

Російський адвокат
Порошенка Ілля Новіков —
«родом» із «Що? Де? Коли?»

с. 3 >>



Джордж Пікерінг: «Я знав, що він
живий...»

Лікарі сказали,
що його син
мертвий.
І тоді батько взявся
за пістолет...

с. 6 >>

Цікава

ГАЗЕТА + TV
на вихідні

31 жовтня 2019 року №44 (100) Ціна 6 грн

У ВСІХ НА ВУСТАХ



ФОТО radiosvoboda.org.

Чи міг таке уявити Григорій Гурійович?.. Цей виступ «Кварталу 95» назвали апогеєм цинізму, який коштував знаному хору репутації.

Де б і ноги не було Григорія Верьовки...

В Україні тепер масово згадують прізвище цього видатного митця. Правда, на такому фоні, що маестро тримався б за серце, якби був живим. «Спадкоємець» знаного диригента й педагога Зеновій Корінець завів себе з хором у публічну трясовину, бо легковажно погодився заспівати у номері Студії «Квартал 95». Імпровізація про оселю колишньої очільниці Нацбанку, що горіла замість сосни, викликала шквал обурень і несприйняття... Як на мене, абсолютно справедливих, бо вуста, які співають про Україну, не можуть осквернитися



Зеновій Корінець зізнався, що за цю пісню їм заплатили 30 тисяч гривень. І через 2 тисячі років «30 срібляників» актуальні.

с. 4 >>

УРОКИ ЄВРОПЕЙСЬКОГО ЗАРОБІТЧАНСТВА



ФОТО pinterest.com.

«Зараз ще одну таблетку вип'ю, бо живіт болить».

Чому поляки хворіють так само, як і українці?

Коли малюк з'являється на світ із якоюсь патологією чи хворобою, рідні підносять руки до неба: «За що таке випробування?». І роки життя витрачають на лікування. Коли дитя народжується здоровим, дорослі тішаться і... пригортають його різною харчовою гидотою (в гарних обгортках), щоб пізніше витрачати час і кошти все одно на ліки. Бо здоров'я як найцінніший ресурс починають сприймати аж ближче до сорока, коли цього ресурсу стає все менше і це відчуває організм

Анастасія ПЕЦЕНЮК,
дослідниця європейського
заробітчанства

— Галю, таблетку від голови маєш? — гукає одна українка до іншої.
— Маю! Сама щойно випила! — лунає у відповідь. — Зараз ще ношпу вип'ю, бо живіт болить. Певно, те м'ясо таки зіпсоване було.

“ Я все життя
тяжко працювала
на цьому полі,
а відколи чоловік
помер три роки
тому, то вже
не хочу туди йти.

— Певно, що так. Мене теж живіт поболоє, але голова більше.

— Нащо жерете все підряд?! — рывкає до молодич чоловік однієї з них. — Собаці треба було віддати!

— Панський собака такого їсти не буде! — протяжно запе-рече Галя.

— Ти зрозуміла, що сказала? — презирливо дивиться на неї чоловік.

Пан Ян у певний час щодня зникає з поля. У нього — уколи. Шість на добу. Він навчився колоти сам себе — про це пошепки повідомляє його дружина і каже абсолютно незрозумілий діагноз.

Вісімдесятирічна полька, мати господині, сідає на лаві під розлогим горіхом і витягує ноги:

— Ой болять мене ноги, — зітхає зовсім по-українськи. — Подивіться, пані, які в мене ляки. — Бабуся трохи загортає легкі літні штани і показує вени на ногах товщиною, як середній палець.

— Я все життя тяжко працювала на цьому полі, а відколи чоловік помер три роки тому, то вже не хочу туди йти.

Закінчення на с. 6 >>

НОМЕР ЕФЕКТИВНОЇ РЕКЛАМИ
050 994 9907



● ПУЛЬС ТИЖНЯ

Кремль та Зеленський роблять із добровольців ворогів

Найрезонансніші події в житті країни та світу очима наших журналістів

Знайшли «козлів, які заважають миру»? Фото obozrevatel.com.

В Україні набула розголосу розмова Президента Володимира Зеленського із добровольцями у населеному пункті Золоте, де має відбутися розведення військ. Бесіда запам'яталась хамством глави держави, який «тикав» ветеранам, та його специфічною лексикою, коли заявив, що він «не лох». Але у цій історії є більш важлива річ. Поїздки Зеленського теперішня влада використала, щоб показати його миротворцем, а добровольців — тими, хто проти миру, про який так просять українці. Це абсолютно збігається з позицією Москви. Адже, як заявила представниця МЗС Росії Марія Захарова, нарешті тепер «увесь світ побачив, хто зриває Мінські домовленості». Вона говорила про українських патріотів



Чи вдалося главі держави переконати ветеранів?

Насправді ветерани теж за мир, може, навіть більше, ніж інші, бо бачили війну. Але вони проти капітуляції, яку подають як мир. А от до цивільного населення, котре просило Зеленського про відведення військ у Золотому, є питання, адже серед «учителок», з якими фотографувався Пре-

зидент, було дві, котрі раніше ходили на сепаратистські мітинги. А сама школа, на тлі якої зробили знімок, закрита ще у 2017 році...

У Москві плескають — у них із Зеленським тепер фактично спільні інформаційні спецоперації. Мету

останньої дуже точно описав блогер Олексій Давиденко: «Очевидно, козлами, які заважають Донбасу жити в мирі з Росією, вирішили робити не росіяни і не ополченці «ЛДНР» — крайніми, схоже, будуть українські добровольці».

В Умані хімік-шпигун із Росії планував підірвати військовий аеродром

Але не зміг знайти якийсь підручник, розізлився, скопився за сокиру і накинута на дружину...

На щастя, біди жінці він не заподіяв, а от роботи контррозвідці СБУ, котра після цього зацікавилася ним, додав. З'ясувалося, що в Україну цей хімік, який раніше працював в оборонній промисловості РФ, приїхав три роки тому і для прикриття одружився з місцевою жителькою. Сам же у квартирі влаштував хімічну лабораторію з виробництва вибухівки. Мав кураторів у Росії, з якими зв'язувався за допомогою набору кодових слів.

Злочинець придумав спеціальну сигарету, що тліла 9 хвилин, після цього вибухала і спричиняла ланцюгову реакцію. Він встиг її навіть випробувати. Хотів підірвати сховище авіаційного пального на аеродромі. Наслідки вибуху важко спрогнозувати, але точно загинула б велика кількість людей.

Терорист планував утекти в Гонконг — цікавився квитками на літак, припас для цього гроші. А тепер, найімовірніше, буде обмінним фондом — віддадуть Москві, щоб звільнити полонених українців.

● ПРЯМА МОВА

ПОСОЛЬСТВО ЯПОНІЇ В УКРАЇНІ, про візит Президента Володимира Зеленського та його дружини Олени на інтронізацію імператора Нарухіто (пані Зеленську в Україні дехто критикував за «неправильний» жовтий колір одягу, який нібито можуть носити тільки представники імператорської династії. — Ред.):

Участь президентського подружжя у церемонії інтронізації є важливим етапом у наших двосторонніх відносинах. Їхній одяг також добре гармоніював із благородною атмосферою та справив на японське суспільство дуже позитивне враження про подружжя та Україну як країну.



У 2013 році сім'я взяла участь у телевізійному шоу «16 дітей — далі буде». Так і сталося!

Найбільша родина Британії поповниться 22-ю дитиною

44-літня Сью Редфорд розмістила у соцмережах відео, на якому видно, як вона проходить ультразвукове обстеження. А потім разом із чоловіком оголошують, що у квітні наступного року вони 22-й раз стануть батьками

У сім'ї Редфордів 11 дівчаток і 10 хлопчиків. Свого первістка Кріса Сью народила у травні 1989-го, коли їй було лише 14. У цій країні статевий зв'язок із дівчиною, якій не виповнилося 16, є кримінальним злочином, однак, якщо підлітки діяли за взаємною згодою, це не карається. А 21-ша дитина, донька Бонні Рей, з'явилась на світ торік. Не минула сім'ю і трагедія: 2014-го хлопчик Алфі народився мертвим. 44-літня мама переконана, що немовля зрівняє рахунок між синами і доньками: «Думаю, що у нас буде по 11 дітей кожної статі. Чекаємо на сина».

Сью та Ноель Редфорди з 19 дітьми живуть у старовинному вікторіанському будинку, в якому 10 спалень. Родина має власний бізнес — пекарню. Старші — 30-річний син Кріс і 25-літня донька Софі, яка вже має трьох власних дітей, — мешкають окремо.

Крута сімейка, хай у них усе буде добре!

Хотіли до мами: з вікна лікарні випали двоє малюків

Біда сталася на Одещині. Поліцейські з'ясовують обставини нещасного випадку

Зараз діти у важкому стані в різних відділеннях обласної лікарні. У 5-річної дівчинки — відкрита черепно-мозкова травма, вона перебуває в реанімації, але є притомною і розмовляє з медперсоналом, хоча, що з нею сталося, не пам'ятає. 2-літній хлопчик — у травматології, в нього травма грудного відділу хребта. Загрози для життя обох дітей уже нема.

У лікарні кажуть, що малюків укладали спати, але вони хотіли повернутися до мами, тому і вистрибнули з 2-го поверху. За результатами службового розслідування догани отримали завідувачка відділення, медсестра і санітарки. Медсестру, яка була відповідальною за техніку безпеки в цьому відділенні, звільнили.

Також з'явилася інформація про неблагополучну сім'ю дітей. Їх вилучили під час рейду в Великомихайлівському районі за рішенням сільської ради. Що тут скажеш, біда за бідою ходить...

В Україні вперше вживили пацієнтові штучне мінісерце

Для цього знадобився невеликий розріз тіла, розміром із дитячий кулак

Операція тривала лише три години, упродовж половини з яких пацієнта під'єднували до апарата штучного кровообігу.

Зовні мінісерце дуже маленьке і пласке, воно не займає багато місця в груднині. Механізм здатний перекачувати більший об'єм крові, ніж його попередні покоління. Імплантація штучного серця дає безнадійно хворим пацієнтам змогу дочекатися пересадки донорського органа.

Наразі в Україні щонайменше 300 осіб потребує трансплантації, а чверть із них може померти протягом року.

ОСОБИСТІТЬ



Фото glavcom.ua.

Ілля Новіков – людина, яка відчула поклик крові предків.



Фото sm.news.ua.

Один з найбільших інтелектуалів Росії мріє про громадянство України.

Російський адвокат Порошенка Ілля Новіков — «родом» із «Що? Де? Коли?»

10 фактів про росіянина, який захищає українців

● Іллі Новікову — 37 років, він народився у Москві. Батько — росіянин, мама — за походженням українка, народилась у сім'ї розкуркулених селян із Запорізької області, яких вивезли в Росію. У дорослому віці самотужки вивчив українську мову. Зробив це за допомогою дитячих книжок, зокрема, «Гаррі Поттера», якого російською взагалі не читав.

● У 2016 році Ілля Новіков став першим іноземцем, який отримав посвідчення адвоката України. Представляв інтереси українських політ'язнів у Росії, зокрема Миколи Карпюка, Станіслава Кліха та українських моряків. Був адвокатом Надії Савченко. Зараз захищає п'ятого президента Петра Порошенка (щодо нього за заявами соратника Януковича Андрія Портнова ДБР України порушило 13 справ. — Ред.). З Надією Савченко розмовляв українською. Згадує: «Кілька разів, коли доводилося говорити у присутності охоронців, це дуже нам допомагало, вони помітно злилися, але зробити нічого не могли».

● З дитинства мав потяг до знань і багато читав, купував за місяць до 10 книг. У середній шко-

лі захопився інтелектуальними іграми. У 2002–2016 роках був активним учасником популярної телегри для інтелектуалів «Що? Де? Коли?». Дворазовий володар Кришталевої

“

Самотужки вивчив українську мову. Зробив це за допомогою дитячих книжок.

сови — головного її призу (2004, 2014). Пішов з гри у 2016 році через те, що був адвокатом Надії Савченко: «Неможливо стало не помічати, що вдень Новіков біля клітки з Савченко, а ввечері Новіков з «метеликом». Ми з клубом розсталися полюбовно, без скандалу».

● Стверджує, що переконав Надію Савченко зробити дві важливі справи — висунути свою кандидатуру у депутати Верховної Ради та написати книгу.

● Після анексії Криму, коли в Росії всі масово чіпляли «колорадські

стрічки, у своїй машині почепив синьо-жовту, щоб «показати, що не всі в Росії однаково думають». Зняв, коли став адвокатом Савченко. Зате купив вишиванку, яку вдягає «просто так, без якогось підтексту».

● Два роки, з 2013-го по 2015-й, був одружений з Анастасією Шутовою, з якою познайомився на грі «Що? Де? Коли?». Влітку 2013 року пара вирушила у подорож на Північний полюс. Їх, згідно із давнім морським звичаєм, «розписав» капітан атомного криголаму Дмитро Лобусов. Юридично цей шлюб не мав сили, але Ілля та Анастасія вважали поїздку на Північний полюс ідеальною весільною подорожжю.

● Купив кеди письменника Сергія Жадана на аукціоні, де збирали кошти на підтримку медичної служби «Ульф» добровольчого українського корпусу «Правий сектор». «Купив кеди Сергія Жадана. Тому що, по-друге, добродійний аукціон, по-третє, Жадан. А по-перше, хто б там що не думав, а «конверсів» (марка кедів. — Ред.) багато не буває», — написав він у фейсбуці, перепублікувавши повідомлення однієї із засновниць добровольчої медслужби Юлії Сидорової, що кеди

Жадана було продано за 10 000 гривень.

● Взвся захищати Петра Порошенка через те, що одне із кримінальних проваджень щодо нього стосується українських моряків. Експрезидента звинувачують у тому, що він у складі якоїсь злочинної групи вчинив провокацію, коли наші моряки проходили Керченською протокою. Росія теж звинувачує українських військових, що вони у складі злочинної

групи порушили її кордон. Напрошується висновок, що Порошенко з моряками і становили цю «злочинну групу». «Ми бачимо, що фактично зараз ДБР (Держбюро розслідувань України. — Ред.) працює за тією ж лінією, і якщо вона буде продовжена, то вийде, що ДБР розділяє російську точку зору», — заявив Ілля Новіков. Така позиція може нашкодити Україні у Міжнародному морському трибуналі в Гамбурзі, де відбувається розгляд справи про захоплення Росією українських моряків.

