богородиці о 7:00 год. Опісля формуватимуть групи по 30 людей, кожну із них до Зарваниці супроводжуватиме священик. Вихід колони запланований на 13 липня о 8:30 год.

Під час пішої подорожі люди матимуть змогу висповідатися, матимуть простір для духовних розмов, приватної та спільної молитви.

...Проща пережита правильно тоді, коли залишає після себе слід. І це не лише яскраві світлини, це також і конкретні висновки: я буду намагатися рухатися в тому чи іншому напрямку, буду більше розвиватися у молитві, частіше сповідатимуся, буду брати участь у служінні при моїй парафії тощо.

І пам'ятайте, що проща і релігійний туризм — це не одне і те ж. Адже для туриста важливо те, що він просто побував у святому місці, зробив світлини, купив сувеніри, а для прочанина насамперед важливе духовне збагачення.

● Місячний календар

12 липня, четвер. Остання чверть. Місяць у Раку. 28/29 дні Місяця. Схід — 4 год 15 хв, захід — 20 год 28 хв.

13 липня, п'ятниця. Новий місяць. Місяць у Раку, Леві (20 год 33 хв). 29/30/1 дні Місяця. Схід — 5 год 19 хв, захід — 21 год 24 хв.

14 липня, субота. Новий місяць. Місяць у Леві. 1/2 дні Місяця. Схід — 6 год 33 хв, захід — 22 год 10 хв.

15 липня, неділя. Новий місяць. Місяць у Леві, Діві (20 год 32 хв). 2/3 дні Місяця. Схід — 7 год 52 хв, захід — 22 год 47 хв.

16 липня, понеділок. Новий місяць. Місяць у Діві. 3/4 дні Місяця. Схід — 9 год 12 хв, захід — 23 год 17 хв.

17 липня, вівторок. Новий місяць. Місяць у Діві, Терезах (22 год 42 хв). 4/5 дні Місяця. Схід — 10 год 30 хв, захід — 23 год 44 хв.

18 липня, середа. Новий місяць. Місяць у Терезах. 5/6 дні Місяця. Схід — 11 год 45 хв.

● **На замітку**

Щоб чайник служив довго

Перед першим використанням електричного чайника ополосніть його водою кілька разів. Якщо є сильний запах пластмаси, закип'ятіть у ньому воду з 2—3 чайними ложками соди. Наливайте чайник не більше максимального і не менше мінімального рівня. Не забувайте закрити кришку після наповнення чайника водою, оскільки він не виключиться автоматично після закипання води. Чайник повинен стояти на сухій плоскій поверхні.

Протирайте його м'якою вологою тканиною. Плями можна видалити слабким розчином рідкого миючого засобу. Не використовуйте губки із шершавою поверхнею, порошки для чищення. Ніколи не занурюйте чайник у воду або іншу рідину.

Час від часу, залежно від якості води, на нагрівальному елементі накопичується вапняний наліт, який надає воді неприємного присмаку, а також спричиняє пошкодження нагрівального елемента. Тому потрібно періодично очищати чайник.

Увечері налийте в чайник розчин оцту та води 1:2. Увімкніть чайник, доведіть до кипіння. Залиште розчин у чайнику до ранку. Вилийте розчин, залийте чисту воду, доведіть до кипіння. Вилийте воду і ретельно прополосніть чайник.

● **До часу**

СТЕЖТЕ ЗА МОРКВОЮ

Розпустила свої косивершки морква. А в землі наливаються, ростуть її коренеплоди. Ви не придивлялися: вони, випадково, не випирають із землі?

Таке може статися, якщо вчасно не проріджувати. Тоді частина коренеплоду, що перебуває на світлі, зеленіє і накопичує соланін — отруйну речовину. Зрозуміло, цю частину коренеплоду вживати в їжу не можна.

Щоб «утримати» моркву в землі, під час проріджування залишайте між рослинами відстань 4—5 см. Головки, що оголюються, прикривайте при розпушуванні землі.

● Порада

ЗБЕРІГАЄМО М'ЯСО БЕЗ ХОЛОДИЛЬНИКА

1. М'ясо посолити і посипати нарізаною великими шматочками цибулею, потім покласти в каструлю і прикрити кришкою. Поставити на підлогу в холодній коморі або погребі. Перед приготуванням м'ясо сполоснути.

2. У велику посудину з холодною водою поставити керамічний горщик із м'ясом. Горщик прикрити чистим рушником, кінець якого опущений у воду і постійно всотує її. Вода випаровується й охолоджує м'ясо. Воду треба змінювати кілька разів на день, щоб постійно була холодна.

3. М'ясо загорнути в рушник, змочений оцтовою водою і віджатий. Потім покласти його у фарфорову миску і поставити в холодне місце.

ПОГОДА на тиждень

За даними мережі Інтернет

	Температура	Опади	Вітер, м/с	Тривалість дня
четвер, 12 липня	+17 / +24	дощ	зм. напр., 2	15.59
п'ятниця, 13 липня	+18 / +25	можливий дощ	зх., 3	15.57
субота, 14 липня	+17/ +22	дощ	зх., 5	15.55
неділя, 15 липня	+16 / +23	дощ	півн-зх., 6	15.53
понеділок, 16 липня	+16/ +22	дощ	півн.-зх., 3	15.52
вівторок, 17 липня	+15/ +25	можливий дощ	півн.-зх., 3	15.50
середа, 18 липня	+15 / +25	можливий дощ	півн., 3	15.48

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

● Варто знати

Кроки здоров'я

Улітку багато жінок зіштовхуються з такою неестетичною проблемою, як «вилізлі» вени, яких не було видно під колготками в холодну пору року. Боротися з такою проблемою потрібно за допомогою фахівців, а ось попередити її появу можете тільки ви самі.

✔ Проходьте по можливості 3—5 км на день, краще перекочуючись із п'яти на носок. Це стимулює відтік крові знизу вгору й рівномірно перерозподіляє її в судинній системі, а також поліпшує метаболізм і відтік жовчі.

✔ Присідайте по 5—7 разів щопівгодини. Крім прямої стимуляції венозного відтоку відбувається активізація роботи печінки: через ноги проходять меридіани жовчного міхура.

✔ Робіть «берізку» по 5—7 хвилин щовечора. Це розвантажує зону крижів і поліпшує венозний відтік. Якщо робити «берізку» важко, хоча б полежіть з високо піднятими ногами. Це зменшить набряк і розвантажить їх.

✔ 2—4 хвилини на день робіть таку вправу: стоячи рачки, помахайте ногами поперемінно в лівий та привий боки.

✔ Розминайте пальці рук — середній і безіменний — від кінчика до долоні й навпаки. Ці пальці — «проекція» ніг.

✔ Щодня з'їдайте 150 г будь-яких ягід і пийте 2 л води. Це попередить зсідання крові.

✔ Масажуйте все тіло. Під час душу пройдіться мильною мочалкою від кінчиків пальців рук і ніг до тулуба, потім — від центру до кінчиків. Такий масаж стимулює клапанний апарат у венах.

✔ Покладіть руку на низ живота. На вдиху випніть його, на видиху — втягніть. Чим глибше дихання, тим інтенсивніший масаж внутрішніх органів, зокрема печінки. Дихайте так хоча б по хвилині на день, але якщо зможете довше — ще краще.

✔ Обід зробіть основним прийомом їжі, при цьому 50% його мають становити фрукти-овочі, 25% — каші з цільних круп, 25% — білки плюс 2—3 ст. л. олії. Це сприяє нормалізації обміну речовин і попереджає закрепи, які утруднюють венозний відтік.

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

Щоб подолати біль у спині

(Продовження. Поч. на 2 ст. в номері за 5 липня 2018 р.).

На сайті Міністерства охорони здоров'я України розмістили рекомендації щодо визначення типу болю у спині *(про це ми розповідали в попередньому номері газети)*, а також написали про дієві вправи для його усунення. Про типи болю і вправи розповів лікар-нейрохірург Вадим Ілляшенко.

● МОЗ рекомендує

ВПРАВИ ДЛЯ 1-ГО ТИПУ БОЛЮ

Уникайте положення сидячи і нахилів вперед. Використовуйте роли (валики) під поперек в положенні лежачи і сидячи. Ходіть на невеликі прогулянки з поступовим збільшенням їх тривалості.

Виконуйте такі вправи:

1. Розгинання в попереку в положенні лежачи на животі: ляжте на живіт і полежіть 1—3 хв. Якщо біль не виникає, то підніміться на лікті і зафіксуйте це положення ще на 1—3 хв. Якщо все, як і раніше, добре, то обіпріться долонями і спробуйте випрямити руки, прогнувшись у попереку. Біль не з'явився? Виконуйте 10—15 разів. Акцентуйте увагу на розслабленні м'язів живота і спини. Протягом дня бажано виконувати кожні 1—2 години.

2. У положенні стоячи: ноги на ширині плечей, злегка зігнуті в колінах, руки на поясі. Прогніться максимально назад. Повторіть 10—15 разів.

3. У положенні сидячи на стільці виконайте прогини в попереку назад 10—15 разів (на фото).

4. Розвантажувальне положення: лежіть на животі 1—3 хвилини, кожну годину. Можна підкладати подушку під таз і живіт.

ВПРАВИ ДЛЯ 2-ГО ТИПУ БОЛЮ

Уникайте тривалого перебування в положенні стоячи. У цьому положенні ставте ногу на підставку, переступайте частіше з ноги на ногу, не напружуйте коліна (трохи згинайте ноги в колінах). У транспорті намагайтеся не триматися за поручні над головою. Уникайте робіт з піднятими над головою руками (малярні роботи, ремонт електрики та ін.).

Виконуйте такі вправи:

1. Розвантажувальне положення: нахиліться вперед у положенні сидячи, сидячи на підлозі на п'ятах, нахиліться вперед, витягнувши руки (на фото).

2. Вправи: нахил тазу, лежачи на спині. Ляжте на спину, щоб між спиною та підлогою можна було помістити долоню. Напружуючи м'язи живота і опускаючи таз, торкніться попереком до підлоги. Спробуйте зафіксувати це положення, притиснувши поперек до підлоги на 5—10 секунд. Повторіть 10—15 разів.

3. Приведення ніг до грудної клітки по черзі та разом.

4. Сидячи на стільці, згинання та розгинання в попереку.

5. Скручування, не відриваючи поперек від підлоги.

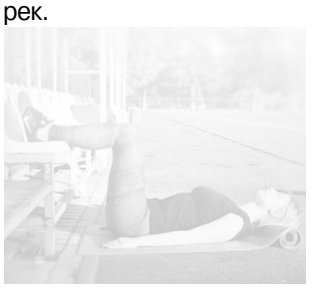
ВПРАВИ ДЛЯ 3-ГО ТИПУ БОЛЮ

Якщо у вас 3-й тип болю, виконання вправ може бути досить болючим. Тому основна рекомендація у цьому випадку — зберігати рухову активність, наскільки це можливо. Максимально уникайте сидячого положення та нахилів вперед, використовуйте валики під поперек. Також намагайтесь якомога частіше змінювати положення тіла.

1. Розвантажувальні положення: положення лежачи на животі з подушкою під тазом.

2. Z-подібне положення лежачи (на фото).

3. Вночі згинати ноги в тазостегнових і колінних суглобах, підкладаючи валик (подушку) під коліна, невеликий валик під поперек.



4. У положенні лежачи на боці — валик під поперек, ноги зігнуті, між колінами покласти подушку.

У міру стихання болю або ж якщо ви можете виконати тест з розгинанням в попереку безболісно, виконуйте вправи для 1-го типу.

ВПРАВИ ДЛЯ 4-ГО ТИПУ БОЛЮ

Для цього типу болю рекомендовані такі ж вправи, що і для 2-го типу болю.

Додатково — вправа кішка-верблюд, як показано на малюнку. А також частий відпочинок в положенні сидячи.

● **До часу**

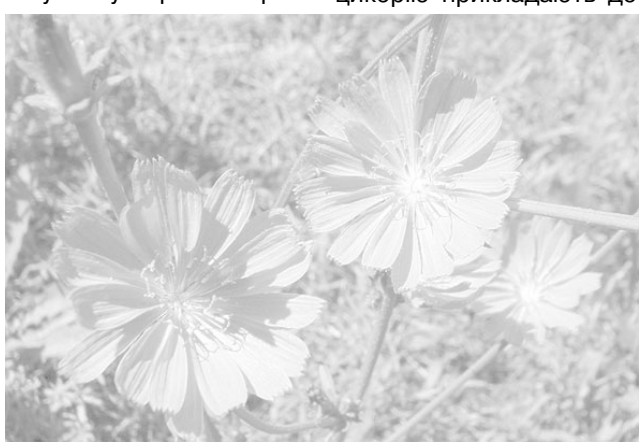
Петрові батоги відженуть хвороби

Коли влітку всі галявини, узбіччя доріг і береги річок усіяні простими блакитними квіточками, важко повірити, що є країни, де ці квіти вирощують спеціально, створюючи особливі умови. Йдеться про цикорій, який також відомий як петрові батоги, придорожня трава, синя квітка, татарський цвіт.

Лікувальні властивості цикорію застосовуються в народній медицині давно, і з роками він тільки зміцнює свої позиції. У лікувальних цілях використовують коріння, квіти, плоди, верхівки і сік цикорію.

Рослина покращує обмін речовин, підсилює травлення. Відомий цикорій і як засіб від хвороб печінки і жовчного міхура. В народній медицині його вживають при хворобах шлунково-кишкового тракту, при цирозах печінки, а також він дієвий при цукровому діабеті. Цикорієм лікують рани, виразки, стоматит. Як розтирання, компреси, примочки і полоскання рослину використовують при алергічних висипах, кон'юнктивітах, ревматизмі, артритах.

