



Тепер Злата — мамине і татове золотце

Завдяки нашим журналістам уже 5 діток-сиріт потрапили в сім'ї!

с. 6 »

Як прожити до 100 років на своїх ногах і при своєму розумі



с. 7 »

Цікава

ГАЗЕТА
на вихідні



26 вересня 2019 року №39 (95) Ціна 6 грн

● СЕ ЛЯ ВІ



Міцна сім'я може вирости із службового роману, чи точніше — зі «службової» дружби. Доведено Катериною Кухар та Олександром Стояновим.

Від першого шлюбу у Катерини Кухар залишилися син і прізвище

А вдруге під вінець балерина пішла після десяти років спільного життя зі своїм партнером по сцені

Інна ПІЛЮК

ВТРАТИЛА ДИТИНУ І ЛЕДЬ НЕ ЗАКИНУЛА ПРОФЕСІЮ

Ще трохи часу — і мініатюрна Катерина Кухар загубиться поміж своїх дітей. Їй 37 років, але вона найсправжнісінька Дюймовочка — важить всього 42 кілограми. Її синові Тимуру 10 і він якраз у тому віці, коли речі, придбані восени, до весни уже геть малі. Росте, немов на дріжджах! А от 4-річна донька Настя — ще крихітка, і поруч із нею, як жартує сама танцівниця, мама виглядає мамою,

а не старшою сестрою.

Діти — Катеринині натхнення, стимул і двигун. Жінка зізнається, що був період, коли вона, на той час уже зірка світового балету, місяці проводила в депресії і не могла навіть встати з ліжка. І причина

Їй 37 років, але вона найсправжнісінька Дюймовочка — важить всього 42 кілограми.



У дитячий садок майбутня балерина походила всього два дні. Забави з ровесниками їй згодом замінили танці.

цього — теж дитина. Але та, яку вона втратила.

Закінчення на с. 11 »

● ПАТРІОТИЗМ ПОЧИНАЄТЬСЯ З КОЛИСКИ



Богдан Гаврилишин вітається по-пластунськи. Цей жест, зокрема, означає «красний душею».

«Присягаю бути вірним Богові і Україні...»

Коли Пласт у нашій державі отримає Закон по заслугах?

Близько 42% українців за опитуванням, оприлюдненим у газеті «Дзеркало тижня», хотіли б народитися не в Україні... Звучить болюче, правда? Я дуже стараюся, щоб мої діти дорожили всім українським і знали, що вони здужають зробити цю країну придатною для хорошого життя. Я знаю, де шукати помічників: записала свою доньку у луцький Пласт, до людей, яких об'єднує трепетне ставлення до Батьківщини і вміння давати собі раду. (Знаю це і від друзів, які раді, що їхні діти — у пластунському русі). Самі ж пластуни розповідають, що їм непросто. Отож, вони чекають закону про підтримку. Парламент його прийняв, а Президент віддав доопрацювати

Оксана КОВАЛЕНКО

Закон про державне визнання і підтримку Пласту — Національної скаутської організації України — має розставити крапки над багатьма «і». Шкода, що не зроблено цього досі, як у більшості країн, які законодавчо і на ділі віддали і віддають належне пластунам ще до або одразу після Другої світової війни! Верховна Рада попереднього скликання нарешті прийняла наш Закон навесні. Пластуни казали, що його підписання стане історичним та політичним рішенням. Мовляв, в Україні немає жодної іншої демократичної державницької інституції, старшої за Пласт, яка б мала такий колосальний досвід демократичного врядування. Природно, згадували свої славі й сумні сторінки. Отож, Пласт

працює задля України понад 100 років. Напередодні Другої світової був заборонений спершу польською й румунською

Пласт працює задля України понад 100 років.

владою на підконтрольних українських землях, а потім ще й німецько-фашистською й комуністичною! Тоді величезний державотворчий рух, який підтримував і поширював патріотичний порив діяв підпільно. Діяв у найважчі часи, коли наша країна ніяк не могла стати на ноги, і робить це тепер, коли на ногах їй стріляють і б'ють.

Закінчення на с. 5 »



Пластуни кажуть, що не намагаються робити всіх однаковими, як колись піонери.

НОМЕР ЕФЕКТИВНОЇ РЕКЛАМИ
050 994 9907



4 820230 060027 >

● ПУЛЬС ТИЖНЯ

Шамана не пустили до «демона Путіна»

Найрезонансніші події в житті країни та світу очима наших журналістів

Протестантів «не пущать» до Кремля ближче, ніж на 5 тисяч кілометрів

Десь на такій відстані від Москви зупинили шамана з Якутії Олександра Габишева, який йшов пішки у столицю проводити «ритуал вигнання Путіна». Російський президент ніби читає «Цікаву газету на вихідні», бо одразу ж відповів на запитання, яке ми ставили у минулому номері, коли писали про подорож Габишева: «Цікаво, за скільки кілометрів до Москви шамана зупинять остаточно?» Тепер відповідь знаємо

Російського царя шаман вважає породженням зла. На його думку, навіть природа протестує проти нього — там, де з'являється Путін, — стаються природні катаклізми. У протестну подорож Габишев вийшов у березні цього року, а дістатись мети розраховував аж у 2021-му. Але російські каральні органи заарештували його 20 вересня на межі Бурятії та Іркутської області. А далі — класика диктаторського жанру — спочатку шамана запроторили у психушку, а потім порушили справу за екстремізм і взяли підписку про невиїзд. І, звісно, вибили від



Залишається надіятись, що ритуал шамана вдасться на відстані.

нього заклик до соратників припинити протест. А щоб швидше послухали, то чотирьох помічників Габишева теж затримали.

Путін усе ще має високий рейтинг. Російський народ у своїй масі вдячний йому за те, що «повернув Крим» і «захищає» танка-

ми російськомовних в Україні. Тому виглядає дивно, що Путін «зачищає» не тільки політиків, а й шаманів, які наважуються сказати про нього криве слово. А такий панічний страх свідчить не про силу, а про слабкість. І народ це рано чи пізно відчує.

Президент України просить повідомляти про хабарників, а президент Філіппін — стріляти у них

Володимир Зеленський закликав громадян інформувати про усі факти корупції на гарячу лінію Національного антикорупційного бюро (НАБУ)

Із відповідним закликом він звернувся до українців через розміщений у соціальній мережі Facebook відеоролик. «Давайте щодня робити маленькі кроки назустріч іншій ментальності. Якщо від вас вимагають хабар, пропонують відкат чи будь-яку іншу корупційну схему, будь ласка, не мовчіть. Не потрібно писати у соцмережах «все пропало», «ці — такі самі, як ті», «Зеленський поставив своїх «рішал». Ні. Ось телефон: 0 800 503 200 — це га-



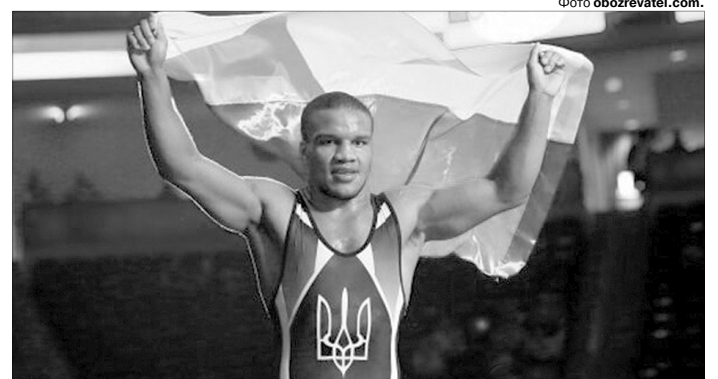
А у вас не було думки набрати номер НАБУ?

ряча лінія НАБУ. Дзвоніть і повідомляйте», — заявив Зеленський.

Це, звісно, усього лиш піар-акція. Бо ніякого практичного резуль-

тату цей заклик не матиме. Навіть НАБУ заявило, що Президент ввів в оману людей, адже агентство займається лише злочинами вищих посадових осіб і не може реагувати на будь-які звернення про правопорушення. Але навряд чи Зеленський про це думав, коли записував ролик. Головне — було показати, що глава держави «печеться» про народ.

Наш гарант не перший, хто вдається до таких прийомів. Лідери деяких країн пішли ще далі. Президент Філіппін Родріго Дутерте, наприклад, закликав громадян не просто «здавати» хабарників, а дозволити... стріляти у них! Щоправда, уточнив — стріляти так, щоб поранити, а не вбити...



«Слуга», якого можна побачити не тільки в ресторані, а й у спортзалі.

Народний депутат став чемпіоном світу

Український борець греко-римського стилю Жан Беленюк, який нещодавно став членом парламенту від партії «Слуга народу», здобув «золото» на Чемпіонаті світу

Змагання проходили у Казахстані. У напруженому фіналі Жан Беленюк здолав опір угорця Віктора Льюранца — 2:1. Це «золото» стало другим у його кар'єрі.

Як бачимо, депутатство просто чудово вплинуло на Жана. Адже він заявив, що не планує завершувати спортивну кар'єру, і його метою є виграти золоту медаль на найближчій Літній олімпіаді в 2020 році у Токіо. Будемо тримати кулаки!

Міліє Світязь, тануть льодовики...

В Альпах влаштували символічну поминальну службу льодовику, який розтанув через глобальне потепління

Десятки людей взяли участь у цьому «похоронному марші», щоб «провести в останню путь» льодовика Пізоль. Він розташований у Гларнських Альпах на північному сході Швейцарії і настільки зменшився, що з наукової точки зору вже позбувається статусу льодовика. Пізоль втратив 80% свого об'єму з 2006-го й ця тенденція посилюється через підвищення глобальної температури. За результатами досліджень, до 2050 року щонайменше половина швейцарських льодовиків може зникнути.

Кажуть, що й волинський Світязь — найглибше озеро України (58,6 м!) — міліє через якісь глобальні зміни клімату. Дуже не хотілося б, щоб його спіткала доля швейцарських льодовиків.

У Білорусі 2-річна дитина випадково вбила матір

У Брестській області стався трагічний випадок. Маленька дівчинка випадково задушила матір, яка намагалася дістати її з салону автомобіля через вікно

21-річна мешканка Жабинки Юлія Шарко, у якої був день народження, потягнулася до малечі, не відчиняючи дверцят. У цей момент донька несвідомо натиснула кнопку склопідйомника і той затиснув шию жінки.

«Її неприємною виявив чоловік. Він розбив вікно автомобіля і викликав «швидку» допомогу. Жінку доставили в лікарню у важкому стані і діагностували асфіксію. Через тиждень вона померла», — йдеться у повідомленні білоруських правоохоронців.

● ПРЯМА МОВА

Аркадій БАБЧЕНКО, російський журналіст, про затримання якутського шамана, який ішов у Москву проводити ритуал вигнання Путіна і якого зупинили російські каральні органи:

Я боявся, що його просто машиною зіб'ють — і все. Але вони все-таки вирішили діяти ось так.

Проте справа не в шамані. Він — хороший мужик. Мені симпатичний і подобається те, що він робить. Справа в цій абсолютно дитячій, абсолютно ідіотській вірі російського суспільства в те, що шаман прийде і вижене Путіна за допомогою бубна на Красній площі.

Як можна вигнати Путіна? Або революція, громадянська війна, або злидні і розруха, як було за Радянського Союзу. Ну, або сам помре. Інших способів не залишилося.



● ТЕМА №1



Експрезидент потиснув руку кожному моряку-герою.

В'язень Кремля Євген ПАНОВ: «У Росії Порошенка називали головним ворогом»

П'ятий президент України, лідер політичної партії «Європейська солідарність» Петро Порошенко зустрівся зі звільненим із путінських застінків Євгеном Пановим. Він привітав колишнього бранця з поверненням додому, повідомляє прес-служба «ЄС»

Орест ПЕТРЕНКО

«Я висловлюю справжнє захоплення тією мужністю, з якою ви разом із нашими справжніми героями пройшли ці неймовірні випробування. Твердо переконаний, що на прикладах вашого патріотизму, любові, вміння воювати будуть виховуватися покоління українців», — сказав він. Петро Порошенко висловив переконання, що про подвиг та стійкість українців — в'язнів Кремля — мають знати якомога більше людей. «Ми повинні зробити все, щоб у книгах, у фільмах цей подвиг був відображений», — додав він.

Водночас Петро Порошенко зазначив, що, на жаль, зараз ризики для України зашкалюють. Він особливо наголосив: якщо українська влада прийматиме мир на умовах капітуляції, то не отримає миру, а лише ганьбу.

Своєю чергою Євген Панов подякував п'ятому президенту України за його зусилля щодо звільнення українців із кримських в'язниць. «Я прекрасно знаю, що ви за нас боролися... Коли дивився російські новини — чим гірше в них говорять про Укра-



Петро Порошенко та Євген Панов: люди, яких об'єднала боротьба за Україну.

Коли дивився російські новини — чим гірше в них говорять про Україну, тим краще. Називали Порошенка найголовнішим ворогом, і мені це подобалося...

їну, тим краще. Називали Порошенка найголовнішим ворогом, і мені це подобалося... Якщо вони кажуть погане, значить все йде добре (в Україні. — Ред.), — зауважив він.

Співголова фракції «Європейська солідарність» Ірина Герасченко також привітала Євгена Панова зі звільненням та поверненням в Україну. «Ми дуже хочемо подякувати вашій родині — мамі, брато-

ві, дружині, які дуже багато робили для того, щоб ваше ім'я було на слуху і звучало на всіх акціях щодо звільнення заручників. Ця активність так само давала нам змогу тримати спільну позицію, щоб усі прізвиська звучали на міжнародному фронті, на міжнародній арені чи були зафіксовані в резолюціях ПАРЄ та інших документах», — сказала депутат.

Як повідомлялось, раніше Петро Порошенко зустрівся з визволеними з російського полону військовими моряками катерів «Бердянськ» і «Нікополь» та буксира «Яни Капу». Розмова вийшла дуже теплою, і п'ятий президент України навіть отримав запрошення на весілля до моряка Андрія Ейдера. Також Петро Порошенко особисто потиснув руку та подякував за мужність і «Україну в серці» кримським Роману Суценку та кримському фермеру Володимирі Балуху, який потрапив у московські катівні за те, що вивісив український прапор на своїй хаті. І з Романом Суценком та Володимиром Балухом Порошенко листувався, коли вони були в ув'язненні. Експрезидент акцентував, що новини про звільнення українців із російських тюрем та їхнє повернення додому багато наших громадян сприйняли як власну перемогу, бо життя і здоров'я патріотів для нас завжди на першому місці. «На відміну від Росії, де невідомо куди зникають ті, кого привезли з України», — заявив політик.

● РЕЗОНАНС

Шустер і Коломойський посварилися в прямому ефірі

Олігарх вимагав у журналіста повернути йому 2,3 млн доларів

Василь КІТ

Ще сталося під час передачі «Свобода слова Савіка Шустера» на телеканалі «Україна», куди зателефонував Ігор Коломойський. За його словами, 2,5 млн доларів у 2015 році Савік Шустер отримав за виготовлення 10 передач, хоч в ефір вийшла лише одна. У відповідь Шустер запропонував Коломойському повернути 155 мільярдів гривень (мова про гроші, які зникли з ПриватБанку, через що його націоналізували. — Ред.). Журналіст також заявив, що після того, як у 2015-му одну з програм зняли з ефіру



То хто кого надурив?