● Вважає, що треба серйозно ставитись до інформації про те, що на закритій нараді силовиків у Президента Володимира Зеленського було оголошено прізвища тих, кого треба відправити за ґрати. Серед цих людей нібито є і Петро Порошенко. «Все це дуже серйозно. Ми змушені виходити з того, як робоча гіпотеза, що нам протистоїть не окремо взятий заявник, не окремо взята правоохоронна структура, а нам протистоїть у цілому адміністрація (Зеленського. — Ред.)».

● Ілля Новіков не виключає, що в майбутньому, якщо доведеться тікати з Росії, то попросить громадянство України: «Я маю на це певні права: моя бабуся народилася на території України». І додає: «Був гарячий період, коли я думав, що в будь-який момент мені доведеться отак, у чому є, їхати в аеропорт... У Росії ніхто не знає, що з ним буде завтра. Однак принаймні мій внутрішній барометр підказує, що якоїсь безпосередньої загрози зараз немає».

Підготував Василь УЛІЦЬКИЙ.

ЦИТАТА

Ілля НОВІКОВ про роль адвоката у російському правосудді:

«У Росії чиновники, як правило, не мають ілюзій стосовно того, що участь якогось адвоката — саме як адвоката, а не як «рішали» — може глобально врятувати. Якщо ти чиновник і маєш проблеми, значить, на твої проблеми високе начальство дало згоду, і нічого, крім, можливо, твоєї готовності дати грошей чи ще щось, не врятує. Однак адвокат — фігура потрібна, бо в тих випадках, коли він жодним чином не може вплинути на вирок, він забезпечує зв'язок із зовнішнім світом.»



Foto deffi.lv.



Передплатили — і виграли!*

Новими володарями призів акції серед читачів, які передплатили «Цікаву газету на вихідні» на друге півріччя та увесь 2019 рік, стали:

Годинник — Романенко Валентина Вікторівна (с. Затін, Великобагачанський район, Полтавська область).
Покривало — Гришук В.О. (с. Кутрів, Горохівський район, Волинська область).
150 гривень — Нощенко Галина Олександрівна (с. Колодязне, Березнівський район, Рівненська область).

* — Під подарунком мається на увазі придбання товару за 0,01 грн із ПДВ.

І ВИ НЕ ЗВОЛІКАЙТЕ – ВИПISУЙТЕ ТА ВИГРАВАЙТЕ!

ПЕРЕДПЛАТНІ ІНДЕКСИ «Цікавої газети на вихідні»: ● для Волині – 60304, ● для Рівненщини – 60312, ● для інших регіонів України – 60307.



У ВСІХ НА ВУСТАХ



Маестро вдалося створити український хор із самобутнім мистецьким обличчям.



Таким зобразили Григорія Верьовку автори мистецького проєкту «Діячі України», який втілює Art Center Second Floor.

Де б і ноги не було Григорія Верьовки...

Закінчення. Початок на с. 1

Оксана КОВАЛЕНКО

Між тим, український розділ Вікіпедії (багатомовного інтернет-проєкту зі створення вікі-енциклопедії) в інформації про знаний у світі хор уже додав рубрику «скандали», в якій згадано глузування над отим будинком.

А починається допис дуже щемно: «Це український професійний хоровий колектив, заснований 11 вересня 1943 року в Харкові».

...То був переломний момент Другої світової, коли радянські війська почали тіснити нацистів, — і Рада народних комісарів УРСР створила хор для підняття бойового духу «визволених». Григорія Верьовку, якому ось-ось мало виповниться 48 літ і який працював в Інституті фольклору Академії наук, призначили головним диригентом та художнім керівником. Отож, «посеред війни» цей чоловік із Чернігівщини, котрий у дитинстві виміняв ковзани на скрипку і самотужки (!) навчився грати, почав шукати співаків, музикантів та навіть артистів балету. У постанові писалося про 134 особи.

Видання «Наше слово» розповідає, що перших вокалістів Верьовка вишукує саме в Харкові й околицях. Бувало, навіть на вулиці зачіпав дівчину чи хлопця: «Ану, прочитай вірша! — просить. — Послухаймо, як ти читаєш! А може, ти вмєєш танцювати? То станцюй!». Спочатку зібрав 6 співаків і 16 кобзарів. З визволенням Полтави долучилися місцеві бандуристи. На першому концерті в Києві хор слухали близько трьох сотень глядачів. Частина артистів була вбрана у со-



Верьовка з дружиною Елеонорою. Олесь Гончар писав: «Таке славне подружжя! Все життя віддали вітчизняній культурі».

рочки з візерунками, наведеними малиною та чорницею, намиста у жінок — з новорічних іграшок, а через проблеми із взуттям попереду стояли чоловіки (для них знайшлися нові черевики). Згодом виступали у театрах, клубах, військових частинах і, звісно, госпіталах. Через оголошення в газетах Верьовка знайшов іще цимбаліста й сопілкаря. Його невеличкий колектив невдовзі бере участь у кожному столичному святі.

Є відомості, що сам Григорій вгався, якого спрямування має бути хор — народного чи академічного. Переповідають, що на бік народного співу перетяг мотузочок прихильності до фольклору ще з дитячих років. (11-літнім батьки віддали його до ар-

хієрейського хору монастиря в Чернігові, де він, до слова, заприятелював з Павлом Тичиною. Вже у 24, отримавши музичну освіту, Григорій проявив себе і як здібний організатор: у 1919 році композитор разом із Тичиною та іншим однодумцем зуснував великий самодіяльний хор, перетворений пізніше у капелу-студію імені Миколи Леонтовича. На її базі у 1925-му відкрилася професійна музична школа, директорував у якій сам Григорій Гурійович. А ще ж він писав романси, зокрема й на Тичинині вірші.)

Григорій одружився у 30 літ з Елеонорою Скрипчинською, хоровим диригентом, і так сталося, що за сім'ю їм правили їхні артисти. Обоє вкладали в них свої таланти і надії.

Колектив під керівництвом маестро звучав соковитим багатоголоссям. Саме Верьовці завдячуємо розвитком українського хорового співу. Упродовж 1943–1964 років видано 137 платівок! Ще за два десятки літ тираж перевищив 8 млн примірників. Частина пісень, як то буває, «пішла в народ»: «Ой як стало зелено», «Ой чого ти, земле, молодіти стала», «І шумить, і гуде», «Клятва», «Дівчата з Донбасу» звучали повсюди.

1948 року Григорій Верьовка отримав Сталінську премію — за тривалу концертну діяльність. Загалом мав близько 80 медалей, орденів та інших нагород. Його наступник

Коли до зали зайшли люди з жалобної процесії, на якусь мить запанувала тиша, а тоді артисти заспівали «Реве та стогне...» і наступну — про українців, які померли на чужині, «Чуєш, брате мій». Через це мали неприємності — догану і вказівку цю пісню більше не виконувати.

Анатолій Авдієвський розповідав, як хор гастролював за кордоном. Щоразу програму візував цензор. Без його підпису навіть художній керівник нічого не міг додати. Половину репертуару становили українські пісні, обов'язково звучала одна-дві російські, а ще — тих народів, де виступали. На початку концерту традиційно виконували «Реве та стогне Дніпр широкий». Авдієвський згадував, що люди і плакали, і слухали стоячи, довго не відпускали артистів, хоч виступ і так тривав 3 години замість однієї, як це практикувалося в цілому світі.

Згадують знаковий концерт у Мюнхені: хор приїхав на виступ саме того дня, коли тамтешні земляки хоронили вбитого Степана Бандеру... Коли до зали зайшли люди з жалобної процесії, на якусь мить запанувала тиша, а тоді артисти заспівали «Реве та стогне...» і наступну — про українців, які померли на чужині, «Чуєш, брате мій». Через це мали неприємності, що закінчилися доганою і вказівкою цю пісню більше не виконувати.

Григорій Верьовка помер 21 жовтня 1964-го, ще того ж року у грудні колективу присвоїли його ім'я. Упродовж багатьох десятиліть хор був найбільшим професійним колективом, у якому гуртувалися народні й заслужені артисти, заслужені діячі мистецтва...

Ще за життя Верьовка об'їздив з колегами чи не пів світу, дивуючи чужоземців українською народною творчістю... Та чомусь думається, що ні за яких умов його нога не ступила б на сцену, з якої мала би пролувати образлива пісня.

За матеріалами library.khntusg.com.ua, nslovo.com, history.org.ua.

Цікава
ГАЗЕТА
на вихідні

Тижневик

«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, 13

E-mail: tsikava.gazeta@gmail.com,
reklama.volyn@gmail.comТелефонуйте: у приймальною — (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» н/р 2600805520122

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 15500 Замовлення № 2043

● ЕКОНОМІКА

Фото day.kyiv.ua.



Якщо нова влада хоча б повторить успіх порошенківської і «здолає» 48 сходинку у рейтингу, то Україна опиниться у двадцятці економічно найбільш привабливих країн.

За часи президентства Порошенка Україна піднялася в рейтингу Doing Business на 48 позицій

Згідно з останніми даними Світового банку зараз наша держава перебуває на 64-й сходинці цього важливого рейтингу

Мирслава СЛИВА

Протягом року Київ покращив свою позицію на 7 пунктів. На цю новину відреагував прем'єр-міністр України Олександр Гончарук: «Підвищення рейтингу України в Doing Business-2020 одразу на 7 позицій — це результат, який свідчить сам за себе. Це позитивний сигнал для українських підприємців та «зелене світло» для іноземних інвесторів», — заявив він.

Щоправда, забув уточнити, що це — результат діяльності попередньої влади, адже рейтинг Світового банку фіксує стан справ на квітень кожного року і відображає той, що минув. Тобто оцінено роботу тодішніх Президента, парламенту та уряду. А наскільки успішною буде діяльність нинішньої команди, побачимо через рік, коли рейтинг буде оновлено.

Тож цілком доречний тут і коментар п'ятого Президента України Петра Порошенка. «Вдячний нашій команді за достойний результат. За 5 років у цьому рейтингу ми піднялися на 48 позицій.

«Вдячний нашій команді за достойний результат. За 5 років у цьому рейтингу ми піднялися на 48 позицій. Щиро бажаю нашим наступникам зробити краще», — написав Петро Порошенко.

Щиро бажаю нашим наступникам зробити краще», — написав він на своїй сторінці у фейсбуці.

Теж цього бажаємо, бо у верхній частині рейтингу розташувались країни, які прийнято називати цивілізованими.

НАША ДОВІДКА:

Рейтинг Doing Business складається щороку Світовим банком. У ньому оцінюється інвестиційна привабливість 190 країн світу. Звіт формується за підсумками комплексного дослідження стану реформ у кожній країні за 10 основними індикаторами. Індекс легкості ведення підприємництва є одним із вирішальних маркерів для бізнесу під час прийняття рішень про інвестиції в ту чи іншу країну.

Уже традиційно рейтинг очолює Нова Зеландія. До десятки найсильніших цього року увійшли: 2-ге місце — Сінгапур, 3-тє — Гонконг, 4-тє — Данія, 5-тє — Південна Корея, 6-тє — США, 7-ме — Грузія, 8-ме — Великобританія, 9-тє — Норвегія, 10-тє — Швеція.

Географічні сусіди України мають такі позиції: Польща — 40-ве місце, Угорщина — 52-ге, Словаччина — 45-тє, Румунія — 55-тє, Молдова — 48-ме, Туреччина — 33-тє, Білорусь — 49-тє, Росія — 28-ме.

За підрахунками експертів Світового банку один пункт у загальний рейтинг Doing Business дає можливість країні залучити до 600 мільйонів доларів інвестицій.

● Я ТАК ДУМАЮ!

Як «Квартал» перетворює країну на підворіття

«Квартал 95» давно і методично морально розбещував українське суспільство. Зараз мені здається, що саме з цією метою він і був створений та щедро фінансувався. Якщо коротко охарактеризувати те, чим вони займалися усі попередні роки, то це — знецінення, приниження та десакарлізація всього українського — від традицій, мови, культури до сучасних політиків

Наталія БАЛЮК,
головний редактор газети
«Високий замок» (Львів)



Власне на політиках робили головний акцент, така собі претензія на гостру політичну сатиру. На них «кварталівці» відточували свій цинізм, а публіку привчали до того, що «Кварталу» можна все, що для них не існує жодних табу й авторитетів, жодних меж та червоних ліній.

Спочатку висміювали політичні помилки, що нормально і прийнятно, але потім почали жартувати з фізичних недоліків, перейшли на ксенофобські образи, вульгарні натяки на «не таку» національність чи сексуальну орієнтацію. Гумор «нижче пояса» перейшов у «нижче плінтуса», але, як писав Станіслав Єжи Лец, «знизу постукали». І стукали все частіше і частіше.

Згодом усі жарти щодо політиків зводилися до приниження людської гідності. По суті, це було суцільне цькування. Апогеєм, як на мене, стала сценка, в якій поглумилися з Михайла Гаврилюка. Нагадаю, під час Революції гідності «беркутівці» роздягнули його на морозі та били. Та чоловік з гідністю витримував ці тортури. Згодом Гаврилюка обрали народним депутатом. «Кварталівці» зробили на нього пародію, де показали таким собі недолугим українським селянином, майже дебілом. Але ця огидна сценка мала за мету принизити не лише Михайла Гаврилюка, його образ проектувався на тодішню українську владу, а відтак і на Україну як державу — примітивну, придуркуватую, ні на що не здатну.

А потім «Квартал» вже прямим текстом порівняв Україну з порноакторкою, яка «готова прийняти в будь-якій кількості і з будь-якого боку». Публіка сміялася і аплодувала — за інерцією. У якусь мить вона не помітила, як разом із артистами перетнула моральну межу. «Квартал» перетворився на брудне підворіття і перетворює Україну...

Усе це я до того, що знущальна пісенька у виконанні «Лисого» про спалений будинок колишньої голови Нацбанку України Валерії Гончарової «горіла хата, палала» (за мотивами української народної пісні «Горіла сосна,

палала») — це нічого принципово нового, усе цілком у стилі і в стилістиці «Кварталу». Просто черговий раз знизу постукали. Думаю, якби «Квартал» не запросив до себе на сцену Національного заслуженого академічного народного хору імені Григорія Верьовки, то суспільство (можливо, за великими винятками) мовчки проковтнуло б і цю «душевну» пісеньку.

Взяти легендарний хор собі на підтанцьовку — це лише демонстрація можливостей, черговий прояв запаморочення від всездозволеності. Але хіба раніше Зеленський і компанія жартували менш цинічно? Про Гаврилюка я вже нагадала. Нагадаю ще жарти про Тимошенко, коли вона сиділа в тюрмі. Зал сміявся — аж захопився.