Висушені і підсмажені коріння цикорію використовують у харчовій промисловості як добавку до натуральної кави і для приготування його сурогатів. Якщо щоранку натщесерце випивати чашку цикорію з медом і лимоном, то не розвиватиметься гіпертонія.



ВІДВАР

4 ст. л. подрібнених коренів залийте 1 склянкою окропу і варіть 30 хвилин. Охолодіть, процідіть.

Холодні примочки з відвару кореня або трави цикорію прикладають до набряків, мішків під очима, забоїв.

НАСТІЙ

Настій з кореня цикорію — 2 ч. л. на 1 склянку окропу — п'ють при жовтяниці, при наявності каменів у нирках, печінці і жовчному міхурі, при збільшенні селезінки.

СІК

Сік цикорію лікує анемію і шкірні захворювання (вугрі, діатез, екзему, гнійникові захворювання шкіри), а ще є заспокійливим засобом. Для приготування соку використовують тільки молоді пагони на стадії бутонізації, які ретельно промивають, обливають окропом і пропускають через м'ясорубку. Отриману кашку віджимають через кілька шарів марлі і кип'ятять кілька хвилин. Після кип'ятіння соку додають мед і приймають по одній чайній ложці до чотирьох разів на день.

ПРИ ЦИРОЗІ ПЕЧІНКИ

Подрібнити цілу рослину: корінь, стебло, листя. 2 ст. л. залити 0,5 л окропу, на слабкому вогні покип'ятити 15 хвилин. Зняти з вогню, додати у відвар 2 ст. л. меду і 1 ч. л. фруктового оцту. Відвар приймати гарячим.

ПРИ АРИТМІЇ

20 г подрібненої сухої сировини залийте склянкою окропу, настоюйте протягом 30 хвилин, процідіть. Приймайте по 2 ст. л. настою тричі на день. Цей засіб стимулює серцеву діяльність.

ДЛЯ ЗОРУ

Для поліпшення або навіть відновлення зору використовують суміш соків цикорію, петрушки, моркви і селери. Якщо кілька днів вживати по склянці такої суміші, це дасть чудові результати при різних дефектах зору.

Зверніть увагу! Цикорій не рекомендовано вживати при варикозному розширенні вен, геморої, оскільки він має судинорозширювальну дію. Не варто вживати напій і при спазмах дихальної системи, бронхіальній астмі.

● На замітку

Як правильно пити воду?

Відповідно до останніх рекомендацій лікарів-кардіологів і дієтологів, прийнято вважати, начебто нам потрібно пити якнайбільше води.

Насправді будь-який досвідчений лікар скаже вам, що досить 2 л води на день, все інше створює тільки зайве навантаження на нирки. Але головне навіть не те, скільки пити води, а те, коли саме її споживати.

Ось найкращий для цього час, на думку кардіологів.

Випийте 2 перших склянки води відразу після пробудження — це допоможе «запустити» буквально всі внутрішні органи.

1 склянку води бажано завжди випивати за 30 хвилин до їди, що допоможе прискорити метаболізм і поліпшити роботу травних органів в цілому.

Випивайте 1 склянку води перед тим, як прийняти ванну. Це допоможе вам розслабитися й знизить артеріальний тиск.

1 склянка води перед сном дозволяє не тільки міцніше спати, але й знизить навантаження на серце. Якщо виробити таку звичку, ризик серцевого нападу уві сні знизиться на 95%.

Якщо хворий дуже хоче жити, лікарі безсилі/ Ф.Г.Раневська

● Ради-поради

Кулінарні хитрощі

✔ Щоб вишні не осідали в печених пирогах, потрібно обваляти їх в панірувальних сухарях.

✔ Обсмажити чи запекти м'ясо із золотистою скоринкою можна, якщо попередньо змастити його медом.

✔ Щоб молоко під час варіння не пригоріло, каструлю треба сполоснути в холодній воді і варити молоко на середньому вогні.

✔ У крупах не заводитимуться жучки, якщо, перш ніж засипати її в банки, просмажити крупи у духовці або на сковороді.

✔ Щоб цибуля під час смаження набула золотавого кольору, її попередньо потрібно обкачати в борошні.

✔ Рис буде смачним і білим, якщо у воду для варіння додати трохи оцту або кілька крапель лимонного соку чи розведеної у воді лимонної кислоти.

✔ Щоб баклажан не гірчив, наріжте його, посипте сіллю і дайте постояти. Потім обов'язково промийте овоч холодною водою.

✔ Якщо ви пересолили суп, не впадайте у відчай! Помістіть в марлю крупи і занурте їх в суп. Крупи вберуть в себе зайву сіль.

✔ Щоб печінка не була жорсткою, соліть її в кінці приготування.

Молода і корисна

Страви з молодої картоплі смачні та легкі для шлунка і в приготуванні. До того ж молода картопля вважається низькокалорійним продуктом, який не зашкодить вашій фігурі.

● До сезону

ЗАПЕЧЕНА МОЛОДА КАРТОПЛЯ

1 кг молодої картоплі, 5 зубчиків часнику, гілочка розмарину, 1 пучок кропу, 100 г вершкового масла, сіль, чорний мелений перець — за смаком.

За допомогою металевої губки очистіть картоплю від шкірки. Розріжте бульби навпіл і відваріть їх в киплячій підсоленій воді до напівготовності (протягом 10 хвилин). Потім вилийте з каструлі воду і обсушіть бульби. Викладіть їх в форму для запікання, додайте очищений роздавлений часник, додайте сіль і перець. Вершкове масло наріжте невеликими кубиками і розкладіть поверх картоплі, додайте подрібнений розмарин.

Поставте форму в розігріту до 180 градусів духовку на 40 хвилин. Під час приготування рекомендуємо періодично перемішувати картоплю. Перед подачею присипте страву подрібненим кропом.

ШАШЛИК З МОЛОДОЮ КАРТОПЛЕЮ І М'ЯСОМ

1 кг невеликої молодої картоплі, 500 г курячого або індичого філе, 10 шт. невеликих помідорів, 5 цибулин, 5 ст. л. соєвого соусу, сік 1 лимона, чебрець, базилік, перець мелений.

Філе нарізати дрібними шматочками, додати очищену дрібну картоплю, порізану на грубі шматки цибулю, посипати чебрецем, базиліком, меленим перцем, полити соєвим соусом і соком лимона. Усе перемішати, накрити покришкою і поставити в холодильник на ніч. Картоплю можна попередньо трохи підварити, тоді вона швидше запечеться.

Перед приготуванням нанизати по черзі на шампур м'ясо, картоплю, цибулю, помідори. Такий шашлик можна приготувати не лише на мангалі, а й у духовці.

МОЛОДА КАРТОПЛЯ З КУРКОЮ І АНАНАСОМ

800 г молодої картоплі, 200 г свіжого ананаса, півсклянки ананасового соку, 400 г курячої грудки, 1 чайна ложка приправи карі, сіль, перець, листя салату, кілька гілочок м'яти, 1 столова ложка оливкової олії.

Картоплю промийте, відваріть у солоній воді, остудіть і зніміть шкірку. Курячу грудку наріжте на скибочки і обсмажте в олії. Влийте фруктовий сік, додайте перець, сіль і приправте порошком карі. Картоплю наріжте на кубики, викладіть на сковороду з курячою грудкою, трохи обсмажте, додайте нарізаний кубиками ананас, добре перемішайте і прогрійте на вогні. Подавайте на листі салату, прикрасивши гілочками м'яти.

ФРІТТАТА З МОЛОДОЮ КАРТОПЛЕЮ

Фріттата — це страва італійської кухні, один із різновидів омлету з різноманітними наповнювачами.

Для приготування фріттати з молодою картоплею нам знадобиться: 4 злегка збитих яйця, 4—5 відварених картоплин, кілька скибочок шинки, по невеличкому пучку зеленої цибулі та кропу, 2 ст. ложки олії, жменя тертого твердого сиру.

Зварену картоплю нарізати тонкими скибочками, на розігрітій олії обсмажити їх до хрусткої скоринки.

До збитих яєць додати дрібно порізану шинку, порізану зелену цибулю, кріп, сіль і перець.

Яєчною сумішшю залити картоплю, швидко перемішати, обсмажити з двох сторін. Якщо є гриль, то запекти під грилем.

● У записник

ВАРЕННЯ З М'ЯТИ

250 г м'яти, 500 г води, 2 лимони, 1 кг цукру.

М'яту перебрати, залишаючи тільки свіжі листочки, промити, просушити паперовим рушником і дрібно порізати. Нарізане листя пересипати в каструлю з товстим дном, додати воду.

Лимони полити окропом, нарізати акуратними скибочками разом зі шкіркою і додати до м'яти. Лимонно-м'ятну суміш довести до кипіння. Коли варення закипить, варити його ще протягом 10 хвилин, потім зняти з вогню, накрити покришкою і залишити настоюватися на добу. На наступний день процідити варення через марлеву тканину, складену втричі.

Отриману рідину змішати з цукром і знову поставити на вогонь. Ласощі слід варити доти, поки вони не матимуть густу й в'язку консистенцію.

Варення з м'яти має не тільки приємний та ніжний смак, й володіє лікувальними властивостями: допомагає при застуді, є заспокійливим засобом.

● Смачно і корисно

Три страви із цвітної капусти

Цвітна капуста — улюблениця господинь, адже з неї можна приготувати безліч страв, а ще вона дуже корисна.

ЗАПІКАНКА З СИРОМ

500 г цвітної капусти, 100 г твердого сиру, 1 яйце, 1—2 зубчики часнику (за смаком), 3 ст. л. сметани (можна замінити йогуртом без наповнювача), перець, сіль, свіжа зелень.

Свіжу капусту варіть 5 хвилин. Поки капуста вариться, потріть на тертці сир. Зніміть каструлю з вогню, злийте воду, капусту відкиньте на друшляк.

Скляну або металеву форму потрібно змастити олією, викласти сюди варені капустяні суцвіття.

А тепер потрібно зробити заливку. Змішайте в окремій мисці яйце, сметану, пропущений через часникодавку часник, додайте зелень, перець, сіль. Перемішайте все як слід. Полийте капусту цієї заливкою, зверху насипте тертий сир. Поставте в попередньо розігріту до 180 градусів духовку приблизно на 15 хв. Запіканку можна вважати готовою після появи золотистої скоринки.

Зробити страву ситнішою можна, додавши до відвареної капусти порізану шинку, скибочки курки, індички.

Порада. Щоб капуста під час варіння не пожовкла, додайте в каструлю чайну ложку свіжовичавленого лимонного соку. Кришкою каструлю не накривайте.

ПІД СОУСОМ «БЕШАМЕЛЬ»

Головка цвітної капусти, 2 ст. л. кунжуту, олія (для обсмажування).

Для кляру: 3 яйця, 3 ст. л. борошна, 50 мл молока, сіль, перець.

Для соусу «Бешамель»: 50 г вершкового масла, 0,5 л молока, 50 г борошна, мускатний горіх, сіль.

Соус: поставити сотейник на невеликий вогонь, розтопити шматочки вершкового масла. Постійно помішуючи, всипати борошно. Мішати кілька хвилин, уникаючи утворення грудочок (маса повинна набути приємного жовтуватого відтінку). Зняти каструлю з плити, влити молоко. Все змішати. Знову поставити на плиту на маленький вогонь. Коли соус почне закипати, додати сіль і мускатний горіх. Соус накрити кришкою, залишити ще на 10 хв на маленькому вогні. Час від часу помішувати. Зняти з плити.

Розібрати капусту на суцвіття. Залити холодною водою і поставити на вогонь. Довести до кипіння, посолити, поперчити, додати лавровий листочок. Варити 7—10 хвилин. Злити воду. Вмочити капусту в яєчно-борошняний кляр і обсмажити на олії.

Викласти всю капусту в

форму для запікання і залити соусом. Посипати кунжутом. Поставити страву в попередньо нагріту до 180 градусів духовку на 15—20 хвилин, щоб капуста зарум'янилася.

КРЕМ-СУП

400 г цвітної капусти, 2 моркви, 2 картоплини, 100 г плавленого сиру, 150 г вершків середньої жирності, сіль, перець, зелень за смаком.

Моркву з картоплею почистити і нарізати, капусту розібрати на дрібні суцвіття. Овочі залити водою, довести до кипіння. Варіть їх, поки картопля не приготується (стане м'якою).

Поки овочі варяться, натріть на тертці плавлений сир.

Готові овочі перекладіть у блендер, додайте сир і перемішайте. Масу перелийте в каструлю, знову поставте на вогонь і додайте вершки. Посоліть, поперчіть.

Як тільки суп закипить, вимкніть вогонь і дайте супові трохи постояти. Подавайте із зеленню або пшеничними сухариками.

● На замітку

Як вибрати кришки для консервації

Правильні кришки для консервації збережуть ваші закрутки на всю зиму, а банки ніколи не «вибухнуть». Неправильно вибрана, неякісна кришка або тара може стати причиною того, що в закрутці почнуть активно розмножуватися мікроорганізми — саме вони виділяють газ, під напором якого здувається кришка.

БЛЯШАНІ

Річ універсальна — закривати можна, що завгодно — і солодку, і солону консервацію. Однак не всі вони однакові — одні покриті лаком, інші — ні. Кришки з білої нелакованої жерсті не підходять для консервування кислих плодів, які окислюють олово. Розчиняючись, воно надає консервам неприємного «металевого» присмаку і чорнильно-фіолетового кольору.

Найбезпечніші кришки — лаковані. Перевірити якість лаку досить просто. Покриття повинно бути дуже стійким. Якісний лак не змивається навіть ацетоном. У таких кришок є термін придатності — 3 роки.

ТВІСТ-ОФФ (КРИШКИ ІЗ ЗАКРУТКОЮ)

У цих кришок є перевага перед звичайними — термін зберігання не обмежений станом гумки, не потрібен консервувальний ключ. Підходить така кришка для консервації найрізноманітніших продуктів. В ідеалі — одноразові, але можуть і використовуватися повторно, якщо дозволяє стан різьби та покриття.