«1+1», студія продовжила передавати сигнал каналу. Зрештою обидвоє пообіцяли один одному зустрітись у суді.

Зазначимо, що раніше в інтерв'ю «Українській правді» Коломойський пояснив, чому припинив співпрацю із Шустером. Нібито у них була домовленість, що ведучий не бере грошей з гостей за участь у програмах, але він цю обіцянку порушив. «Зробив одну передачу, а на другій спалився. Взяв кошти. У якихось мерів. Причому одного ми підсунули спеціально, щоб перевірити на вошивість... Ось така гниль», — сказав Коломойський, уточнивши, що Шустер «взяв по 50 тисяч».

Після цих слів Савік заявив, що подає в суд, щоб захистити свою честь та гідність. Як гадаєте, багато у нього шансів нині у боротьбі з Коломойським?

● ПРЯМА МОВА

Сергій ФУРСА, фінансист, про спроби олігарха Ігоря Коломойського та влади знайти компроміс щодо ПриватБанку:

Розмови про можливий компроміс із Коломойським витягли на світ Божий цікаву тезу. «Ми не маємо воювати один з одним, ми маємо об'єднатися, щоб робити реформи». І це дуже небезпечна і помилкова теза. Бо не можна об'єднуватися у реформах із тим, проти кого вони мають бути спрямовані. Це так само, як сказати, що ми мусимо об'єднатися з Путіним у нашому бажанні вибороти незалежність України.



● ТІ, ЩО ТРИМАЮТЬ НЕБО



Сестра Йосафата — волинянка, яка присвятила своє життя Богу та дітям.



Тепер ця малеча має кому сказати слово «мама».

Монахиня родом із Волині всиновила 9 дітей

У Чорткові Тернопільської області на початку вересня створили перший дитячий будинок сімейного типу. Зараз у ньому проживає дев'ятеро діток, яких усиновила уродженка Луцька — монахиня сестра Йосафата

Лія ЛІС

Бачите, слово «монах» — від слова «один», але така була Божя воля, щоб я була не сама, — каже вона.

Як зазначає тернопільське видання «20 хвилин», у 2012 році сестра Йосафата вирішила допомогти одній родині, що потрапила у кризову ситуацію.

— Мама трьох дітей серйозно захворіла, — продовжує сестра. — Дітей вилучили в сім'ї, а я готувала їм до Першого причастя. Вони дзвонили до мене, просили, щоб я допомогла, забрала їх додому. Я пообіцяла їм, що зроблю це.

Згодом вона забрала до приміщення Єпархіального управління греко-като-

лицької церкви ще двох діток, від яких відмовились батьки. Було тісно, тому церква придбала для родини великий будинок. Дітей знову додалось.

— Найстаршій донечці — 19. Вона вже студентка, вчиться в Тернополі. Приїжджає на вихідні та допомагає нам по господар-

— Бачите, слово «монах» — від слова «один», але така була Божя воля, щоб я була не сама, — каже сестра Йосафата.



Ось такий будинок-красень церква придбала для сиріт.

ству, — розповідає сестра Йосафата. — Троє старших дітей вже не живуть з нами. Вони приїжджають на суботу-неділю.

Черниця говорить, що сім'ю дуже підтримує церква. Від держави допомоги вистачає лише, якщо малі не хворіють.

— На одну дитину держава виділяє два прожиткових мінімуми в місяць, — говорить монахиня. — У дітей, практично в кожного, є серйозні проблеми зі здоров'ям, тому буває важко. Але коли сім'я дружна — все під силу.

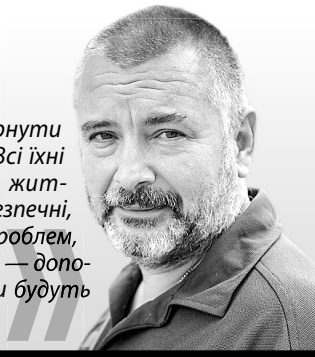
● ПРЯМА МОВА

Гліб БАБІЧ, військовий, про слова заступниці голови Офісу Президента Анни Коваленко до ветеранів про те, що війна почалася через них:

Це не обмовка за Фрейдом. Це обмовка за владою. Через нас справді почалася ця війна. Тому що за планом ворога її не повинно було бути. Ми повинні були здатися, а не чинити опір озброєним «братом». А ми не захотіли. Взяли зброю і дали відсіч.

Цим порушили уклад життя і поламали затишний російський бізнес багатьом, для кого він був вагомим або основним джерелом доходу. І для чинного президента, і для тих, хто за ним стоїть.

А тепер ми заважаємо повернути їм все в початкове положення. Всі їхні неприємності останніх років життя — через нас. Ми винні. Ми небезпечні, незрозумілі і є однією з головних проблем, яку треба вирішувати. Не в сенсі — допомогти. У сенсі — усунути. І вони будуть шукати — як.



● ПОЛІТИЧНА КУХНЯ

«А ви ніколи не думали про те, що наш нинішній президент — один із найвеличніших лідерів цього світу?..»

Так про свого шефа Володимира Зеленського заявив помічник Президента України Андрій Єрмак

Василь РОГУЦЬКИЙ

Натомість у відомого журналіста і телеведучого Віталія Портнікова власна думка про нового главу Української держави.

— Зеленський відверто пишається тим, що він — дилетант «з народу». І обирали його мільйони таких самих дилетантів, які десятиліттями імітують діяльність і не розуміють, що таке компетентність, — зазначає Віталій Портніков у своїй статті на сайті «Професіонали ніколи не домовляються з дилетантами» *espreso.tv*. — Зеленський, як і мільйони українців, здобув вищу освіту і ніколи не працював за фахом — навіщо? Але і його

Але хіба мільйони українців гордо не називають себе «менеджерами з продажу», коли просто торгують непотрібом у кіоску на ринку? Хіба контрабандисти не хочуть, щоб їх вважали підприємцями?

професійна характеристика далека від правди. Зеленського називають артистом, але ця робота теж вимагає серйозної освіти і самовдосконалення. Актор — це школа. Станіславський, Михайло Чехов, Брехт. Ні? Не чули? А КВН, який переродився на «95 квартал», це не акторська робота, а художня самодіяльність, розрахована на політичне співробітництво із владою або замовником. Це — Масляков. Але хіба мільйони українців гордо не називають себе «менеджерами з продажу», коли просто торгують непотрібом у кіоску на ринку? Хіба контрабандисти не хочуть, щоб їх вважали підприємцями? Хіба олігархи не намагаються прикинутися представниками великого бізнесу?

Вся країна — така, як Зеленський. Весь президентський офіс — такий, як Зеленський. Зеленський — справжній президент народу некомпетентних дилетантів.

Цікава

ГАЗЕТА
на вихідніТижневик
«Цікава газета на вихідні»
www.volyn.com.ua

Засновник: Товариство з обмеженою відповідальністю «Газета «Волинь»

Головний редактор і відповідальний за випуск
ЗГОРАНЕЦЬ Олександр Олександрович
Зареєстрована 6 жовтня 2017 року.Набрана і зверстана в комп'ютерному центрі
газети «Волинь-нова»

Публікації під рубриками «Офіційно», «Політика», «Точка зору», «Секрет успіху», «Благодійність», «Економіка», «Актуально», «Добра справа», а також із позначкою — друкуються на правах реклами.

Адреса редакції і видавця:
43025, м. Луцьк, просп. Волі, 13E-mail: tsikava.gazeta@gmail.com,
reklama.volyn@gmail.comТелефонуйте: у приймальню — (0332) 72-38-94,
з питань реклами — (0332) 77-07-70,
приватних оголошень — (0332) 72-39-32,
розповсюдження — (0332) 72-38-94.

ТЗОВ «Газета «Волинь» п/р 26008055520122

КБ «ПриватБанк», МФО 303440 ЄДРПОУ 02471695

Друк офсетний. Обсяг — 4 друковані аркуші

Передплатний індекс: 60307

Реєстраційний номер

КВ № 22953-12853Р 06.10.2017 р.

Віддруковано: Поліграфічне видавництво

«А-Прінт» ТОВ «Дім», м. Тернопіль.

Тел.: (0352) 52-27-37, (067) 352-18-51,

сайт www.a-print.com.ua

Тираж 15800 Замовлення №1889

● ПАТРІОТИЗМ ПОЧИНАЄТЬСЯ З КОЛИСКИ

«Присягаю бути вірним Богові та Україні...»

Коли Пласт у нашій державі отримає Закон по заслугах?

Закінчення. Початок на с.1

Оксана КОВАЛЕНКО

За довге століття боротьби за незалежність України Пласт втратив більше 500 вихованців, зокрема Степана Бандеру і Романа Шухевича. Всі головні командири і начальники головного штабу УПА були пластунами. Серед «пізніших» учасників руху — і знайомий Любомир Гузар. Для мене, приміром, дуже важливо, що у їхніх рядах був Богдан Гаврилишин, чоловік, який досяг і багатства, і світової слави, був непідкупним та до смерті вкладав гроші в українську молодь.

А ще Пласт має свою печальну статистику з нинішньої війни... Один із головних пластунів Юрій Юзич вважає, що «якби Верховна Рада ухвалила Закон «Про державне визнання і підтримку Пласту не 30 травня 2019 року, а на початку 1990-х, то Крим і Донбас — цілком можливо — не зазнав би агресії і війни. Війни, на яку пішли сотні добровольців-пластунів (п'ятеро з них загинули, а десятки отримали бойові поранення)».

Молодіжна організація «Пласт» — Національна скаутська організація України» офіційно зареєстрована 29 грудня 1992 року. Пластуни записали у законопроекті про себе, що їхня організація — єдина скаутська, аби не створювали фейкові з такою ж назвою. (Як, наприклад, було колись із «Українським козацтвом»). Пластун Юзич каже, що до спроб зареєструвати псевдо Пласт неодноразово на початку 2000-х вдавалися російські спецслужби в АР Крим. Заблокувати це вдалося зусиллями потужної місцевої пластової організації, яка включала й гуртки кримських татар. Отож, ВР закон проголосувала.

Однак глава держави його не підписав, чим викликав хвилю обурень і нарікань. Володимир Зеленський (певна річ, з юристами) побачив у документі 2 грубі помилки. Його пояснення звучать логічно. По-перше, пластунам було сказано, що вони не можуть претендувати на унікальність. Мовляв, у держреєстрі вже є



З ініціативи пластунів українське студентство Києва в березні 1914-го, з нагоди Шевченкових днів, уперше маніфестувало під синьо-жовтими прапорами.

інші скаутські об'єднання, а це вже породжує суперечність із положенням Конституції, згідно з яким громадяни мають право на свободу об'єднуватися в такі організації. Інше зауваження стосується грошей: законотворці написали, що держава гарантує фінансову підтримку Пласту через виділення у державному та місцевих бюджетах цільових коштів на реалізацію програм сприяння його розвитку; фінансування Пласту за рахунок коштів Державного бюджету України та реалізацію програм цієї організації. А Президент каже, що гарантії про кошти неможливі в інших законах, окрім Закону про Держбюджет. Отож, цей надзвичайно важливий для суспільства документ Зеленський віддав доопрацювати.

У школі учні б сказали, що

вчителька дуже прискіплива. Але це закон, і якщо Пласт не обурився — а він не обурився, значить глава держави має рацію. Правда, хочеться вірити, що всі прийняті в Україні закони були і будуть так буквально проаналізовані на відповідність Конституції, як цей...

Хочеться вірити, що закон підправлять швидко і щось придумают за руки тих, хто волонтерив 100 років і готовий гарувати далі. Керівники Пласту відреагували гордо, заявивши, що нехай парламентарі вилучають норми про пряме держфінансування, головне — визнання: «Ми наголошуємо, що найважливішим у цьому законі для нас є саме державне визнання українського пластового (скаутського) руху і його внеску у здобуття та розбудову незалежності України. Бо це визнання насамперед унікального досвіду громадянської освіти та національно-патріотичного виховання молоді, вшанування пластунів, які не порушили своїх присяг, часто віддаючи своє життя за краще майбутнє свого народу і держави, зокрема і в російсько-українській війні, яка зараз триває на Сході України». (Щоб ви знали, гроші на реалізацію своїх проєктів Пласт має частково завдяки державній підтримці, яку оцінюють як точкову з огляду на масштабність руху, а понад 50 % залучають від меценатів та з інших джерел. Одночасно пластуни кажуть, що мають черги з дітей, оскільки в областях

не встигають готувати необхідну кількість наставників).

Волинський нардеп Ігор Гузь, пластун із майже 20-літнім стажем, який є у списку співавторів «пластового» закону, вважає, що ця організація давно має викнятку місце в патріотичному молодіжному русі: «Мені б хотілося, щоб закон був підписаний, я не бачив там чогось такого складного, але якщо Пласт погодився із зауваженнями Президента, то я думаю, що ми зробимо все можливе, аби документ був прийнятий... У ньому прописано сприяння органів влади в різних питаннях, не тільки фінансових, а таких, які допоможуть Пласту. Задекларують у суспільстві, що держава цінує скаутський рух і Пласт зокрема. От у нас 7-8 тисяч пластунів... У Польщі є схожа організація, там близько 200 тисяч учасників».

Думаю, що теперішня ситуація навколо Пласту — це один з яскравих маркерів рівня українськості всього суспільства. Це інформація для висновків — чому у 2019-му проукраїнська організація юридично на глиняних ногах. Це й про ті 40 з лишком %, які шкодують, що вони народилися на цій землі. ...При тому слова з присяги наших пластунів «Присягаю своєю честю, що робитиму все, що в моїх силах, щоб бути вірним Богові і Україні...» все ще змішуються з кров'ю...

У матеріалі використано інформацію з сайтів ligazakon.ua, dt.ua, life.pravda.com.ua, uk.wikipedia.org, plast.org.ua.

Історична довідка:

● У грудні 1911 року син Івана Франка — Петро — запропонував називати українських бой-скаутів на зразок окремого стану розвідників запорозьких, а відтак кубанських козаків, пластунами.

● Перший пластовий гурток заснував у Львові восени 1911 року майбутній полковник Армії УНР Іван Чмола. Його вихованці згодом утворили кістяк Українських січових стрільців. З ініціативи пластунів українське студентство Києва в березні 1914-го, з нагоди Шевченкових днів, уперше маніфестувало під синьо-жовтими прапорами. Згодом ці хлопці стали членами Центральної ради, а відтак загинули, як і їхній наставник, від рук більшовиків...

● Пласт — це молодіжна організація, що об'єднує молодих людей віком від 14 до 35 років. На сьогодні єдина, яка працює навіть із дітьми до шести літ.

● На початок 2019 року Пласт в Україні налічує 8500 членів різного віку і таким чином є найбільшою молодіжною організацією України. Сьогодні 118 осередків Пласту діють у всіх областях. На Волині є 120 пластунів.

● Протягом року пластуни проводять понад 100 виховних таборів різної спеціалізації.

● У 2018 році Пласт зібрав найбільшу суму (1 255 150 грн) в історії українського Спільнокошту «Ве-

Фото з facebook-сторінки Христини Процак.



