



Чи треба боятися магнітних бур і як виглядає «календар гіпертоніка»?

с.7»

Цікава

ГАЗЕТА + TV
на вихідні

30 липня 2020 року №31 (139) Ціна 6 грн

Малюнок Юрія ЖУРАВЛЯ.



БОЛИТЬ!

Фото armyinform.com.ua.



Ярослава Журавля поховали у рідному селі Андріївка на Дніпропетровщині. У пам'ять про сина-героя батькам залишилися тільки його численні нагороди.

Поранений розвідник Ярослав Журавель чотири дні марно чекав на допомогу

Особистий контроль Президента у цій справі виявився «пшиком», який деморалізував армію і шокував суспільство

Інна ПІЛЮК

Смерть українського воїна, який ішов витягати тіло загиблого командира і сам потрапив під обстріл, сколихнула всю країну. Чотири дні під пекучим сонцем Ярослав Журавель, поранений, чекав, що його врятують. Ніхто не прийшов. Тіло бійця згодом забрали сепаратисти.

Ярославові було 40 років, родом він із Дніпропетровщини. Морський піхотинець, розвідник, чоловік, батько двох доньок. П'ять років на війні. Фізично витривалий,

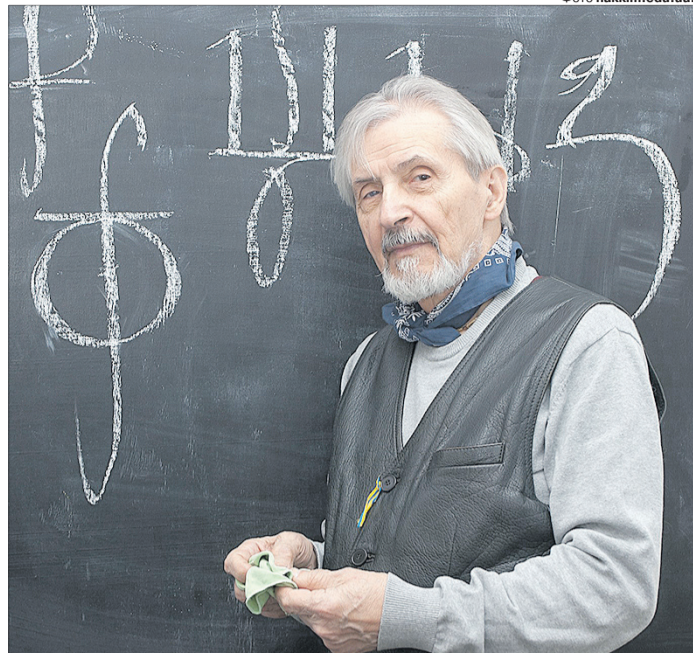
Проти таких кажуть — кремій. Рідним ніколи не брехав про фронт, завжди казав: так, там страшно.

сильний, про таких кажуть — кремій. Рідним ніколи не брехав про фронт, завжди казав: так, там страшно. Батько вкотре вмовляв не їхати, та Ярослав не міг покинути своїх побратимів.

Закінчення на с. 5»

СЛОВО — ЗБРОЯ!

Фото nakkim.edu.ua.



Пан Василь взявся за непросту річ — візуально оформити те, що ми до сьогодні тільки чули. Каже, в іншому випадку мова залишиться невидимкою.

«Нам «підмінили» літери:

навіть на українських гривнях — російський шрифт»

Каліграф Василь Чебанік отримав Шевченківську премію за унікальну для нашої країни справу — шрифтовий проєкт «Графіка української мови». Художник створив національне зображення літер. До цього, заповняє, ми користувалися та й далі користуємося своєю мовою, одягнутою в російську абетку

Інна ПІЛЮК

«КОЛИ ПРИДИВИТИСЯ, ТО НАША МОВА У КОКОШНИКУ»

Василь Чебанік — професійний знавець графіки літер. Її досліджує більш як пів життя. За роки роботи над вивченням різних алфавітів дійшов висновку, що Україна, на жаль, втратила власний стиль написання букв, який мала ще в часи Київської Русі і який зберігся у козацьких скорописах. Тому й поставив собі за мету відновити «обличчя» української мови.