Можна по-різному ставитись до Тимошенко, але жінку запроторили в тюрму, причому всі розуміли, що це було політичне переслідування. Сміятися з такого явища — щонайменше дивно. Але публіці подобалося. Як і подобалося ржати, коли з Кличка робили напівдауна, вже не кажу про принизливі пародії на рівні «нижче пояса» на Яценюка та Ляшка.

Знову-таки не в прізвиськах політиків річ! Ідеться про морально-етичні засади гумору, які «Квартал» повністю знищив. Відтак виховав собі спочатку відповідну публіку, а згодом і відповідного виборця. Виборця, який не має чітких моральних орієнтирів, яким легко маніпулювати.

По суті, знищуючи через принизливі та знущальні жарти авторитет політиків та влади, Зеленський розчистив собі дорогу на президентський трон.

Але будувати — не руйнувати... Одного нюансу Зеленський та його оточення не врахували. Вони самі привчили публіку висміювати чинну владу. Самі розбестили свою аудиторію, яка чекатиме на цей треш від «Кварталу» і надалі. Бо у неї виробилися відповідні рефлекси і потреби. Якщо їх не задовольнити, публіка буде не задоволена. Дуже не задоволена. А від обожнювання до ненависті, як відомо, відстань коротка — ну точно не довша від одного президентського терміну.

Джерело: wz.lviv.ua.

● ПРЯМА МОВА

Віталій ПОРТНИКОВ, журналіст, застерігає Володимира Зеленського від капітуляції під маскою миру:

Якби Володимир Зеленський захотів би наприкінці 30-х — на початку 40-х років поговорити в Європі про мир, він знайшов би чимало чудових співрозмовників — від нобелівського лауреата Кнута Гамсуна (норвезького письменника, який прихильно ставився до Третього Рейху. — Ред.) до маршала Петена (французького військового, який став на шлях колабораціонізму після поразки Франції від гітлерівців. — Ред.). І так, якби переміг Гітлер, а не союзники, англійці вважалися б паліями війни, а учасники європейського руху Опору — екстремістами, які не хотіли миру. Хоч ані Зеленський, ані я про це б не дізналися, тому що наші дідуся та бабусі тоді вже напевно загинули б у газових камерах разом з усіма іншими євреями Європи (Портников та Зеленський — євреї. — Ред.). Адже ми з Володимиром народилися саме тому, що знайшлися країни і люди, які чинили опір агресору. Не хотілося б йому про це нагадувати, але скажу зрозумілою мовою — наші діди воювали.



● НЕЙМОВІРНА ІСТОРІЯ ПОРЯТКУ

Лікарі сказали, що його син мертвий. І тоді батько взявся за пістолет...

Про вчинок 58-літнього Джорджа Пікерінга повідомляли кілька років тому чи не всі засоби масової інформації США. Коли лікарі вирішили відключити його важкохворого сина від апаратів життєзабезпечення, чоловік забарикадувався із ним у палаті й не дозволив статися непоправному

Ірина ГОРОБЧЕНКО

Наступного дня на сторінках газет з'явилася інформація про незвичайний випадок у реанімації лікарні в місті Томбалі, неподалік від Х'юстона. Батько, почувши, що на хворому синові медики поставили хрест, не погоджувався з таким рішенням, а потім став погрожувати пістолетом, не підпускаючи співробітників медустанови. Поліція і спецназ увійшли в медичний центр і врешті-решт переконали порушника здатися. Операція тривала чотири години.

Детективи розповіли, що чоловік перебував у палаті з усією своєю сім'єю, чекаючи приходу медсестри, а коли вона увійшла, направив на неї 9-міліметровий пістолет. Потім він забарикадувався в палаті, погрожуючи вбити будь-кого, хто туди зайде. На самому початку протистояння інший син Пікерінга, який перебував поруч, відібрав пістолет у батька і зумів передати його поліцейським. До речі, мати хворого і його брат погодилися з рішенням лікарів, і юнак уже був внесений у реєстр донорів органів. Але серце батька не могло змиритися. Чоловік не підпускав медиків до сина, гукав: «Не думайте, що я не маю з чого стріляти!» Саме це стало причиною такої тривалої роботи правоохоронців.

Коли правопорушник здався, поліцейські не знайшли при ньому зброї. Представник Томбальського відділення поліції повідомив, що Джорджа Пікерінга підвело серце під час протистояння з працівниками правоохоронних органів, і в ту ж ніч йому було надано медичну допомогу.

Коли стали відомі причина й наслідки екстремальної поведінки чоловіка, громадськість стала на його бік. 27-річний син Джорджа Пікерінга переніс кілька інсультів і в результаті останнього з них впав у кому. У той день, коли сталися описані події, медики зафіксували у пацієнта зупинку роботи мозку. Згорьований батько не дозволяв відключати його від апаратів життєзабезпечення, бо відчував, що у хворого є шанс вижити. Чоловік навіть мав намір на знак протесту накласти на себе руки, але на це не зважали. Тому він вчинив по-іншому.

Що ж робив Джордж усі ці довгі години протистояння з поліцією? Він розмовляв із сином. Тримав хворого за руку і благав не йти від нього. І сталося неймовірне: приречений на смерть хлопець почув батька і стиснув його руку у відповідь! У той же день пацієнт вийшов з коми і навіть зміг вимовити кілька слів.

Джорджа Пікерінга спочатку заарештували і відправили за ґрати, проте незабаром звільнили достроково. Його син повністю відновився після важкої хвороби.

Фото CNN.com.



«Так, мій батько порушив закон. Але якби не він, мене тут уже не було б».

● УРОКИ ЄВРОПЕЙСЬКОГО ЗАРОБІТЧАНСТВА

Чому поляки хворіють так само, як і українці?

Закінчення. Початок на с. 1

Анастасія ПЕЦЕНЮК,
дослідниця європейського заробітчанства

Якби не польська мова, можна було б подумати, що це українка тяжкими зітханнями безслівно розповідає про своє життя: повоєнне, напівголодне; потім з малими дітьми на руках, потім — із внуками. Тепер правнуки біля неї копошаться...

— У мого зятя цукриця (цукровий діабет), — розповідає бабуся Веся. — А в його брата інфаркт недавно був.

А ще пані Веся називає своїх ровесниць, які лежать після інсультів і дітям тяжко за ними доглядати, бо діти живуть і працюють у містах районного і обласного масштабу. До когось зі стареньких приходять місцеві доглядальниці, до когось діти приїжджають по черзі. Селом мало не щодня мчить «швидка». Її сирену чути здалеку, і по тому, куди вона поїхала, дорослі часом починають вгадувати, до кого б то...

— У нашого сусіда вчора працівник-українець упав із тюків соломи на тракторі. Хотіли хлопці всю солому за один раз забрати! А тюки ж круглі, покотилися — і хлопець разом з ними! — розповідає пані Ася українцем, які працюють у неї. — Чого їм було спішити? Могли ж іще раз трактором приїхати!

— А я не можу чути тієї сирени, мені щось робиться! — каже сусідка пані Асі, пані Агата. — Після того, як минулого року мій чоловік вийшов із хати на подвір'я, вправ і більше не встав, — я не можу чути цієї сирени! Я знов бачу тіло свого чужого чоловіка на подвір'ї. Він ніколи нічим не хворів, їздив на всіх тракторах і машинах, обробляв сам поле, а я з людьми тільки займалася, а тепер... Все сама! Родичі допомагають, але як до цього звикнути?!

Пані Агата замовляє, дстає з кишені маленьку таблетку і кладе під язик.



Пан до аптеки спеціально їздив!

— Дівчата, то ж фарш смердить! Треба викидати!

— Дурна ти, Галько. Треба вимочити в оцтові, додати часнику і зробити котлети!

Зять пані Касі приїжджає на кожні вихідні допомогти тестьовій. Він працює в поліції і навіть після роботи на полі приходиться у гараж, де стоїть тренажер, піднімає штангу, качає прес, робить інші вправи, бо від фізичної форми залежить успішність його роботи і кар'єри. Своє здоров'я він розглядає як найважливіший ресурс для успіху. До речі, для селян на околиці теж є тренажери (спортивний майданчик — результат одного з європейських проєктів). Але черги до тренажерів немає, хоч і вхід вільний.

— Стільки стресів тепер, стільки стресів! — вигукує пані Агата і розповідає чер-

гову драматичну історію. А українки-заробітчани приходять до помешкання і починають... принюхуватися до холодильника: там щось тхне! Через кілька хвилин «дослідження»:

— Дівчата, то ж фарш смердить! Треба викидати!

— Дурна ти, Галько. Треба вимочити в оцтові, додати часнику і зробити котлети!

І ось — вечеря з котлетами. І сніданок. Жодної крихти фаршу не пропало! Правда, робота чогось «не клеїться» ніяк! Так уже повільно і мовчки рухаються ці галасливо-балакучі жіночки, що відразу зрозуміло: щось не так! І про таблетки одна одну перепитують. Пан до аптеки спеціально їздив!

Багато можна ще подібного додати, але питання залишається відкритим: чого ж так хворіють і поляки, й українці?

Урок 1: здоров'я починається зі здорового харчування і спокійних нервів.

Урок 2: відпочинок — це така ж норма, як їжа і сон.

Урок 3: хвороби про національність не запитують.

У Леоніда Олійника — 200 кролів. Беріть приклад!

Чи захистить від раку щеплення?

«Глядачі хором сказали, що я хохол, майданутий і каструлеголовий»

Ведучий програми «Вата Шоу» Андрій Полтава: «Глядачі хором сказали, що я хохол, майданутий і каструлеголовий»

Усього
6,5 гривні

Читайте у жовтневому випуску іншого нашого видання «Читанка для всіх»:



Чому перед споживанням їжі її треба обов'язково перехрестити?



У Леоніда Олійника — 200 кролів. Беріть приклад!



Чи захистить від раку щеплення?

Ведучий програми «Вата Шоу» Андрій Полтава: «Глядачі хором сказали, що я хохол, майданутий і каструлеголовий»



Запитуйте у відділеннях зв'язку і у ваших листонаш!

● СПРОБУЙТЕ Й ВИ

Що б смачненького з'їсти, аби схуднути?

Наталія Самойленко — лікарка у сфері дієтології та ендокринології — упродовж 18 років складає персональні програми оздоровлення та харчування: розробляє індивідуальні раціони, що підходять під вік, стать, рівень фізичної активності та стан здоров'я людини. Клієнтами пані Наталії були зірки телеекрана Наталія Могилевська, Катя Осадча, Маша Єфросініна, Юрій Горбунов, Марічка Падалко. Своїм досвідом дієтолог ділиться у книзі «Їж, пий, худни»

Оксана КРАВЧЕНКО

ЯК БИ ЗРАНКУ НЕ ПОСПІШАЛИ — ЗНАЙДІТЬ ЧАС ПОСНІДАТИ

Правильний режим споживання їжі формує ритм роботи всього нашого організму. Він буде реагувати на кожен сніданок, обід і вечерю, що стануть для нього своєрідними командами про запуск метаболічної реакції та прискорення обмінних процесів. У медицині це називається специфічним динамічним впливом їжі на обмін речовин. Тривалість його — приблизно 3—5 годин після надходження харчів у шлунок. Коли цей час проминув, нам потрібно щось з'їсти. І так знов і знов, бо інакше «метаболічна машина» не набере потрібної швидкості.

Здорове харчування починається з правильного сніданку. Він налаштовує обмінні процеси на продуктивну роботу, забезпечує організм енергією на цілий день. Перше споживання їжі має відбуватися упродовж години після пробудження. Ідеальний час для цього — 07.00—08.00.

А от відмова від ранкового — одна з головних причин появи зайвої ваги та розвитку ожиріння. Обмінні процеси в тих, хто звик вранці їсти, відбуваються на 7—10% активніше. Справа в тому, що без сніданку наш організм вирішує: треба дбати про себе самому. Він запускає механізми, котрі дають змогу йому вижити в умовах браку їжі. У клітинах починає накопичуватися жир — такі собі запаси «на лиху годину», системи й органи переходять до економного режиму роботи, сповільнюється метаболізм.

Дехто вважає, що в ранкові години не варто навантажувати шлунок і однієї чашки кави цілком достатньо. Це стратегічна помилка для всіх, але особливо для тих, хто бореться з надмірною вагою. Адже кава підвищує рівень кортизолу, а це призводить до появи жирових відкладень у ділянці талії й живота.

Відмова від сніданку — стрес для організму, який провокує передчасне старіння.

КАШУ ГОТУЙТЕ НЕ З ПЛАСТІВЦІВ, А З КРУП

Безумовно, починати день треба зі склянкою води. Не варто налягати на ковбаси, м'ясо, наваристий борщ. Краще обрати щось зі складних вуглеводів — цільні злаки, фрукти, овочі, коренеплоди, або з білкових продуктів — яйця, домашній сир, білі сири (адигейський, моцарела, сулугуні тощо), риба. А ще ліпше з'їсти кашу — гречану чи пшоняну, з дикого рису або інших цільнозернових круп.

Правильні сніданки — це й дієва профілактика утворення каменів у жовчному міхурі. Адже тривалі паузи в споживанні їжі й нічна перерва призводять до того, що жовч

У меню більшості українців обмаль овочів і фруктів, наголошують медики.

застоюється, а це може спровокувати утворення згустків і каменів. Каша допоможе уникнути проблем із застоєм жовчі. Сніданок, що складається із зернових, не тільки додає нам енергії, а ще й поліпшує настрій, адже повільні вуглеводи сприяють викиду в кров гормонів радості та задоволення. Така їжа здатна позитивно вплинути на рівень шкідливого холестерину, що вбереже вас від багатьох проблем із серцем і судинами.

Каші — найкращий помічник для інтелектуальної діяльності, що сприятиме концентрації уваги та ліпшому запам'ятовуванню інформації. Людина, яка звикла правильно снідати, має міцніший імунітет. Це доводять численні дослідження флори

Найстрашнішими для нашого здоров'я є трансжири, які складаються зі спотворених молекул і у виробництві яких застосовують токсичні речовини.

кишківника. У нашому тілі постійно мешкають трильйони різноманітних мікроорганізмів — мікробіом. За підрахунками науковців, кожен дорослий носить у собі втора-два кілограми бактерій. Імунітет, здоров'я, довголіття безпосередньо зумовлені станом мікробіому. Тому ми маємо плекати його й опікуватися ним, як усім тілом загалом і кожним його органом зокрема.

«НІ» — «ДІЄТИЧНИЙ» ЇЖІ!