«В Пласті росте новий люд», — йдеться у гімні пластунів, співавтором якого був й Іван Франко.

лика ідея» для розвитку Пласту на Півдні та Сході України.

● Як неополітична і позаконфесійна організація «Пласт» виховує молодь відповідальними і повновартими громадянами місцевої, національної та світової спільноти.

● ПРЯМА МОВА

Сергій ЖАДАН, письменник, про звільнення Володимира В'ятровича з посади голови Українського інституту національної пам'яті:

Звільнення В'ятровича — це гол у свої ворота. В принципі, у нас є багато питань до нової влади стосовно того, куди ми будемо рухатись, стосовно того, від чого ми відмовляємось, і що далі підтримуємо. І звільнення В'ятровича в цьому сенсі можна розглядати, як дуже тривожний дзвіночок.



● ПРЯМА МОВА

Олександр ІВАНОВ, громадський діяч, шокований відкриттям кримінального провадження проти колишнього спікера Верховної Ради Андрія Парубія за «фактом створення і координування громадських озброєних угруповань з метою вчинення масових заворушень 2.05.2014 р. на території м. Одеси»:

Ви там у ДБР (Державне бюро розслідувань. — Ред.) зовсім береги поплутали? 2 травня одеські сепаратисти влаштували бійню на вулицях Одеси із застосуванням автоматичної зброї. Одесити дали гідну відсіч, завдяки цьому тут немає війни, як на Донбасі. Дороге ДБР, ця влада і Портнов (поплічник Януковича, який повернувся в Україну у травні цього року і «закидав» ДБР заявами проти Порошенка та Парубія. — Ред.) ненадовго, а за переслідування і порушення законодавства сидіти доведеться довго.



● ХОЧУ БУТИ МАМИНИМ СОНЦЕМ!



Фото Олександра ДУРМАНЕНКА.

«Повезло дитині», — кажуть про маленьку дівчинку працівники обласного сиротинця, звідки її вже забрали нові батьки.

Тепер Злата — мамине і татове золотце

Після публікації у «Цікавій газеті на вихідні» та «Волині» подружня пара забрала із сиротинця під опіку з подальшим усиновленням дворічну дівчинку

На нашій вулиці — знову свято. Не лише тому, що завтра «Волині» виповнюється 80 років. Причина, через яку редакція газети радіє, — героїня нашої публікації з Волинського обласного спеціалізованого Будинку дитини потрапила в сім'ю. Після місяця знайомства і постійних відвідин Злату взяли із сиротинця добрі люди. Приємно відзначити, що це вже п'ята знедолена дитина, котра з допомогою наших газет покинула соціальний заклад і надалі житиме в родині

Тамара ТРОФИМЧУК

ДИТИНОЮ ЦІКАВИЛИСЯ РІЗНІ ЛЮДИ, АЛЕ ДО ОФОРМЛЕННЯ ДОКУМЕНТІВ СПРАВА НЕ ДОХОДИЛА

Зі Златою ми познайомилися у березні цього року, коли прийшли у Волинський обласний спеціалізований Будинок дитини поцікавитися, про кого з дітей можна написати. Такі розповіді ми публікуємо для того, щоб привернути увагу потенційних батьків на малюків. Адже в питанні усиновлення зацікавленими є дві сторони: і діти, і дорослі. Бо ж не тільки сироти мріють про маму й тата, а й деякі сім'ї довгими місяцями чекають своєї черги на усиновлення. Власне, у цьому

й полягає мета нашої акції — розповісти про когось із сиротинця, щоб на нього дізналися люди, які хочуть усиновити дитину.

Юрист цього закладу Оксана Боярчук показала нам маленьку Злату. Про неї вихователі та няні казали, що вона «домашня», тобто не схожа на інших вихованців групи, адже перебування в соціальному закладі накладає на дитину свій відбиток. Злата виявилася гарненькою дівчинкою з перев'язочками на руках, пухкими щічками та щирою усмішкою. Вона лагідно горнулася до кожного, хто брав її на руки, обнімала за шию. Дивлячись на її безпосередню поведінку, подумалося: «Що це маля робить у дитбудинку?» Як виявилось, мати відмовилася від

неї після народження. У пологовому написала заяву про тимчасове влаштування. І більше жодного разу до дитини не приходила.

У «Волині» та «Цікавій газеті на вихідні» синхронно вийшли публікації про Злату, і ми почали чекати. Оскільки це не перша така розповідь, то вже знали, що для позитивного вирішення знадобиться багато часу, а іноді результату може й не бути взагалі. Адже потенційні усиновителі не приходять у сиротинець наступного дня після появи статті на світ. Як свідчить наша практика, на це потрібно кілька місяців, іноді пів року. Газета має потрапити на очі саме тим людям, яким це необхідно. Вони мусять осмислити прочитане, все зважити і зробити перший крок.

Від появи цієї публікації також минуло понад пів року. Це було більше, ніж зазвичай, що сповнило нас непевністю та тривогою. Хоча Златою цікавилися і волиняни, й українці з-за кордону, до оформлення документів справа не доходила. Одна подружня пара українців написала електронного листа аж із Німеччи-

ни. Жінка повідомляла, що прочитала розповідь на сайті й хотіла б із чоловіком усиновити дівчинку, але не має контактів Служби у справах дітей у Києві. Телефони ми надіслали, однак на тому листування припинилося.

«МАЛА ПОБАЧИЛА ЖІНКУ, ЯКА ПРИЙШЛА ЗА НЕЮ, СХОПИЛА ЇЇ ЗА РУКУ І БІЛЬШЕ НЕ ВІДПУСКАЛА»

Люди, яких зацікавила наша героїня, з'являлися і зникали, а разом із ними — наша надія. Зізнаюся, не раз опускалися руки і стискалося

Газета має потрапити на очі саме тим людям, яким це необхідно. Вони мусять осмислити прочитане, все зважити і зробити перший крок.

серце, коли після дзвінка у дитбудинок юрист Оксана Боярчук казала: «На жаль, у нас нічого нового. Ніхто більше до Злати не приходив». Ми розуміли, що на це є серйозна причина — одне очко у дитини повністю незряче. І все ж продовжували вірити й чекати. А для підтримки духу згадували своїх попередніх героїв, яких взяли у сім'ї після виступу газети. Це наша перша «ластівка» — півторарічна Іванка, 8-літній Миколка зі старшою сестрою Іриною, котрих добрі люди забрали з інтернату у прийомну сім'ю, 3-річний віл-інфікований хлопчик, який зараз живе у гарній родині. Усиновлення всіх

цих дітей було справжнім дивом. До приходу представників нашої редакції в дитбудинок ними ніхто не цікавився. Такого ж дива хотілося і для Злати.

І ось нарешті цей день настав. Зателефонувавши в черговий раз пані Оксані Боярчук, почули довгождане: «Злату забрали. Спочатку під опіку, але з подальшим усиновленням. Це сталося приблизно місяць тому». Юрист розповіла, що батьки прийшли в сиротинець із рішенням виконкому про призначення їх опікунами. У присутності Служби у справах дітей було складено акт про передачу дівчинки. Чоловікові й дружині віддали всі документи, медичну виписку та карточку профщеплень. «Златина група саме гуляла на вулиці, коли вони прийшли і дитина їх побачила, — продовжила Оксана Ростиславівна. — Після цього вже у групу вона не хотіла йти, відмовилася навіть їсти. Тільки міцно схопила жінку за руку, і поки оформляли документи, весь час сиділа з нами й трималася за неї».

Що ж, довгоочікуваний і щасливий фінал: ми раді за Злату, яка потрапила в хорошу сім'ю. Але болить душа за іншу дівчинку-сироту — Настю, про яку також писала «Волинь». Її матір теж позбавили батьківських прав, а дитину віддали на утримання держави. З першого погляду на неї можна зрозуміти, що дівчинка не знала батьківської ласки. Наче маленьке пташеня, Настя готова горнутися до кожного, хто візьме її на руки. Вона багато усміхається і дуже любить товариство дорослих. А коли плаче, то робить це так щиро, що, здається, нещаснішої дитини на світі немає. Тому дуже хочеться, щоб знайшлися добрі люди, готові витерти сльози маленькій Насті, і зробити так, щоб її дитяче серденько більше не боліло.

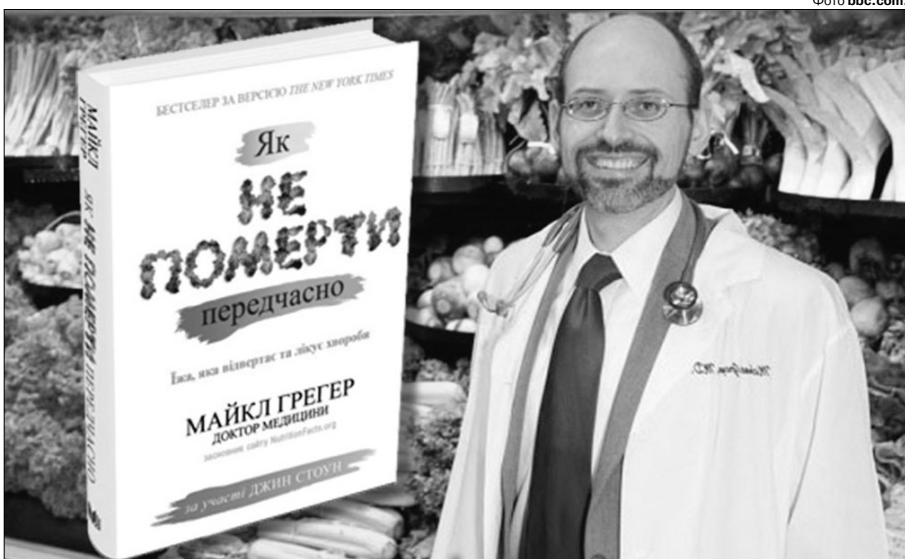
Фото Олександра ДУРМАНЕНКА.



Весела й активна Настя подарує радість людям, які погодяться забрати її до себе.

**Завтра нашій мамі — газеті «Волинь» — 80 років.
Бажаємо їй ніколи не зупинятись у добрих справах!**

● СПРОБУЙТЕ Й ВИ



Американський лікар Майкл Грегер доводить, що їжа може бути ліками.

На своїх ногах і при своєму розумі — до 100

«Як не померти передчасно» — така назва книги всесвітньо відомого популяризатора здорового харчування, доктора медицини Майкла Грегера. Він дослідив п'ятнадцять найпоширеніших причин смерті в Америці: патології серця, різні види раку, діабет, гіпертонію та інші, й прийшов до висновку, що «правильна їжа» та зміна способу життя можуть вберегти від недуг або допоможуть вилікувати їх

Оксана КРАВЧЕНКО

НЕ КОПАЙТЕ ЛОЖКОЮ СОБІ МОГИЛУ...

Відомо, що нездорове харчування, коли в меню не натуральні, а перероблені, приправлені хімічними добавками продукти, щорічно вбиває 11 млн людей. Це кожна п'ята смерть у світі. Ми купуємо кондитерські вироби з трансжирами, споживаємо ковбаси, в яких нема м'яса, ласуємо «молочкою», виготовленою без молока... Перелік можна продовжувати, адже на прилавках магазинів — засилля шкідливих харчів. Виправдовуємося, що нема можливості придбати безпечно їжу, ніколи готувати. Тут і стануть у пригоді поради Майкла Грегера, які не вимагають великих витрат ані часу, ані грошей.

Візьміть за правило щоденно з'їдати: по 3 порції бобових, злаків і фруктів, по 2 порції — зелені та інших овочів, по 1 — ягід, капусти, горіхів, насіння льону, спецій, а також випивати 2,5 літра води. Людям, яких лякає такий обсяг їжі за день, лікар нагадує про розмір порцій: 1 прийом злаків — це жменя крупки або макаронів, шматочок хліба. Порція фруктів і овочів відповідає розміру вашого кулака, для горіхів досить 40 г, для спецій — дрібки, а для зелені — 1 жмені. Головне, щоб ці продукти були у вас на столі.

«Страждаєте від високого тиску? Чай з гібіскусу (каркаде) допоможе нормалізувати тиск, не чинячи при цьому жодних побічних ефектів. Рак простати — спадкова хвороба у вашій родині? У такому разі відмовтеся від молока, а натомість додайте до свого раціону лляне насіння. А якщо непокоїть серцеве захворювання, переходьте на рослинну дієту», — рекомендує Майкл Грегер.

Спираючись на велику кількість експериментальних і статистичних даних, він описує особливості перебігу тієї чи іншої

хвороби, розповідає, чим вона найчастіше зумовлена і чим загрожує, радить, яким харчам слід надати перевагу, а від чого краще відмовитись.

Американський лікар захопився темою харчування ще в дитинстві. Коли йому було 6 років, його бабусі поставили невтішний діагноз — важка хвороба серця. Літня жінка не змиралася з тим, що жити їй залишилося кілька років, і взяла лікування у свої руки.

«Інсульти і хвороба Альцгеймера — головні вбивці мозку. Вони пов'язані з поганим кровопостачанням, бляшками в судинах. Але ризик обох хвороб коригується за допомогою харчування», — пише доктор у своїй книзі.

Вона почала дотримуватися рослинної дієти та займатися спортом — і відчула полегшення, а згодом змогла бігати, грати в рухливі ігри зі своїм онуком, не задихаючись і не тримаючись за груди.

ЩО ЇСТИ, АБИ ЖИТИ ДОВГО І БЕЗ ХВОРОБ?

За свою медичну кар'єру Майкл Грегер зрозумів, що більшості поширених захворювань можна уникнути. Для цього треба відмовитися від куріння, ходити як мінімум по 22 хвилини на день, харчуватися переважно рослинною їжею, виключити зі свого раціону перероблені продукти, не мати зайвої ваги, тримати в межах норми рівні холестерину, цукру в крові та тиску.

«Інсульти і хвороба Альцгеймера — головні вбивці мозку. Вони пов'язані з поганим кровопостачанням, бляшками в судинах. Але ризик обох хвороб коригується за допомогою харчування», — пише доктор у своїй книзі.

За словами Грегера, вже починаючи з 20-літнього віку, в головному мозку все частіше виникають невеликі пошкодження, пов'язані з високим рівнем холестерину і стрибками артеріального тиску. До 60—70 років ушкодження виявляються очевидними.

Про харчування, яке б допомагало захищати мозок від деградації, потрібно замислюватися в якомого більш ранньому віці, підкреслює експерт. На які продукти Грегер рекомендує звернути особливу увагу? Насамперед на ті, які є джерелом антиоксидантів. Ці речовини допомагають врятувати мозок від «іржі», борючись із вільними радикалами — речовинами, які пошкоджують клітини. Багаті на них ягоди та темно-зелені овочі.

Дуже важливим є і вміст поліфенолів, які захищають нервові клітини, запобігаючи утворенню білкових бляшок і клубків, руйнівних для мозку. Ними насичені чорний виноград і журавлина.