«Раз вона солов'їна, то й вигляд повинна мати відповідний: впізнаваний та неповторний, аж співочий, — розповідає митець. — Шрифт є одним із символів державності. Ізраїль, Грузія, Індія — у кожного з них своя графіка, і ви можете не знати, який у них прапор, але по шрифту впізнаєте, що це за країна. Прилітаєш у Стамбул, в Тель-Авів, Париж... Перше, що побачиш в аеропорту — це напис назви летовища, яку ніколи не сплутаєш із жодною іншою. А в нас із Росією вивіски на адміністраціях президентів однакові».



Так виглядає шрифт «Рутенія» авторства художника-графіка Василя Чебаніка.

Закінчення на с. 11»

НОМЕР ЕФЕКТИВНОЇ РЕКЛАМИ
050 994 9907



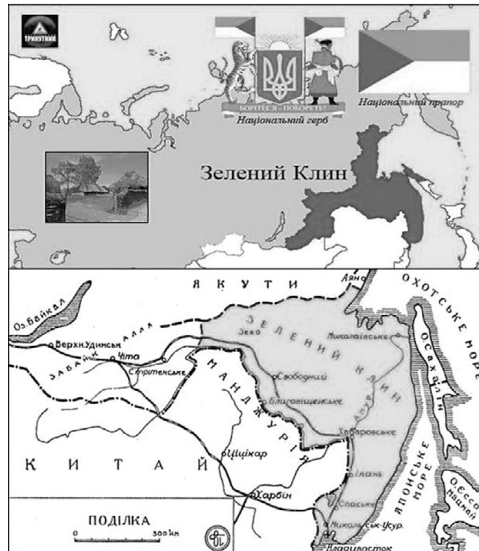
● ПУЛЬС ТИЖНЯ

У Росії бояться Зеленої України на... Далекому Сході

Найрезонансніші події в житті країни та планети очима журналістів «Цікавої газети»



Фото ukinform.ua.



Перші, хто виявив масову незгоду з путінською політикою, — нащадки українців на Далекому Сході.

Чи буде Народна республіка Зеленого Клину?

Протестувальники у Хабаровську намагаються від'єднати його від Російської Федерації та приєднати до України

До такого «сенсаційного» висновку дійшов одіозний кремлівський пропагандист Володимир Соловйов. «Активісти просувають ідею щодо приналежності Хабаровська Україні. Вимагають провести референдум та відділити регіон від Росії, — розкрив підступні плани «ворогів» Соловйов у соцмережі. — Розповсюджують українську карту, де територія Хабаровського краю помічена як «Зелений Клин».

Жителі російського Хабаровська уже протягом місяця поспіль виходять на несанкціоновані мітинги на підтримку колишнього губернатора Сергія Фурґала, якого було заарештовано. Учасники акції тримають плакати «Путіна у відставку», «Путін, нам потрібні гідні зарплати та пенсії, а не війна з Україною!», «Свободу Фургалу!».

Зазначимо, що дуже велика частина населення Хабаровського краю — нащадки українців. Ще кілька десятиліть тому там були цілі села, де було чути лише нашу мову. Із кінця XIX століття по 1916 рік на Далекий Схід із України виїхало понад

276 тисяч осіб, що становило близько 56 відсотків від загальної кількості переселенців у цей край. 100 років тому українці Зеленого Клину справді мріяли і робили що могли для возз'єднання з Україною, створили Далекосхідну Українську республіку. Однак зараз у Закайтійні мало що залишилось від українства. Нічого дивного в тому нема, бо й сама Україна добряче зросійщена. Тому насправді у цих протестах годі шукати український слід. Він — хіба що у свободолюбивих козацьких генах. І у прапорах протестантів, на яких зображено зелений клин.