Перевірити, чи можна повторно використовувати кришку, необхідно таким чином: наливаємо воду в банку, закриваємо щільно кришку та перевертаємо. Ставимо на папір, щоб побачити, протікає чи ні. Якщо ні, кришка вам ще послужить.

Оскільки ця кришка теж металева, купувати потрібно ті, у яких внутрішня сторона покрита лаком. Це загальне правило вибору звичайних кришок і кришок «твіст-офф».

ТЕРМОКРИШКА

Це не проста кришка, а спеціальна — для консервації. На ній зазвичай пишуть «термокришка» або друкують коротку інструкцію із застосування. Багато хто думає, що їх можна використовувати тільки після розгерметизації банки, проте це не так.

Не потрібні жодні консервувальні пристосування, зайві маніпуляції. Треба занурити на 15 секунд в гарячу воду, швидко натягнути на банку — і готово.

Використовувати можна лише один раз. Мабуть, найістотніший недолік — така кришка підходить, в основному, для консервації варення, компоту.

Порада з консервації: після повного вистигання в центрі кришки має утворитися невелике заглиблення — це значить, що кришка «одягнена» правильно і вона створює вакуум в банці.

ВАКУУМНА

Коштує одна така кришка недешево — близько 15 грн, зате може використовуватися не один раз, а до 200 разів. За насос потрібно буде віддати гривень 110 грн, але це не дорожче, ніж за звичайний консервувальний ключ. Зате зусиль потрібно буде докласти набагато менше.

Використовувати такі кришки (їх перед використанням потрібно 2—3 хв прокип'ятити) можна з будь-якими скляними банками — з різьбленням або без, неважливо. Головне — щоб горлечко було рівним, стандартного діаметру — 82 мм. І, звичайно ж, банка повинна бути без тріщин і відколів.

stb.ua

Готовенька й кішка з'їсть/ Народна мудрість

● На замітку

Не запізніться зі збором часнику

Важливо збирати часник вчасно, запізнюватися з цим процесом не рекомендується.

Якщо перетримати цю культуру всього на кілька діб, головки почнуть розтріскуватися прямо в землі, розпадатися на окремі зубчики і для тривалого зберігання стануть непридатними. Надалі, садити такий часник також не можна. Хоча він може використовуватися для домашніх солінь, закруток.

Користуючись місячним календарем, не слід забувати про деякі ознаки дозрівання і уважно стежити за культурою. Якщо покривна оболонка розтріскалася, нижнє листя пожовкло і бадилля масово почало хилитися, це свідчить про його дозрівання.

Часник активно використовується в домашньому господарстві як приправа, що дає аромат багатьом стравам, а також як лікарський засіб від багатьох простудних захворювань. Якщо часник використовують у кулінарії, то час його збирання ролі не грає. Щоб покуштувати молоді соковиті зубчики копати його можна в червні або в липні. Для цього звертатися до місячного календаря не потрібно.

Якщо ж часник необхідно зберігати тривалий час, то поради місячного календаря 2018 року дуже доцільні. Позаяк овоч зберігається тільки до початку зими.

Якщо прислухатися до біоритмів природи, то термін зберігання можна продовжити на півтора місяця. Грамотно викопати часник допоможе місячний календар. Так, в липні кращими числами для збору є 15—16, 19—20, 23—24. У серпні — 1—3, 11—12, 15—16 і 29—30 числа.

Якщо часник зібрано невчасно, він може повторно прорости. Із зіпсованим лушпинням часник довго не зберігається, починає сохнути.

Жовтіє листя баклажанів

Баклажан — досить вимоглива і проблематична рослина. Вона не буде рости на невідповідному ґрунті, неправильно обраному місці або при відсутності поживних речовин. Також рослині необхідна помірна кількість сонячного світла, а не його надлишок. Часто городники стикаються з проблемою жовтіння листя баклажанів.

● На прохання читачів

Навіть якщо ви не так давно почали вирощувати культуру на дачній ділянці, ви також зможете впоратися з цією проблемою. Спочатку давайте розберемось у причинах пожовтіння листя у баклажанів.

НЕДОСТАТНЬО ПОЖИВНИЙ ҐРУНТ

Якщо грунт вашої дачної ділянки бідний, то баклажан ніколи не буде добре рости і рясно плодоносити. Першою ознакою відсутності важливих мінералів є пожовтіння нижніх листочків розсади. Головною складовою будь–якого грунту повинен бути азот, завдяки якому всі мінерали і елементи рівномірно розподіляються. Що робити, щоб збагатити грунт? Важливо регулярно вносити органічні або мінеральні добрива, особливо після зими. Що стосується останніх, то придбати їх можна в будь–якому спеціалізованому магазині. Головне — строго дотримуватися інструкції і не перевищувати норму, інакше можна завдати шкоди кореневій системі.

ВІДСУТНІСТЬ ВОЛОГИ

Баклажан дуже погано реагує на посуху. Це відразу відбивається на зовнішньому вигляді рослини, на якій жовтіють листочки. Дачникові необхідно встановити регулярний полив і строго стежити за кількістю води, оскільки перезволоження таке ж небезпечне, як і сильна посуха.

ПРЯМІ СОНЯЧНІ ПРОМЕНІ

Оптимальним місцем для посадки баклажанів є злегка затемнена ділянка без попадання на неї сонячних променів. Якщо такої можливості немає, намагайтеся більше поливати рослину і мульчувати грунт.

ІНФЕКЦІЯ АБО ШКІДНИКИ

Баклажани піддаються атаці багатьох захворювань, тому потребують обробки й обприскування. Перший раз обприскують після посадки розсади. Якщо весна видалася дощова, то необхідно зробити обробку ще раз. Не варто нехтувати цією дією, оскільки саме від неї залежить кількість майбутнього врожаю.

ПОЛИВ ХОЛОДНОЮ ВОДОЮ

Ще однією причиною може бути поливання рослини холодною водою. Коренева система баклажана дуже чутлива, тому потребує поливу теплою водою.

Щоб запобігти виникненню жовтого листя, необхідно дотримуватись рекомендацій і створити для культури найбільш відповідні умови:

Грунт. Він повинен бути розпушеним і поживним. Для цього можна змішати верхній шар з добривами.

Місце посадки. Краще надавати перевагу затемненим місцях, з обмеженою кількістю сонячних променів.

Добриво. Обов'язкове внесення кальцію, магнію, азоту і фосфору протягом усього періоду зростання.

Догляд. Слідкуйте за бур'янами, ретельно їх виривайте і не допускайте близького сусідства з іншими культурами.

● **Зверніть увагу**

ЧИ ПРИТОПТУВАТИ ЦИБУЛЮ?

Часто говорять, що для кращого «наливу» цибулин рекомендують притоптувати пір'я. Чи насправді це так?

Варто зауважити, що виконання такої «доброї поради» ні до чого, крім шкоди для цибулі, не призведе.

Річ у тім, що в насінні кожної рослини закладений генетичний код усього циклу розвитку від проростання до достигання з комплексом ознак, властивих тільки певній рослині.

Якщо приминати або притоптувати зелень цибулі, намагаючись таким чином штучно зумовити більш раннє дозрівання, то буде пошкоджена тендітна соковита тканина пір'я і стебла. Отже, різко зменшиться приплив поживних речовин із листків у цибулину. А через механічні пошкодження в живу тканину разом із росою та часточками грунту проникнуть шкідливі мікроорганізми, які заражають цибулю різними хворобами, у першу чергу — бактеріальними гнилями.

Тому притоптувати цибулю не можна, оскільки ви тільки нашкодите рослинам.

● **Школа садівника**

Гортензія — окраса саду

Гортензія садова одна з улюблених рослин квітникарів, яких приваблюють пишні кущі з великою кількістю великих квіток різного забарвлення.

У нас найчастіше вирощують два види гортензій — деревовидну і волосисту.

Деревовидна дуже швидко росте, до 20 см за рік, і дозволяє саджанцеві всього за три роки сформувати розкішний кущ. Цей вид відзначається невибагливістю, зимостійкістю і рясним щорічним квітуванням. Зимує кущ без укриття.

Волосиста гортензія відрізняється пірамідальною формою суцвіть (до 30 см завдовжки) і зазвичай росте великим кущем із прямими гіллястими пагонами. Суцвіття її спочатку білі, а потім рожевіють або червоніють. Волосиста гортензія теж морозостійка, витримує температуру до −20 градусів. Якщо навіть надземну частину рослини пошкодить мороз, із настанням тепла вона відросте зі сплячих бруньок.

Висаджування і підживлення. Гортензія любить світло, сонце, але може рости і в напівтіні. Найкращий час для її висаджування — вересень, проте можна робити це і навесні, в першій декаді травня. Якщо при висаджуванні яма була заправлена поживною сумішшю, то два роки удобрювати гортензію не потрібно, а в подальшому — вносити поживу потрібно регулярно, 4 рази протягом року.

Догляд. Гортензія — рослина вологолюбна, тому поливати її потрібно кожного тижня і рясно — 15—20 л води на кущ. Двічі протягом сезону грунт навколо куща розпушують на глибину 5—6 см. Щоб волога не випаровувалася, навколо куща треба насипати шар мульчі (не менше 5—6 см). Мульчують навесні і залишають на все літо.

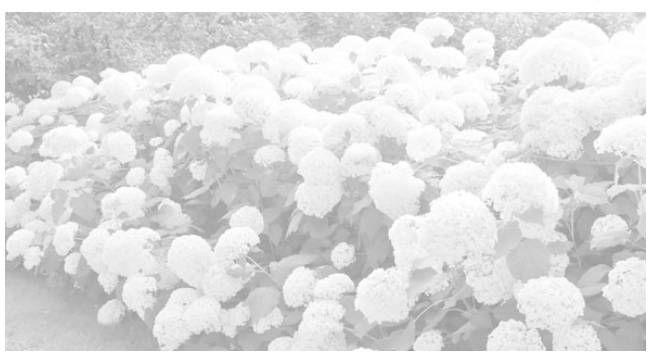
Обрізування. Гортензії обрізують зазвичай у березні, враховуючи при цьому вік і величину куща. Залишають 6—12 найміцніших пагонів, вкорочуючи їх на 2—5 бруньок старої деревини. Восени обов'язково треба зрізати відцвілі суцвіття. Старі кущі омолоджують, вирізавши гілля (залишають пеньки 5—8 см). Наступного року з них виростають молоді квітучі пагони.

Захист від шкідників і хвороб. Гортензія хворіє рідко, але іноді може вражатися борошнистою росою. В такому випадку кущ треба обприскати розчином фундазолу (20 г на 10 л води) або бордоською рідиною (100 г на 10 л води). Якщо на гортензії поселилася попелиця, скропіть її настоєм часнику.

Підготовка до зими. Корені гортензії волосистої на зиму прикривають перепрілим гноєм або компостом, а деревовидна добре зимує без укриття. Але молоді кущики, щоб не підмерзли корені, можна прикрити торфом або сухим листям шаром 10—15 см.

Розмноження. Найчастіше гортензію розмножують живцями. Для цього в червні–липні нарізають живці з 1—2 міжвузлями. Для кращого їх укорінення обробляють стимулятором росту (корневін, гетероауксин тощо) і наполовину вкорочують листки. Висаджують у грунтосуміш (2 частини торфу і 1 частина піску). Тривалість укорінення 20—25 днів. У цей час живці необхідно двічі на день обприскувати водою. Коли з'являться корінці, висаджують у відкритий грунт на дорощування. 2–річні кущики можна висаджувати на постійне місце.

У жодному разі грунт біля гортензій не можна вапнувати. Рослина вапна не переносить і може загинути.



● Варто знати

Рослин захистять... рослини

Ми вже писали про захист урожаю рослинами, а саме сосною звичайною, щавлем кінським та чорнобривцями. Цього разу розповімо про інших рослин–захисників.

Відмінностей між рослинними засобами і хімічними у використанні майже немає: при роботі з натуральними засобами використовують ті ж запобіжні заходи, що і з хімічними, запилення проводять не пізніше ніж за 15 днів до збору врожаю. На відміну від хімічних препаратів вони швидко розкладаються.

Часто в розчин для кращого прилипання додають господарське мило. Його натирають на тертці, розчиняють в невеликій кількості теплої води, додають цю воду, обов'язково проціджуючи.

✔ Цибуля ріпчаста допоможе у боротьбі з павутинним кліщем, попелицею. 200 г лусок настояти 4 дні в 10 л води, процідити. Якщо залити гарячою водою, то обприскування можна проводити через добу.

✔ Тютюн використовують проти попелиці, гусениці, мідяниці, трипсів. 400 г сировини подрібнити і настояти 2 доби в 10 л води. Процідити, розбавити в два рази. Перед обприскуванням додати 40 г господарського мила.

✔ Помідори — проти гусениці, личинки пилильщика. 4 кг свіжих стебел (пасинки, наприклад) кип'ятити 30 хвилин на невеликому вогні. Процідити, розбавити водою в 3 рази, додати 40 г мила на 10 літрів.

✔ Ромашка аптечна — сисні шкідники, личинки пильщика, дрібні гусениці метеликів. 1 кг сухої сировини настояти у 10 л гарячої води 12 годин. Профільтрувати, додати 40 г мила на 10 л.

✔ Полин гіркий — листогризучі гусениці метеликів і личинки пильщика. 1 кг добре пров'яленої сировини кип'ятять 15 хвилин в невеликій кількості води, охолоджують, проціджують і доводять обсяг до 10 літрів. Додають 40 г мила.

✔ Кульбаба лікарська — попелиці, мідяниці, павутинний кліщ. 300 г подрібненого коріння або 400 г свіжого листя настояти 1—2 години на 10 л теплої води до 40 градусів. Процідити.