Грегер стверджує, що споживання цитрусових значно зменшує ймовірність інсульту, адже вони містять речовини-фіто-нутриєнти, що активізують кровообіг головного мозку. А от чорниця має властивість зміцнювати пам'ять у літніх людей з раннім згасанням когнітивної функції. Корисно також з'їдати на сніданок порцію каші з цільних злаків. У них міститься фолієва кислота, яка стимулює приплив крові до мозку, тіамін (вітамін B1), відчутно поліпшує якість пам'яті. На «перекус» запасіться горіхами: волоські, арахіс, мигдаль, кеш'ю, фундук, pekan — всі вони багаті на жирні омега-3 кислоти, а також вітаміни B6, E і фолієву кислоту, що забезпечують у комплексі потужну підтримку мозку. Як і тіамін та магній, що містяться у багатьох видах горіхів.

Ось що радить Грегер для профілактики інших небезпечних хвороб:

● **Ішемічна хвороба серця:** їжте бразильські горіхи (кілька цих плодів на місяць знижують рівень холестерину в крові краще, ніж статини); вибирайте продукти, багаті калієм (зелені овочі, банани, абрикоси) — вони зміцнюють судини та серцевий м'яз; їжте цитрусові — вони містять гесперидин, який покращує роботу серцево-судинної системи.

● **Захворювання легень:** не паліть; додавайте до їжі куркуму — спецію, яка блокує дію канцерогенів і перешкоджає утворенню ракових пухлин; їжте броколі — хрестоцвітний овоч, який допомагає блокувати утворення метастазів.

● **Хвороби печінки:** відмовтеся від алкоголю; снідайте вівсянку; додайте до раціону журавлину — вона перешкоджає накопиченню жиру в печінці.

● **Депресія:** їжте більше зелених овочів і ягід — завдяки вмісту фітонутриєнтів вони діють як легкі антидепресанти; додайте до раціону насіння кунжуту і гарбуза — в них є триптофан, який допомагає серотоніну потрапляти в мозок.

● **Гіпертонія:** вживайте насіння льону — це один з найефективніших способів знизити тиск; не забувайте про руколу і буряки — завдяки вмісту азоту вони покращують еластичність судин; пийте чай каркаде — лише 2 чашки цього напою на день забезпечують таку ж дію, як початкова доза препарату від тиску.

● ЩО ЗІ МНОЮ?

Без цигарки і оргазм не в радість...

Про шкоду тютюнового диму написано і сказано стільки, що це давно мало б переконати людей відмовитися від куріння. До того ж і коштує сигарети не дешево. Але позбутися шкідливої звички вдається не всім. Чому?

Марія КАЩУК

КУРЦЯМИ ЧАСТІШЕ СТАЮТЬ НЕВРАСТЕНІКИ

Нікотин діє на мозок подібно ацетилхоліну — речовині, що контролює роботу парасимпатичної нервової системи, зберігає баланс між активністю і сном, загальмованістю і гіперактивністю. Людина, яка не палить, спробувавши вперше, може відчувати нудоту, з часом з'являється тахікардія. Продовжуючи курити, ми потрапляємо в пастку, адже нікотин проникає в мозок і взаємодіє з ацетилхоліновими рецепторами.

Залежність розвивається внаслідок «звикання» до регулярного надходження нікотину, через що перестає синтезуватися природний ацетилхолін. Коли людина кидає палити, його стає недостатньо для контролю над фізіологічними процесами, що супроводжується погіршенням загального стану. Зона мозку, що відповідає за задоволення, при спробі курця позбутися залежності, не реагує на інші «радоші» в житті (гроші, їжа, оргазм), тому настрій людини поліпшується тільки при знятті тютюновим димом.

Чи передається схильність до цієї шкідливої звички спадково? Генетичний фактор впливу на виникнення нікотинної залежності не має доказової бази. Але дитина, скоріше за все, почне курити, якщо це роблять батьки. Також були проведені дослідження впливу особистості людини на розвиток залежності. Найчастіше шкідливі звички спостерігалися у неврастеніків, екстравертів, рідше — у сумлінних людей, інтровертів. Ймовірність стати курцем вища у нервових або навпаки «загальмованих дітей» з неблагополучних сімей і зі зниженим інтелектом.

ЯК ВИРВАТИСЯ З НІКОТИНОВОЇ ПАСТКИ?

На сьогоднішній день існує багато способів побороти залежність — жуйки, пластирі, спреї, а також медикаментозна терапія, спрямована на зменшення інтоксикації. Розроблені спеціальні мобільні додатки, які працюють за принципом «похвали». Вони розраховують, скільки грошей чоловік заощадив, відмовившись від сигарет на день, тиждень або місяць. Деякі додатки мають групи, де люди обмінюються досвідом, говорять про свої результати боротьби зі шкідливою звичкою.

Що відбувається в організмі, якщо ми утримуємося від куріння:

- протягом 12 годин без сигарет нормалізується робота серцево-судинної системи, знижується рівень окису вуглецю в крові;
- через добу нікотин практично повністю виводиться з організму;
- через три доби людина починає сильно нервувати, відчувати своєрідну «ломку»;
- через тиждень — виводиться котинін (метаболіт нікотину);
- через 3 місяці нормалізується синтез дофаміну;
- до кінця року у людини збільшується маса тіла приблизно на 6–8%.

Приблизно 60–90% колишніх курців повертаються до шкідливої звички саме в перший рік боротьби із залежністю. Ризик рецидиву на другому і третьому роках не перевищує 4%, а через 10 становить лише 1%.



Велика сторінка для Пані

Коли в родині конфлікт – відразу постав собі запитання: Ти хочеш бути правий чи щасливий?

● РУКОДІЛЬНИЦЯМ

«Ми з тобою ожин назбираєм, дивних ягід моєї землі...» (Петро МАХ)

Фото i.primng.com.



● КОРИСНІ ПОРАДИ

Техніка для дому

Обирайте моделі відомих брендів та торгових марок. Великі виробники не ризикнуть нехтувати якістю продукції на догоду попиту споживачів

Знайдіть в інтернеті характеристики моделей (їхні функції, параметри). Від цього залежить ціна.

Виміряйте розміри приміщень, де стоятиме техніка. Наприклад, перед покупкою пральної машини, обов'язково зробіть заміри по вертикалі та по горизонталі, запишіть, щоб не забути, бо є ризик, що не впишеться у приготовлене для неї місце.

Чітко визначте свій бюджет. Шукайте модель тільки в цьому ціновому діапазоні. Якщо ж розумієте, що за такі кошти нормальну техніку підібрати не вдається, то залиште цю ідею на наступний місяць. Інакше покупка задоволення не принесе. Зверніть увагу, чи легко буде чистити прилади.

Розберіться в енергоспоживанні — зупиніться на моделі, яка «з'їдає» менше електроенергії.

У різних магазинах — різні ціни та умови покупки. Врахуйте також, що є сезони, коли продаж падає, тоді проводять акції і влаштовують знижки.

Деякі експерти радять не брати вживаної техніки, та якщо сьогодні ви трохи обмежені в коштах або вам потрібна робоча конячка, то не нехуйте покупкою — цілком можливо, що скоро зможете придбати модель своєї мрії.

Підбирайте побутову техніку в одному стилі. Намагайтеся, щоб вона гармонійно вписалася в інтер'єр вашої оселі. Подивіться багато моделей, щоб знайти потрібний вам дизайн.

Дізнайтеся все про гарантії. Будьте уважні при покупці.

Згадайте, хто з ваших друзів уже придбав таку техніку. Поцікавтеся відгуками. Якщо є обізнана людина, візьміть її із собою в магазин.

Сучасні технічні досягнення постійно розширюють модельний ряд. Стежте за новинками.

Джерело: sharabt.com.ua



Фото blog.comfy.u.

● НА ЗАМІТКУ

Позбутися запаху фарби — просто

Завершили ремонт, останній штрих — підфарбували двері, підвіконня чи батареї опалення. От тільки стійкий дух емалі ніяк не вивітриться. Що робити? У пригоді стануть «помічники», які знайдуться в кожній оселі

Кава. Гуцка натуральної меленої кави, розставлена в ємностях у помешканні, не тільки наповнить приміщення витонченим ароматом, а й вбере в себе частину неприємного запаху.

Деревне вугілля. Покладіть невелику його кількість у контейнери і розставте їх по всій оселі. Вугілля слатиметься своїми абсорбуючими власти-

востями, тож невдовзі прийме на себе запах фарби.

Лимон. Залиште його скибочки у приміщенні на кілька днів, а потім просто викиньте.

Сода. Якщо запах фарби в'ївся в килим чи ламінат, посипте їх содою і зоставте на ніч або й довше. Потому залишиться змести соду віником і ретельно пропилососити поверхню.

Вода. Найпростіший і найдешевший спосіб — розставити по приміщенню кілька відер з водою. Однак це не настільки ефективно, як інші методи, зате безпечно. Можливо, доведеться кілька разів поміняти воду, перш ніж запах фарби повністю зникне.

● КЛУМБА НА ПІДВІКОННІ

Догляд за кімнатними рослинами

У багатьох квартирах мікроклімат не сприятливий для вирощування вазонів, і дуже часто навіть найстійкіші починають хворіти. Чим це може бути спровоковано?

1. Верхні листки жовтіють, зберігаючи при цьому пружність. Таке з рослинами відбувається, якщо для поливу використовується жорстка вода. Щоб пом'якшити, її слід відстоювати 24 години або кип'ятити. Але найкраще у відро з водою підвісити мішечок із тканини, наповнений подрібненим торфом (20 г на 1 л води), на 12–15 годин. Можна використовувати спеціальні препарати.

2. Листя втрачає блиск і стає в'ялим — занадто багато світла або рослина вражена павутинним кліщем.

3. Згортається й опадає — висока температура, рясний полив або протяги.

4. Никне — багато світла, сухе повітря, високі вологість і температура в приміщенні. Причиною може бути й тісний горщик, тож вазон необхідно пересадити.

5. Раптово опадає — шок від значного перепаду температури, різкого збільшення інтенсивності освітлення, сильних протягів; перезволоження ґрунту.

6. Жовтіє і опадає — висока температура, протяги або перезволоження. Краще полити менше, оскільки надмірний полив призведе до загнивання коренів.

7. Плями на листочках: сухі та коричневі — нестача води і низька вологість повітря; темно-коричневі — перезволоження



Листя втрачає блиск і стає в'ялим — занадто багато світла або рослина вражена павутинним кліщем.

9. Дрібне листя і витягнуті стебла — дуже висока температура, недостатнє освітлення й рясний полив. Якщо така ситуація виникла влітку, то причиною може бути нестача мінеральних речовин. Підживлювати рослини слід через кожні два тижні.

10. Листя і стебла гниють — перезволоження ґрунту, попадання води на листя.

11. Рвані краї і дірки на листі — механічні пошкодження, завдані людьми чи тваринами.

12. Рослина не цвіте — замало світла або занадто довгий світловий день, надлишок мінеральних речовин, сухе повітря. Деякі вазони цвітуть тільки в тісному горщику.

13. Опадають бутони — сухе повітря, недостатній полив, погане освітлення, переміщення рослини або пересадка.

Джерело: vseznai.in.ua

● ВАРТО ЗНАТИ

4 способи сподобатися співрозмовнику

Психологи стверджують, що перше враження про будь-яку людину формується протягом 7 секунд спілкування. То як слід себе поводити, щоб викликати симпатію?

1. ЗНАТИ, ХТО ПЕРЕД ВАМИ

Якщо вам доведеться спілкуватися з людиною, яку бачите вперше, необхідно виконати невелике домашнє завдання і постаратися якомога більше дізнатися про неї: хто вона, яке її оточення. Цей метод не підійде лише у випадку співбесіди, адже тоді ви не матимете уявлення, хто це буде.

2. ЗОРОВИЙ КОНТАКТ

Треба дивитися прямо в очі співрозмовнику. Звісно, це не гра, хто кого передивиться. З людиною слід продовжувати спілкуватися. Якщо вам потрібно справити гарне враження перед великою аудиторією, не дивіться в одну точку. Краще постійно переводьте погляд на різних людей. Це допоможе розслабитися.

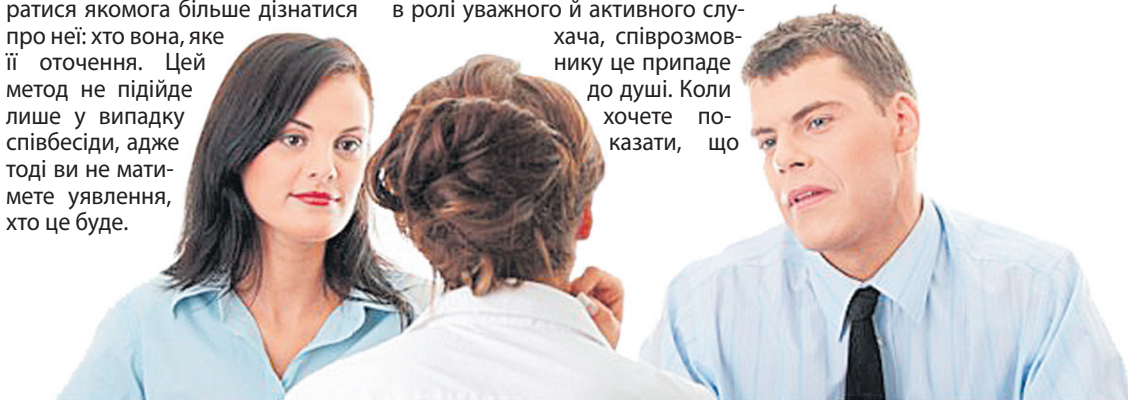
3. УВАЖНІСТЬ

Якщо ви будете виступати в ролі уважного й активного слухача, співрозмовнику це припаде до душі. Коли хочете сказати, що

почули його, повторюйте сказане ним уголос. Це буде підтвердженням, що ви все правильно зрозуміли.

4. ЗВЕРТАННЯ НА ІМ'Я

Не треба промовляти ім'я сохвилями. Робіть це тільки тоді, коли буде доречно. Якщо бесіда коротка, достатньо двічі: в середині розмови і в кінці. Якщо людина представилась, але у вас погано з пам'яттю, повторіть, як її звуть, на початку бесіди.



● СІМ «Я»

На шкільному кораблі

«Мам, а ти знаєш, та вчителька виявилася не такою злою, як ми думали, зате інша спочатку була дуже добра, а тепер змінилася. Я отримала «десятку», може, ще б одну мала, але вона ніяк не хотіла побачити, що руку підіймаю. Що я з того третього ряду зроблю! Ну, і в мене є ще одна неприємна новина для тебе...» — прихід моєї доньки зі школи супроводжується отакою словозливою. Жартома називаю її «потік свідомості»

Оксана
КОВАЛЕНКО,
мама



Що треба знати і пам'ятати, аби підтримати наших дітей у перші шкільні місяці з їх штормами і штилями? Передусім, що кожен рік і кожен клас — це вихід із зони комфорту, особливо ж коли з'являються нові вчителі, змінюємо школу. Навіть поза цим перша чверть є періодом звикання до своїх, чужих і себе. Моя донька, до прикладу, — п'ятикласниця. Зараз ці учні «розкушують» поки що малознайомих педагогів. Що їй казати, здобувають життєвий досвід, бо кожен учитель-предметник має свою вдачу, яка вряди-годи проривається крізь педагогічну броню. На законотвірні скарги дитини я привчилася відповідати запитанням: «А як би ти вчинила,

на Ройз радить вкладати своїм нащадкам у голову таку думку: «Ти нічого нам, родичам, не винен. Школа — твій внесок у своє життя. Ти не мусиш орієнтуватися на наші очікування. Ми завжди тебе любимо. І ти не мусиш заслуговувати нашу любов і бути схожим на когось із нас». Я знаю, що це дуже дорогі й потрібні слова. Якщо не вдумуватися, здається, що дитина пуститься берега, коли їх почує. Насправді, вона прагнучиме бути гідною тієї любові. (Шкода, що не так швидко, як би хотілося.) Певна річ, у занедбаних стосунках перевірять батьків, чи справді вони думають так, як кажуть, тому нам, татам і мамам, доведеться набратися мужності й віри в себе. ...Згадую, що у школі найбільше пекла несправедливості і нерозуміння (з боку старших, ровесників), був ви-

Школа є великим кораблем тільки на певному відрізку життя.