Але путінцям і через це страшно.

Приносить нещастя. Зеленського просять нікуди не їздити

На сайті Офісу Президента з'явилася петиція, автор якої Тарас Корніюк пропонує скасувати офіційні візити глави держави, оскільки після них «відбуваються одні нещастя»

При цьому просить залишити можливість для візиту Зеленського до Москви (Росія). Корніюк зазначив, що після відвідувань Володимиром Олександровичем Парижа, Оману або Прикарпаття — там траплялися біди (згорів Нотр-Дам, помер султан, затопило села та міста). Тому автор закликає скасувати офіційні візити Президента України заради безпеки громадян.

Ясно, що можна лиш посміятись з цієї петиції. От тільки як пояснити, що навіть жителі тихого Луцька після приїзду Зеленського отримали терористичний акт просто в центрі міста. Містика якась, не інакше...



Кличко вночі спіймав «художників», які розмальовували стіни

Міський голова Києва випадково натрапив на молодиків під час прогулянки містом

Подивився, як гарно оновили вулицю Івана Франка, вийшов на Ярославів вал, Золоторітську, яку теж нещодавно відремонтували. Оглянув прилегли, де плануємо роботи, — розповів він про інспекторську прогулянку. — І тут на вулиці Стрілецькій побачив двох хлопців, що виписували графіті на стіні одного з будинків».

Віталій Кличко зазначив, що провів з ними виховну бесіду та викликав поліцію. Однак передати правоохоронцям вдалося лише одного з порушників. «В іншого з «художників» здали нерви і він втік. На відео — обидва молодики, то знайдемо і втікача», — запевнив міський голова.

До речі, зараз Кличко змушений ходити з милиціями — після гонитви за хуліганіями дала знати про себе стара травма ахілєсового сухожилля. Але і в такому стані мер-боксер обіцяє несумлінним чиновникам «накостилати».

Чому «луцького терориста» не знешкодив снайпер?

Виявляється, в операції зі звільнення заручників Максима Кривоша (на фото) спеціально навчені стрільці участі взагалі не брали

Про це розповів в ефірі телеканалу «Україна 24» заступник міністра внутрішніх справ Антон Геращенко. «Він (Кривош. — Ред.) дуже добре підготувався, дуже грамотно діяв. Коли захопив автобус, то спеціально вибрав такий, в якому є шторки. Тому що не у всіх автобусах сьогодні вони є», — пояснив чиновник. За словами Геращенко, Кривош посадив заручників уздовж вікон, сам не показувався, тож снайпер не міг його зняти. «Тому всі розмови про те, що треба було його прикінчити пострілом снайпера, підходять для диванних експертів. Ми не могли ризикувати життям нікого з людей. І тому результат спецоперації — всі заручники залишилися живі. А те, що терорист перебуває за ґратами, я вважаю за успіх», — сказав він.

Ну і правильно, головне, що люди — живі.



Фото radiotrek.rv.ua.

Російська еліта отримала вакцину від COVID-19 ще в квітні

У цій країні декілька сотень осіб під час закритої експериментальної програми отримали щеплення від нового типу коронавірусу ще в квітні 2020-го. Серед них — топменеджери, держслужбовці та бізнесмени

Участь у вакцинації була безкоштовною, але деякі відмовлялися від неї. Щеплені пацієнти підписували папери, що знають про можливі ризики. Про це стверджує авторитетне агентство «Блумберг», посилаючись на учасників програми, які попросили про анонімність.