✔ Картопля — проти попелиці, павутинного кліща, гусениці метеликів, які ушкоджують капусту. 1,2 кг зеленого або 0,8 кг сухого бадилля настояти у 10 л теплої води, процідити. Додати 40 г мила.

✔ Часник — попелиця, павутинний кліщ. 100 г сировини подрібнити, настояти в 10 л води протягом доби і відразу використовувати для обприскування.

✔ Лопух допомагає боротися з листогризучими гусеницями метеликів. 0,5 відра дрібно посіченого листя настояти у відрі води протягом 3 діб. Процідити і, не розводячи водою, обприскувати. Так само можна використовувати настої лушпиння цибулі, хрону, молочаю, дельфініума.

Сторінку підготувала Юлія Кучмій.

Не чекайте, що хтось принесе вам квіти. Вирощуйте власний сад і прикрашайте вашу власну душу

ПОНЕДІЛОК, 16.07.2018

UA:ПЕРШИЙ

06.00, 09.50 М/с "Чорний Джек"
06.30, 07.00, 08.00, 09.00, 09.25, 13.00, 15.00, 21.00 Новини
06.35, 07.05, 08.05, 09.05 Доброго ранку, Країно!
09.30, 14.20, 15.10 Погода
09.35 М/с "Гон"
10.15 Хто в домі хазяїн?
10.40 Телепродаж
11.00 Д/ц "Незвичайні культури"
12.00 Д/ц "Смачні історії"
13.10 :РадіоДень
13.40 Лайфхак українською
13.55 Перша шпальта
14.30 :Радіо. День
15.20 Т/с "Гранд готель"
16.50, 22.45 Т/с "За службовим обов'язком"
18.00 Інформаційна година
19.00 Честь професії
19.55 Д/ц "Неповторна природа"
20.25 Посттравматичний синдром
21.25 Новини. Спорт
21.45 Д/с "Як працюють машини"
23.50 #MузLove з Любою Морозовою

1+1

06.30, 07.10, 08.10, 09.10 "Сніданок з 1+1"
07.00, 08.00, 09.00, 19.30 ТСН
09.30, 10.55 "Одруження наосліп"
12.15, 14.00, 15.25 "Міняю жінку"
16.50 Т/с "Моє чуже життя"
20.15, 21.20 Т/с "Хазяйка"
22.20, 23.00 Т/с "Недоторкані"
23.25 Т/с "Байки Мітяя"
00.15 Х/ф "100 мільйонів євро"

2+2

06.00 Мультфільми
08.00 "Нове шалене відео по-українськи"
09.25, 18.15 "Спецкор"
10.05, 18.50 "ДжеДАІ"
10.45 Т/с "Опер за викликом-2"
14.35 Х/ф "Політ Фенікса"
16.45 Х/ф "Хороший, поганий, злий"
19.25 Т/с "Одинак"
21.35 Т/с "Касл-4"
23.10 Х/ф "Придорожній заклад-2: Останній виклик"

TV-4

06.00, 10.00, 18.00 Т/с "Серцю не накажеш"
06.45, 09.15, 10.45 Бадьорий ранок
07.00 Огляд світових подій
07.45, 15.50, 18.50, 21.25, 22.30 Оголошення. Бюро знахідок
07.50, 18.45 Міська рада інформує
08.00 Вікно в Америку
08.30, 20.00 Єдина країна
09.00, 00.15 Час-Тайм
09.30 Справжня ціна
09.45 Про кіно
09.55, 22.35 Добрі традиції
11.00, 16.10 Дитяча година
12.10 Межа правди
13.10 Хіт-парад
14.00 Х/ф "Золотошукачі"
16.00, 19.00, 22.00 Провінційні вісті
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 "Міранда з кригою"

ICTV

05.35, 19.20 Надзвичайні новини
06.25 Факти тижня. 100 хвилин
08.45 Факти. Ранок
09.15 Спорт
09.25 Надзвичайні новини. Підсумки
10.15 Антизомбі
11.15, 13.20 Секретний фронт
12.45, 15.45 Факти. День
13.30, 16.20 Х/ф "Зелений шершень"
16.30 Х/ф "Еквілібріум"
18.45, 21.15 Факти. Вечір
20.20 Багач-бідняк. Реаліті-шоу
21.35 Т/с "Менталіст"
22.45 Т/с "Винищувачі"
00.35 Т/с "Невиправні"

СТБ

05.55 За живе!
07.05 Х/ф "Не підганяй кохання"
09.20 Х/ф "Навчаю грі на гітарі"
13.10 Битва екстрасенсів. Чоловіки проти жінок
15.25 Містичні історії з Павлом Костіциним
17.30, 22.00 Вікна-Новини
18.00 Х/ф "Провідниця"
20.00 Хата на тата
22.45 Х/ф "Я тебе кохаю"

НОВИЙ КАНАЛ

06.14, 08.59 Kids Time
06.15 М/с "Хай живе король Джуліан"
09.00 Х/ф "Чоловіки за роботою"
11.00 Х/ф "Тупий і ще тупіший"
13.10 Х/ф "Тупий і ще тупіший-2"
15.20 Х/ф "Ніккі, диявол-молодший"
17.10 Х/ф "Пустун"
19.00 Ревізор
21.20 Страсті за Ревізором
23.30 Т/с "Клініка"

«УКРАЇНА»

06.30, 07.10, 08.10 Ранок з Україною
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні
09.30 Зірковий шлях
10.30 Реальна містика
12.30 Т/с "Черговий лікар-2"
14.30, 15.25 Т/с "Жіночий лікар-2"
19.45 Ток-шоу "Говорить Україна"
21.00 Т/с "Дорога в порожнечу"
23.30 Х/ф "Цар скорпіонів-3: Книга мертвих"

ТТБ

07.00 "Файний ранок"
09.00 "Енеїда"
09.52, 14.06, 15.42, 16.05, 18.28, 18.57, 19.20 Реклама
09.55 Анонси
13.30, 17.00, 19.00, 20.40 "Вісті ТТБ"
13.40 "Поза рамками"
14.09 Соціальна реклама
14.10 РадіоДень "Модуль знань"
14.50 "Світло"
15.45 Лайфаки з української мови
16.08, 17.36, 19.48 Док. фільм
17.10 Пліч-о-пліч-2
18.31 Д/с "Смаки культур"
19.22 "Тема дня"

ІНТЕР

05.45 "Мультфільм"
06.10, 23.45 "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 Х/ф "Казка про жінку та чоловіка"
11.50, 12.25 Х/ф "Весілля в Малинівці"
14.15 Х/ф "Якщо йдеш, то йди"
16.00 "Чекай мене. Україна"
18.00, 19.00 Ток-шоу "Стосується кожного"
20.00 "Подробиці"
20.40 Т/с "Анна Герман"
00.40 Х/ф "Візьми мене штурмом"

СЕРЕДА, 18.07.2018

UA:ПЕРШИЙ

06.00, 09.50 М/с "Чорний Джек"
06.30, 07.00, 08.00, 09.00, 09.25, 13.00, 15.00, 21.00 Новини
06.35, 07.05, 08.05, 09.05 Доброго ранку, Країно!
09.30, 14.20, 15.10, 20.20 Погода
09.35 М/с "Гон"
10.15 Хто в домі хазяїн?
10.40 Телепродаж
11.00 Д/ц "Незвичайні культури"
12.00 Д/ц "Смачні історії"
12.25 Д/ц "Смаки культур"
13.10 :РадіоДень
13.40 Лайфхак українською
13.55 Наші гроші
14.30 52 вікенди
15.20 Т/с "Гранд готель"
16.50, 22.45 Т/с "За службовим обов'язком"
18.00 Інформаційна година
19.00 Д/с "Дешевий відпочинок"
19.25 Д/с "1000 днів для планети"
20.30 Складна розмова
21.25 Новини. Спорт
21.45 Д/с "Як працюють машини"
23.50 #БібліоFUN з Ростиславом Семківим

1+1

06.30, 07.10, 08.10, 09.10 "Сніданок з 1+1"
07.00, 08.00, 09.00, 19.30 ТСН
09.30, 10.55 "Одруження наосліп"
12.20, 14.00, 15.20 "Міняю жінку"
16.50 Т/с "Моє чуже життя"
20.15, 21.20 Т/с "Хазяйка"
22.20, 23.00 Т/с "Недоторкані"
23.25 Т/с "Байки Мітяя"
00.25 Х/ф "Перемагай"

2+2

06.00 Мультфільми
08.00 "Нове шалене відео по-українськи"
09.35, 18.15 "Спецкор"
10.15, 18.50 "ДжеДАІ"
10.55, 17.15 "Загублений світ"
12.55 "Помста природи"
15.25 Х/ф "Крадіжка в музеї"
19.25 Т/с "Одинак"
21.35, 23.10 Т/с "Касл-4"

TV-4

06.00, 10.00, 18.00 Т/с "Серцю не накажеш"
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 У фокусі — Європа
08.00 Євромакс
08.30 Незвичайні 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"
12.40, 17.30 Українські традиції
14.00 Х/ф "Диявольський вітер"
16.40 "Чарівний ключик"
18.45, 22.30 Міська рада інформує
19.30, 21.00 Наші вітання
20.00 Формула здоров'я
21.30 Смачна мандрівка
22.40 Х/ф "Ангел з майбутнього"

ICTV

05.35, 10.00 Громадянська оборона
06.30 Ранок у великому місті
08.45 Факти. Ранок
09.15, 19.20 Надзвичайні новини
11.00 Стоп-5
12.00, 13.20 Х/ф "Троє амігос"
12.45, 15.45 Факти. День
14.50, 16.20 Х/ф "Іграшкові солдатики"
17.20 Скетч-шоу "На трьох"
17.35, 21.35 Т/с "Менталіст"
18.45, 21.15 Факти. Вечір
20.20 Секретний фронт
22.40 Т/с "Винищувачі"
00.35 Т/с "Невиправні"

СТБ

06.50 За живе!
09.25 Національне талант-шоу "Танцюють всі!"
13.05 Битва екстрасенсів
15.25 Містичні історії з Павлом Костіциним
17.30, 22.00 Вікна-Новини
18.00 Х/ф "Провідниця"
20.00 Слідство ведуть екстрасенси
22.45 Х/ф "Доглядальниця"

НОВИЙ КАНАЛ

06.09, 08.59 Kids Time
06.10 М/с "Хай живе король Джуліан"
09.00 Ревізор. Крамниці
13.00 Зірки під гіпнозом
19.00 Хто зверху?
21.00 Зоряні яйця
22.50 Т/с "Клініка"

«УКРАЇНА»

06.30, 07.10, 08.10 Ранок з Україною
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні
09.30 Зірковий шлях
10.30 Реальна містика
12.30 Т/с "Черговий лікар-2"
14.30 Т/с "Жіночий лікар-2"
15.25 Т/с "Жіночий лікар-2"
19.45 Ток-шоу "Говорить Україна"
21.00 Т/с "Дорога в порожнечу"
23.30 Т/с "CSI: Місце злочину"

ТТБ

07.00 "Файний ранок"
09.00 Т/с "Яструб і голубка"
09.52, 14.06, 15.42, 16.05, 18.28, 18.57, 19.20 Реклама
09.55 Анонси
13.30, 17.00, 19.00, 20.40 "Вісті ТТБ"
13.40, 19.22 "Тема дня"
14.09 Соціальна реклама
14.10 РадіоДень "Модуль знань"
14.50 "Світло"
15.45 Wise Cow 100 років мистецтва
16.08, 19.48 Д/с "Неповторна природа"
16.34, 20.14 Д/с "Таємниці підводного світу"
17.10 "Наші гроші"
17.36 Док. фільм
18.31 Д/с "Незвичайні культури"

ІНТЕР

05.50 "Мультфільм"
06.10 "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 Т/с "Спокуса"
12.25, 20.40 Т/с "Анна Герман"
14.50, 15.45, 16.45 "Речдок"
18.00, 19.00 Ток-шоу "Стосується кожного"
20.00 "Подробиці"
22.30 Фестиваль "Слов'янський базар у Вітебську"

ВІВТОРОК, 17.07.2018

UA:ПЕРШИЙ

06.00, 09.50 М/с "Чорний Джек"
06.30, 07.00, 08.00, 09.00, 09.25, 13.00, 15.00, 21.00 Новини
06.35, 07.05, 08.05, 09.05 Доброго ранку, Країно!
09.30, 14.20, 20.20 Погода
09.35 М/с "Гон"
10.15 Хто в домі хазяїн?
10.40 Телепродаж
11.00 Д/ц "Незвичайні культури"
12.00 Д/ц "Смачні історії"
12.25 Д/ц "Смаки культур"
13.10 :РадіоДень
13.40 Лайфхак українською
13.55 Складна розмова
14.30 :Радіо. День
15.15 Т/с "Гранд готель"
16.50, 22.45 Т/с "За службовим обов'язком"
18.00 Інформаційна година
19.00 Перший на селі
19.25 Д/с "1000 днів для планети"
20.30 Наші гроші
21.25 Новини. Спорт
21.45 Д/с "Як працюють машини"
23.50 #КіноWALL з Сергієм Тримбачем

1+1

06.30, 07.10, 08.10, 09.10 "Сніданок з 1+1"
07.00, 08.00, 09.00, 19.30 ТСН
09.30, 11.00 "Одруження наосліп"
12.20, 13.55, 15.30 "Міняю жінку"
17.00 Т/с "Моє чуже життя"
20.15, 21.20 Т/с "Хазяйка"
22.20, 23.00 Т/с "Недоторкані"
23.25 Т/с "Байки Мітяя"
00.30 Х/ф "Любов з ризиком для життя"

2+2

06.00 Мультфільми
08.00 "Облом.UA."
09.35, 18.15 "Спецкор"
10.15, 18.50 "ДжеДАІ"
10.55, 17.15 "Загублений світ"
12.55 "Нове шалене відео по-українськи"
15.00 Х/ф "Мисливці за скарбами"
19.25 Т/с "Одинак"
21.35, 23.10 Т/с "Касл-4"