якщо б на найважчому місці пояснення у класі зателефонував телефон?» (Нарікання стосувалося надто жорсткого покарання.) Потроху відучила себе підтримувати у бесідах із дітьми таких учителів — мені ж озвучується ситуація, щоб я висловила розуміння, а не вліпила вирок, як суддя. Отож або мовчки слухаю, або розпитую, бо хочеться, щоб моя мала довірялася мені і в 11-му класі.

Інша шкільна тема — оцінки і домашнє завдання. Деякі батьки ще о 21-й перепитують одне в одного, що задано. Який він має бути — рівень контролю? Добре було б, щоб мінімальний. Зараз доня записує задачі, але ще років 7 тому я сама уточнювала, коли бачила напівпорожній син щоденник. Розумію їх. Психотерапевтка Світла-

падок, коли не повірила вчителька. Це так важливо, коли є з ким поділитися, віддати кудись у простір важкі емоції і набратися нової сили. Хай би наші діти мали не тільки таких друзів, але й таких нас. Адже школа є великим кораблем тільки на певному відрізку життя — він не єдиний і не унікальний, бо є ще й човники, катери та яхти, на які наші хлопці й дівчата підсідають, перестрибують, які підбирають для душі. А ми, батьки, — професійні подорожні, які вміють гарно супроводжувати, але не можуть «ходити в море» замість них...

Якщо маєте заперечення, інші теми для роздумів — пишіть! Поштова адреса є в газеті, а електронні — okovalenko74@gmail.com або ж tsikava.gazeta@gmail.com.

● ЖИТТЯ, ЯК СЕРІАЛ



«Дивні люди — хіба нема де заховатися?»

«Запитай у чорної кішки...»

Закінчення. Початок на с. 16

Ольга ЧОРНА

...Аліна подала документи до вишу, де працював батько. Але іспити на факультет іноземних мов провалила. Ядвіга була впевнена: колишній приклав, чи справді вони думають так, як кажуть, тому нам, татам і мамам, доведеться набратися мужності й віри в себе. ...Згадую, що у школі найбільше пекла несправедливості і нерозуміння (з боку старших, ровесників), був ви-

Після цієї невдачі дівчина затаїла образ на всіх чоловіків світу. А тут ще новина про Вітьку...

Аліна вступила до вишу наступного року. В сусідній області.

...Зустріч однокласників планували через п'ятнадцять років після закінчення школи. Аліна вирішила: не піде. Адже прийнято розповідати про себе. Що вона розкаже? Незаміжня. Живе з матір'ю. Єдине, чим, на її думку, може похвалитися, — це те, що працює в туристичній фірмі, де її цінують за гарне знання мов та відповідальність. І побачила трохи світу. Але розповіді про принади чужих країн, вартість тамтешніх готелів, чи діє послуга «all inclusive», про переїзди-перельоти, трансфери в цьому випадку не на часі... Хіба, якби на зустріч приїхав Вітька, розповіла б йому про десятки котів, які влаштовують променад вузькими вулицями одного з міст Чорногорії, а вечорами збираються на теплих дахах тамтешніх старих будівель, зіронізувала подумки. Туристи люблять їх фотографувати. Коти навіть позують. Але, але... В колишнього однокласника інші турботи. Дорослі. Мурчики залишилися у дитинстві.

А її, Аліну, зустрічає вдома кумедний котяр. Вдає ображеного, коли вона буває у відрядженнях. А потім стрибає на руки. Щасливо муркає. Щось розповідає своєю котячою мовою...

...Материна рідна сестра при кожній зустрічі втовмачує Аліні:

— Ти б до психолога пішла. Це допомогло б вийти заміж. А то все чоловіче населення планети рівняєш до свого батька. Дитячі комплекси... Знаєш, скільки в нас неодружених чоловіків?! Хоча й жінок немало...

Тітка працює в статистичній установі. Тому цифри, відсотки і таке інше — її все.

...Аліна поверталася додому пішки. Ще вранці від гарного настрою майже нічого не залишилося. Спершу завітали клієнти, які хотіли дешево, але мало не по-королівськи відпочити. Скандал влаштували. Потім в офісі пропало світ-

Ти б до психолога пішла. Це допомогло б вийти заміж. А то все чоловіче населення планети рівняєш до свого батька. Дитячі комплекси... Знаєш, скільки в нас неодружених чоловіків?!

ло, тобто його не стало на декількох центральних вулицях. Зателефонувала співробітниця і сказала, що не прийде: в дитини висока температура. А якраз сезон відпусток.

Тепер дорога з міста до села стала коротшою. І Вітькова хата вже не була крайньою. Виросли новобудови. Село поволі підбиралося до міста.

...Після закінчення школи Аліна з Вітькою так і не бачилася. Він зрідка навідувався до батьків зі своєю «морячкою». Потім приїхав із дружиною і малим сином. На зустрічі випускників Вітьки не було. Аліні також.

Біля хвіртки дівчину перестріла сусідка:

— Чула новину? Твій однокласник

привіз сина хоронити.

— Який однокласник?

— Та ж Вітька. Його «морячка» аварію скоїла. Нетвереза була. Син дуже покалічився. Не врятували. Її посадять. Вітька, коли біда сталася, батькам нічого не хотів казати. Гадав, виживе малий.

— А похорон коли?

...Чи то сльози, чи дощ стікали по Вітьковому обличчі. Він нікого і нічого не бачив, крім домовини, в якій лежав його син.

Після похорону поїхав, аби владнати справи, й повернувся в батьківську хату.

Чоловік не хотів нікого бачити, ні з ким не зустрічався. Можливо, щоб не запитували, не співчували. Сідав у свою автівку, їхав до міста. Шукав роботи. Вітька був будівельником. Доробився до виконроба. Тут йому було байдуже, ким працювати. Навіть простим робочим. Головне, аби не сидіти вдома, не думати про те, що сталося...

Йому запропонували хорошу роботу в одній з компаній. І це був перший крок до нового життя...

...Минуло достатньо часу, відколи Вітька повернувся додому, проте Аліна так його й не бачила. Працювали в одному місті. Однією дорогою їздили на роботу і з роботи, проте зустрітися не вдавалося. Щоправда, Вітька — власною автівкою, Аліна — маршрутною або електричною.

...Вона знову йшла додому пішки. На душі тяжко. Думала, чим буде платити за мамине лікування. Їм нічого продати. Гроші, які відкладала, вже майже витратила. Просити в борг? А як буде віддавати?

Почався дощ. Парасолі не мала. Ох, ті синоптики... Опадів не прогнозували.

— Вам далеко? Сідайте, підвезу, — біля Аліни загальмувала автівка.

Вона мовчки махнула рукою, мовляв, їдь, чоловіче.

— Аліна?! Привіт! На тобі лиця нема. І повні очі сліз. Що сталося?

— Вітька?!

Вона розповіла про маму. А він — про зустріч із ріелтором. Вирішив купити квартиру в місті. Дивився два помешкання. Раптом чоловік різко розвернув автівку:

— Ідемо в місто.

Зупинився біля банкомату.

— Яка сума тобі потрібна?

— Я... я не маю змоги борг повертати. Не треба... І як же твоя квартира?

— Квартиру будемо купувати разом, а зараз треба лікувати твою маму.

— Вітька, не бався в благодійника. Я поверну тобі гроші. Коли мамі стане легше, поїду на заробітки.

— Не кажи дурниць.

— Це не дурниці.

Через дорогу поважно чалапала чорна кішка.

— А ти запитай у неї, дурниці це чи ні? — пожартував Вітька.

— А може, це кіт.

Вони розсміялися. Алінин сміх пробивався крізь сльози. А Вітька сміявся щиро — уперше за останній час.

Дощ припустив добряче. Блиснуло, загриміло. Кішка вместилися на сходах одного з офісів. Спостерігала за чоловіком і жінкою, які, обійнявшись, мокли під серпневою грозою. Мабуть, думала: дивні люди — хіба нема де заховатися?

● СЕ ЛЯ ВІ



Друзі зіркової пари розповідають, що і під час реєстрації шлюбу Катерина була на звичних для неї пуантах.



Катерина Кухар: «На виставі у нас з Сашком ідеальний дует. Він відчуває мене як ніхто інший. З ним я ні про що не замислююся. Просто кайфую».

Від першого шлюбу в Катерини Кухар залишилися син і прізвище

Закінчення. Початок на с. 1

Інна ПІЛЮК

Про свій перший шлюб танцівниця пригадує неохоче. Заміж вона вийшла у дуже ранньому віці за колегу, який покинув професію і згодом зайнявся бізнесом. «Якщо коротко окреслити причину нашого розриву, то можна сказати, що ми перестали чути одне одного, — розповідає Катерина. — А втрата нашої першої дитини і взагалі підштовхнула до повного розриву стосунків. Вагітність протікала непогано, але коли пологи вже були зовсім близько, сталася трагедія. У передчасно народженої дитини не відкрилися легені». Згорьована жінка пила найсильніші антидепресанти, снодійне і плакала, плакала, плакала. Вона всерйоз подумувала про те, щоб залишити кар'єру.

Вдруге завагітніла зовсім скоро. Але тріщина у стосунках із чоловіком все глибшала, і майже перед самими пологами балерина таки пішла від чоловіка. Від того шлюбу у неї залишилися прізвище і син.

ЧЕРЕЗ ТАНЦІ «НАКУЛЬГУВАЛО» НАВЧАННЯ

Дисциплінована й організована з дитинства, Катерина все ж дала раду емоціям і незабаром повернулася на сцену. Кар'єра невпинно йшла вгору. Гастроли, премії, нагороди. Вона не може назвати країни, де б не виступала.

Королева пуантів надзвичайно цінує ті зусилля, яких доклала її родина, аби з гнучкої дівчинки виросла вправна балерина: «Батьки привели

мене на гімнастику, але після першого ж заняття перевели на балет. Мені гімнастика не сподобалася, там із дітьми, м'яко кажучи, не церемонилися. Тато й мама працювали, мною більше займалася бабуся. Зради танців вона навіть звільнилася з керівної посади і влаштувалася в хореографічне училище на першу ліпшу вакансію, щоб було зручно возити мене туди на заняття. Фізичні навантаження були колосальними, додому я приходила абсолютно вмотана, падала і засинала, а бабуся сідала і дописувала за мене твори. Вона виконала свою місію і допомогла мені стати примогою-балериною».

Невдале заміжжя, депресія і син, якого довелося ростити без батька, мали всі шанси похитнути кар'єру, до якої йшла так довго, але вчасно нагодилося рятувальна соломинка в особі нового партнера у танцях, а потім — і по життю.

ВОНА КРИТИКУВАЛА КОЛЕГУ, А ВІН ЇЇ... ГОДУВАВ

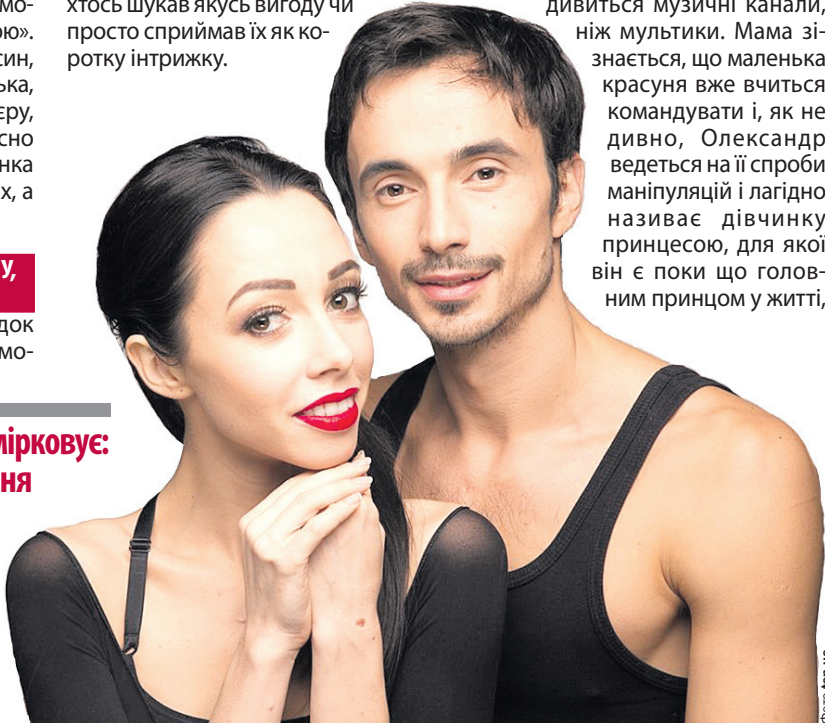
Сімферопольський самородок Олександр Стоянов на 5 років мо-

лодший за Катерину. Всього після шести місяців занять він займає призові місця і переїздить навчатися балету до Києва.

Коли його, випускника хореографічного училища, поставили у пару до вже зірки Катерини, вона не оминала нагоди словом підтримати новачка, вказати на неточні рухи. А він натомість пригостив її тістечками і щиро підтримував у всіх особистих негараздах. Зараз балерина розмірковує: добре, що їхнє кохання почалося якраз зі щирої дружби, а не зі стосунків, де хтось шукав якусь вигоду чи просто сприймав їх як коротку інтрижку.

Першою їхньою спільною роботою став «Лускунчик» у 2006 році, потім були знакові для обох «Ромео і Джульєтта», після яких зрозуміли, що вже не просто товаришують... Пара незабаром взяла церковний шлюб, стали жити разом, а от про офіційну реєстрацію і не думали. Кажуть, це річ другорядна.

Олександр вважає Тимура своїм сином, а той танцівника — своїм батьком. Татовою донею росте і чотирирічна Настя. Батьки планують віддати її на хореографічний гурток, адже мала вже охоче дивиться музичні канали, ніж мультіки. Мама зізнається, що маленька красуня вже вчиться командувати і, як не дивно, Олександр ведеться на її спроби маніпуляцій і лагідно називає дівчинку принцесою, для якої він є поки що головним принцом у житті,



Катерина зізнається, що сварки у їхній сім'ї виникають хіба через те, що Олександр надто швидко їздить автівкою та бешкетує вдома разом із дітьми.

тому й виконує забаганки. Тим паче, не завжди вдається проводити багато часу з дітьми. Щільний графік змушує дарувати любов рідко, але «гуртовими» порціями.