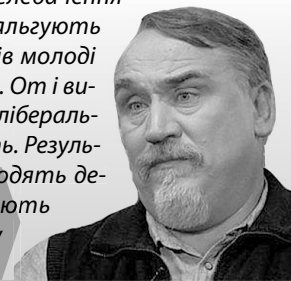
Тим часом, як заявила заступник глави ВООЗ Сумія Свамінатан, масова вакцинація проти COVID-19 може стартувати в середині 2021 року. За її словами, наразі понад 20 вакцин проходять клінічні випробування, і є надія, що деякі з них будуть ефективні.

Було б добре, бо як жити у вічному карантині?

● ПРЯМА МОВА

Віталій КАПРАНОВ, письменник та видавець, про патріотичне виховання в нашій ЗОШ:

Людина, яка випускається зі школи, — чистий келих. Якщо не проводити ідеологічної роботи, туди наллють російської горілки через інтернет, телебачення і батьків, які ностальгують за СРСР. 15 відсотків молоді сумують за Союзом. От і виглядає, що ми такі ліберальні, а в нас стріляють. Результат — зі шкіл виходять дезертери, які обирають такого ж на посаду голови держави.



РЕЗОНАНС

Розслідування: затонулий танкер Delfi був плавучою бензоколонкою олігарха Курченка

Перевернуте судно, яке Володимир Зеленський безуспішно доручив прибрати до 20 липня, було задіяне у контрабандних операціях з оточення Януковича і ймовірно належить експедитату від Партії регіонів. Про це йдеться в програмі «Watchdogs.Розслідування» на телеканалі «Прямий»

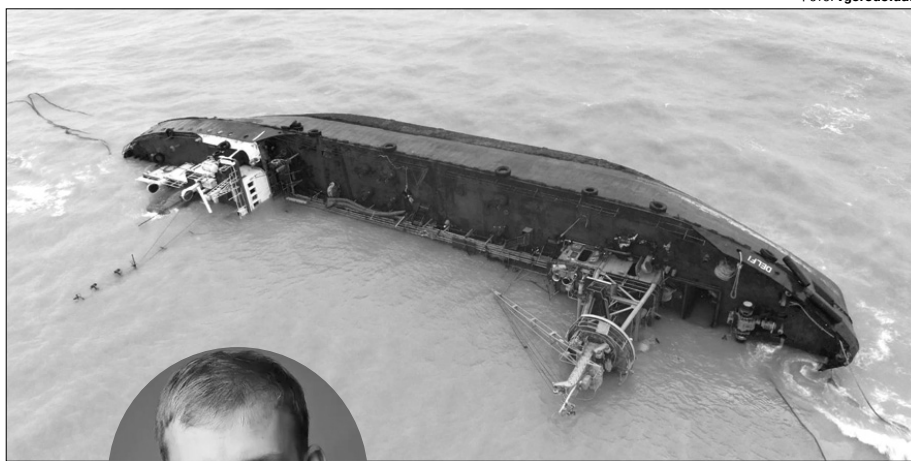
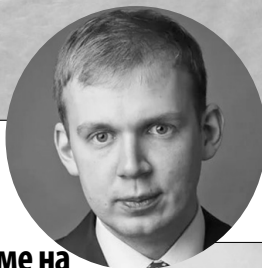


Фото: vgorode.ua.



Судно не просто з 22 листопада 1919 року лежить собі біля берегів Одеси, – з нього час від часу витікають нафтопродукти, які забруднюють море. Останній раз таке трапилось два тижні тому.

Василина СМЕТАНА

Журналісти зазначають, що 4 липня під час «екскурсії» до затонулого танкера главу держави супроводжував колишній нардеп-регіонал Юрій Голіков. Він вів переговори щодо підняття Delfi і представляв інтереси судновласника.

Сергій Курченко заробив мільярдні статки буквально за кілька років саме на контрабанді пального.

Голіков зафіксований на відео із Зеленським.

В офіційному звіті про розслідування аварії вказано, що Delfi – власність британської компанії «Містер Дрейк ПіСі». А ця компанія належить анонімній офшорці з Маршалових островів – «Телін менеджмент».