TV-4

06.00, 10.00, 18.00 Т/с "Серцю не накажеш"
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 Сільський календар
08.05 Українські традиції
08.20 ТНЕУ — калейдоскоп подій
08.30 Єдина країна
09.00, 00.15 Час-Тайм
09.30, 17.00 Феєрія мандрів
11.00, 16.10 Дитяча година
11.45 "Чарівний ключик"
12.10, 21.20 Добрі традиції
12.15 Про кіно
12.30, 20.30 Євромакс
13.00 Хіт-парад
14.00 Х/ф "Секретарка"
17.30 Смачна мандрівка
19.30, 21.00 Наші вітання
20.00 У фокусі — Європа
21.30 "Гал-кліп"
22.35 Х/ф "Діти революції"

ICTV

05.35, 20.20 Громадянська оборона
06.30 Ранок у великому місті
08.45 Факти. Ранок
09.15, 19.20 Надзвичайні новини
09.55 Багач-бідняк. Реаліті-шоу
11.00 Стоп-5
12.00, 13.20 Х/ф "З життя таємних агентів"
12.45, 15.45 Факти. День
14.25, 16.20 Х/ф "Троє амігос"
17.20 Скетч-шоу "На трьох"
17.35, 21.30 Т/с "Менталіст"
18.45, 21.10 Факти. Вечір
22.35 Т/с "Винищувачі"
00.30 Т/с "Невиправні"

СТБ

07.05 За живе!
08.31 Х/ф "Поділись щастям своїм"
13.10 Битва екстрасенсів. Чоловіки проти жінок
15.25 Містичні історії з Павлом Костіциним
17.30, 22.00 Вікна-Новини
18.00 Х/ф "Провідниця"
20.00 Слідство ведуть екстрасенси
22.45 Х/ф "Мама напрокат"

НОВИЙ КАНАЛ

05.59, 07.49 Kids Time
06.00 М/с "Хай живе король Джуліан"
07.50 Європа за копійки
19.00 Хто зверху?
21.00 Зоряні яйця
22.50 Т/с "Клініка"

«УКРАЇНА»

06.30, 07.10, 08.10 Ранок з Україною
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні
09.30 Зірковий шлях
10.30 Реальна містика
12.30 Т/с "Черговий лікар-2"
14.30, 15.25 Т/с "Жіночий лікар-2"
19.45 Ток-шоу "Говорить Україна"
21.00 Т/с "Дорога в порожнечу"
23.30 Т/с "CSI: Місце злочину"

ТТБ

07.00 "Файний ранок"
09.00 Т/с "Яструб і голубка"
09.52, 14.06, 15.42, 16.05, 18.28, 18.57, 19.20 Реклама
09.55 Анонси
13.30, 17.00, 19.00, 20.40 "Вісті ТТБ"
13.40, 19.22 "Тема дня"
14.09 Соціальна реклама
14.10 РадіоДень "Модуль знань"
14.50 "Світло"
15.45 Wise Cow 100 років історії
16.08, 19.48 Д/с "Незвідані шляхи"
17.10 "До справи"
17.36 Док. фільм
18.31 Д/с "Незвичайні культури"

ІНТЕР

06.00 "Мультфільм"
06.10 "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 Т/с "Спокуса"
12.25, 20.40 Т/с "Анна Герман"
14.50, 15.45, 16.45 "Речдок"
18.00, 19.00 Ток-шоу "Стосується кожного"
20.00 "Подробиці"
22.30 Фестиваль "Слов'янський базар у Вітебську"

ЧЕТВЕР, 19.07.2018

UA:ПЕРШИЙ

06.00, 09.50 М/с "Чорний Джек"
06.30, 07.00, 08.00, 09.00, 09.25, 13.00, 15.00, 21.00 Новини
06.35, 07.05, 08.05, 09.05 Доброго ранку, Країно!
09.30, 14.20, 15.10, 20.20 Погода
09.35 М/с "Гон"
10.15 Хто в домі хазяїн?
10.40 Телепродаж
11.00 Д/ц "Незвичайні культури"
11.30 Д/ц "Гордість світу"
12.00 Енеїда
12.25 Д/ц "Смаки культур"
13.10 :РадіоДень
13.40, 15.20 Лайфхак українською
13.55 До справи
14.30 :Радіо. День
15.25 Т/с "Гранд готель"
16.50, 22.45 Т/с "За службовим обов'язком"
18.00 Інформаційна година
19.00 #ВУКРАЇНІ
19.25 Д/с "1000 днів для планети"
20.30 Схеми. Корупція в деталях
21.25 Новини. Спорт
21.45 Д/с "Як працюють машини"
22.15 Д/с "Велике фотополювання Дага Гарднера"
23.50 #NeoСцена з Олегом Вергелісом

1+1

06.30, 07.10, 08.10, 09.10 "Сніданок з 1+1"
07.00, 08.00, 09.00, 19.30 ТСН
09.30, 11.15 "Одруження наосліп"
13.00, 14.15, 15.35 "Міняю жінку"
17.00 Т/с "Моє чуже життя"
20.15, 21.20 Т/с "Хазяйка"
22.20, 23.00 Т/с "Недоторкані"
23.25 Т/с "Байки Мітяя"
00.25 Х/ф "Домашня робота"

2+2

06.00 Мультфільми
08.00 Відеобімба
09.35, 18.15 "Спецкор"
10.15, 18.50 "ДжеДАІ"
10.55, 17.10 "Загублений світ"
12.55 "Облом.UA."
15.10 Х/ф "Кілер мимоволі"
19.25 Т/с "Одинак"
21.35, 23.10 Т/с "Касл-4"

TV-4

06.00, 10.00, 18.00 Т/с "Серцю не накажеш"
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 Бюро знахідок
07.35 Формула здоров'я
08.30 Смачна мандрівка
09.00, 01.00 Час-Тайм
09.30 Феєрія мандрів
11.00, 16.10 Дитяча година
12.10, 21.30 Майстер-клас із Наталкою Фіцич
12.40 Про кіно
13.00 Хіт-парад
14.00, 17.00, 22.35 Акценти
14.30 Х/ф "Амурні справи Олександра"
15.45, 20.25 Добрі традиції
17.30 "Гал-кліп"
19.30, 21.00 Наші вітання
20.00 У фокусі — Європа
20.30 Євромакс
23.05, 04.00 Х/ф "Дівчата знову зверху"

ICTV

06.30 Ранок у великому місті
08.45 Факти. Ранок
09.15, 19.20 Надзвичайні новини
09.55 Секретний фронт
11.00 Стоп-5
12.20, 13.20 Х/ф "Іграшкові солдатики"
12.45, 15.45 Факти. День
14.55, 16.20 Х/ф "Одного разу порушивши закон"
17.25 Скетч-шоу "На трьох"
17.35, 21.30 Т/с "Менталіст"
18.45, 21.10 Факти. Вечір
20.20 Інсайдер
22.40 Т/с "Винищувачі"
00.55 Т/с "Невиправні"

СТБ

07.00 За живе!
09.35 Національне талант-шоу "Танцюють всі!"
13.15 Битва екстрасенсів
15.25 Містичні історії з Павлом Костіциним
17.30, 22.00 Вікна-Новини
18.00 Х/ф "Провідниця"
20.00 Я соромлюсь свого тіла
22.45 Х/ф "Дружина за контрактом"
00.45 Я соромлюсь свого тіла

НОВИЙ КАНАЛ

06.19, 09.09 Kids Time
06.20 М/с "Хай живе король Джуліан"
09.10 Ревізор. Крамниці
13.10 Зірки під гіпнозом
19.00 Хто зверху?
21.00 Зоряні яйця
22.20 Т/с "Клініка"

«УКРАЇНА»

06.30, 07.10, 08.10 Ранок з Україною
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні
09.30 Зірковий шлях
10.30 Реальна містика
12.30 Т/с "Черговий лікар-2"
14.30, 15.25 Т/с "Жіночий лікар-2"
19.45 Ток-шоу "Говорить Україна"
21.00 Т/с "Дорога в порожнечу"
23.20 Контролер

ТТБ

07.00 "Файний ранок"
09.00 Т/с "Кров і троянда"
09.52, 14.06, 15.42, 16.05, 18.28, 18.57, 19.20 Реклама
09.55 Анонси
13.30, 17.00, 19.00, 20.40 "Вісті ТТБ"
13.40, 19.22 "Тема дня"
14.09 Соціальна реклама
14.10 РадіоДень "Модуль знань"
14.50 "Світло"
15.45 Wise Cow 100 років кіно
16.08, 19.48 Д/с "Неповторна природа"
16.34, 20.14 Д/с "Таємниці підводного світу"
17.10 "Складна розмова"
17.36 Док. фільм
18.31 Д/с "Незвичайні культури"

ІНТЕР

06.00 "Мультфільм"
06.10 "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 Т/с "Спокуса"
12.25, 20.40 Т/с "Анна Герман"
14.50, 15.45, 16.45 "Речдок"
18.00, 19.00 Ток-шоу "Стосується кожного"
20.00 "Подробиці"
22.30 Фестиваль "Слов'янський базар у Вітебську"

Увага! У програмі телепередач можливі зміни

П'ЯТНИЦЯ, 20.07.2018

UA:ПЕРШИЙ

06.00, 09.50 М/с "Чорний Джек"
06.30, 07.00, 08.00, 09.00, 09.25, 13.00, 15.00, 21.00, 00.35 Новини
06.35, 07.05, 08.05, 09.05 Доброго ранку, Країно!
09.30, 14.20, 15.10, 20.20, 22.45 Погода
09.35 М/с "Гон"
10.15 Хто в домі хазяїн?
10.40 Телепродаж
11.00 Д/ц "Гордість світу"
12.00 Енеїда
12.25, 15.25 Д/ц "Смаки культур"
13.10 :РадіоДень
13.40, 15.20 Лайфхак українською
13.55 Схеми. Корупція в деталях
14.30 :Радіо. День
16.50 Фольк-music
18.00 Інформаційна година
19.00 Букоголіки
19.25 Д/с "1000 днів для планети"
20.30 Перша шпальта
21.25 Новини. Спорт
21.40 Сильна доля
22.50 Х/ф "Параджанов"

1+1

06.30, 07.10, 08.10, 09.10 "Сніданок з 1+1"
07.00, 08.00, 09.00, 19.30 ТСН
09.30, 11.20 "Одруження наосліп"
13.10, 14.25, 15.45 "Міняю жінку"
17.00 Т/с "Моє чуже життя"
20.15, 22.20 "Ліга сміху"
00.20 "Ігри приколів"

2+2

06.00 Мультфільми
08.00 "Облом.UA."
09.35, 18.15 "Спецкор"
10.15, 18.50 "ДжеДАІ"
10.55, 17.10 "Загублений світ"
13.00 Х/ф "Ділянка лейтенанта Качури. Фільм 2. Мережева загроза"
19.25 Х/ф "Допит"
21.10 Х/ф "Спогад"
23.00 "Змішані єдиноборства. UFC"

TV-4

06.00, 10.00, 18.00 Т/с "Серцю не накажеш"
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 Незвичайні культури
09.00, 00.15 Час-Тайм
09.30 Акценти
11.00, 16.10 Дитяча година
11.50 "Чарівний ключик"
12.10 "Гал-кліп"
12.40 Українські традиції
13.00 Хіт-парад
14.00 Х/ф "Мою дружину звуть Моріс"
17.00 Феєрія мандрів
17.30 Майстер-клас із Наталкою Фіцич
19.30, 21.00 Наші вітання
20.00 ТНЕУ — калейдоскоп подій
20.10 Сільський календар
20.40 Про кіно
21.30 Єдина країна
21.50 Добрі традиції
22.35 Х/ф "Крижана пам'ять"

ICTV

06.30 Ранок у великому місті
08.45 Факти. Ранок
09.15, 19.20 Надзвичайні новини
10.10 Інсайдер
11.10 Стоп-5
12.10, 13.25 Х/ф "Одного разу порушивши закон"
12.45, 15.45 Факти. День
14.50, 16.20 Х/ф "Бадьорість духів"
17.25, 21.35 Скетч-шоу "На трьох"
17.35 Т/с "Менталіст"
18.45, 21.10 Факти. Вечір
20.20 Антизомбі

СТБ

07.20 Х/ф "Право на Надію"
09.30 Х/ф "Тато Ден"
17.30, 22.00 Вікна-Новини
18.00 Х/ф "Провідниця"
20.00 Х/ф "Іван Васильович змінює професію"
22.45 Х/ф "Наречена мого друга"

НОВИЙ КАНАЛ

06.19, 09.09 Kids Time
06.20 М/с "Хай живе король Джуліан"
09.10 Ревізор. Крамниці
13.10 Зірки під гіпнозом
19.00 Хто зверху?
21.00 Зоряні яйця
22.40 Т/с "Клініка"

«УКРАЇНА»

06.30, 07.10, 08.10 Ранок з Україною
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні
09.30 Зірковий шлях
10.50 Реальна містика
12.50 Х/ф "Кульбаба"
14.45, 15.25 Т/с "Даша"
19.45 Ток-шоу "Говорить Україна"
21.00 Т/с "Дорога в порожнечу"
23.20 Слідами

ТТБ

07.00 "Файний ранок"
09.00 Т/с "Кров і троянда"
09.52, 14.06, 15.42, 16.05, 18.28, 18.57, 19.20 Реклама
09.55 Анонси
13.30, 17.00, 19.00, 20.40 "Вісті ТТБ"
13.40, 19.22 "Тема дня"
14.09 Соціальна реклама
14.10 РадіоДень "Модуль знань"
14.50 "Світло"
15.45 Wise Cow 100 років літератури
16.08, 19.48 Д/с "Неповторна природа"
16.34, 20.14 Д/с "Таємниці підводного світу"
17.10 "Схеми. Корупція в деталях"
17.36 "Розсекречена історія", повтор.
18.31 Д/с "Незвичайні культури"