В одному з інтерв'ю Олександр натякав на те, що був би щасливий стати батьком знову. Поки пара не планує дітей, але хто знає, можливо, незабаром все зміниться. Так само і з офіційним шлюбом було — говорили одне, а нещодавно таки поставили штампи у паспортах. Та, як з'ясували журналісти, свідоцтво про одруження подружжя отримало під час гастролей у США, отож дійсне воно тільки на їхній території.

У ЦЕ ВАЖКО ПОВІРИТИ, АЛЕ...

Під час навчання тендітна Катерина Кухар мала прізвище «Дженіфер Лопес» завдяки надто пишним, як для балерини, формам.

«Багатьох дівчат виганяють з училища через зайву вагу. Це складний гормональний період, коли дівчина стає жінкою. Я теж стикнулася з цією проблемою. Мій чоловік і партнер Олександр шкодує, що не застав той період. Зараз з мене спадають всі джинси, а тоді лягли і знижували оцінки за «вид ззаду і в профіль».

Про свою зовнішність балерина дбає. Переконана, що для такої професії це як мінімум 50 відсотків успіху. Глядач приходить у театр надихнутися прекрасним, сісти в зручне крісло і під музику оркестру подивитися на красиві обличчя, досконалі тіла і гру акторів. Артисти, в якому сенсі, повинні бути ідеалом для насладування. Тому вони завжди мають стежити за своїм виглядом.

Зараз секрет стрункості танцівниці — це відсутність дієти і дотримання елементарних правил здорового харчування. Катерина розпочинає день зі склянки води з лимонним соком. Потім обов'язково чашечка свіжозвареної кави з кардамоном і шматок хліба зі злаками і паштетом, ікрою або твердим сиром. Їсть часто, невеликими порціями.

«Ви не думайте, що балерини постійно морять себе голодом, — розвіює вона поширений міф. — Так, ми не зловживаємо, але в день вистави мій обід обов'язково включає в себе спагеті (вуглеводи), м'ясо, можна чорний шоколад, продукти, багаті глюкозою: фініки, виноград... Обід повинен бути дуже ситним, тому що після вистави їсти зовсім не хочеться, бо в крові надто багато адреналіну».

Катерина куховарить рідко. Каже, що її улюблені страви — ті, які готує чоловік: «Він балує мене стейками, соте з морепродуктів, у нього дуже смачні супчики, які він вміє готувати не тільки в домашніх умовах, а й на гастролях. Сама ж я люблю чаклувати над десертами. Найбільше подобається сирна запіканка з грушами або марокканський пиріг».

За матеріалами viva.ua, elle.ua, liza.ua .

ТЕЛЕПРОГРАМА

Кінозал

30 вересня — 6 жовтня

1+1, ІНТЕР, ТРК «УКРАЇНА», СТБ, ІСТV, НОВИЙ КАНАЛ, МЕГА, К-1, 2+2, ФУТБОЛ-1

● ОТАКОЇ!

Міккі Рурк хоче, щоб його поховали в Україні

Відомий голлівудський 67-літній актор заявив про своє бажання знайти вічний спочинок у селі Загірці Хмельницької області

Петро МАКАРУК

Американець пояснив, що з цієї місцевості родом його помічник Дмитро Корнійчук. За роки співпраці українець став акторові другом і часто розповідав йому про своїх близьких.

“А ще актор відомий тим, що часто користується послугами пластичних хірургів.

«Я говорив Дмитрові, що коли помру, не хочу, щоб мене похоронили тут (у США. — Ред.). Він показував, де могила його дідуся, і я хочу, щоб мене поховали там», — цитують Рурка



На кого перетворився колишній секс-символ...

американські журналісти. Чим йому так сподобалися Загірці, що в нього виникло бажання тут знайти вічний спочинок, не уточнив.

Наразі проживає у Нью-Йорку. Міккі Рурк став відомим завдяки таким фільмам, як «Дев'ять із половиною тижнів», «Дика орхідея» і «Рестлер»,

«Серце янгола». Він — номінант на премію «Оскар» (2009).

А ще актор відомий тим, що часто користується послугами пластичних хірургів. Тому Рурк колишній і теперішній — це як дві різні людини. А почалося усе з банальної операції на носі після боксерського поєдинку.

ВІВТОРОК, 1 ЖОВТНЯ

1+1	07:00, 08:00, 09:00, 15:00, 19:00, 23:00	23:15 X/ф «ХИЖАК-2»	16:10 «Орел і Решка. Навколо світу»
06:30, 07:10, 08:10, 09:10 «Сніданок з 1+1»	09:30 Зірковий шлях	НОВИЙ КАНАЛ	22:00 «Орел і Решка. Рай та пекло 2»
07:00, 08:00, 09:00, 12:00, 16:45, 19:30 ТСН: «Телевізійна служба новин»	11:20 Реальна містика	06:00 М/с «Том і Джеррі»	
09:25, 10:20 «Життя відомих людей»	13:20, 15:30 Агенти справедливості 12+	06:05, 07:35 Kids Time	
11:20, 12:20 «Міняю жінку»	16:00 Історія одного злочину 16+	07:40 Т/с «Бібліотекарі»	
13:15 «Сімейні мелодрами 6»	18:00 Т/с «Пошта»	08:20 Т/с «Цілок секретно»	
14:15 Т/с «Величне століття. Роксолана»	19:50 Ток-шоу «Говорить Україна»	12:10 X/ф «ГОЛОДНІ ІГРИ. ПЕРСПЕКТИВИ. ЧАСТИНА 2»	
17:10 Т/с «Наречена зі Стамбула»	21:00 Т/с «Таємниця Марії»	15:00, 22:00 Т/с «Подорожники»	
19:20 «Секретні матеріали 2019»	23:20 Контролер	16:00, 21:00 Вар'яти 12+	
20:45, 21:45 Т/с «Свати»		17:00, 19:00 Хто проти блондинок 12+	
22:45 «Міняю жінку - 14»		23:00 X/ф «ПРОСТАЧКА»	
ІНТЕР	СТБ	МЕГА	ФУТБОЛ-1
05.30, 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» 10.00 «Корисна програма» 11.00, 12.25 Т/с «Надія на порятунок» 13.20, 14.15 «Речдок» 15.10 «Речдок. Особливий випадок» 16.25 Ток-шоу «Роман з Ольгою» 18.00, 19.00, 01.50 Ток-шоу «Стосується кожного» 20.00, 02.35 «Подорожниця» 21.00 «Речдок. Особливий випадок. Сімейна хроніка» 23.50 Т/с «Східні солодощі 2»	06:00 Т/с «Коли ми вдома» 09:05 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія» 11:55 МастерШеф 12+ 15:15 Хата на тата 12+ 17:25, 22:55 Відлік часу 17:30, 23:00 Вікна-Новини 18:00 Слідство ведуть екстрасенси 16+ 19:00 Наречено для тата 12+ 21:00 Т/с «Вибір матері» 23:45 Один за всіх 16+	06.00 Бандитський Київ 08.15, 14.10 Правда життя 09.20 Невідома Австралія 10.20, 17.10 Сучасні дива 11.10 Скептик 12.10 Україна: забута історія 13.00, 00.30 Речовий доказ 15.20, 23.30 Секрети Другої світової 16.20, 21.45 Ефект Нострадамуса 18.00, 22.35 Невідома Південна Америка 19.00, 01.40 Містична Україна	07:45 Ювентус - СПАЛ. Чемпіонат Італії 09:30, 16:20 Журнал Ліги чемпіонів 10:00, 15:55, 22:40 Футбол NEWS 10:25 Yellow. Прем'єра 10:35 Шахтар - Ворскла. Чемпіонат України 12:15 «Великий футбол» 13:55 LIVE. Аталанта - Шахтар. Іспанія 16:50 Атлетіко - Реал. Чемпіонат Іспанії 18:40 Топ-матч 18:45, 21:50 «Ніч Ліги чемпіонів» 19:50 LIVE. Аталанта - Шахтар. Ліга чемпіонів УЄФА 23:00 LIVE. «Ліга чемпіонів. ONLINE». Ліга чемпіонів УЄФА
УКРАЇНА	ІСТV	К-1	
06:30, 07:10, 08:15 Ранок з Україною	05:35, 20:20 Громадянська оборона 06:30 Ранок у великому місті 08:45, 12:45, 15:45, 18:45, 21:05 Факти 09:15, 19:20 Надзвичайні новини 10:10 Більше ніж правда 11:15, 13:20, 21:25 Т/с «Розтин покаже» 13:50, 16:20 X/ф «ЧУЖИЙ-3» 16:35 X/ф «РЕД-2»	06:30 «TOP SHOP» 07:45 М/с «Каспер» 08:30 «Орел і Решка. Шопінг» 09:30 Т/с «Дорогий доктор» 11:15, 18:10 Т/с «Мисливці за реліквіями» 13:00, 20:00 Т/с «Доктор Хто» 15:00, 23:00 «Орел і Решка. Мегаліси»	

СЕРЕДА, 2 ЖОВТНЯ

1+1	07:00, 08:00, 09:00, 15:00, 19:00, 23:00	16:25 X/ф «ЧУЖИЙ»	15:00, 23:10 «Орел і Решка. Мегаліси»
06:30, 07:10, 08:10, 09:10 «Сніданок з 1+1»	09:30 Зірковий шлях	20:20 Секретний фронт	16:10 «Орел і Решка. Навколо світу»
07:00, 08:00, 09:00, 12:00, 16:45, 19:30 ТСН: «Телевізійна служба новин»	11:20 Реальна містика	23:15 X/ф «ЧУЖИЙ ПРОТИ ХИЖАКА»	22:10 «Орел і Решка. Рай та пекло 2»
09:25, 10:20 «Життя відомих людей»	13:20, 15:30 Агенти справедливості 12+	НОВИЙ КАНАЛ	
11:20, 12:20 «Міняю жінку»	16:00 Історія одного злочину 16+	06:05, 07:35 Kids Time	
13:15 «Сімейні мелодрами»	18:00 Т/с «Пошта»	06:10 М/с «Том і Джеррі»	
14:15 Т/с «Величне століття. Роксолана»	19:50 Ток-шоу «Говорить Україна»	07:40 Т/с «Бібліотекарі»	
17:10 Т/с «Наречена зі Стамбула»	21:00 Т/с «Таємниця Марії»	08:20 Т/с «Цілок секретно»	
19:20 «Секретні матеріали 2019»	23:20 Іграна справа	13:20 X/ф «БЕЗСОРОМНА МАНДРИВКА»	
20:45, 21:45 Т/с «Свати»		15:10, 22:00 Т/с «Подорожники»	
22:45, 23:50 «Світ навиворіт - 10: Бразилія»		16:00, 21:00 Improv Live Show 12+	
СТБ	СТБ	17:00, 19:00 Діти проти зірок 22:50 X/ф «ПУСТУН»	
06:50 Т/с «Коли ми вдома»	06:50 Т/с «Коли ми вдома»	МЕГА	
08:50 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія»	10:55 МастерШеф 12+	06.00 Бандитська Одеса 08.05, 14.05 Правда життя 09.15, 17.55 Невідома Австралія 10.15, 17.05 Сучасні дива 11.05 Скептик 12.05 Україна: забута історія 12.55, 00.30 Речовий доказ 15.15, 23.30 Секрети Другої світової 16.15, 21.45 Ефект Нострадамуса 18.55, 20.45 Секретні території 19.55, 01.40 Містична Україна 22.35 Невідома Південна Америка	
10:55 МастерШеф 12+	14:30 Хата на тата 12+	06:30 «TOP SHOP»	
17:25, 22:55 Відлік часу	17:30, 23:00 Вікна-Новини	07:45 М/с «Каспер»	
18:00 Слідство ведуть екстрасенси 16+	19:00 Битва екстрасенсів 16+	08:30 «Орел і Решка. Шопінг»	
21:00 Т/с «Вибір матері»	23:45 Зважені та щасливі 12+	09:30 Т/с «Дорогий доктор»	
ІСТV	ІСТV	11:15, 18:10 Т/с «Мисливці за реліквіями»	
05:35, 10:05 Громадянська оборона	05:35, 10:05 Громадянська оборона	13:00, 20:00 Т/с «Доктор Хто»	
06:30 Ранок у великому місті	06:30 Ранок у великому місті	К-1	
08:45, 12:45, 15:45, 18:45, 21:05 Факти	08:45, 12:45, 15:45, 18:45, 21:05 Факти	06:30 «TOP SHOP»	
09:15, 19:20 Надзвичайні новини	09:15, 19:20 Надзвичайні новини	07:45 М/с «Каспер»	
11:20, 13:20, 21:25 Т/с «Розтин покаже»	11:20, 13:20, 21:25 Т/с «Розтин покаже»	08:30 «Орел і Решка. Шопінг»	
13:50, 16:20 X/ф «ЧУЖИЙ-3»	13:50, 16:20 X/ф «ЧУЖИЙ-3»	09:30 Т/с «Дорогий доктор»	
16:35 X/ф «РЕД-2»	16:35 X/ф «РЕД-2»	11:15, 18:10 Т/с «Мисливці за реліквіями»	
		13:00, 20:00 Т/с «Доктор Хто»	