Голіков у розмові з журналістом Watchdogs підтвердив інформацію, яка раніше поширювалась тільки в інтернеті. Реальним власником судна є колишній депутат Миколаївської обласної ради від Партії регіонів Олег Ковтунов.

Компанії пана Ковтунова і безпосередньо танкер Delfi фігурували в кримінальній історії: одеська поліція вважала, що вони брали участь у контрабандних операціях групи Курченка – одного з олігархів часів Януковича, який заробив мільярдні статки буквально за кілька років – саме на контрабанді пального. Що робив Delfi у 2019-му в Одеській затоці? Ймовірно, нелегально працював як плавуча бензоколонка, йдеться у розслідуванні.

Зараз під слідством перебуває лише капітан танкера – за те, що нібито порушив правила судноплавства. Після того, як Delfi викинуло на берег і стало зрозуміло, що судно могло працювати



в Одеській затоці лише як нелегальна бензоколонка, досі ніхто не поніс відповідальності.

Як відомо, Зеленський вимагав прибрати танкер з одеських вод до 20 липня. «Ми показуємо, що ми імпотентна влада», – заявив він біля затонулого Delfi. Чергова спроба прибрати судно 25 липня теж виявилась невдалою...

ОТАКОЇ!

Навіщо Зеленський створює списки військовослужбовців, які були на Майдані?

Ймовірно, хоче використовувати такий реєстр задля кримінальних переслідувань і передачі даних Росії

жаний переворот, яким Росія та її п'ята колона в Україні вважають Революцію гідності, а також рішення ТКГ щодо припинення будь-яких розві-

Цей документ розповсюджується по військових частинах, і ми маємо підтвердження, що це не фейк.

дувальних та оборонних заходів, використання безпілотних апаратів у зоні ООС та про відповідальність військовослужбовців за порушення

цих «домовлено-стей», — така база даних фактично є списком патріотів для притягнення до кримінальної відповідальності та зачищення Збройних Сил України, а можливо, й інших воєнізованих формувань від патріотично налаштованих військовослужбовців.

«Загрозою є ймовірність передачі такої бази після її формування спецслужбам Російської Федерації», — підкреслила народна депутатка.

Ірина Фріз також повідомила, що подає депутатське звернення для отримання інформації щодо мети і законності створення подібних списків.



Фото: eurosolidarity.org.

Міністерство оборони України
ХАРКІВСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ
ВІЙСЬКОВИЙ КОМІСАРІАТ
№ 08166555
22 липня 2020 р.
№ 639/МІЗ
01025 м. Харків
вул. Кошарська 56

«Передати засобами VPN»
Файл № _____ Інформація з обмеженим доступом відсутня. Підлягає поверненню до справи № _____ Харківського ОВК
ТВО Заступника військового комісара Харківського ОВК з МПЗ та зв'язків з громадськістю підполковник О. РУСЬКИХ
військовим комісарам районних (міських) військових комісаріатів Харківської області

На виконання телеграми начальника штабу – заступника командира військової частини А1314 від 22 липня 2020 року № 1314/24/190/1 щодо збору та узагальнення інформації стосовно діючих військовослужбовців, які брали участь у «Революції Гідності» на Майдані Незалежності в 2013-2014 роках та створення єдиної електронної бази даних, вимагаю:

- Спільно з органами державної влади та місцевого самоврядування організувати роботу по збору інформації та підготовки списків діючих військовослужбовців підпорядкованих Р(М)ВК, які брали участь (є учасниками) у «Революції Гідності» на Майдані Незалежності в 2013-2014 роках для створення єдиної електронної бази даних.
- Списки військовослужбовців надати до 12 год. 23.07.2020 року через групу морально-психологічного забезпечення та зв'язків з громадськістю Харківського обласного військового комісаріату ([на електронну адресу voshovk@ukr.net](https://t.me/eurosolidarity)).
- Контроль за виконанням телеграмі покласти на заступника військового комісара Харківського ОВК з морально-психологічного забезпечення – начальника групи морально-психологічного забезпечення та зв'язків з громадськістю Харківського ОВК.