Не варто рахувати калорії. Важливіше знати глікемічний та інсуліновий індекси харчів. Перший показує швидкість розщеплення кожного продукту в нашому організмі і його перетворення на глюкозу. А гормон інсулін відповідає за транспортування глюкози з крові в клітини. Відомо, що сам свіжий фрукт є кориснішим, ніж сік-фреш із нього. Надмірне продукування інсуліну зумовлює накопичення жиру. Маловідомий факт: молоко стимулює вироблення інсуліну так само потужно, як і солодкий пончик. І якщо додавати його в каші або інші продукти з низьким інсуліновим індексом, вони перетворюються на шкідливі для процесу схуднення. Також не можна пити молоко перед сном.

Щоб правильно споживати вуглеводи, потрібно не поєднувати їх із жирами і білками. Тому говоримо «ні» здобним пиріжкам, вареникам і млинцям із м'ясом, домашньому сиру з варенням або запіканкам з нього, якщо хочемо знизити вагу.

Не купуйте продукти з написами «дієтичний», «зі зниженою калорійністю», «знежирений». Ця інформація насправді свідчить про те, що натуральні жири в продуктах замінені вуглеводами.

Навіть фруктами не варто зловживати. Добова норма не повинна перевищувати 300—350 г, і їх потрібно їсти тільки в першій половині дня. Найкорисніші з точки зору глікемічного навантаження ягоди, дині, ківі, цитрусові, гранати.

Найстрашнішими для нашого здоров'я є трансжири, які складаються зі спотворених молекул і у виробництві яких застосовують токсичні речовини. Вони зумовлюють розвиток атеросклерозу, а також онкологічних і серцево-судинних захворювань, цукрового діабету другого типу, хвороб печінки, передчасного старіння. У багатьох країнах Європи використання таких з'єднань у виробництві харчових продуктів заборонено, але в Україні — обмежень немає. Трансжири містяться у спредах, майонезах, більшості сортів морозива, тортах і тістечках промислового виробництва, плавлених сирах, фаст-фудах і картоплі-фрі, попкорні та ін.

Правильне споживання м'яса — це «ні» смаженим. Також варто віддавати перевагу птиці (без шкірки) та риби. Завжди поєднуйте м'ясо з овочами, салатами й зеленню.

Важливо не пропускати і другий сніданок: він повинен бути за 2–3 години після першого. Для нього ідеально підійдуть фрукти і ягоди.

Все, що ми з'їмо на обід, добре перетравиться і засвоїться. Тому саме в цей час можемо дозволити собі найбільші порції (400—500 г). Приклад хорошого обіду: не дуже жирна перша страва, салат зі свіжих овочів і відварене або запечене м'ясо чи риба.

Основним джерелом калорій у другій половині дня повинні бути корисні жири й легкі білки. Тому на полуденок (16.00—17.00) варто їсти горіхи, авокадо, овочі, несолодкий йогурт або сир. Дві третини вашої тарілки на вечерю повинні займати овочі, найкраще — термічно оброблені. А до них — морська риба, морепродукти, страви з яєць і сочевиці. Вечеряти потрібно не пізніше ніж за 3 години до сну.

● Є НАДІЯ!

Відкриття допоможе у лікуванні анемії, раку та інсульту

Нобелівську премію в галузі медицини цьогоріч одержать одразу троє вчених: Грег Семенза та Вільям Кейлін зі Сполучених Штатів та британець Пітер Реткліфф. Їхні дослідження допомогли визначити, як саме живі клітини реагують на перепади рівня кисню. За словами представників Нобелівського комітету, відкриття науковців може стати у пригоді при лікуванні багатьох захворювань

Як пояснив член Нобелівської асамблеї Рендал Джонсон, дослідження трьох учених стосується процесу регулювання того, як тіло реагує на підвищення та зниження рівня кисню навколо. Таким чином вони відкрили «регулятор, який визначає, як наші клітини адаптуються, коли рівень кисню падає». Це може стати проривом у лікуванні анемії, онкологічних недуг, інсульту, інфекційних захворювань та серцевих нападів. «Ці фундаментальні відкриття значно підвищили наше розуміння того, як тіло адаптується до змін, а їхнє використання вже впливає на практичну медицину», — стверджує Джонсон.

Сума премії в 2019 році становить 9 мільйонів шведських крон, що наразі дорівнює понад 900 тисячам доларів США. Ця нагорода в галузі медицини — 110-та за всю історію Нобелівської премії. Загалом лауреатами стали 219 осіб, з яких 12 — жінки.

● БЕРЕЖЕНОГО БОГ БЕРЕЖЕ

А може, це тромб?

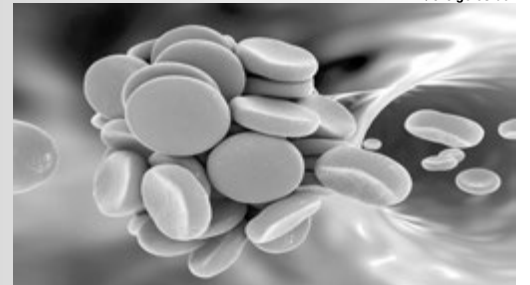
Багатьох важких недуг вдалося б уникнути, якби люди уважніше ставилися до свого здоров'я, прислухалися до тривожних сигналів, які подає організм

Марія КАЩУК

Фахівці відзначають, що тромбоз може виникнути фактично в кожній людині. Про його загрозу свідчатиме, наприклад, сильний набряк кінцівки з вираженим почервонінням. Нерідко з'являються червоні смуги на шкірі, розташовані паралельно з венами, теплі на дотик. Також відомо, що при тромбозі в нозі може виникати раптова болючість, що посилюється і не минає. Іноді цей симптом плутають із судомою, але при ній больові відчуття проходять швидко.

Маркером локалізації тромбу в судинах мозку є і раптовий сильний головний біль, що не зникає навіть після прийому анальгетиків. На тромбоемболію легеневої артерії можуть вказувати симптоми, що нагадують запущений бронхіт: людину починають мучити несподівані напади кашлю, вона не спроможна вдихнути на повні груди, відчуває брак кисню. Після фізичних навантажень важке дихання — це нормально, але безпричинна задишка повинна вас насторожити. Вона може бути показником утворення згустків крові поблизу легень. Якщо в той же час вас турбує і запаморочення, негайно вирушайте до лікаря.

Фото golos.ua.



Велика сторінка для Пані

Шукаєте ідеальну жінку?
Ну, вибачайте, мужики...
Не було у вас ідеальних ребер!

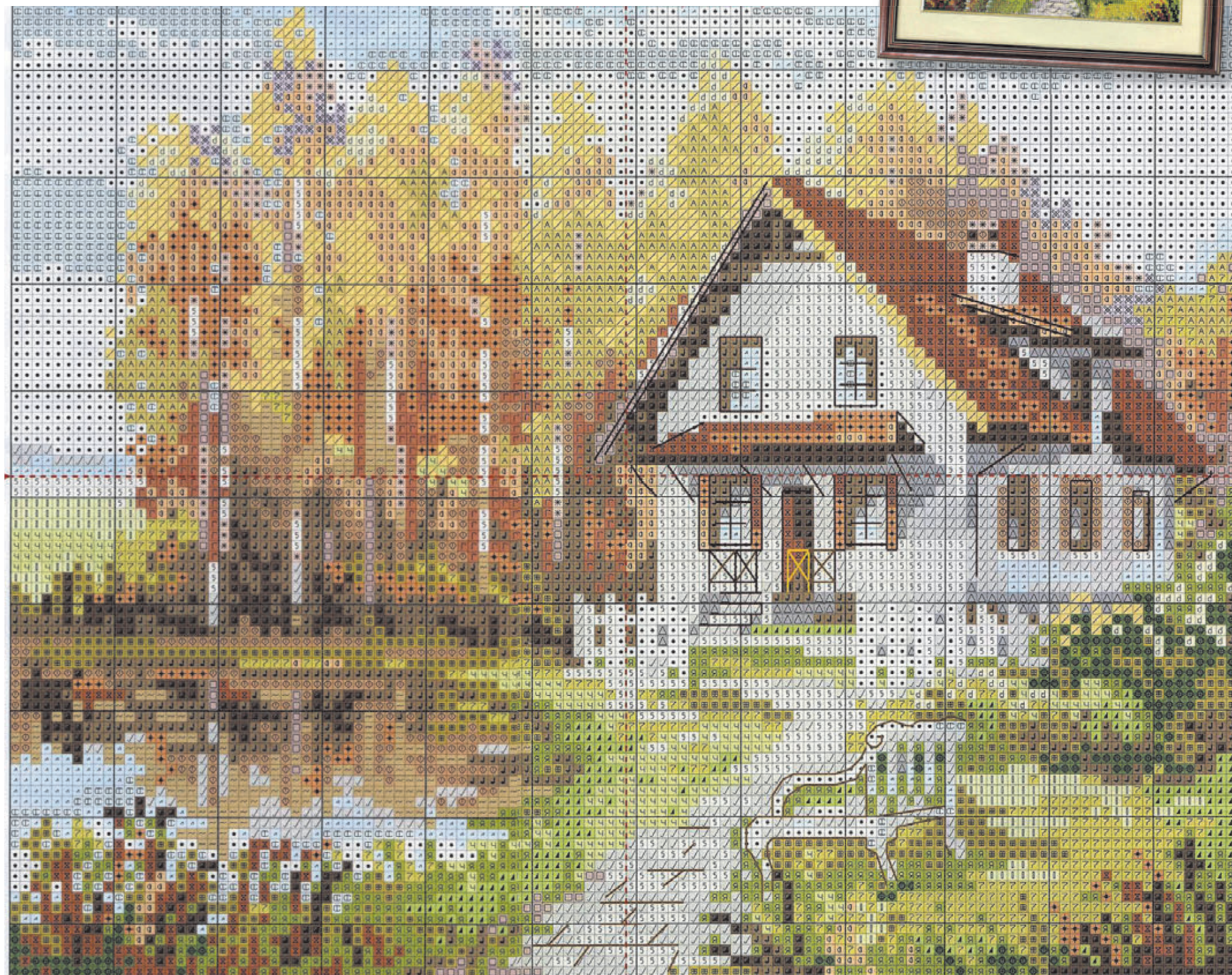


РУКОДІЛЬНИЦЯМ

«Гостинно осінь відкрива мені
ці виткані хороми осяйні.

Вбирають очі барви золоті —
це справжня казка наяву, в житті...»

Світлана ЖУК.



СЕКРЕТИ КРАСИ

Звички, які псують волося

Більшість із нас дотримується за ним стандартно: мие, наносить кондиціонер і бальзам, іноді використовує маски. Але, виявляється, ми часто робимо і те, що завдає шкоди красі й здоров'ю волосся, навіть не підозрюючи цього

НАНЕСЕННЯ ШАМПУНЮ ПО ВСІЙ ДОВЖИНІ

Змашувати потрібно лише шкіру голови масажними рухами. Піна сама розподілиться з водою. Застосування великої кількості цього засобу може спровокувати ламкість і сухість.

РОЗЧІСУВАННЯ МОКРОГО ВОЛОСЯ

Хоча це не дуже й зручно, але розчісувати треба тільки сухе. Якщо хочете уникнути заплутаних пасм, робіть це безпосередньо перед тим, як будете приймати душ. Мити голову слід м'якими рухами, масажуючи шкіру, тоді волосся не зіб'ється.

ВІДЖИМАННЯ

Декому здається, що через воду кондиціонер або бальзам погано вбирається. Це не так. Вона є провідником

косметичного засобу, даючи змогу йому рівномірно розподілятися. А коли ви віджимаєте волосся, то деякі пасма залишаться незадіяними, не вберуть бальзам чи кондиціонер.

ЕНЕРГІЙНЕ ВИТИРАННЯ РУШНИКОМ

Цього не слід робити, адже тоді розкриваються, а потім і пошкоджуються лусочки волосся, внаслідок чого воно тьмяніє. Просто злегка промокніть пасма рушником — від коренів до кінчиків.

СПАТИ З «ХВОСТОМ»

Гумки, які ми використовуємо, не такі вже й безпечні. А якщо спите ще й з високим «хвостом», то розчісуючи вранці, виявите на гребінці жмут волосся.

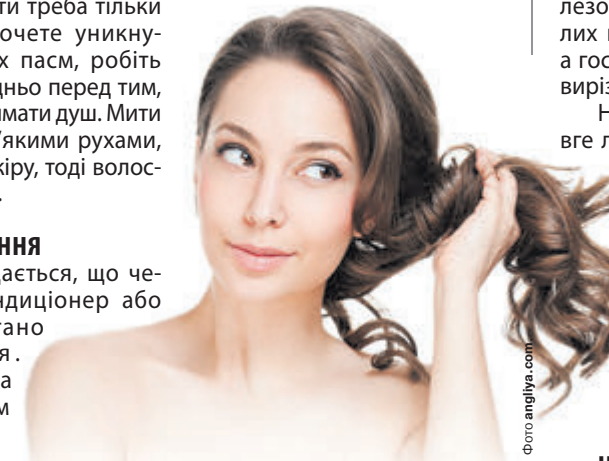


фото: angyne.com

НА ЗАМІТКУ

Не спішіть викидати одяг

Ви поставили пляму на вашу улюблену річ? Не викидайте, спробуйте врятувати

Якщо на неї потрапив клей, його можна вивести таким чином: замочити забруднену річ у розчині соди, потім випрати, додавши у теплу воду 2–3 столові ложки спирту. А ось плями від йоду варто протерти ватним тампоном, змоченим у 10-процентному розчині тиосульфату натрію, а потім відіпрати.

Забігши на хвилину у кафешку, щоб випити кави, нерідко повертаємося додому із плямою на одязі. Але



фото: postirke.ru

це не біда. З нею легко справитися, якщо змочити її гліцерином і вимити річ у теплій воді. На плями від фруктів варто нанести гаряче молоко, а потім випрати. Від соків, ягід теж можна вивести їх без проблем. Капнути кілька крапель нашатирного спирту, а після цього попрати у теплій воді.

ДОМАШНЯ АКАДЕМІЯ

Кухонні ножі: вибираємо і користуємося

Здавалося б, що може бути простішим — ручка й лезо. Однак не все так очевидно. Правильне застосування цього інструмента — ціла наука! Різні види кухонних ножів призначені для різної роботи і мають особливу форму, яка забезпечує найбільш комфортне користування



фото: smachni-recepti.pp.ua

ЯКІ ВИДИ НОЖІВ ІСНУЮТЬ
Універсальні (1) можуть бути різної довжини, мати пряме або хвилясте лезо без будь-яких характерних особливостей. Вони призначені для грубого різання овочів.