ЧЕТВЕР, 3 ЖОВТНЯ

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: «Телевізійна служба новин» 09:25, 10:20 «Життя відомих людей» 11:20 «Міняю жінку» 13:15 «Сімейні мелодрами» 14:15 Т/с «Величне століття. Роксолана» 17:10 Т/с «Наречена зі Стамбула» 19:20 «Секретні матеріали 2019» 20:40, 21:40 Т/с «Свати» 22:30 «Право на владу 2019»	
ІНТЕР	
05.20 «Top Shop» 05.25, 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» 10.00 «Корисна програма» 11.00, 12.25 Т/с «Надія на порятунок» 13.20, 14.15 «Речдок» 15.10 «Речдок. Особливий випадок» 16.25 Ток-шоу «Роман з Ольгою» 18.00, 19.00, 01.55 Ток-шоу «Стосується кожного» 20.00, 02.40 «Подробичі» 21.00 «Речдок. Особливий випадок. Сімейна хроніка» 23.50 Т/с «Східні солов'ящі 2»	
УКРАЇНА	
06:30, 07:10, 08:15 Ранок з Україною 07:00, 08:00, 09:00, 15:00, 19:00, 23:00 Сьогодні 09:30 Зірковий шлях 11:20 Реальна містика 13:20, 15:30 Агенти справедливості 12+ 16:00 Історія одного злочину 16+ 18:00 Т/с «Пошта» 19:50 Ток-шоу «Говорить Україна» 21:00 Т/с «Таємниця Марії» 23:20 Слідами міфів про Роттердам +. Міф четвертий	
СТБ	
06:25 Т/с «Коли ми вдома» 11:05 МастерШеф 12+ 14:25 Хата на тата 12+ 17:29, 22:59 Відлік часу 17:30, 23:00 Вікна-Новини 18:00 Слідство ведуть екстрасенси 16+ 19:00 Зважені та щасливі 12+ 21:00 Т/с «Вибір матері»	
ICTV	
05:35 Громадянська оборона 06:30 Ранок у великому місті 08:45, 12:45, 15:45, 18:45, 21:05 Факти 09:15, 19:20 Надзвичайні новини 10:00 Секретний фронт 11:10, 13:20, 21:25 Т/с «Розтин покаже» 13:35, 16:20 Х/ф «ЧУЖИЙ» 16:30 Х/ф «ЧУЖИЙ-3» 20:20 Антизомбі. Дайджест 23:15 Х/ф «ЧУЖИ ПРОТИ ХИЖАКА. РЕКВІЕМ»	
НОВИЙ КАНАЛ	
05:35, 07:00 Kids Time 05:40 М/с «Том і Джеррі» 07:05 Т/с «Бібліотекарі» 07:50 Т/с «Цілкою секретно» 12:50 Х/ф «ЗАБОРТОМ» 15:10, 22:00 Т/с «Подорожники» 16:00, 21:00 Шалена зірка 12+ 17:10, 19:00 Хто зверху? 12+ 23:00 Х/ф «З ЛЮБОВ'Ю, САЙМОН»	
МЕГА	
06.00, 02.35 Бандитський Київ 08.10, 14.10 Правда життя 09.20, 17.55 Невідома Австралія 10.20, 17.55 Сучасні дива 11.10 Скеттик 12.10 Україна: забута історія 13.00, 00.35 Речовий доказ 15.15 Секрети Другої світової 16.15, 21.45 Ефект Нострадамуса 18.55 Секретні території 19.55, 01.45 Містична Україна 20.45 Фантастичні історії 22.35 Невідома	
Південна Америка 23.35 Японія: падіння імперії	
K-1	
06:30 «TOP SHOP» 07:45 М/с «Каспер» 08:20 «Орел і Решка. Шоппінг» 09:20 Т/с «Дорогий доктор» 11:00, 18:10 Т/с «Мисливці за реліквіями» 13:00, 20:00 Т/с «Доктор Хто» 15:00, 23:00 «Орел і Решка. Мегаліси» 16:10 «Орел і Решка. Навколо світу» 22:00 «Орел і Решка. Рай та пекло 2»	
2+2	
06:00 Мультифільми 08:00 Т/с «Удар у відповідь-5» 09:40, 18:15 «Спецкор» 10:20, 18:50 «ДжеДАІ» 11:00, 17:15 «Загублений світ» 12:55 «Помста природи» 13:30 Т/с «Перевізник» 19:25, 20:25 Т/с «Ментівські війни. Харків-2» 21:30, 23:05 Т/с «Касл-7»	
ФУТБОЛ-1	
08:10 Спавія - Боруссія (Д). Ліга чемпіонів УЄФА 10:00, 15:40, 20:40, 22:45 Футбол NEWS 10:25 Журнал Ліги Європи 11:20 Барселона - Інтер. Ліга чемпіонів УЄФА 13:10, 17:55 Yellow 13:20 «Ліга чемпіонів. ONLINE». Ліга чемпіонів УЄФА 16:05 Ліверпуль - Зальцбург. Ліга чемпіонів УЄФА 18:05 Огляд середи. Ліга чемпіонів УЄФА. Прем'єра 19:00, 23:55 «Шлях до Гданська» 19:50 LIVE. Олександрія - Гент. Ліга Європи УЄФА 21:50 LIVE. Лугано - Динамо (К). Ліга Європи УЄФА	

СУБОТА, 5 ЖОВТНЯ

1+1		
06:20 Мультифільм 06:45 «Гроші 2019» 08:00 «Сніданок. Вихідний» 10:00, 10:35 «Імо за 100 2019» 11:15 «Громада на мільйон. Спеціалісти» 12:30, 13:30, 14:30 «Світ навиворіт» 16:30 «Вечірній квартал 2019» 18:30 Прем'єра. «Розсміши коміка 2019» 19:30 ТСН: «Телевізійна служба новин» 20:15 «Українські сенсації 2019» 21:30 Прем'єра. «Жіночий квартал 2019» 23:30 «Світське життя. 2019»	19:00 Х-фактор 22:00 МастерШеф 12+	14:30 «Орел і Решка. Навколо світу»
ICTV		
05:00 Еврика! 05:05, 12:45, 18:45 Факти 05:30 Особливості національної роботи 07:15 Я зняв! 09:05 Т/с «Вихити за будь-яку ціну» 13:00 Дизель шоу 12+ 16:50, 19:10 Х/ф «ЧУЖИЙ-4: ВОСКРЕСІННЯ» 19:25 Х/ф «ЧУЖИ (ЧУЖИЙ-2)» 22:10 Х/ф «ХИЖАК»		
НОВИЙ КАНАЛ		
06:00, 07:05 Kids Time 06:05 М/с «Лунтик» 07:10 Подіум 09:00 Т/с «Бібліотекарі» 10:00 Діти проти зірок 12:00 Хто проти блондінок 12+ 14:00 Хто зверху? 12+ 16:00 Х/ф «АВТОМОНСТРИ» 18:00 Х/ф «ТРАНСФОРМЕРИ» 21:00 Х/ф «ТРАНСФОРМЕРИ: ПОМСТА ЗАНЕПАЛИХ»		
МЕГА		
06.00 Бандитський Київ 07.40, 23.50 Містична Україна 08.30, 18.45 Україна: забута історія 10.10 Речовий доказ 11.20 Японія: падіння імперії 12.15 Невада: ядерна таємниця 13.10, 21.15 НЛО з минулого 14.55, 23.00 Сучасні дива 15.45 Невідома Південна Америка 17.45 Невідома Австралія 00.40 Скарб. UA		
K-1		
06:30 «TOP SHOP» 07:45 М/с «Каспер» 08:25 «Ух ти шоу» 09:30 М/ф «Країна фей Барбі» 11:00 М/с «Земля до початку часів» 12:15 Х/ф «ГРА В ІМІТАЦІЮ»		
СТБ		
07:05 Прокінься з Ектором! 08:05 Зважені та щасливі 12+ 10:05 Ток-шоу «Зважся!» 12+ 11:00 Т/с «Вибір матері»		

П'ЯТНИЦЯ, 4 ЖОВТНЯ

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: «Телевізійна служба новин» 09:25, 10:20 «Життя відомих людей» 11:20, 12:20 «Одруження наосліп» 13:15 «Сімейні мелодрами» 14:15 Т/с «Величне століття. Роксолана» 17:10 Т/с «Наречена зі Стамбула» 19:20 «Секретні матеріали 2019» 20:25, 22:30 «Ліга сміху 2019»	14:40 Хата на тата 12+ 17:25, 21:55 Відлік часу 17:30, 22:00 Вікна-Новини 18:00 Слідство ведуть екстрасенси 16+ 23:00 Х-фактор	15:00, 23:10 «Орел і Решка. Мегаліси» 16:10 «Орел і Решка. Навколо світу» 18:00 Х/ф «ОХОРОНЕЦЬ» 20:00 Х/ф «ГРА В ІМІТАЦІЮ» 22:10 «Орел і Решка. Рай та пекло 2»
ICTV		
05:35 Громадянська оборона 06:30 Ранок у великому місті 08:45, 12:45, 15:45, 18:45 Факти 09:15, 19:25 Надзвичайні новини 10:10 Антизомбі. Дайджест 11:05, 13:20 Скетч-шоу «На трьох» 16+ 16:20, 22:55 Т/с «Вихити за будь-яку ціну» 20:10 Дизель шоу 12+		
НОВИЙ КАНАЛ		
06:05 Kids Time 06:10 Х/ф «ПРОСТАЧКА» 08:10 Х/ф «ПОЧИНІ СПОЧАТКУ» 10:10 Т/с «Подорожники» 14:00, 21:40, 23:50 Екзи 16+ 16:20, 19:00 Топ-модель по-українськи 16+		
МЕГА		
06.00 Бандитська Одеса 08.10, 14.05 Правда життя 09.15, 17.55 Невідома Австралія 10.15, 17.05 Сучасні дива 11.05 Скеттик 12.05 Україна: забута історія 12.55, 00.35 Речовий доказ 15.15 Японія: падіння імперії 16.15, 21.45 Ефект Нострадамуса 18.55, 20.45 Секретні території 19.55, 01.45 Містична Україна 22.40 Земля: сили природи 23.40 Невада: ядерна таємниця		
УКРАЇНА		
06:00, 09:30 Зірковий шлях 06:30, 07:10, 08:15 Ранок з Україною 07:00, 08:00, 09:00, 15:00, 19:00 Сьогодні 11:30 Реальна містика 13:30, 15:30 Т/с «Референт» 18:00 Т/с «Пошта» 19:50 Ток-шоу «Говорить Україна» 21:00 Свобода слова Савіка Шустера		
СТБ		
06:20 Т/с «Коли ми вдома» 08:15 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія» 11:10, 19:20, 22:45 МастерШеф 12+		

НЕДІЛЯ, 6 ЖОВТНЯ

1+1		
06:20 Мультифільм 06:45 «Українські сенсації 2019» 08:00 «Сніданок. Вихідний» 09:00 «Лото-забава» 09:45 «Світ навиворіт - 10: Бразилія» 10:50 «Світ навиворіт» 13:10 Т/с «Свати» 19:30 «ТСН-Тиждень» 21:00 «Танці з зірками 2019»	18:00 Битва екстрасенсів 16+ 19:55 Один за всіх 16+ 21:00 Я соромлюсь свого тіла 16+	07:45 М/с «Каспер» 08:25 «Ух ти шоу» 09:30 Т/с «Пригоди Геркулеса» 13:00 «Орел і Решка. Перезавантаження»
ICTV		
05:05, 12:45, 18:45 Факти 05:30 Секретний фронт 06:20 Громадянська оборона 07:15 Антизомбі. Дайджест 08:10 Т/с «Відділ 44» 11:45, 13:00 Х/ф «ЧУЖИЙ-4: ВОСКРЕСІННЯ» 14:15 Х/ф «ЧУЖИ (ЧУЖИЙ-2)» 16:55 Х/ф «СКАЙЛАЙН» 20:35 Х/ф «СКАЙЛАЙН-2» 22:45 Х/ф «ХИЖАК»		
НОВИЙ КАНАЛ		
06:00, 07:00 Kids Time 06:05 М/с «Том і Джеррі» 07:05 М/ф «Тропічний ліс: Історія долини папоротів» 08:20 Х/ф «ЗІТКНЕННЯ З БЕЗОДНЕЮ» 10:50 Х/ф «АВТОМОНСТРИ» 13:00 Х/ф «ТРАНСФОРМЕРИ» 16:00 Х/ф «ТРАНСФОРМЕРИ: ПОМСТА ЗАНЕПАЛИХ» 19:00 Х/ф «ЧЕРЕПАШКИ НІНДЗЯ» 21:00 Х/ф «ЧЕРЕПАШКИ НІНДЗЯ 2» 23:10 Х/ф «ЛЯЛЯКА»		
МЕГА		
06.00 Бандитська Одеса 07.45, 23.50 Містична Україна 08.35, 18.45 Україна: забута історія 10.15 Речовий доказ 11.25 Лudoство: забута історія 13.10, 21.15 НЛО з минулого 14.55, 23.00 Сучасні дива 15.45 Земля: сили природи 17.45 Невідома Австралія 00.40 Наші		
K-1		
06:30 «TOP SHOP»		



Що віщують зорі

на 30 вересня — 6 жовтня



ОВЕН. Життя поставить перед вами нові завдання. Ви спроможні вирішити свої проблеми самі, і почати потрібно з того, щоб не створювати проблем іншим. Навстав час втілювати на практиці давню мрію і не боятися щось змінювати. Сприятливий день — середа, несприятливий — субота.



ТЕЛЕЦЬ. Вам варто частіше проявляти розсудливість і пильність. Думайте над тим, що говорите. Нестандартний підхід до виробничих завдань дасть позитивний результат. Сприятливий день — понеділок, несприятливий — середа.



БЛИЗНЮКИ. Початі справи будуть вдаватися, не пропустіть цей момент. Ви можете бути занадто дратівливими через те, що все йде не так, як вам хотілося б. Однак скоро з'ясується, що все на краще. Сприятливий день — середа, несприятливий — четвер.



РАК. Ви зараз у центрі уваги, повні сил і енергії. Не намагайтеся виправити свої та чужі помилки, а спробуйте винести корисний урок. Задумане вдасться втілити в життя, якщо будете активними і наполегливими. Сприятливий день — вівторок, несприятливий — понеділок.



ЛЕВ. Не варто реагувати на вимоги начальства занадто емоційно. Можна дипломатично уникнути неприємностей і добитися потрібного вам рішення. Завзята праця принесе швидкий успіх. Сприятливий день — понеділок, несприятливий — вівторок.



ДІВА. Ваша ділова активність буде на висоті. Чим більше завдань перед собою поставите, тим краще з ними впорається, а ваша працездатність і впевненість у собі можуть стати навіть причиною заздрості. Сприятливий день — п'ятниця, несприятливий — середа.



ТЕРЕЗИ. Свої плани й наміри краще зберігати в таємниці, якщо ви зацікавлені в їх здійсненні. Можливо, вам доведеться витримати нападки недоброзичливців. У вихідні приємне спілкування вам забезпечене. Сприятливий день — вівторок, несприятливий — понеділок.



СКОРПІОН. Зараз вам необхідно виявити свою активність і віру у краще, важливо стежити за розвитком ситуації й не випускати ініціативу зі своїх рук. У справах на вас чекають успіх і прибуток, а в особистому житті — оспівдчення в коханні. Сприятливий день — понеділок, несприятливий — субота.



СТРИЛЕЦЬ. Постарайтеся зайвий раз не потрапляти на очі начальству. Стежте за тим, кому й що говорите. Побоюйтеся обману й не вірте обіцянкам, які ніхто не квапиться виконувати. У вихідні дні приділіть більше часу близьким. Сприятливий день — понеділок, несприятливий — четвер.



КОЗЕРІГ. Будьте обережні з колегами й друзями, тому що вони можуть вас підвести. Щоб тиждень виявився вдалим, не розповідайте про свої плани оточуючим. Сприятливий день — п'ятниця, несприятливий — середа.



ВОДОЛІЙ. Вам можна зітхнути з полегшенням, багато чого стає на свої місця й справи, схоже, налагоджуються. Приймайте ділові пропозиції, це може принести прибуток. У вихідні бажано не вплутуватися в авантюрі історії. Сприятливий день — вівторок, несприятливий — п'ятниця.



РИБИ. Ймовірні певні розбіжності з партнерами, подолавши які, ви одержите гарні пропозиції в бізнесі. Деякі проблеми можуть зажадати негайного вирішення, що змусить вас задуматися над ситуацією, яка склалася. Сприятливий день — четвер, несприятливий — субота.

● ПАЛЬЧИКИ ОБЛИЖЕШ!

Ховає пані біле личко у хустинки невеличкі...