ІНТЕР

06.00 "Мультфільм"
06.10 "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 Т/с "Спокуса"
12.25, 20.40 Т/с "Анна Герман"
14.50, 15.45, 16.45 "Речдок"
18.00 Ток-шоу "Стосується кожного"
20.00 "Подробиці"
22.30 Фестиваль "Слов'янський базар у Вітебську". Закриття

НЕДІЛЯ, 22.07.2018

UA:ПЕРШИЙ

06.00 М/с "Чорний Джек"
06.30, 07.05, 08.05, 09.05 Доброго ранку, Країно!
07.00, 08.00, 09.00, 21.00, 23.30 Новини
09.30, 12.00, 15.25, 19.50, 23.20 Погода
09.40 Х/ф "Незаймана королева"
11.25 Д/с "Дешевий відпочинок". Відень
12.10 Перший на селі
12.40 Енеїда
13.35 Д/ц "Китайський живопис"
14.00 Телепродаж
14.20 Фольк-music
15.30, 21.25 Д/ц "Неповторна природа"
16.55 Т/с "Гранд готель"
19.55 Д/с "Дивовижні міста світу"
22.45 Вечірнє шоу з Юрієм Марченком
23.55 Д/ц "Зустріч Лувру та Забороненого міста"

1+1

06.10, 19.30 ТСН
07.05 "Українські сенсації"
08.00 "Сніданок. Вихідний"
09.00 "Лото-Забава"
09.45 М/ф "Маша і ведмідь"
10.10, 11.15, 12.25 "Світ навиворіт-8"
13.30 Х/ф "Танець метелика"
17.25, 20.15 Х/ф "Біженка"
22.25 "Голос. Діти-4"
00.55 "Аргумент-кіно"

2+2

06.00 Мультфільми
08.00 "Бушидо"
09.00 "ДжеДАІ. Дайджест"
11.00 Т/с "Ментівські війни. Київ"
15.00 Х/ф "Медальйон"
16.55 Х/ф "Політ Фенікса"
19.05 Х/ф "Напролом"
21.00 Х/ф "Зворотний відлік"
22.45 "Змішані єдиноборства. UFC"
00.55 "Нове шалене відео по-українськи"

TV-4

06.00 Х/ф "Тато-невидимка"
07.30, 16.30 Українські традиції
07.45, 09.50 Бадьорий ранок
08.00, 21.30 Єдина країна
08.30, 12.00, 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 Пряма трансляція святої літургії з архікатедрального собору УГКЦ м. Тернополя
11.40 Дім книги
12.05 М/ф "Білосніжка та 7 гномів"
13.30 "Чарівний ключик"
14.00 Погляд зблизька
14.30 Формула здоров'я
15.30 Майстер-клас із Наталкою Фіцич
16.00 Акценти
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, 00.45 Міська рада інформує
20.00 Огляд світових подій
21.00 "Гал-кліп"
22.15 Х/ф "Космічний дозор"
23.45 Час-Тайм

ICTV

07.00 Т/с "Невиправні"
08.55 Т/с "Відділ 44"
11.50 Скетч-шоу "На трьох"
12.45 Факти. День
13.10 Х/ф "Розбірки у Бронксі"
14.55 Х/ф "Година пік"
16.55 Х/ф "Година пік-2"
18.45 Факти тижня. 100 хвилин
20.35 Х/ф "Година пік-3"
22.20 Х/ф "Як викрасти хмарочос"
00.40 Х/ф "Ганнібал"

СТБ

05.40 ВусоЛапоХвіст
07.50 Полювання
08.55 Все буде смачно!
09.50 Караоке на майдані
10.50 Вагітна у 16
11.55 Доньки-матері
12.55 Хата на тата
14.50 Х/ф "Любити й вірити"
19.00 Слідство ведуть екстрасенси
23.00 Я соромлюсь свого тіла

НОВИЙ КАНАЛ

04.59, 06.09 Kids Time
05.00 М/с "Хай живе король Джуліан"
06.10 Х/ф "Царство мавп"
08.00 Х/ф "Король Артур"
10.30 Х/ф "Патріот"
13.40 Х/ф "Самотній рейнджер"
16.40 Х/ф "Брати Грімм"
18.50 Х/ф "Три мушкетери"
21.00 Х/ф "Робін Гуд: Принц злодіїв"
23.50 Х/ф "Плоть і кров"

«УКРАЇНА»

06.30 Сьогодні
07.10 Зірковий шлях
08.10 Т/с "Дорога в порожнечу"
14.00 Т/с "Я чекатиму на тебе завжди"
17.40, 19.40 Т/с "Тест на любов"
19.00 Події
22.00 Х/ф "Кульбаба"
23.50 Т/с "Пощастить у коханні"

ТТБ

07.00 М/с "Принцеса Сіссі"
07.52, 09.30, 14.06, 15.02, 16.36, 20.52 Реклама
07.55, 09.33, 14.09, 15.05, 16.39, 18.58, 19.57, 20.55 Анонси
08.00 "Школа Мері Поппінс"
08.30 "Файний ранок"
09.34 "Енеїда"
13.30 "Edera показ"
13.40 "Тема дня"
14.10, 19.00 "Розсекречена історія"
15.10 "Букоголіки"
15.36 Фольк Music
16.40 "Фольк-music-діти"
17.20 "Хто в домі хазяїн?"
17.46 "Лайфхак українською"
18.06 Д/с "Неповторна природа"
18.32 Д/с "Таємниці підводного світу"
19.52 "Візитівки Полтавщини"
20.00 Д/с "Незвідані шляхи"

ІНТЕР

06.00 "Мультфільм"
06.25 Х/ф "Підкидьок"
08.00 "Удачний проект"
09.00 "Готуємо разом"
10.00 "Орел і решка. Морський сезон"
11.00 "Орел і решка. Перезавантаження. Америка"
12.10 Х/ф "Бум"
14.20 Х/ф "Бум-2"
16.30 Х/ф "Все можливо"
18.30, 20.30 Т/с "Сільський романс"
20.00 "Подробиці"
22.30 Фестиваль "Лайма Вайкуле. Юрмала. Рандеву"

СУБОТА, 21.07.2018

UA:ПЕРШИЙ

06.00 М/с "Чорний Джек"
06.30, 07.05, 08.05, 09.05 Доброго ранку, Країно!
07.00, 08.00, 09.00, 21.00, 23.30 Новини
09.30, 13.50, 16.15, 19.50, 22.45, 23.20 Погода
09.35 М/с "Гон"
09.50 Додолики
10.05 Сильна доля
11.00 Д/с "Пригоди Остіна Стівенса"
12.00 Х/ф "Незаймана королева"
14.00 Телепродаж
14.20 Д/ц "Фестивалі планети"
15.20 Д/ц "Зустріч Лувру та Забороненого міста"
16.20 Д/ц "Неповторна природа"
16.55 Т/с "Гранд готель"
19.55 Д/с "Дивовижні міста світу"
21.25 Вечірнє шоу з Юрієм Марченком
22.10 Ювілейний концерт гурту "Піккардійська терція"
22.50 Д/ц "Спільноти тварин"
23.50 Д/ц "Незвідані шляхи"

1+1

06.00, 19.30 ТСН
06.45 "Гроші-2018"
08.00 "Сніданок. Вихідний"
10.05 "Життя без обману"
11.20, 23.20 "Світське життя. Дайджест-2018"
12.20 "Міс Україна-2017"
14.10 "Ліга сміху"
16.30, 21.15 "Вечірній квартал"
18.30 "Розсміши коміка"
20.15 "Українські сенсації"
00.20 "Вечірній Київ"

2+2

06.00 Мультфільми
08.00 "102. Поліція"
08.55 "Зброя"
10.30 "Загублений світ"
16.45 Х/ф "Спогад"
18.35 Х/ф "Мисливці за скарбами"
20.50 Х/ф "Медальйон"
22.45 Х/ф "Парниковий експеримент"
00.35 "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 "Тато-невидимка"
08.55, 19.55 Добрі традиції
09.00 Час-Тайм
09.30, 19.00 Єдина країна
10.00 Огляд світових подій
10.30 Зміни свій світ
11.30 Майстер-клас із Наталкою Фіцич
11.55, 14.25, 16.55, 20.05 Тернопільська погода
12.00, 21.30 Євромакс
12.30, 00.30 Х/ф "Пам'ятай про мене"
14.30 Мультфільми
15.00 М/ф "Білосніжка та 7 гномів"
16.30 Дім книги
17.00 Хіт-парад
17.50 ТНЕУ — калейдоскоп подій
18.00 Наші вітання
19.30 У фокусі — Європа
20.10 "Onuka", концерт у Києві
22.00 Х/ф "Дорога на Велвілл"
00.10 Час-Тайм

ICTV

05.30 Стоп-5
07.30 Я зняв!
09.25 Дизель-шоу
10.50, 11.50 Особливості національної роботи
12.45 Факти. День
13.00 Скетч-шоу "На трьох"
16.55 Х/ф "Розбірки у Бронксі"
18.45 Факти. Вечір
19.20 Надзвичайні новини. Підсумки
20.05 Х/ф "Година пік"
22.05 Х/ф "Година пік-2"
23.55 Х/ф "Ганнібал"

СТБ

05.45 ВусоЛапоХвіст
07.55 Караоке на майдані
08.55 Все буде смачно!
09.55 Х/ф "Право на Надію"
11.55 Х/ф "Провідниця"
17.05 Х/ф "Іван Васильович змінює професію"
19.00 Х/ф "Любити й вірити"
23.05 Я соромлюсь свого тіла

НОВИЙ КАНАЛ

05.54, 07.39 Kids Time
05.55 М/с "Лунтик і його друзі"
07.40 Хто зверху?
18.40 Х/ф "Король Артур"
21.00 Х/ф "Самотній рейнджер"
00.00 Х/ф "Ніккі, диявол-молодший"

«УКРАЇНА»

07.00, 15.00, 19.00 Сьогодні
07.15 Зірковий шлях
08.10 Т/с "Дорога в порожнечу"
14.00, 15.20 Х/ф "Посміхнися, коли плачуть зорі"
16.25, 19.40 Т/с "Я чекатиму на тебе завжди"
20.50 Футбол. Суперкубок України "Шахтар" — "Динамо"
23.20 Т/с "CSI: Місце злочину"

ТТБ

07.00 М/с "Принцеса Сіссі"
07.52, 09.30, 14.06, 15.02, 16.30, 18.57, 19.56 Реклама
07.55, 09.33, 14.09, 15.05, 16.33, 20.59 Анонси
08.00 "Файний ранок"
09.34 "Енеїда"
13.30 Лайфаки з української мови
13.40 "Тема дня"
14.10 "Розсекречена історія"
15.10 РадіоДень "Книжкова лавка. ТОП 7"
16.04 "booklove"
16.35 Х/ф
18.05 Док. фільм
19.00 "Панорама подій"
19.30 "Поза рамками"
19.59 Фольк Music

ІНТЕР

06.00 "Мультфільм"
06.30 "Україна вражає"
07.25 "Чекай мене. Україна"
09.00 Х/ф "П'ять хвилин страху"
10.40 Х/ф "У зоні особливої уваги"
12.40 Х/ф "Хід у відповідь"
14.20 Х/ф "Біле сонце пустелі"
16.10 Т/с "Батьківський інстинкт"
20.00 "Подробиці"
20.30 Д/п "Фаворит"
21.20 "Великий бокс. Олександр Усик і Мурат Гассієв"

● На замітку

Якщо в будинку цвіль

Для боротьби із цвіллю в будинку часто доводиться витрачатися на побутову хімію, яка в результаті не є дієвою. Тому зверніть увагу на цей ефективний засіб, який можна зробити своїми руками.

Інгредієнти: вода — 100 г, столовий оцет — 50 г, перекис водню — 50 г, борна кислота — 25 г.

Необхідно всі інгредієнти змішати в одній ємкості. Перед нанесенням на «цвітучі ділянки» розчин потрібно підігріти до температури 50—70 градусів, щоб посилити дію активних речовин.

Свіжоприготовлений засіб нанести і залишити на деякий час, а потім змити.

Важливо! Також необхідно займатися профілактикою ділянок, щоб спори цвілі не повернулися. Для цього налийте трохи оцту в розпилювач і збризкуйте проблемні місця через день протягом двох тижнів.

Найчастіше цвіль з'являється через підвищену вологість та нестачу вентиляції. Система вентиляції в квартирах радянської побудови та в більшості новобудов спроектована так, що повітря заходить через щілини у вікнах, вхідних дверях, а виходить через вентиляційні канали в кухнях, ванних і туалетних кімнатах.

Установка вхідних дверей з герметичним притвором, пластикових вікон, більш герметичних, ніж старі дерев'яні вікна, порушує і приплив, і відтік повітря з квартири. У цих умовах повітрообмін в квартирі різко знижується, а ймовірність підвищення вологості збільшується.

Якщо часто не провітрювати квартиру, то цвіль рано чи пізно з'явиться, особливо у ванній кімнаті, де є ідеальні умови для розвитку грибка.

Щоб прибирати швидше

Для економії часу під час прибирання спробуйте робити декілька справ одночасно. Наприклад, замочіть на кухні в раковині посуд і залийте засіб для очищення в унітаз. Тим часом протріть пил у кімнатах. Коли повернетеся, посуд відмиється набагато швидше. Як і унітаз. Також можете відкрити у ванній кран із гарячою водою і залишити на кілька хвилин. Пара допоможе швидше очистити поверхні від бруду.

Ваші помічники:

✔ Механічна швабра. З її допомогою можна швидко й без особливих зусиль вимити підлогу. До того ж, не потрібно виполіскувати ганчірку для підлоги, адже для багатьох це заняття не з приємних.