Військовий комісар Харківського обласного військового комісаріату
полковник Ю. КАЛІУШКІН

● ПОЛІТИКА

«Для Порошенка головне — опір путінській агресії, а не розбірки із Зеленським»

Про це в інтерв'ю Цензор. НЕТ заявив керівник штабу «Європейської Солідарності» Олександр Турчинов (на фото). Він наголосив, що через прихід до влади непрофесійної, недосвідченої команди Україна за рік опинилася на краю прірви, і це одна з причин, чому він приєднався до команди п'ятого Президента



Фото censor.net.ua.

«Мені боляче спостерігати, що упродовж останнього року відбувається з нашою країною».

Дарія КЛИЧ

«Петро Порошенко багато чого переосмислив у своєму житті, я в цьому переконаний і можу це підтвердити, спілкуючись із ним. Для нього пріоритет — не протистояння із Зеленським, а організація опору Путіну і російській агресії. Він готовий до об'єднавчого процесу, тому що боротьба за свободу об'єднує, змушує чути і розуміти товаришів по боротьбі. Зараз зрозуміло, хто чого вартий. Коли ти при владі, доволі важко розбиратися в людях, які вишиковуються в чергу, щоб потрапити до тебе. А коли ти в опозиції, то починаєш цінувати тих небагатьох, хто підставляє плече і йде з тобою разом важким шляхом», — наголошує Турчинов.

«Мені боляче спостерігати, що упродовж останнього року відбувається з нашою країною. Руйнується економіка. І почалося це ще минулоріч, коли інерція позитивних змін, задана попередниками цієї влади, закінчилася. Уже в жовтні-листопаді 2019 року ми мали системне падіння обсягів виробництва, яке продовжує наростати. Провалено боротьбу з пандемією. В Україні найбільша в Європі кількість заражених коронавірусом лікарів у пропорції до чисельності населення. Не проведено і не планується масове тестування, але ж лише так можна локалізувати інфекцію. Офіційна статистика не відповідає реальності», — зауважує Олександр Турчинов.

«Повна відсутність державної економічної та оборонної стратегії. На відповідальні посади ставляться люди, які не мають ні знань, ні досвіду, ні розуміння поставлених перед ними завдань, а тільки амбіції та жагу піару. Відсутність стратегії, відсутність логіки ухвалення рішень, відсутність професіоналізму прикривають розпіареним мемом «нові обличчя». Здавалося б, китайська культурна революція наочно довели абсурдність і небезпеку такої технології, але люди, які не бажають думати, вперто рухаються до власної трагедії», — вважає Олександр Турчинов.

«Мене турбує те, чому я присвятив частину свого життя, — це оборона нашої країни, адже війну не закінчено, загроз не стало менше! А зараз багато розмов, красивих заяв, але дуже мало справ. Цього року, попри всі обіцянки, так і не профінансували серійне виробництво

жодної з нових українських ракет, стратегічно важливих для оборони нашої країни. Ні «Вільха», ні «Вільха-М», ні «Нептун» не надійдуть у війська в 2020-му. Обіцяють виділити гроші наступного року, а що, цьогоріч у нас уже закінчилася війна?» — зауважує Турчинов.

«Дилетантство і непрофесіоналізм деформують управлінську вертикаль і породжують хаос. Проросійська п'ята колона починає ви-

і безболісним шляхом чесних прозорих виборів. Запас міцності нашої країни не такий великий для того, щоб вона могла раз за 5–6 років проходити через революції і катаклізми. Сьогодні актуальним є проведення не лише місцевих, а й дострокових парламентських виборів. Таке рішення може стати виходом із глухого кута для цієї влади. Перед країною, затягнутою в хаос, стоїть занадто багато викликів,

Цього року, попри всі обіцянки, так і не профінансували серійне виробництво жодної з нових українських ракет, стратегічно важливих для оборони нашої країни. Ні «Вільха», ні «Вільха-М», ні «Нептун» не надійдуть у війська в 2020-му. Обіцяють виділити гроші наступного року, а що, цьогоріч у нас уже закінчилася війна?