Хлібний (2) має довге міцне лезо однакової ширини. Хвиляста ріжуча кромка розрізає хлібну скоринку і не мнє м'якуш. Такий ніж підійде і для розрізання кавуна чи дині.

Овочевий (3) — із коротким міцним лезом і зручною ручкою, ріжуча кромка у нього рівна і пряма, кінчик загострений. Такий інструмент використовують для очищення або різання овочів та фруктів.

Ніж для чистки (4) — маленький, легкий, з увігнутим клинком і гострим кінчиком. Викривлене лезо зручне для обробки округлих поверхонь овочів і фруктів, а гострий вигнутий кінчик — для вирізання зіпсованих частинок.

Ніж для нарізки (5) має довге лезо з нешироким полотном і гладкою ріжучою кромкою. Він призначений для акуратного нарізання на тонкі скибочки шинки, смаженого м'яса, копче-

ної риби.

Ніж для м'яса (6) — зігнутої форми з клинком, що розширюється до кінчика. Така форма дасть змогу концентрувати зусилля на тій чи іншій ділянці леза, щоб розрізати жилаве жорстке м'ясо.

Філейний (7) — вузький і довгий, призначений для відрізування тоненьких рівних шматків м'яса чи риби. Щоб розріз виходив ідеальним, його краще робити одним рухом ножа.

Ніж для зрізання м'яса з кісток (8) має характерне лезо, що змінюється по ширині: розширюється біля основи і звужується до загостреного кінчика, ріжуча кромка вигнута. Таке лезо дає змогу проникнути всюди.

Кухарський (9) — із широким і важким клинком, ним легко сікти капусту, овочі, зелень.

Японський кухарський (10) ніж відрізняється від звичайного

опущеним вістрям і більш прямою ріжучою кромкою. Він використовується для суші, а також для нарізки грибів та імбирного кореня, обробки м'яса й риби.

Ніж для м'якого сиру (11) має в своєму прямому лезі заглиблення або отвори, щоб уникнути прилипання сиру. На його кінці може бути двозубчаста виделочка для перенесення скибочок із дошки на тарілку.

У ножа для томатів (12) лезо довге, нешироке і хвилясте, щоб розрізати щільну шкірку. Такий ніж підходить для різання будь-яких фруктів і овочів з твердою шкіркою і ніжною м'якоттю.

Кухонний топірець (13) зручний для обробки великих шматків м'яса.

Про особливості правильного догляду за ножами читайте у наступному номері.

САМА СОБІ ПСИХОЛОГ

Вчимося змінюватися

Нашому мозку потрібно всього 90 секунд на те, щоб подразник дав імпульс і змусив людину злякатись чи розізлитись. Якщо усвідомити цей момент і простежити за собою, ми матимемо достатньо часу, щоб на мить зупинитись і сформувати адекватну реакцію. Результати проведених експериментів є доказом того, що практика дає змогу навчитись контролювати себе, вона сприяє покращенню настрою та самопочуття

Регулярні заняття медитацією допомагають нам зменшити роздратованість, тривожність та депресивні стани, сприяють зниженню ключових показників хронічного стресу. На базі самосвідомлення була розроблена когнітивна терапія. Як виявилось, ефект від неї не менший, ніж від антидепресантів.

ЯК ПРАКТИКУВАТИ МЕДИТАЦІЮ? ДОТРИМУЙТЕСЯ ТАКИХ РЕКОМЕНДАЦІЙ:

1. Переїдьте до тихої кімнати, де буде мати можливість побути 15 хвилин на самоті, щоб вас ніхто не відволікав. Через роки тренувань ви навчитесь робити це будь-де.

5. У голові будуть виникати абсолютно різні думки, що є цілком нормальним, дозволяйте своєму розуму «блукати» та поступово повертайте його в стан спокою.

6. Не потрібно примушувати себе звільнитися від думок, краще дати їм можливість «піти». Виняток — пам'ятати думки й знову концентруватися на диханні (без самокритики) вважається важливою складовою практики.

7. Завершуючи, усвідомте власне тіло, почніть прислуховуватись до навколишнього середовища, пригадайте предмети, які є біля вас, та заплющте очі.

8. Сядьте, тримаючи спину в рівному положенні, ноги повинні торкатись підлоги, очі нехай залишаються розплющеними. Відсуньтеся від спинки стільця, щоб ваш хребет ніщо не підтримувало. Дивіться вперед, 3–4 рази глибоко вдихайте носом та видихайте ротом.

9. Поступово повертайте дихання до звичайного темпу, далі заплющте очі, дихайте спокійно.

10. Концентруйтеся на своєму диханні, на тиші. Усвідомте цю паузу, відчуєте, як ваше тіло тисне на стілець, а стопи — на підлогу. Стежте за тим, як вдихаєте повітря та видихаєте.

Постарайтесь вести цю практику у свої щоденні справи — радимо розпочинати її відразу після пробудження чи перед сном (по 10 хвилин), бо це дуже зручно. Важливо повторювати протягом 21 дня, і таким чином вона стане звичкою. Регулярно звертаючи увагу на нові можливості, а не на обмеження, ви зможете перелаштувати власний мозок.

Джерело: zhyvakytyvo.org.

● СІМ «Я»

Однокрилий соловейко

Чи доводилося вам чути казку про соловейка з одним крилом? Пташеня народилося калічкою, і батьки були в розпачі у першу пору його появи на світ, а потім ще й тоді, коли всі нормальні солов'їні сім'ї полетіли у вирій. Однак вони все ж знайшли у собі сили любити дитину — і на знак того пізньої осені заспівали так, що вся Природа чудувалася. У них, у батьків, малий Соловейко підглядів Дар вірити у свої сили, навіть якщо все проти того. За рік усе пташине товариство захоплювалося його надзвичайним щемним співом. Автор казки Олег Романчук підсумував оповідь устами старого Соловія: «Мабуть, у природі не буває помилок, і кожен із нас такий, яким він є, кожен має своє, дуже важливе покликання. В нашій спільноті має бути місце для кожного...»

Оксана
КОВАЛЕНКО,
мама



Мої діти маленькими часто тягнули мене за рукав, аби показати на якогось особливого хлопчика чи дівчинку, дядю чи тьотю. «Мамо, дивися!» — їхні вигуки завше обікали, боялася, щоб не завдали прикрощів тій, інакшій, людині. Від такої ситуації нікуди не подінешся, і вона вчить, що з дітьми про це потрібно говорити... У класі моєї племінниці навчається дівчинка, яка не може ходити. Лише своєю присутністю вона виховує однокласників. Діти звикли їй помагати, і їх точно не

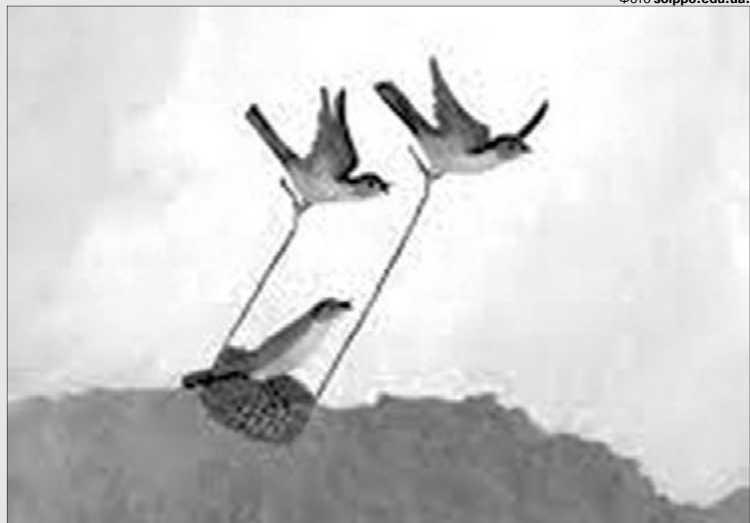
просто необхідний. Маю знайому маму, яка ростить хлопчика із синдромом Дауна, — впродовж усіх років дорослішання дитини вона проводить із собою «домашню роботу» про те, що ота жіночка чи отой чоловік насправді не хотіли їй дошкулити, коли казали те, що казали...

У луцькому Палаці учнівської молоді з'явилася кольорова афішка — про те, що варто робити, якщо поруч дитина з інвалідністю. Я вважаю, що це дуже цінна інструкція для нас, батьків. Вона навчає, як не робити боляче ближньому і самому не почуватися ні в сих ні в тих. «Не давайте порад, якщо вас не просять». «Не питайте у батьків, що з дитиною, краще запитайте, що їй подобається». В афішці ще написано про уважність і приязність, які так мало коштують і так високо цінуються. «Не звертайте увагу на нестандартну поведінку». Не відвертайтеся, коли хочеться. Не дозволяйте собі пройти повз, усміхніться. Наші діти «сичуть» усе й основну частину майстер-класів про поведінку у незвичних умовах вбирають від своїх тат і мам.

У тій казці про соловейка-однокрила пташки теж навчилися співчувати — наступної осені сплели кошик і забрали особливого одноплемінника у теплі краї.

Знаєте щось про цю тему — не мовчіть: поштова адреса є в газеті, а електронні — okovalenko74@gmail.com або tsikava.gazeta@gmail.com.

Фото soippo.edu.ua



Пташки теж навчилися співчувати — наступної осені сплели кошик і забрали особливого одноплемінника у теплі краї.

● НА ПОВОРОТАХ ДОЛІ



Це був перший поцілунок жінки, якою він марить довгі роки.

«Я відпускаю тебе...»

Закінчення. Початок на с. 16

Ольга ЧОРНА

Світлана прийшла працювати в їхню установу восени. У двадцять вісім, наче дівчисько, заплітала довгу русяву косу. Коли соромилася — червоніла. А коли сміялася — очі залишалися сумними. У кишенях любила носити каштани. Кажуть, це гарна прикмета — на щастя.

Вона сама після розлучення виховувала сина. Дехто думав, що Павлик — її молодший братик. Світлана скидалася на студентку.

Роман уперше побачив Світлану, коли зайшов до кабінету, де було її робоче місце. Немов насмішка долі: нова працівниця глянула на нього Галиними очима. Побачивши на її столі з десяток маленьких і великих каштанів, сказав: «Вам личить осінь». Ще звернув увагу на фото хлопчика. Здалося, його син, якого бачив здала один раз у житті, подібний на цього карапуза. «Ваш братик?» — запитав. «Син», — відповіла, почервонівши.

Відтоді він майже щодня начебто у справах заходив до цього кабінету. Заради неї.

Світлана із сином добігали до ліфта. Роман зачекав на них.

— Добрий день, Романе Олександровичу. Дякую. В садочку карантин, — неначе виправдовуючись, мовила.

— Як тебе звати? — запитав Роман мало.

— Я — цоловік! — серйозно відповів.

— А чоловік має ім'я? — перепитав Роман.

— Паска.

— Пашка, — виправила сина Світлана.

Роман довідався, що жінка живе неподалік парку. Його помешкання — в іншому кінці міста. Але він їздив туди у вихідні, сподіваючись побачити Світлану з малим. Це було якесь щемне й тривожне почуття. А може, саме таким у його віці є кохання.

...Ось вони йдуть парком. Маленький «цоловік» збирає для мами каштани. Вона щаслива. Сміється. Зашпортався. Упав. Роман ледве себе стримав, аби не підійти й не запитати, чи малий не вдарився. А ще йому хотілося купити «Пасці» великого льодяника і надувного клоуна. Цікаво, чи Іван купував його синові льодяники і надувних клоунів?

Не статки, не статус і навіть не час є ліками від цього, а чужа жінка із сумними очима та її «цоловік Паска».

Роман почувався злодієм, який намагається вкрати шматочок чужого життя. Він і припустити не міг, що з роками так сильно може боліти минуле. І не статки, не статус і навіть не час є ліками від цього, а чужа жінка із сумними очима та її «цоловік Паска». Зізнався собі: закохався у Світлану. Ця тендітна жінка стала для нього щастям і тягарем водночас. Але він не може їй оспівитися...

...Романа вітали з п'ятдесятиріччям. До кабінету чиновника, який «вирішує дуже багато», несли дорогі подарунки й розкішні букети. Нарешті дійшла черга і до його колективу. Привітальне слово мала Світлана.

— Романе Олександровичу, щиро вітаємо вас...

Світлана вручила йому вишукану композицію з троянд і поцілувала. Це був перший поцілунок жінки, якою він марить довгі роки.

...У п'ятдесят два Роман став удівцем. Перед тим як відійти у вічність, Поліна запитала:

— Що означає для тебе ця жінка?

— Яка? Я ніколи не зраджував тебе.

— Ти в душі був із нею.

— Звідкіля знаєш?

— Я також інколи була там... у парку. І неподалік її будинку. Підглядала за тобою. І за нею. Я знаю, що ви разом працюєте. І знаю, що це не твій син. Але чому вона?..

Роман розповів про зражену ним Галину, про Івана і про те, що в нього є син. І що Пашка, здавалося, схожий на... Він так і не знає, як звати сина. І як йому щасливо-боляче бачити Світлану.

— Я відпускаю тебе, Романе... до неї, — сказала дружина. — Не знаю, чи син пробачить тобі. І чи варто шукати зустрічі з ним. А з цією жінкою... може, й станеш щасливим.

Наступного дня Поліни не стало.

...У вихідні Роман сівав у автівку і, як це робив роками, їхав на вулицю, де живе Світлана. Тепер, коли у великій замиській садибі та в просторій квартирі, крім нього, — жодної живої душі, ця гра у жмурки з долею стала сенсом його життя.

...Цього разу зупинив авто біля Світланіного будинку. Був будній день. Вона скоро повертатиметься з роботи. Сьогодні він мусить із нею поговорити. Лише б вислухала. Лише б спробувала зрозуміти... Осінь струшувала жовте листя і каштани. Вийшов з автівки. Підняв два каштани і поклав до кишені. На щастя...

● ПРЯМА МОВА

Уляна СУПРУН, ексміністр охорони здоров'я, про дифтерію (останнім часом в Україні, в тому числі й на Волині, зареєстровано кілька випадків захворювання на цю недугу):

Якщо ви ще досі не вакцинувалися проти дифтерії самі та не зробили щеплення дітям, зараз саме час не лише про це подумати, а й запланувати найближчим часом візит до вашого сімейного лікаря, терапевта чи педіатра. Дифтерія страшніша за кір, бо смертність від неї набагато вища. За статистикою, з тисячі хворих помирає від 50 до 100 осіб. Захищені від недуги лише вакциновані. 99% людей, які мають щеплення від дифтерії, не хворіють.