✔ Серветки: для протирання пилу і для вологого прибирання. Перші допоможуть швидко зібрати пил навіть із полірованих поверхонь, а другі не залишають розводів.

✔ Спрей-антистатик. Допоможе сповільнити процес накопичування пилу на побутовій техніці та полірованих меблів.

✔ Побутова хімія для миття скла, посуду, сантехніки та іншого. Швидко та якісно очищає поверхні без особливих зусиль із вашого боку.

Ще кілька порад:

✔ Уберегти меблі від шерсті домашніх тварин допоможуть чохли на меблі або декоровані серветки, а під мисочку підкладайте паперові серветки, щоб було простіше прибирати.

✔ Не лінуйтеся заправляти ліжко! Купіть гарне покривало. Воно точно додасть охайності зовнішньому вигляду вашого житла.

✔ Увечері завжди залишайте кухню чистою.

✔ Не забувайте після душу протирати дверцята душової кабіни. Це допоможе уникнути матового нальоту.

✔ Чистити килими рекомендується м'якою щіткою, змоченою в такому розчині: на 1 л води 2 ст. л. спирту. Після чищення килим витріть ганчіркою насухо.

Немає недосяжних цілей, є високий коефіцієнт лінї, недолік кмітливості і запас відмовок

● **На замітку**

ЗБЕРЕГТИ РИБУ СВІЖОЮ

Часто перед недосвідченими рибалками постає проблема: як зберегти рибу свіжою протягом жаркого літнього дня? Пустити рибу у відро з водою — це прямий спосіб втратити улов. Зябра у риби швидко стають білими, а сама вона вкривається слизом, в якому містяться різні бактерії. Найкраще зберігати рибу на кукані. Тільки не треба нанизувати її підряд, бо так вона швидко загине. Прив'яжіть до шпагату на незначній відстані один від одного дротяні гачки, зробивши на кожному застібку.

Треба нанизати на них рибу, застібнути гачки й опустити кукан на глибокому місці. Цей спосіб, як запевняють рибалки, найкращий.

Якщо доводиться тримати рибу кілька днів, треба видалити зябра і нутрощі, протерти всередині травою або ганчіркою, підсушити на сонці і покласти до кошика з осокою чи кропивою. Кошик поставте в затінку.

Не шкодьте своїй машині

Зі збільшенням водійського стажу з'являється і більше різних звичок, які, на жаль, не завжди приносять користь машині. Існує кілька поширених шкідливих звичок водіїв, знаючи які, ви зможете уникнути передчасних, а десь і зовсім не потрібних витрат.

● Водіям

1. Спиратися рукою на важіль коробки передач.

У багатьох є звичка класти руку на важіль коробки передач, ніби це підставка. Цього не варто робити хоча б тому, що за кермо слід триматися обома руками. Від такого незначного, але постійного навантаження в коробці змішуються синхронізатори з шестернями, що погіршує перемикання передач.

2. Заправлятися тільки тоді, коли бак майже порожній.

Коли машина простоює, в паливному баку скупчуються механічні домішки, з'являється осад на дні. Цей бруд потрапляє в паливний насос, завдаючи шкоди йому і фільтрам. Взимку необхідно залишати мінімум півбака пального, щоб уникнути утворення великої кількості конденсату. Вода в баку взимку може призвести до його деформації й інших неприємностей.

3. Часто пригальмовувати.

Дотримуватися дистанції і рухатися зі швидкістю потоку — те, чого навчають у автошколах. Але якщо ви постійно пригальмовуєте без необхідності, готуйтеся до регулярної заміни гальмівних колодок і дисків. Щоб уникнути неприємної ситуації на дорозі, потрібно своєчасно замінювати гальмівні шланги і стежити за рівнем гальмівної рідини.

4. Ігнорувати неприродні звуки.

Незначний скрип, незвичайні шуми — це сигнал про якусь несправність. Багато водіїв ігнорують подібні знаки, і, як наслідок, автомобіль ламається. Якщо машина видає неприродні для неї звуки, потрібно провести діагностику, щоб вирішити проблему.

5. Не використовувати ручне гальмо.

Якщо ви ставите машину з автоматичною коробкою передач на схилах, все навантаження припадає на замок шестерні вихідного вала коробки. Щоб вдало припаркуватися на схилі, утримуйте ногою педаль гальма, потім переведіть коробку в режим парковки, підійміть ручник і тільки потім плавно відпустіть педаль гальма.

6. Видавлювати високі обороти на непрогрітому двигуні.

Більшість сучасних двигунів не потрібно прогрівати. Але варто пам'ятати, що поки стрілка не підніметься до робочої температури, не можна витискати більше 2 тис. оборотів. У мінусову температуру треба почекати 1—2 хвилини після того, як ви завели авто, і починати рух.

7. Постійно тримати ногу на гальмі на схилах.

Багато водіїв весь час тримають ногу на педалі гальма під час руху вниз, щоб бути готовими загальмувати в будь-який момент. Це призводить до перегріву в гальмівній системі і зносу гальмівних колодок і дисків. Замість цього потрібно переключитися на більш низьку передачу, щоб відбулося гальмування двигуном.

● **Про бороду**

А ви знали, що...

✔ Влітку борода росте швидше.

Можливо, вам колись здавалось, що влітку виникає необхідність частіше голитись/ підправляти лінію бороди? Виявляється, це дійсно так. Волосся на обличчі в теплу пору року збільшує інтенсивність росту.

✔ Чоловіки витрачають в середньому 3350 годин на гоління протягом життя.

Якщо уявити ситуацію, коли потрібно безперервно голитись стільки часу, то виходить, що майже 140 днів та ночей чоловік проводить за цим заняттям.

✔ Найдовша борода — понад 5 м.

А якщо не голитись взагалі, то можна виростити таку красуню, яка була зафіксована 1927 року у поважного норвежця. Він спромігся виплекати 5,3 метрову бороду. Його рекорд досі ніхто не побив.

✔ Найуспішніші — без бороди.

98% із списку «100 найуспішніших людей планети» за версією «Форбс» — зазвичай ходять чисто виголені.

✔ Бороданів вважають більш власними.

Ось такий факт, на противагу попередньому. Чоловіків з гарною бородою сприймають старшими, серйознішими та більш власними, ніж чисто виголених. Їм заочно присвоюють вищий статус, ніж у них є насправді.

✔ Виголені чоловіки — привабливіші для жінок.

Ось наскільки суперечлива статистика. Хоч бороданів вважають авторитетнішими, проте чоловіки, котрі дбають про чисто виголене обличчя, здаються більшості жінок привабливішими, ніж із вусами чи бородою.

✔ О. Македонський забороняв солдатам носити бороду.

Ні, це не тому, що йому вона не подобалась. Просто стратегічно, це зменшувало противнику шанси дістатись до його війська. Адже за бороду дуже зручно вхопитися рукою.

✔ Борода — захист від алергії.

Побутує думка, що на бороді збирається багато пилу та бруду, що збільшує ризик хвороб. Так от, частинки пилу дійсно збираються, проте це навпаки зменшує шанс захворіти. Адже пил та алергени затримуються в бороді, не потрапляють до рота та носової порожнини і таким чином борода виступає у ролі фільтра для алергіків.

✔ Авраам Лінкольн відростив бороду, щоб сподобатися дитині.

Маленька дівчинка написала листа своєму кумирові, що з бородою йому краще, ніж без. І з того часу американський президент відростив її та зображений з нею на більшості офіційних портретів.

● Модні поради

Як вибрати краватку?

Елегантність ділового образу чоловіка багато в чому залежить від правильно підібраної краватки.

«ТЕПЛУ» ЧИ «ХОЛОДНУ»?

В першу чергу при виборі краватки орієнтуйтеся на колір сорочки: до білої сорочки підійде практично будь-який варіант: будь-якого забарвлення і малюнка. До кольорової сорочки потрібно підібрати краватку хоча б на тон темніше і бажано залишитися у відповідній «тепловій» тональності. До сорочки холодного відтінку вибираємо «холодну» краватку, до сорочки теплого відтінку, відповідно, «теплу».

Чим темніша краватка, тим вона офіційніша. З діловим костюмом найкраще виглядатимуть однотонні краватки або в дрібну ледь помітну цяточку.

Величезне значення має матеріал краватки — ідеальним вибором буде шовк. Також не треба забувати, що по довжині краватка повинна діставати до середини пряжки ременя і не бути занадто вузькою. Якщо ви вибрали костюм-трійку — краватка не повинна виглядати з-під жилета.

ЩОБ ЛИЧИЛО

Орієнтуйтеся також і на свій кольоротип: при підборі краватки (адже цей аксесуар розташовується в так званій «зоні портрета») звертайте увагу на ваш колір волосся, відтінок шкіри та очей. «Теплому» кольоротипу (теплий — оливковий або жовтуватий відтінок шкіри, теплі (карі) очі, і теплий відтінок волосся) — аналогічну краватку (коричневу, гірчичну, теракотову тощо), «холодному» кольоротипу (холодний — рожевий, найчастіше, дуже світлий відтінок шкіри, зелені, блакитні або сірі очі, відтінок волосся ближче до попелястого) — краватка холодного відтінку: синя, блакитна , фіолетова, червона, зелена.

ЯКУ І КУДИ?

Краватка, як і будь-який інший аксесуар, завжди повинна відповідати стилю, одягу, заходу і віку людини, яка її одягає. Краватка помітного кольору не підходить до ділового костюма і для офіційних зустрічей, а також для офісного дрес-коду. Для публічних виступів не рекомендуємо вибирати краватки яскравих тонів, оскільки вони відволікають увагу слухачів. Популярні краватки з кумедними принтами і мультиплікаційними малюнками допускаються тільки на домашніх святах або вечірках у колі близьких друзів. Краватки екстравагантних кольорів є перевагою молодості, у літньому віці чоловік у такій краватці може виглядати безглуздо. Не слід комбінувати строкату краватку з сорочкою або піджаком, на які нанесений малюнок, а у випадку з сорочкою в клітинку від краватки краще взагалі відмовитися.

● Інструкція

В'ЯЖЕМО ПРОСТИЙ ВУЗОЛ

1. Покладіть краватку так, щоб широкий кінець був ближче до лівої руки, а до правої – вузький.
2. Розмістіть широкий кінець під вузьким, формуючи перехрестя. Оберніть вузьку сторону широким кінцем краватки зліва направо.
3. Потягніть широкий кінець до шиї і протягніть під коміром краватки, що утворився.
4. Протягніть через петлю на лицьовій стороні вузла, який щойно утворився.
5. Потягніть широкий кінець вниз, злегка затягуючи. Поправте вузол так, щоб він рівно розмістився на вашому комірі.

● **Варто знати**

КРЕМ ДЛЯ ГОЛІННЯ ЧИ МИЛО: ЩО ОБРАТИ?

Часто чоловіки постають перед вибором: чим голитися — милом чи кремом. Розповімо про переваги та недоліки обох засобів.

Креми для гоління дозволяють легко утворити піну для гоління потрібної консистенції. Він чудово зволожує шкіру і створює захисний бар'єр, який забезпечує гарне ковзання леза по шкірі. В результаті — ніяких подразнень.

Особливістю кремів для гоління є досить сильний їх аромат. Це може стати проблемою для чоловіків з сильно розвиненим нюхом або з підвищеною чутливістю до запахів. Однак, це лише маленька незручність.

Середня ціна гарного крему коливається в діапазоні 500 грн, в залежності від виробника. Баночки/тюбика вистачає в середньому на 2 місяці щоденного використання

Дешеві креми для гоління не принесуть вам гарного результату, краще всього купувати креми для гоління від подразнень на шкірі від відомих світових брендів, які уважно стежать за складом і підбором якісних інгредієнтів.

Мило — це класика традиційного гоління. Воно забезпечує щільну, густу піну, яка прекрасно зволожує шкіру.

Мила для гоління менш ароматизовані. Тому вони краще підходять для чутливої шкіри, ніж креми. Ціна мила також дешевша, ніж кремів. Можна знайти гарне мило за ціною від 100 грн, проте мило більш високої якості коштуватиме дорожче. Як правило, до

мила для гоління вже пропонується чаша для збивання піни, іноді навіть зроблена з дерева. Надалі до таких чаш ви зможете купувати вже просто мило-запаску. А це, більш економічно вигідна покупка.

Мінусом є те, що початківцю під час гоління потрібно буде докласти зусиль, щоб оволодіти технікою збивання піни. Мила ручної роботи іноді бувають ще важчі у використанні, але, повторимося, тільки новачкам. Коли техніка освоєна — ніяких складнощів не виникає. І ви можете збивати піну необхідної консистенції.

Креми прості у використанні, у той час як до мила треба знайти підхід. Однак і пом'якшує, і захищає шкіру мило краще. Не дарма ж чоловіки, які голяться небезпечними бритвами, зазвичай вибирають саме мило.

Важливий нюанс — ваша колекція помазків. Якщо ви користуєтеся пензликом м'якого типу — вам підійде крем, якщо більш жорстким — то сміливо беріть мило.

Чоловік, якби і зміг зрозуміти, що думає жінка, все одно не повірив би/ Дороті Паркер

Смішного!

— Тату, чи правда, що лелека на зиму відлітає в теплі краї?
— Так.
— То як же я міг народитися в січні?

* * *

Офіцер лає молодого солдата.
— Рядовий Петренко, ви повернулися вчора до казарми геть п'яний і ще тягли воза, який десь украли.
— Так точно!
— Кроком руш під арешт!
— То може ви вже пригадаєте, що у возі були ви?

* * *

— Коли ми одружимося, любий, у нас буде троє діточок.
— Звідки ти знаєш?
— Вони зараз живуть у моєї мами.

* * *

Жінка на прийомі в лікаря:
— Лікарю, в мене шум у вухах, тремтіння в колінах. Я відчуваю себе повною нікчемою…
— Зрозуміло. Коли їде ваша свекруха?