Цвітна капуста — доступний, смачний і надзвичайно корисний овоч. І якщо в сирому вигляді вона припаде до смаку далеко не кожному, то від супу, запіканки чи котлет із неї мало хто відмовиться. До речі, цей овоч часто є одним з основних продуктів харчування під час дієт, адже не тільки низькокалорійний, але й містить речовину, що обмежує відкладення жиру



фото herkusut.com

Усміхніться

КАВА ПО-ЗАЯЧОМУ

До ЗАЙЦЯ колись привели мене справи.
І він зготував прецікавої кави:
Ні дрібки АРАБІКИ в ній чи РОБУСТИ.
Натомість БРЮССЕЛЬСЬКОЇ трохи капусти.
Була там капуста КОЛЬРАБІ й БРОКОЛІ,
І навіть ЦВІТНОЇ капусти доволі.
Капуста ПЕКІНЬСЬКА, САВОЙСЬКА й, до слова, ЧЕРВОНОГОЛОВА та БІЛОГОЛОВА.
Сидів я у зайця в розкішнім покої
Та й думав: бракує капусти МОРСЬКОЇ...
Юрій БЕДРИК.



Фото gazeta.ua.

КРЕМ-СУП

Інгредієнти: 500 г цвітної капусти, 2 картоплини, 1 цибулина, 1 зубчик часнику, 2 ст. л. олії, сіль, перець, 1/4 ч. л. мускатного горіха, 200 мл вершків; для грінок — кілька скибочок житнього хліба, 1 ст. л. оливкової олії, 1 зубчик часнику.

Приготування. Цибулю і часник почистіть і поріжте. Цвітну капусту розберіть на суцвіття, вкиньте в киплячу воду і варіть 5–8 хвилин, в кінці додайте щіпку солі. У каstrулі з товстим дном розігрійте олію та обсмажте до прозорості цибулю й часник. Додайте нарізану картоплю, чверть склянки гарячої води і готуйте 10 хвилин, тоді всипте до овочів капусту і варіть ще близько 10 хвилин. Посоліть, притрусіть перцем та мускатним горіхом і збийте блендером або міксером до кремоподібного стану. Перекладіть пюре в каstrулю, додайте вершки, добре вимішайте, за необхідності досоліть і прогрійте. Хліб наріжте кубиками, обсмажте на сухій сковороді. Оливкову олію змішайте з пропущеним через прес часником, збризніть грінки. Подавайте суп із грінками, за бажанням посипавши його посіченим кропом.

САЛАТ ІЗ ЦВІТНОЇ КАПУСТИ З СОЛОНИМИ ОГІРКАМИ



Фото klopotenko.com

Інгредієнти:

1 головка цвітної капусти, 1 цибулина кримська (червона), 3 солоні огірки, пучок петрушки, 2–3 ст. л. олії, сіль та перець — за смаком.

Приготування.

Капустину очистіть від листя й ошпарте окропом — вона залишиться практично сирогою, буде хрусткою і твердою. Якщо вам така не подобається, можна відварити її в підсоленій воді 2–3 хвилини (але не переваріть, капуста не повинна бути занадто м'якою). Охолодіть, розберіть на суцвіття і крупно поріжте. Цибулю почистіть і покрайте тонкими півкільцями, огірки розріжте навпіл уздовж, а тоді кожну половинку покрайте тонкими скибочками, петрушку дрібно посічіть. Змішайте в салатнику овочі та зелень, заправте ароматною олією, посоліть і перочіть за смаком.

ЗАПІКАНКА

Інгредієнти: 1 головка цвітної капусти (приблизно 800 г), 4 яйця, 0,5 скл. сметани, 130 г твердого сиру, 0,5 ч. л. солі, 4 зубочки свіжого часнику (або 1 ч. л. сушеного), пучок зеленої цибулі, дрібка чорного перцю.

Приготування. Опустіть головку капусти на 15 хвилин у воду, додавши туди 2 чайні ложки солі, це допоможе позбутися комах. Далі розберіть її на суцвіття, вкиньте в підсолену киплячу воду і варіть 9 хвилин, а потім викладіть на тарілку. Поки капуста остигає, натріть сир, приготуйте яєчно-сметанну заливку: змішайте яйця, сіль і спеції, трохи збийте виделкою, а потім додайте сметану і частину тертого сиру, перемішайте. Форму для запікання змастіть олією. Викладіть у форму капусту (великі суцвіття розріжте навпіл), полийте яєчно-сметанною заливкою і присипте тертим сиром. Духовку розігрійте до 170–180 градусів і запікайте протягом 30 хвилин. Готову страву можна прикрасити дрібно нарізаною зеленою цибулею.



Фото ua.depositphotos.com.

ПІЦЦА З ЦВІТНОЇ КАПУСТИ

Інгредієнти: 1 головка капусти, 1 яйце, 100 г моцарели, 2 ст. л. натертого твердого сиру, 1/4 скл. томатного соусу, 200 г помідорів чері, 2 зубчики часнику, 1/4 ч. л. меленої паприки, 1 гілочка свіжого базиліка, 1 ст. л. оливкової олії, сіль і перець — за смаком

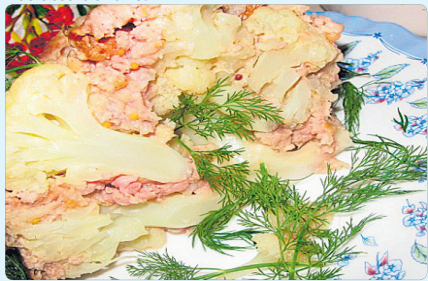
Приготування. Цвітну капусту натріть на дрібній тертці і прогрійте в мікрохвильовці 5–8 хвилин, щоб вона стала м'якою. Натріть сир. Змішайте яйце, 2/3 тертого сиру, капусту, сіль і перець. Деко змастіть олією і викладіть суміш у формі піци. Поставте в розігріту до 220 градусів духовку на 10–15 хвилин. Готовий корж змастіть томатним соусом, викладіть моцарелу, половинки чері, паприку і подрібнений часник, посипте тертим сиром, що залишився і випікайте піцу в духовці ще 10 хвилин. Прикрасьте базиліком і подавайте до столу.



фото milkalliance.com.ua.

ФАРШИРОВАНА

Фото cookorama.net.



Інгредієнти: 0,5 кг курячого філе, 800 г цвітної капусти, 300 г броколі, 1 яйце, 3 картоплини, 2 цибулини, 100–120 мл сметани, пучок кропу, сіль та спеції — за смаком.

Приготування. Куряче філе і цибулю пропустити через м'ясорубку або перемолоти у блендері. Картоплю почистити й натерти на крупній тертці. Додати яйце і спеції, все добре вимішати. Цвітну капусту і броколі розділити на суцвіття. Цвітну капусту відварити у підсоленій воді 5 хвилин. Деко змастити маргарином, з фаршу зробити чималу кульку, повстромляти в неї броколі. Зверху знову вкрити фаршем, а в нього повтикати суцвіття цвітної капусти. Сметану змішати з посіченим кропом і змастити нею поверхню цвітної капусти. Випікати в розігрітій духовці 45–60 хвилин при 220 градусах.

ЦВІТНА КАПУСТА В ПИВНОМУ КЛЯРІ

Фото stb.ua.

Інгредієнти: 1 качан цвітної капусти, 200 мл пива, 2 яйця, 150 г борошна, паприка, сіль за смаком, олія для смаження.

Приготування. Капусту помити і розібрати на суцвіття. Яйця збити з дрібною солю, додати пиво, сіль, паприку, всипати борошно і добре перемішати, щоб не залишилося грудочок. Занурити в мисочку з кляром усі суцвіття цвітної капусти. Розігріти олію на сковороді, викласти суцвіття й обсмажити до золотистої скоринки з усіх боків. Викласти готову цвітну капусту на паперовий рушник, аби позбутися залишків жиру.



А ви знали, що...

- За вмістом поживних речовин і смакових якостей цвітна перевершує всі інші види капусти.
- У цвітній капусті порівняно із білоголовою міститься у 1,5–2 рази більше білка і у 2–3 рази більше аскорбінової кислоти.
- Батьківщиною цієї рослини є Сирія (саме тому її довгий час називали сирійською капустою).
- При нестачі вологи ріст цвітної капусти призупиняється, при надлишку — коріння страждає від браку кисню.
- За рекомендацією Авіценни, цей овоч особливо необхідно споживати взимку.

Цвітна капуста засвоюється організмом краще, ніж інші її види (вона менше подразнює слизову оболонку шлунка і краще перетравлюється).

- Для збереження білого кольору при варінні суцвіття у киплячу воду варто додати трохи цукру.
- Цвітна капуста знижує ризик захворювання серця, інфарктів, зміцнює імунну систему.
- Колір цвітної капусти може бути білим, жовтим і фіолетовим, при цьому забарвлення не впливає на її якість, лише вказує, де вона росла: на сонці чи в затінку.

● «ГАРБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ»

«Слава Ісу! Ви дивитесь програму...»

А далі можна вже не продовжувати, бо ви — так і бачу крізь кілометри і стіни — починаєте стукати себе по макітрі (дехто рукою, а дехто вже й новою книжкою Марії Матіос «Букова земля» на 928 сторінок і за 260 гривень) і кричати: «А-а-аа-аа! Як можна було не відгадати таке просте завдання?!»

Грицько ГАРБУЗ

«ГАРБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» — 34 (2019)

Приберіть три зайві знаки з цього десятка: 0 @ € # # 1?!\$ — і ви дізнаєтесь прізвище людини, яка в Україні подавала цим символам особливий колорит. Хоча видає вона себе тут за гостя.

Але в гарбузі ми заховали світлинку тварини, котра нам одразу згадується, коли ми говоримо про цю людину.

Чиє фото знаходиться у гарбузі?

А далі знову зачитуємо: «Слава Ісу! Ви дивитесь програму «Грати, песик, дужка, гривня, знак питання, доллар, нуль» («#@€\$0»). З вами я, її ведучий Макл Щур. Вій до новин! ЗЕленське...»

Майкла Щура (таке телевізійне псевдо в журналіста Романа Вітоніва) читувати можна цілодобово. Проте сьогодні я лише прорекламую, що у вересневому випуску нашої сестри — місячнику «Читанка для всіх» — вийшла цікава розповідь про цього неординарного телеведучого. Називається «Майкл ЩУР: «Намахувати політиків — це одне, а от коли ти намахуєш людину...» Тож запитуйте у точках продажу або у ваших листонош. 6,5 гривні за випуск «Читанки» (така ж і передплатна ціна) — гадаю, це ніщо у порівнянні зі святящим пончиком за 15 гривень. А в нашому місячнику не тільки смачно, а й цікаво, смішно, дотепно, різноманітно, нестандартно, унікально, пізнавально, притягально, реально і нереально, небанально, оригінально...

Проте все ж знайшлося 7 учасників, які надіслали відповіді з правильною відповіддю — словом «ЩУР». Однак, за умовами конкурсу, переможців має бути двоє. Тому знову довелося проводити жеребкування. І з легкої



«Вій до новин!» — і майстерно знімати ікони з політиків.



руки прими Волинського обласного академічного музично-драматичного театру імені Тараса Шевченка, народної артистки України Людмили Приходько фортуна усмінулась Віталію Лемешку із села Жашковичі Іваничівського району Волинської області і Сергію Зубку з міста Білопілля Сумської області.

Переможців, щоб отримати по 100 гривень при-

зових, просимо надіслати на адресу редакції копії першої та другої сторінок паспорта, а також ідентифікаційного коду.

Нам же час оголошувати нове завдання.

«ГАРБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» — 39 (2019)

І хоч науково-технічний прогрес пішов уперед, ще є на світі і потрібні ці брати. Двоє з них кажуть, що долучаєшся до щастя. А третій — що не дає йому Бог ні дня щастя. Хоча кожен у це слово вкладає свій смисл. Перший каже, що щастливий, коли на вулиці тепло, бо можна скільки хоч байдики бити. Хоч «лето красное пропело» — це не про нього. Другий — навпаки: коли дуже зимно, дає волю нічогонеробінню. А ось третій і в жар, і в холод мусить бути у строю. Третього з цих братів ми і заховали.

Хто знаходиться у гарбузі?

Слово-відповідь треба надіслати до 12 жовтня тільки у вигляді sms-повідомлення на номери: 0501354776 і 0672829775 (наприклад: «М'яч», «Три ведмеді», «Володимир Зеленський»).

Увага: з одного номера можна відправляти лише одне sms! Цей номер і братиме участь у жеребкуванні при розіграші призових 200 гривень, якщо правильних відповідей буде більше двох. А ще спеціальний приз — 150 гривень — отримає той, хто в листі на поштову адресу (43 025, м. Луцьк, просп. Воли, 13) чи електронно (tsikava.gazeta@gmail.com) найяскравіше опише, як шукав чи шукали правильну відповідь.

6,5 гривні за випуск «Читанки» (така ж і передплатна ціна) — гадаю, це ніщо у порівнянні зі святящим пончиком за 15 гривень.

Шукайте на сайті volyn.com.ua попередні завдання конкурсу під гештегом #Гарбуз із секретом.

Відповіді на сканворд за 19 вересня

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

● КАЛЕЙДОСКОП

Фото 24tv.ua.



Трагедія сталася на очах Кенеші...

Американець потонув, освідчуючись під водою

Стівен Вебер не випливав під час того, як пропонував руку і серце своїй дівчині Кенеші Антуан, перебуваючи на відпочинку в Танзанії

Лія ЛІС

Про трагічний випадок повідомила у Facebook сама наречена, яка бачила останні секунди його життя. Чоловік написав освідчення на аркуші паперу і з ним та обручкою занурився під воду. «Я не можу затримати дихання достатньо довго, аби розповісти про все, що в тобі люблю. Але я люблю тебе все сильніше з кожним днем. Чи готова ти стати моєю дружиною?» — йшлося у тексті. Він устиг показати дівчині записку і обручку.

На відео, яке опублікувала Кенеша, видно, як вона радісно кричить «Так», погоджуючись вийти за нього заміж, проте у цей момент чоловік уже тонує і не зміг почути відповідь.

Після трагедії дівчина залишила у фейсбуці розпачливий допис: «Ти ніколи не вплинеш з цих глибин, тому ніколи не почуєш моєї відповіді: Так! Так! Мільйон разів! Так, я вийду за тебе заміж!».

Кенеша впевнена, що знайде свого коханого в наступному житті й стане його дружиною.

У Чечні чаклунів примушують каятись по телебаченню

У цій російській республіці затримали кілька осіб за підозрою в «чаклунстві» і змусили просити вибачення в ефірі телеканалу «Грозний»

Василь КІТ

За словами головного лікаря Центру ісламської медицини в Грозному, богослова Адама Ельжуркаєва, одна із затриманих «вдавалася до найвитонченіших методів чаклунства сіхра», в іншого був «довгостроковий контракт із джинами», а третя жінка для позбавлення від пристріту радила клієнтці скупатися у відварі із зарізанної курки.

Ельжуркаєв заявив, що вони «продали свою тіло і свою душу дияволу», з яким у них нібито договір. В іншому сюжеті повідомляється про затримання у поїзді ще однієї відьми Секінат Ібрагімової, яка начебто везла із собою землю зі свіжих могилок. «Ці відьми небезпечніші за усілякий тероризм, ваххабізм і наркоманію», — заявив Ельжуркаєв. Ібрагімова наприкінці сюжету на камеру назвала себе «брудною істотою» і попросила більше до неї не звертатись.

Отака «битва екстрасенсів» по-чеченськи...