● ПРО ЦЕ ГОВОРЯТЬ

«Сепари» у Вінниці. В олії і сметані

Кулінарний винахід мешканця містечка Гайсина наробив переполоху на російському телебаченні

Евгенія СОМОВА

Ветеран АТО із позивним Гром володіє гарним почуттям гумору. Нещодавно чоловік вирішив потролити росіян, випустивши м'ясні консерви із крафтовими етикетками «Сепар у сметані», «Сепар в олії» і «Снегірь православний (із мощами Кобзона)».

Знімки креативного кулінарного винаходу швидко розлетілися соціальними мережами і дісталися до російського телебачення. На новий продукт миттєво відреагувала відома кремлівська пропагандистка Ольга Скабеєва. Екзальтована дамочка не зрозуміла гумору, вирішила, що в Укра-



Ідея випускати жартівливі консерви в Олександра з'явилася спонтанно.



«Сепари» в соусі з немовлят спричинили істеріку в російських пропагандистів.

Олександр Грамарчук під час перебування в АТО служив в інформаційному підрозділі. А повернувшись додому, вже на волонтерських засадах продовжує допомагати нашим військовикам.

їні налагодили масовий випуск таких консервів. У своєму ток-шоу вона показала промо-ролик «Сепара в сметані», назвавши ініціативу українця «повним ідіотизмом».

Як із такими людьми розмовляти про мир! — обурювалася жіночка, показуючи банку.

Сам же військовик сприйняв виступ Скабеєвої як рекламу продукції, яку випускає. Мовляв, тепер про його консерви знатимуть у Росії і не тільки. Пан Олександр розповідає, що продукція сувенірна. Її продаж для нього не є бізнесом, бо ж вигода невелика. Різниця між собівартістю консервів і ціною майже нема. А випускає їх, щоб

продовжити інформаційну діяльність проти Росії.

Зазначимо, що Олександр Грамарчук під час перебування в АТО служив в інформаційному підрозділі. А повернувшись додому, вже на волонтерських засадах продовжує допомагати нашим військовикам. Тим часом попит на його продукцію неабиякий. Адже вона — вищий клас! Консерви виготовлені з високоякісної свинини. Тож кількість замовлень за ко-

роткий проміжок часу перейшла за пів сотні. Їх беруть ящиками, а декотрі, скуштувавши, приходять знову. Замовляють не лише вінничани, а й мешканці інших міст і областей. Доставляє їх підприємець «Новою поштою». Пан Олександр каже, що продукція лімітована. Тож покупці, допоки підприємець не підняв ціни, поспішають придбати її.

За матеріалами сайтів «33 канал», «VeЖа».

● ОТАКОЇ!

Фото istpravda.com.ua.



Пані вважала, що це звичайна ікона, яка не має великої цінності.

Картину, яка роками висіла на кухні, продали майже за 27 мільйонів

Полотно флорентійського художника XIII століття Чімабуе, яке нещодавно виявили в помешканні жительки Франції, купили за 26,6 мільйона доларів

Лія ЛІС

До початку аукціону її вартість експерти оцінювали в понад 6 мільйонів доларів — саме з цієї суми починалися торги. Аукціонна фірма Asteon повідомила, що картину придбав покупець із Франції, який побажав не розкривати свого імені. \$26,6 мільйона — це новий рекорд для творів середньовічного мистецтва, що коли-небудь продавалися на торгах, кажуть представники Asteon.

Упродовж багатьох років полотно «Осміяння Христа» висіло над кухонною плитою жительки міста Комп'єнь, що на півночі Франції. Пані вважала картину звичайною іконою, яка не має великої цінності.

Тепер вона дякує знайомому художнику, який порадив віддати картину на експертизу — на всяк випадок. Виявилось, що це — саме той випадок...



Тепер це, найдорожче полотно середньовічного мистецтва.

Читайте у жовтневому випуску іншого нашого видання

«Так ніхто не кохав»

Коли транслювали «Багаті також плачуть», навіть Папа Римський «зависав» перед телевизором



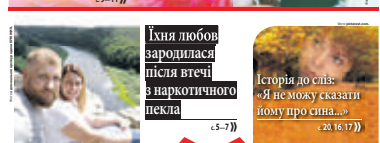
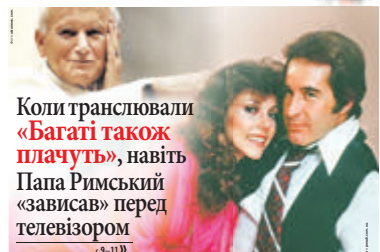
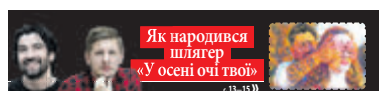
Історія до сліз: «Я не можу сказати йому про сина»



Їхня любов зародилася після втечі з наркотичного пекла



Як народився шлягер «У осені очі твої»



Усього
6,5 гривні

Запитуйте у відділеннях зв'язку і у ваших листонош!

ЧЕТВЕР, 7 ЛИСТОПАДА

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 «Міняю жінку»
13:15 «Сімейні мелодрами»
14:15 Т/с «Величне століття. Роксолана»
17:10 Т/с «Наречена зі Стамбула» (12+)
19:20 «Секретні матеріали 2019»
20:40 Т/с «Свати»
21:40 Т/с «Сидоренко-Сидоренко» (12+)
22:30 «Право на владу 2019»

ІНТЕР
05:25, 22:05 «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» 11:05, 12:25 Т/с «Надія на порятунку» (16+)
13:15 Ток-шоу «Роман з Ольгою» 14:25 «Речдок» 15:20 Речдок 16:20 «Речдок. Особливий випадок. Фатальна пристрасть» 18:00, 19:00 Ток-шоу «Стосується кожного» 20:00, 03:10 «Подорож» 21:00 «Речдок. Особливий випадок. По ту лінію фронту» 23:55 Т/с «Ні кроку назад!» (12+) 01.30 Х/ф «ЗАКЛЯТЯ ДОЛИНИ ЗМІЙ» 03.55 «Орел і Решка. Шопінг» 05.10 «Тор Шоп»

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 Свекруха або невістка
12:20, 15:30 Агенти справедливості (12+)
16:00 Історія одного злочину (16+)
18:00 Т/с «Вихідце без дзвінка» (12+)
19:50 Ток-шоу «Говорить Україна»
21:00 Т/с «На твоєму боці» (16+)
23:20 Следили зеленого тарифу

СТБ
05:55 Т/с «Коли ми вдома»
09:00 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія»
11:55 МастерШеф (12+)
15:20 Хата на тата (12+)

17:25, 22:55 Відлік часу
17:30, 23:00 Вікна-Новини
18:00 Слідство ведуть екстрасенси (16+)
19:00 Зважені та щасливі (12+)
21:00 Т/с «Місто законаних»
23:45 Я соромлюсь свого тіла (16+)

ICTV
05:35 Громадянська оборона
06:30 Ранок у великому місті
08:45 Факти. Ранок
09:15, 19:20 Надзвичайні новини
10:10 Секретний фронт
11:05, 13:20 Х/ф «БЕЗДОГАННА РЕПУТАЦІЯ» (16+)
12:45, 15:45 Факти. День
13:45, 21:25 Т/с «Пес» (16+)
16:25 Х/ф «РОМІН»
18:45, 21:05 Факти. Вечір
20:20 Антисомбі. Дайджест
22:40 Т/с «Фантом» (16+)

НОВИЙ КАНАЛ
05:45, 07:05 Kids Time
05:50 М/с «Том і Джеррі шоу»
07:10 Т/с «Біблотекері» (16+)
08:00 Т/с «Шлюк тасмано» (16+)
09:50 Ревізор
12:50 Страсти за Ревізором
14:50, 22:00 Т/с «Будиночок на шастя»
16:00, 21:00 Шалена зірка (12+)
17:00, 19:00 Хто зверну? (12+)
23:50 Т/с «Сирена» (16+)

МЕГА
06:00 Бандитський Київ
07:40, 13:20 Правда життя
08:50, 18:00 Наглядчі заповідника
09:40, 17:10 Сучасні дива
10:30, 00:25 Речовий доказ
11:40 Історія українських земель
14:25 Люві сучасності
15:25, 23:30 Горизонт
16:20, 21:40 НЛО з минулого
18:50, 20:40 Секретні території
19:50 Скарб. UA
22:35 Галапагоси

01:35 Містична Україна
02:25 Схемтик
K-1
06:30 «ТОР ШОП»
07:45 М/с «Каспер»
08:40 «Орел і Решка. Шопінг»
11:30, 18:10 Т/с «Мисливці за реліквіями»
13:30, 20:00 Т/с «Доктор Хто» (16+)
15:00 «Орел і Решка. Навколо світу»
17:00, 22:00 «Орел і Решка. Морський сезон»
23:00 «Орел і Решка. Перезавантаження»

2+2
06:00 Мультфільми
08:00 Т/с «Безсмертний» (16+)
09:35, 18:15 «Спецдок»
10:15, 18:50 «ДжеДАІ»
10:55, 17:15 «Загублений світ»
12:55 «Помста природи»
13:40 Х/ф «ТОЧКА НЕПОВЕРЕННЯ» (16+)
15:15 Х/ф «АМЕРИКАНЕЦЬ» (16+)
19:25, 20:30 Т/с «Брати по крові» (16+)
21:35, 23:10 Т/с «С.С. Місце злочину» (16+)

ФУТБОЛ-1
06:00 Боруссія (Д) - Інтер. Ліга чемпіонів УЄФА
07:45 «АУТОГОЛ»
08:00 Реал - Галатасарай. Ліга чемпіонів УЄФА
09:50, 18:50 Yellow
10:00, 15:40, 20:40, 22:45 Футбол NEWS
10:25 Баварія - Олімпіакос. Ліга чемпіонів УЄФА
12:10 Журнал Ліги Європи
13:05 Аталанта - Ман Сіті. Ліга чемпіонів УЄФА
14:50 Огляд вівторка. Ліга чемпіонів УЄФА
16:05 Динамо (З) - Шахтар. Ліга чемпіонів УЄФА
17:55 «НЧ Ліги чемпіонів»
19:00, 23:55 «Шлях до Граньска»
19:50 LIVE. Копенгаген - Динамо (К). Ліга Європи УЄФА
21:50 LIVE. Олександрія - Сент-Етьєн. Ліга Європи УЄФА

П'ЯТНИЦЯ, 8 ЛИСТОПАДА

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» (12+)
19:20 «Секретні матеріали 2019»
20:25, 22:25 «Ліга сміху 2019»

ІНТЕР
05:25, 23:00 «Слідство вели... з Леонідом Каневським» 07:00, 08:00, 09:00, 12:00, 17:40 Новини 07:10, 08:10, 09:20 «Ранок з Інтером» 10:00 «Корисна програма» 11:05, 12:25 Т/с «Надія на порятунку» (16+)
13:15 Ток-шоу «Роман з Ольгою» 14:25 «Речдок» 15:20 Речдок. Особливий випадок. Фатальна пристрасть» 18:00, 02:10 Ток-шоу «Стосується кожного» 20:00 «Подорож» 22:00, 03:10 «Наш Блаженніший» 00:45 Х/ф «ВИПАДКОВИЙ ЗАПИС» (16+) 03.40 «Чекай на мене. Україна» (15.05 «Тор Шоп»

УКРАЇНА
06:30, 07:10, 08:15 Ранок з Україною
07:00, 08:00, 09:00, 15:00, 19:00 Сьогодні
09:30 Зірковий шлях
10:40 Х/ф «ПРОЩАЮСЯ ВОСТАННЄ» (12+)
12:50, 15:30 Т/с «Штамп у паспорті» (12+)
18:00 Т/с «Вихідце без дзвінка» (12+)
19:50 Ток-шоу «Говорить Україна»
21:00 Свобода слова Савика Шустера

СТБ
06:30 Т/с «Коли ми вдома»
08:30 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія»
11:25, 19:00 МастерШеф (12+)
15:25 Хата на тата (12+)
17:25, 21:55 Відлік часу
17:30, 22:00 Вікна-Новини

18:00 Слідство ведуть екстрасенси (16+)
22:45 Х-фактор
ICTV
05:35 Громадянська оборона
06:30 Ранок у великому місті
08:45 Факти. Ранок
09:15, 19:25 Надзвичайні новини
10:10 Антисомбі. Дайджест
11:05, 14:15 Скetch-шоу «На трьох» (16+)
12:45, 15:45 Факти. День
13:15 Т/с «Орчизини» (16+)
16:20, 22:50 Т/с «Вихити за будь-яку ціну» (12+)
18:45 Факти. Вечір
20:10 Дизель шоу (12+)

НОВИЙ КАНАЛ
05:45, 06:35 Kids Time
05:50 М/с «Том і Джеррі шоу»
06:40 Х/ф «ПОМСТА ПУХНАСТИХ»
08:20 Х/ф «КРИХТКА ІЗ БЕВЕРЛІ-ХІЛІЗ»
10:10 Т/с «Будиночок на шастя»
14:30, 21:40, 23:50 Екзи (16+)
16:20, 19:00 Топ-модель по-українськи (16+)

МЕГА
06:00 Бандитська Одеса
07:15, 13:05, 02:25 Правда життя
09:00, 18:00 Наглядчі заповідника
09:50, 17:05 Сучасні дива
10:45, 00:25 Речовий доказ
11:55 Історія українських земель
14:15 Там, де нас нема
15:15, 23:30 Горизонт
16:10, 21:40 НЛО з минулого
18:50, 20:40 Секретні території
19:50 Скарб. UA
22:35 Галапагоси
01:35 Містична Україна

K-1
06:30 «ТОР ШОП»
07:45 М/с «Каспер»
08:30 «Орел і Решка. Шопінг»
11:15 Т/с «Мисливці за реліквіями»

13:00 Т/с «Доктор Хто» (16+)
15:00 «Орел і Решка. Навколо світу»
17:00, 22:10 «Орел і Решка. Морський сезон»
18:10 Х/ф «УЧИТЕЛЬ АНГЛІЙСЬКОЇ» (16+)
19:50 Х/ф «НАРЕЧЕНА-ВТІКАЧКА» (16+)
23:10 «Орел і Решка. Перезавантаження»

2+2
06:00 Мультфільми
08:00 Т/с «Безсмертний» (16+)
09:35, 18:15 «Спецдок»
10:15, 18:50 «ДжеДАІ»
10:55, 17:15 «Загублений світ»
12:55 «Помста природи»
13:15 Х/ф «ПОЛІТ ФЕНІКСА» (16+)
15:20 Х/ф «ВЕЛИКИЙ ПЕРЕПОЛОХ У МАЛОМУ КИТАЇ» (16+)
19:25 Х/ф «СПІМАТИ І ВБИТИ» (16+)
21:20 Х/ф «СОЛДАТИ ФОРТУНИ» (16+)
23:20 Х/ф «МЕГА-АКУЛА ПРОТИ КРОКОЗАВРА» (16+)

ФУТБОЛ-1
06:00, 23:40 Yellow
06:10 Динамо (З) - Шахтар. Юнацька ліга УЄФА
08:00 Топ-матч
08:10 Вольфсбург - Гент. Ліга Європи УЄФА
10:00, 15:40, 22:30 Футбол NEWS
10:25 Челсі - Аякс. Ліга чемпіонів УЄФА
12:10 Огляд вівторка. Ліга чемпіонів УЄФА
13:05 Лацио - Селтік. Ліга Європи УЄФА
14:50 Огляд середі. Ліга чемпіонів УЄФА
16:05, 20:25 «Шлях до Граньска»
16:55 Копенгаген - Динамо (К). Ліга Європи УЄФА
18:40 Олександрія - Сент-Етьєн. Ліга Європи УЄФА
21:15 Чемпіонат Італії. Передмова до туру. Прем'єра
21:40 LIVE. Ніцца - Бордо. Чемпіонат Франції
23:50 Огляд матчів. Ліга Європи УЄФА

К-1
06:30 «ТОР ШОП»
07:45 М/с «Каспер»
08:30 «Орел і Решка. Шопінг»
11:15 Т/с «Мисливці за реліквіями»



Що віщують зорі Гороскоп на 4-10 листопада

ОВЕН. Довірай, але перевірай – дев'ять тижня. Зможете досягти вершин при критичному ставленні до себе і ще більш критичному – до оточення. У взаєминах із начальством будьте обережні. У вихідні уникайте стресів. Сприятливий день – п'ятниця, несприятливий – середа.