* * *

Свідок на весіллі:
— На жаль, я зовсім не знаю наречену й тому не можу привітати нареченого. Але я дуже добре знаю нареченого й тому не можу привітати наречену.

* * *

— Чим відрізняється молодий холостяк від старого?
— Молодий холостяк наводить порядок удома, щоб запросити даму, старий же запрошує даму, щоб вона навела порядок.

* * *

Дружина пиляє чоловіка:
— Скільки разів тобі казала? Сік — це коли написано 100%, напій — коли від 50 до 80%, а якщо написано 40%, то це нектар.
— От-от. Я тобі давно казав, що горілка — це нектар.

* * *

— Як ви гадаєте, наша Розочка стане співачкою або танцівницею?
— Думаю, танцівницею.
— Ви бачили, як вона танцює?
— Ні, ми чули, як вона співає.

* * *

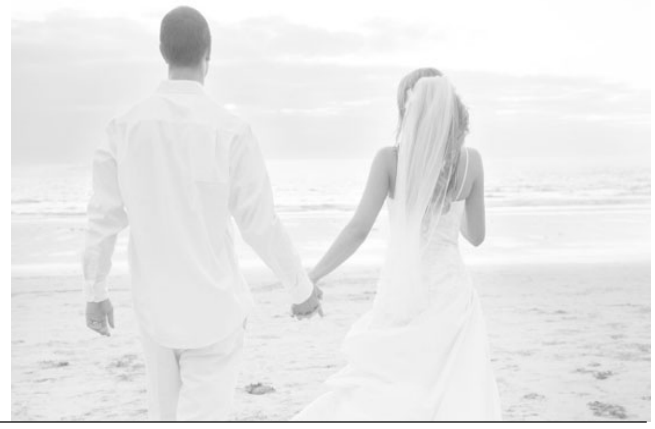
Для верблюда образити людину — раз плюнути.

Відповіді на сканворд «Дуб», надрукований 5 липня

						С						
О	М	А	Н			А	Й	П				
	А	Г	І	Т	А	Т	О	Р				
Я	К	У	Т			С	А	Г	А			
		Л				Б		Л				
С	В	И	Д	О	В	Е	Ц	Ь				
	І		О	П	І	К	У	Н				
З	А	Г	Р	Е	Б		Р	Я	С	Т	К	А
	Н		О	Р	Р		К		Т	А	К	Т
	Д	У	Б		А	Н	А	К	О	Н	Д	А
	О		О	Т	Т	О			Г		К	
С	Т	Е	К		О	К	Л	А	Х	О	М	А
						А	Д	А		О		
						З	А	Л	О	З	А	
						Е	М	І	Н	Е	М	
						Р	О	Д	А	Р	І	

Річниці весілля: значення і подарунки

Кожна річниця одруження має спеціальну назву й традиції щодо подарунків — вони мають відповідати назві річниці.



Цікаво

1 рік — ситцеве або марлеве весілля. Ситцеве весілля — це побажання, щоб подружнє життя здавалося легким і приємним, але в той же час було міцним, наче ситець. У цей день випивають пляшку шампанського, залишену спеціально з весілля. Молодята дарують один одному ситцеві хустинки, а гості — комплекти постільної білизни, фартухи і подушечки у вигляді серця.

2 роки — паперове весілля. Воно асоціюється із папером, який легко рветься, мнеться і горить. Доречним подарунком будуть книги на психологічну тематику, оригінальні паперові записки або листівки із побажаннями, гроші та меблі.

3 роки — шкіряне весілля. Вважається, що за три роки чоловік і дружина навчилися ладнати один із одним і підлаштовуватися. А шкіра — символ гнучкості. Красивим подарунком будуть вироби із натуральної шкіри, шкіряні аксесуари (сумки, гаманці).

4 роки — лляне весілля. Льон є символом достатку, а також міцності і довговічності. Він набагато міцніший за ситець, а значить, і стосунки подружжя стали міцнішими і надійнішими. Гості обсипають подружжя цукерками і насінням льону. Дарують лляні скатертини, вироби ручної роботи.

5 років — дерев'яне весілля. Перший серйозний ювілей. Сім'ю зі стажем у 5 років порівнюють з дерев'яним будинком, якому ще можуть загрожувати «пожежі» — сімейні сварки. Подарунок у цей день повинен символізувати ніжність та міць почуттів — скринька для прикрас, дерев'яний посуд, меблі.

6 років — чавунне весілля. Назва пов'язана з тим, що стосунки вже міцні, проте це найкрихкіший з усіх металів. Незважаючи на згадану міцність, чавун цілком може тріснути від сильного удару. Дарують, звісно, вироби з чавуну.

7 років — мідне або шерстяне весілля. Мідь — символ сімейної міцності, краси і достатку. Це вже не чавун, але до благородного або дорогоцінного металу їй ще далеко. Подружжя в цей день обмінюється мідними монетами. Можна подарувати мідні свічники, чашки, карбування.

8 років — жестяне весілля. На 8-й рік після весілля відбувається оновлення сімейних стосунків, життя подружжя повинно влаштуватися остаточно, вони повинні повністю звикнути один до одного. Подарунком може стати кухонне начиння з жерсті (форми для випічки, підноси), побутові прилади, а також чай, цукерки в жерстяних коробках.

9 років — фаянсове весілля. На дев'ятиріччя спільного життя настають якісь критичні моменти, які слід пережити, тому шлюб може легко дати тріщину, як фаянс. За іншою версією: сімейні стосунки стають міцнішими, як хороший чай — і фаянсові чашки, наповнені чаєм, є символом краси сімейних стосунків. Прийнято дарувати посуд із фаянсу, порцеляни, кришталю і простого скла.

10 років – олов'яне весілля (день троянд). Назву річниці пов'язують з гнучкістю олова — тобто з умінням подружжя підлаштовуватися одне до одного. Чоловік дарує дружині букет з 11 троянд: 10 червоних, як символ кохання, та білу — як символ надії на наступне десятиріччя.

11 років — сталеве весілля. Відносини загартувалися, як сталь. Прийнято дарувати: посуд з нержавіючої сталі.

12 років — нікелеве весілля. Дарують блискучі нікельовані вироби — наприклад, посуд.

13 років — мереживне весілля. На 13 році подружнього життя необхідно особливо цінувати шлюб, тому що він такий же тонкий, як мереживо. Дарують вироби з мережива або тонкої вовни.

14 років — агатове весілля. Агат є символом благополуччя, здоров'я і процвітання. Такому шлюбу не страшні жодні перешкоди. Доречним подарунком будуть прикраси з агату, фігурки зі слонової кістки.

15 років — скляне або кришталеве весілля. Назва свідчить про чистоту і ясність стосунків подружжя. Дарують вази, келихи, салатниці з кришталю і скла.

16 років — топазове весілля. Вважається, що топаз — цілющий оберіг, який захищає сім'ю від злих поглядів і хвороб. Подарувати можна будь-який ювелірний виріб з каменем топазом.

17 років — трояндове весілля. Рідні й друзі приходять із квітами, чоловік дарує дружині красивий букет троянд.

18 років — бірюзове весілля. Яскравість бірюзи — символ закінчення складних і кризових ситуацій, пов'язаних з дорослішанням дітей. Подружжя обмінюється прикрасами з бірюзи.

19 років — гранатове весілля. Дарують прикраси з гранатом.

20 років — порцеляново весілля. Вважається, що за 20 років весь подарований на весілля посуд розбився, отож настав час його оновити. Тож подарунком можуть бути чашки, тарілки, сервізи з порцеляни.

25 років — срібне весілля. Ця дата символізує і дорогоцінний досвід, накопичений за роки спільного життя, і посріблені сивиною скроні подружжя. Чоловік і дружина обмінюються срібними обручками.

30 років — перлинове весілля. Перли є символом чистоти і бездоганності відносин чоловіка і дружини, які прожили разом 30 років. Чоловік дарує дружині намисто з 30 перлин.

35 років — коралове весілля. На коралове весілля у молодят повинна вже бути величезна сім'я з безліччю онуків. Прийнято дарувати прикраси з червоних коралів.

40 років — рубінове весілля. Символом є рубін — камінь вогню і любові. Чоловік і дружина можуть інкрустувати рубін в обручки.

45 років — сапфірове весілля. Роки велять подумати про здоров'я, а сапфір, за повір'ями, камінь-цілитель, що надає сили для боротьби із втомою і хворобами. Подібно до цього каменю подружжя повинне оберігати і захищати один одного. Доречним дарунком будуть вироби з сапфірами.

50 років — золоте весілля. Золото є символом сталості, благородства і мудрості. Тільки любов, відданість і повага подружжя допомогли досягти цієї дати. В цей день дуже часто старі обручки замінюють новими. Їх передають неодруженим внукам і правнукам як сімейну реліквію.

55 років — смарагдове весілля. Діти зазвичай влаштовують свято для старих батьків. Дарують прикраси зі смарагдом.

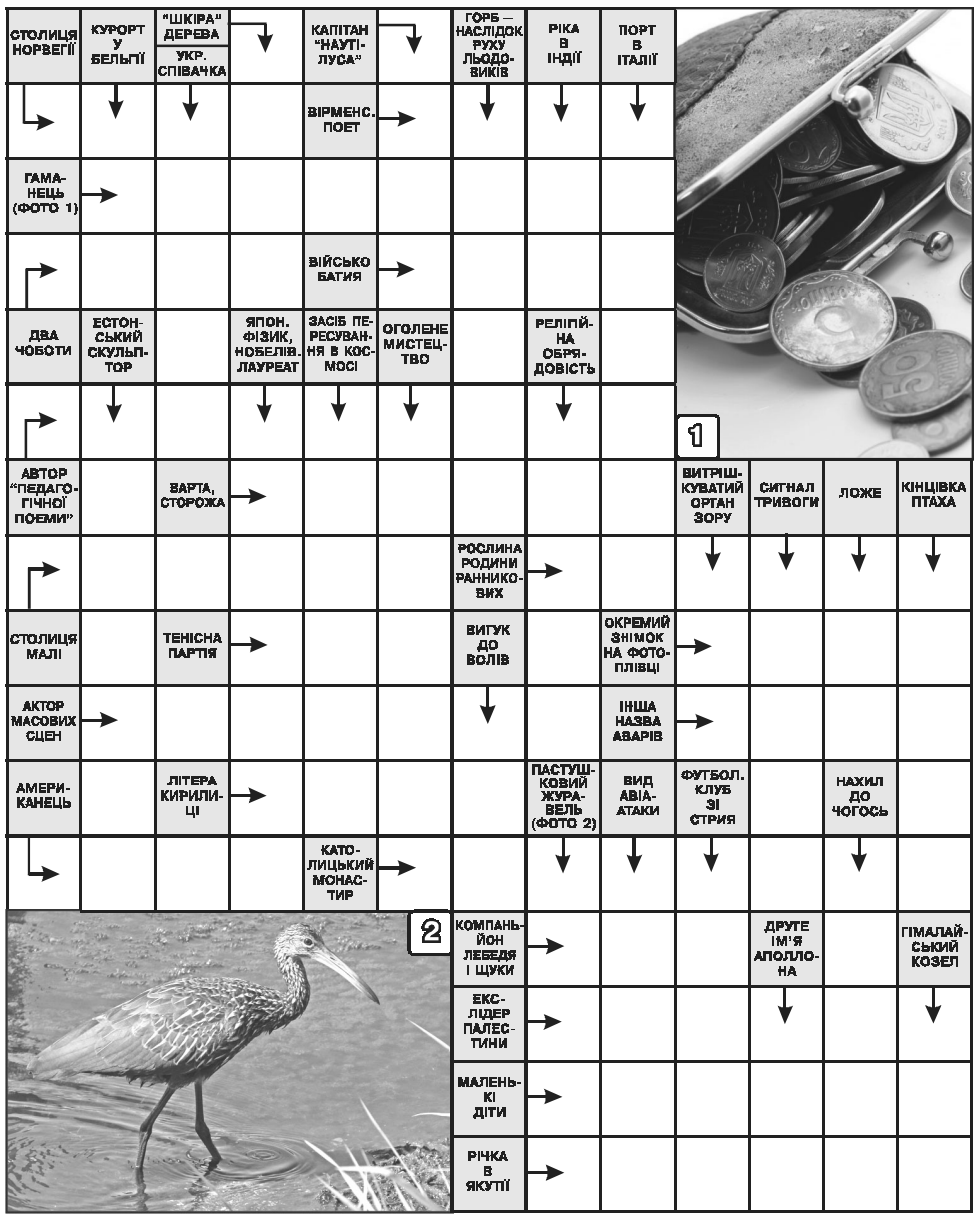
60 років — діамантове весілля. Діамант — найтвердіший камінь. Це означає, що вже ніхто і ніщо не в силах розірвати такий тривалий шлюб. Чоловік дарує дружині прикраси з діамантом.

65 років — залізне весілля. Назва весілля вкотре символізує міцність шлюбу. Дарують вироби із заліза.

70 років — благодатне або вдячне весілля. У цей день подружжя отримує велику подяку за те, що дало життя всій сім'ї. Діти і внуки дарують ювілярам все, що ті забажають.

Поміркуйте

Сканворд «Арама»



Домашня газета
Свідоцтво ТР № 324.
Передплатний індекс 23763
Видавець — пресова агенція «Вільне життя»
Газета виходить раз на тиждень
Віддруковано ТзОВ «Терно-граф», м. Тернопіль, вул.Текстильна, 18, тел. (0352)52-28-97
Замовлення №5590. Тираж 22236
Адреса редакції: м. Тернопіль, вул. Гетьмана Сагайдачного, 9, 46001, тел. 25-48-96
Свіжий номер «Домашньої газети» — у pdf-форматі на сайті vilne.org.ua
Відповідальна за випуск Зоряна Мурашка.
Використано матеріали вітчизняних і зарубіжних періодичних видань, тексти і фото з інтернету.