ТЕЛЕЦЬ. Зберіться із силами та рішуче долайте новий рубіж. Бажано триматися подалі від авантур щодо легкого збагачення і сумнівних пропозицій. Вихідні – вдалий час для ремонту вдома або придбання меблів. Сприятливий день – вівторок, несприятливий – п'ятниця.

БЛИЗНЮКИ. Вам удасться наблизитися до заповітної мети. Можете одержати несподівану, але дуже важливу допомогу від друзів. У вихідні приділіть більше уваги родині й домівці. Сприятливий день – середа, несприятливий – понеділок.

РАК. Доведеться працювати в команді, хоча це суперечить вашим планам, однак ви не будете розчаровані. Дозвольте розуму взяти гору над емоціями – і переконаєтесь, що тільки критичне ставлення забезпечить успіх. Сприятливий день – понеділок, несприятливий – субота.

ЛЕВ. Взаємини з колегами будуть залежати від вашої поведінки, активності й ініціативності. Якби події не спантеличили вас, зберігайте спокій. У вихідні можливий і ризикий підйом, і спад активності. Сприятливий день – четвер, несприятливий – п'ятниця.

ДІВА. Гумор допоможе налагодити стосунки. Варто задуматися про щось нове, не бійтеся змін. У вихідні дітям може знадобитися ваша порада, постарайтеся помітити це раніше, ніж вони встигнуть набарити дурниць. Сприятливий день – понеділок, несприятливий – вівторок.

ТЕРЕЗИ. Нагромадилося багато справ, які краще не відкладати. Остерігайтеся конкурентів або недоброзичливців, але при цьому зберігайте спокій. У вихідні покладатися на інтуїцію. Сприятливий день – п'ятниця, несприятливий – середа.

СКОРПІОН. Вас переповнюватимуть ідеї, які швидко принесуть прибуток. Почуватиметесь затребуваною й незамінною у всіх справах людинною. Але не забувайте й про особисте життя. Сприятливий день – вівторок, несприятливий – п'ятниця.

СТРЕЛЕЦЬ. На вас очікує досить активний і напружений період, зате й досягти зможете багато. При цьому знадобляться дипломатичність і вміння пророхувати ходи. У вихідні не думайте про роботу. Сприятливий день – вівторок, несприятливий – четвер.

КОЗЕРІГ. Вдалий час для нових починань. Ваша товариськість може принести хороші результати, тільки навчіться берегти чужі таємниці. У вихідні не приймайте швидких рішень щодо особистого життя. Сприятливий день – четвер, несприятливий – субота.

ВОДОЛІЙ. Заздалегідь прорухуйте свої дії і слова. Пошук золотої середини має стати орієнтиром на ці дні: відхилення від продуманої лінії поведінки загрожують неприємностями. Сприятливий день – понеділок, несприятливий – четвер.

РИБИ. Відчуєте приплив сил, однак переоцінювати свої можливості теж не варто. Обіцяйте тільки те, що зможете виконати. Отримаєте цікаву інформацію, яка виявиться дуже корисною. У вихідні побудьте з родиною. Сприятливий день – п'ятниця, несприятливий – вівторок.

СУБОТА, 9 ЛИСТОПАДА

1+1
06:20 Мультфільм
06:45 «Гроші 2019»
08:00 «Сніданок. Вихідний»
10:00, 10:35 «Мо за 100 2019»
11:15 «Світ навиворіт - 10: Бразилія»
12:10 Т/с «Сидоренко-Сидоренко» (12+)
16:35 «Вечірній квартал 2019»
18:30 «Розмішки коміка 2019»
19:30 ТСН: «Телевізійна служба новин»
20:15 «Українські сенсації 2019»
21:30 Прем'єра. «Жіночий квартал 2019»
23:25 «Світське життя. 2019»

ІНТЕР
05:30 Х/ф «КУХАРКА» 06:50 «Слово Предстоятеля» 07:00 Д/п «Наш Блаженніший» 08:00 «Шість соток» 09:00 «Готуємо разом» 10:00 «Корисна програма» 11:00 Х/ф «ЛАСКАВО ПРОСИМО, АБО СТОРОННІМ ВХІД ЗАБОРОНЕНИЙ» 12:30 Х/ф «ОСІННІЙ МАРАФОН» 14:15 Х/ф «БУДЬТЕ МОЇМ ЧОЛОВІКОМ» 16:00 Т/с «Плата за порятунку» (12+) 20:00, 02:10 «Подорож» 20:30 «Крутіше всіх. Новий сезон» 22:25 Х/ф «ПРО НЬОГО» (16+)
00:05 Х/ф «ЛЮБОВ НА АСФАЛЬТІ» (16+)
02:40 «Орел і Решка. Морський сезон»
03:25 «Орел і Решка. Дива світу» 04:15 «Орел і Решка. Івлєєва vs. Бедняков»
05:00 «Великий бокс. Кубрат Пулев - Райден Букер»

УКРАЇНА
07:00, 15:00, 19:00 Сьогодні
07:30 Зірковий шлях
08:40, 15:20 Т/с «На твоєму боці» (16+)
16:45 Х/ф «ПОМІНІЦЯ»
20:00 Головна тема
21:00 Велике шоу Ольги Полякової
23:00 Х/ф «ПРОЩАЮСЯ ВОСТАННЄ» (12+)

СТБ
05:50 Хата на тата (12+)
07:20 Прокляні з Ектором!
08:20 Зважені та щасливі (12+)
10:20 Ток-шоу «Зважся!» (12+)

11:20 Т/с «Місто закоханих»
19:00 Х-фактор
22:00 МастерШеф (12+)
ICTV
05:05 Скарб нації
05:15 Еврика!
05:25 Факти
05:50 Особливості національної роботи
07:30 Я знав!
09:20 Т/с «Орчизини» (16+)
10:20 Т/с «Вихити за будь-яку ціну» (12+)
12:45 Факти. День
13:00 Дизель шоу (12+)
16:30 Х/ф «ПОІЗДКА В АМЕРИКУ»
18:45 Факти. Вечір
19:10 Х/ф «ТАКСІ» (16+)
20:55 Х/ф «ТАКСІ-2» (16+)
22:35 Х/ф «ТАКСІ-5» (16+)

НОВИЙ КАНАЛ
05:45 Kids Time
05:50 Таємний агент
07:10 Таємний агент. Пост-шоу
09:00 Le Маршрутка
10:00 Дити проти зірок
12:00 Хто проти блондинок? (12+)
14:00 Хто зверну? (12+)
16:00 М/ф «Три багатирі на далеких берегах» (16+)
17:10 М/ф «Іван царевич і Сірий вовк» (16+)
19:00 Х/ф «СЬОМІЙ СИН» (12+)
21:00 Х/ф «ПІРАТИ КАРИБСЬКОГО МОРЯ 5: ПОМСТА САЛАЗАРА» (12+)
23:40 Х/ф «ПАГОРБИ МАЮТЬ ОЧІ» (18+)

МЕГА
06:00 Бандитський Київ
06:55 Містична Україна
07:45, 18:20 Місяця сили
09:25 Речовий доказ
10:35 Турки-османи
13:40, 00:00 Сучасні дива
14:35 Горизонт
15:35 Замерзла планета
16:30 Галапагоси

21:00 Як спокусити націю
00:55 Гордість України
K-1
06:30 «ТОР ШОП»
07:45 М/с «Каспер»
08:10 «Ух ти show»
09:10 М/ф «Бунт пернатих»
10:35 Х/ф «МАЙЖЕ МОЛОДЯТА» (12+)
12:20 Х/ф «НАРЕЧЕНА-ВТІКАЧКА» (16+)
14:40 «Орел і Решка. Навколо світу»

2+2
06:00 Мультфільми
08:00 «ДжеДАІ. Дайджест 2018»
09:00 «Загублений світ»
14:45 Х/ф «СОЛДАТИ» (16+)
16:30 Х/ф «МАШИНИ» (16+)
18:30 Х/ф «АТАКА НА КОРОЛЕВУ» (16+)
20:10 Х/ф «ЗАРУЧНИЦЯ-3» (16+)
22:15 Х/ф «РЕЙС 7500» (16+)
23:55 Х/ф «ВОДІЙ АВТОБУСА» (16+)

● ПАЛЬЧИКИ ОБЛИЖЕШ!

А ви любите шарлотку?

Цей десерт, традиційний для центральноєвропейської кухні, походить із Франції. Солодкий пиріг із яблуками, запеченими в тісті, має декілька версій історії свого виникнення. За однією з них, появу шарлотки пов'язують з ім'ям королеви Шарлотти, дружини англійського короля Георга III. Згідно з іншою, доволі правдоподібною, назва десерту походить від староанглійського charlyt, що в перекладі означає страву із заварним кремом – так, власне, спочатку й готували шарлотку. Ще одна історія – про кохання: молодий кондитер до безтями закохався в дівчину Шарлотту, і, щоб привернути до себе увагу, назвав на її честь придуманий ним рецепт пирога з яблуками...

Як не дивно, але спочатку шарлотка готувалася не з бісквітних коржів, а з хліба.

Аби не викидати черствий хліб, вигадали смачний десерт, до складу якого входили білий хліб, яблука, лікер та заварний крем. Англійці готували пиріг із бісквітного печива, перемазаного вершковим кремом і солодкими начинками, а кріпилось все за допомогою желе

КЛАСИЧНА

Інгредієнти: 4 яйця, 1 скл. цукру, 1 скл. борошна, кілька яблук (бажано твердих, напівсолодких), кориця.

Приготування. Змастити форму для випічки маслом чи олією, посипати панірувальними сухарями (краще крихтами тертого хліба). Нарізати яблука кубиками й посипати їх корицею. Білки яєць збити з цукром до утворення піни, тоді поступово додавати жовтки і продовжувати збивати, наприкінці всипати борошно й акуратно вимішати лопаткою чи ложкою знизу вгору. Отриманим тістом рівномірно залити яблука. Випікати 35 хвилин при температурі 150 градусів. Готовність шарлотки легко перевірити за допомогою сірника чи дерев'яної палички.



Фото milkalliance.com.

ЯБЛУЧНА З ВИШНЯМИ

Інгредієнти: 4–5 яблук середнього розміру, 1 скл. цукру, 1 скл. кефіру, 0,5 ч. л. соди, 2 яйця, на кінчику ножа ваніліну, 1,5 скл. борошна.

Приготування. Яйця добре збити з цукром. У кефір додати соду і ванілін (за бажанням), ввести збиті яйця, всипати борошно. Тісто повинне мати консистенцію густої сметани. У змащену маслом форму вилити частину тіста, викласти на нього трохи вишень без кісточок і нарізані тонкими пластинками яблука, злегка посипати їх цукром, зверху знову покласти вишні і вилити решту тіста. Випікати при 180 градусах близько 35–40 хвилин.



Фото incredible.com.

СИРНА

Інгредієнти: 5 яєць, 1 скл. цукру, 200 г вершкового масла (розтопити), 350–400 г сиру, 400–450 г борошна, 10 г розпушувача, 2 яблука.

Приготування. Яйця добре збити з цукром, додати розтоплене вершкове масло, сир, просіяне борошно і розпушувач, ретельно перемішати, тісто має вийти доволі густим. Рівномірно розподілити його на бляшці і викласти скибочки яблук, трохи заглиблюючи їх у тісто. Випікати в розігрітій до 180 градусів духовці протягом 40–50 хвилин, готовність перевірити шпажкою.



Фото nastanova.com.

ЯБЛУЧНА З РОДЗИНКАМИ ТА КОНЬЯКОМ

Інгредієнти: 100 г родзинок, 30 мл коньяку, 30 мл окропу, 150 г цукру, 150 г вершкового масла, 2 яйця, 180 г борошна, 1 ч. л. розпушувача, 2 яблука, 50 г мигдалю, 2 ст. л. коричневого цукру.

Приготування. Промиті родзинки залити коньяком та окропом і лишити на 8–10 годин. Збити цукор і масло, додати яйця і продовжувати збивати. Борошно змішати з розпушувачем, всипати до масляно-яєчної суміші, добре перемішати. Яблука почистити й нарізати скибочками. Форму застелити пергаментом для випікання, викласти половину тіста, рівномірно розкласти яблука, додати родзинки разом із рідиною, накрити тістом, що лишилося. Зверху посипати подрібненим мигдалем і коричневим цукром. Випікати 50–55 хвилин.



Фото jisty.com.

ПРЯНА

Інгредієнти: 300 г борошна, 2 ч. л. розпушувача, 1/3 ч. л. соди, 1 ч. л. (з чубком) кориці, 1 ч. л. кардамону, 0,5 ч. л. солі, 180 г масла, 150 г цукру, 1 ч. л. ванільного цукру, 2 яйця, 120 мл молока, 2 великі яблука, 5 ст. л. коричневого цукру, сік половини лимона.

Приготування. Духовку розігріти до 180 градусів. Просіяне борошно змішати з розпушувачем і содою, присолити. М'яке вершкове масло збити з цукром і ваніліном. Не припиняючи збивати, по одному додати яйця. Перемішати обидві суміші, влити молоко і ще раз ретельно вимішати, але вже не міксером, а ложкою чи лопаткою. Яблука очистити від шкірки й серцевини і пократити тонкими скибочками. Форму застелити пергаментом, змастити його маслом і посипати 1,5 столовими ложками коричневого цукру. Збризнути лимонним соком і знову посипати такою ж кількістю цукру. Половину тіста вилити у форму, розрівняти й акуратно викласти половину яблук. Залити другою половиною тіста, а зверху викласти яблука, що лишилися, і присипати їх рештою коричневого цукру. Випікати 50–60 хвилин.



Фото jisty.com.

ІЗ ХЛІБА

Інгредієнти: 1 кг яблук, 2/3 скл. розтопленого вершкового масла, 0,5 скл. цукру, цедро 1 лимона, 1/3 скл. абрикосового джему, дрібка ваніліну, 3 ст. л. рому, 12–15 скибочок щільного білого хліба або здобної булки.

Приготування. Яблука очистити, нарізати кружальцями, обсмажити на маслі 2–3 хвилини, потім посипати цукром і цедрою лимона, готувати ще 5 хвилин, щоб шматочки карамелізувалися. Додати корицю, ваніль, джем та ром і смажити ще 2 хвилини. Духовку розігріти до 220 градусів. З хлібних скибок позрізати скоринку й обсмажити на пательні. Форму для випічки застелити пергаментом, викласти дно і бортики підсмаженими скибочками хліба. Далі викладати шарами яблука, чергуючи з хлібними обрізками, вмоченими у розтоплене масло. Запікати в розігрітій духовці 30 хвилин, періодично притискаючи яблука лопаткою. Дістати з духовки, дати охолонути протягом години, перевернути. Посипати цукровою пудрою.



Фото povar.net.

ЯБЛУЧНО-МАКОВА

Інгредієнти: 400 г борошна, 1 ч. л. розпушувача, 250 г цукру, 150 г маку, 1 ч. л. соди, 200 г вершкового масла, 4 яйця, цедро 1 лимона, 2 ст. л. лимонного соку, 200 мл натурального йогурту, 2 великі яблука.

Приготування. Духовку розігріти до 180 градусів. З'єднати борошно, розпушувач, цукор, мак і соду. Все ретельно перемішати. Масло розтопити і трохи охолодити. Змішати з яйцями, цедрою і соком лимона, йогуртом. Додати очищені і порізані кубиками яблука. З'єднати обидві суміші, швидко перемішати. Викласти тісто у форму з пергаментом, випікати 40 хвилин.



Фото jisty.com.

БЕЗ ЯЄЦЬ

Інгредієнти: 1 скл. борошна, 1 скл. манної крупи, 1 скл. цукру, 1 скл. кефіру або кислого молока, 125 г маргарину, 1 ч. л. соди, 1 кг яблук, ванілін та кориця – за смаком.

Приготування. Економ-рецепт швидкого пирога з яблуками виходить дуже смачним попри те, що в ньому немає яєць. Яблука почистити, порізати невеликими шматочками. Змішати манку, цукор, кефір, розтопленний маргарин. Додати борошно, погашену соду, перемішати. Всипати яблука і знову вимішати. Змастити форму маслом, посипати манною крупою. Викласти тісто і розрівняти ложкою. Випікати упродовж години за температури 180 градусів, перевірити готовність зубочисткою.

До речі. Можна замінити яблука грушами – шарлотка буде ніжнішою та ароматнішою.



Фото forum.say7.

● «ГАРБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ»

А в гарбузі був...

У першому чорновому варіанті заголовка я вже навіть озвучив захований предмет. А потім згадав модне нині слово «НіТ», яке подарувала нам у листі активна учасниця конкурсу Ірина Малиновська з Ковеля, і... І заявляю: «Ні, я не хочу, щоб ви здавались!»

Грицько ГАРБУЗ

Так, жоден учасник конкурсу не зміг розгадати завдання 39-го туру. І мені трохи було зірково від того. Мовляв, ось який я крутий і розумний! Але чомусь швидко відчуття цієї зірковості переросло у самотність, а я цього не хотів...



А православна церква цю забавку не сприймає.

Тим паче не хотілося сумувати напередодні свята гарбузів усієї планети – Хелловіна, до якого я ставлюся з усмішкою (кому ж не подобатиметься, коли твоє зображення в ці дні на вулицях багатьох країн світу трапляється частіше, ніж самих Володимира Зеленського, Кім Чен Іна і Дональда Трампа?!).

Тому, покопавшись трохи у своїх півкулях, зваживши всі «за» і «проти», вирішив... дати вам другий шанс. З дуже суттєвою підказкою.

«ГАРБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» – 44 (2019)

І хоч науково-технічний прогрес пішов уперед, ще є на світі і дуже потрібні ці брати. Двоє з них кажуть, що добру частину року бувають щасливі. А третій – що не дає йому Бог ні дня щастя. Хоча кожен у це слово вкладає свій смисл. Перший

Ці слова, якщо перефразувати на галицький манер, звучать у другому реченні приблизно так: «Я сі ташу від неї!»

каже, що щасливий, коли на вулиці тепло, бо можна скільки хоч байдки бити. Хоч «лето красное пропела» – це не про нього.

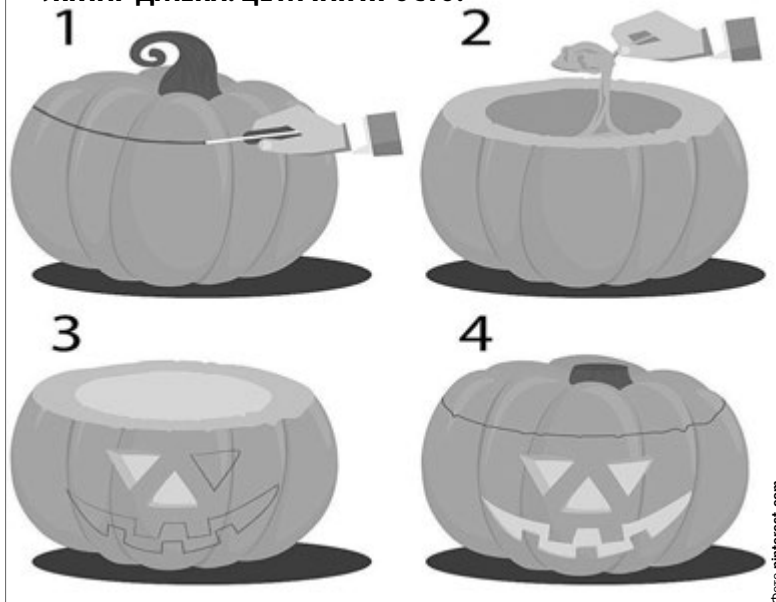
Другий – навпаки: коли дуже зимно, дає волю нічогонеробінню. А ось третій і в жар, і в холод мусить бути у строю. Він, до речі, став героєм популярної народної пісні, яку переспівав один відомий український нардеп. Ці слова, якщо перефразувати на галицький манер, звучать у другому реченні приблизно так: «Я сі ташу від неї!»

Що за три брати заховались у гарбузі?

Слово-відповідь треба надіслати до 14 листопада тільки у вигляді sms-повідомлення на номери: 0501354776 і 0672829775 (наприклад: «М'яч», «Три ведмеді», «Борис Харчук»).

Увага: з одного номера можна відправляти лише одне sms! Цей номер і братиме участь у жереб-

ЛІХТАР ДЖЕКА: ЦЕ Ж ТАК ПРОСТО!



куванні 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 (43025, м. Луцьк, просп. Воли, 13) чи електронну (tsikava.gazeta@gmail.com) найяскравіше опише, як шукав чи шукали правильну відповідь.

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

● ПОЛІТИКА

Закінчилась епоха кумівства, а прийшла — сватовства?

Такої кількості близьких до Президента Зеленського людей на ключових посадах, як зараз, не було при жодній владі

Дарія КЛИЧ

Про це заявив народний депутат фракції «Європейська солідарність» Олексій Гончаренко (на фото), коментуючи призначення коміка Сергія Сивохо на посаду в Раду національної безпеки та оборони.

«Голова СБУ — його (Зеленського. — Ред.) партнер по бізнесу і сусід. У головному управлінні розвідки – чо-



Зеленський і Сивохо: «Буде смішно!»

ловік бухгалтера «95 кварталу», який «перестрибнув» 11 кар'єрних сходинок і отримав генеральську посаду.

● НАВКОЛО СВІТУ

Чемпіонка Паралімпіади пішла із життя за допомогою евтаназії

Бельгійська спортсменка Маріке Верворт страждала на рідкісне захворювання м'язів

22 жовтня вона померла за допомогою евтаназії у віці 40 років. Через хворобу Верворт пересувалася в інвалідному візку, а також зазнавала важких та болючих епілептичних нападів.

Верворт підписала документи, що дозволяють зробити їй евтаназію, законну в Бельгії з 2008 року. Та попри біль вона стала золотою і срібною призеркою Паралімпіади 2012-го в Лондоні. Також завоювала срібну і бронзову медалі на Паралімпійських іграх 2016 року в Ріо-де-Жанейро.

Неймовірно... Нехай тобі Там не буде боляче.



Сил у Меріке вистачило на 40 років життя і боротьби...

● НА ПОВОРОТАХ ДОЛІ

«Я відпускаю тебе...»

«Вам личить осінь», — сказав він колись Світлані. «Мені лише двадцять вісім», — відповіла подумки і глянула на нього своїми дивними очима. У її погляді було щось від осені — сумне і таємниче. Роман ніколи не думав, що зустрине жінку, схожу на його велике кохання, якого спершу домагався, а потім зрікся...

Ольга ЧОРНА

Відбив Галину в ліпшого друга Івана. А потім втратив — і Гаю, і друга. Злякався, коли кохана сказала, що вагітна. «А може, це дитина від Івана?» — запитав. Вона нічого не відповіла. Тільки глянула своїми дивними очима. І пішла. Назавжди...

Роман дружині дорікати не смів, бо жив у подарованій тестем квартирі, їздив у подарованій машині.

Він був упевнений, що це його дитина. Але тоді ще не думав про одруження. І не уявляв, що малеча будитиме його ночами плачем, а Галя — колісковими.

«Ромку, — якимось перестрівши, мовив Іван, — це мій син. А ти... Мені шкода, що



«Вам личить осінь...»

ми більше десятка років були друзями».

Роман ні за чим не шкодував. У нього вже була нова пасія і ще одна «паралельна структура». «Молодість дозволяє все», — заспокоював себе.

Коли побачив Галину з маленьким, серце забилося швидше. Але він заборонив собі будь-які сентименти: «Іван сказав, що це його син. Я його не просив».

Одружився з Поліною — одиначкою з багатой родини. «Ти, Ромку, не відмовляй Полінці ні в чому, — сказав тесть. — Наша дівчинка не звикла».

«Дівчинка» жила безтурботним життям. Подруги, салони краси, кафешки, подорожі... Поліна забула, куди поклала диплом

про вищу освіту, бо не працювала жодного дня.

Роман дружині дорікати не смів, бо жив у подарованій тестем квартирі, їздив у подарованій машині. Працював юристом у поважній установі, куди також влаштувався не без допомоги тестя.

— Поліно, твої батьки запитують, коли чекати внуків.

— Бавитися з дітьми не хочу. І, мабуть, не захочу. Але цього їм знати не слід.

...Роман частіше почав згадувати Галину і сина. Скільки ж йому років? Їм із Галею тоді було по двадцять три. А тепер — сорок. Дорослий уже. Цікаво, як його звати?

Закінчення на с. 10

● НЕЙМОВІРНО!

Народила у 67 років і встановила національний рекорд

Пенсіонерка з Китаю завагітніла природним шляхом!

Василь КІТ

Умісті Цзаочжуан китаянка на прізвище Тянь народила дитину в 67 років, ставши найстаршою матір'ю країни. Маля з'явилася на світ у лікарні, де вона працювала до виходу на пенсію. А завагітніла після того, як самостійно вилікувалась від безпліддя за допомогою народної медицини.

Вирішили назвати дочку Тяньц, що з китайської перекладається як «послана небесами».

Упродовж усієї вагітності лікарі спостерігали за її станом. На 36-му тижні вони вирішили зробити їй кесарів розтин. Народилася дівчинка вагою 2,6 кг.

Наразі маленька перебуває під наглядом медиків. Жінка разом зі своїм 68-річним чоловіком вирішили назвати дочку Тяньц, що з китайської перекладається як «послана небесами». Ця дитина стала третьою: у пари вже є дорослі син та дочка.

Колишній рекорд Китаю належить жительці з міста Чанчунь. 2016-го вона народила хлопчика у віці 64 роки.



Ведучий

Ім'я

Україн. акторка Вікторія ...

Творець Шерлока Холмса

Опера Пуччіні «... Баттерфляй»

Француз. кіно-актор ... Делон

Твір Франка «... Микита»

Жанр японського театру

«Йому пальця в ... не клади»

Король ... Галицький

Столиця Норвегії

Пора доби

Червона фарба

Група підвід з вантажем

Єдиний державний реєстр

Спокунця Адама

Ім'я Бальзака

Роман Опільського «... падуць»

Новела Цвейга

Держава в Азії

Космічне агентство США

Америк. акторка ... Макдавелл

Римська кіннота

Сполука водню з азотом

Пустеля в Перу

Річка в Італії

Курорт в Бельгії

Свято

Вселенський патріарх ...

Немилість до когось

Килим без ворсу

Усміхніться!

:)) :)) :))

— Рабинович, поясніть мені нарешті, чим відрізняється хабар від корупції?

— Все просто: хабар — це коли взяли й зробили, а корупція — коли взяли, але не зробили. І з такою виразкою на тілі суспільства треба нещадно боротися!

:)) :)) :))

Молодий чоловік каже своїй сусідці:

— Я вчора чув, як ви співали...

— Ну що ви... — відповідає вона ніяковіючи. — Я просто вбивала час...

— Ви обрали страшну зброю, пані...

:)) :)) :))

— Привіт! Чим займаєшся?

— Рибку заливну роблю.

— Хіба ти вмієш?

— Чому б і ні? Рецепт простий: шматочок ляща — ковточок пивка.