значати внутрішню і зовнішню політику країни. В Україну повернулися інформаційні темники, замовні справи та неправосудні рішення. Я дуже не хотів повертатися до активної політики, але країна послідовно скочується до катастрофи, і цьому потрібно протистояти», — говорить він.

Олександр Турчинов зазначив, що штаб «Європейської Солідарності», який він очолює, в першу чергу напрацьовує антикризові рішення.

«Це більше антикризовий штаб, проте й вибори також у його полі зору. Так, бажано, щоб перезавантаження влади відбулося швидко

тому і штаб — антикризовий. Для локалізації кризи часу буде обмаль, тому вже зараз необхідно відпрацьовувати програми і технології щодо швидкого відновлення системи управління, економіки та обороноздатності країни. А в разі ескалації російської агресії — чітко і професійно протидіяти цьому. Для роботи в штабі ми підтягуємо експертів і фахівців, будемо виховувати і готувати кадровий резерв. Ми мусимо навчитися об'єднувати інтелект нації, протиставити професіоналізм попульту, будувати горизонтальні зв'язки, стати центром об'єднання конструктивних, відповідальних проукраїнських сил», — пояснює Турчинов.

● НІ ГРІХА, НІ СОВІСТІ

Foto glavcom.ua.



Пропутінська влада вважає, що храм зведено незаконно.

Російські окупанти в Криму наказали знести українську церкву

Так званий «суд» зобов'язав архієпископа Сімферопольського і Кримського Православної церкви України (ПЦУ) Климента у п'ятиденний термін розібрати храм ПЦУ в Євпаторії

Василь КІТ

Храм нібито побудований незаконно. Інакше буде порушено кримінальну справу проти самого Климента за невиконання рішення суду. Такими методами Росія розправляється в окупованому Криму з українською церквою. У зв'язку з цим офіс Уповноваженої Верховної Ради України з прав людини Людмили Денісової виступив із засудженням незаконного «переслідування членів релігійних організацій у Криму».

Тим часом митрополит Переяславський і Вишневський ПЦУ Олександр (Драбинко) назвав такі дії окупантів «духовним тероризмом» і закликав керівництво Української держави «у випадку знесення українського православного храму заборонити діяльність Російської православної церкви в Україні як посібника міжнародного тероризму».

Що ж, все як завжди: Кремль звинувачує інших у злочинах, які сам же і робить. Москва кричить, що в Україні переслідують Російську православну церкву (УПЦ МП. — Ред.), у той же час безжалюбно знищують на окупованих територіях українські церкви.



«Нехай зносять, якщо не бояться Бога».

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

tsikava.gazeta@gmail.com,
reklama.volyn@gmail.com

E-mail: tsikava.gazeta@gmail.com,
reklama.volyn@gmail.com

Телефонуйте: у приймально — (0332) 72-38-94,
з питань реклами — (0332) 77-07-70,
приватних оголошень — (0332) 72-39-32,
розповсюдження — (0332) 72-38-94.

ТЗОВ «Газета «Волинь» п/р UA2030344000002600805520122
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: ТЗОВ «Волинська обласна друкарня»,

м. Луцьк, просп. Волі, 27.
Тел. (0332) 71-03-01, сайт www.druk.volyn.ua

Замовлення №580
ТОВ «МЕГА-ПОЛІГРАФ», м. Київ, вул. Марка Вовчка, 12/14,
тел. (044) 581-68-15. Замовлення №78177
Загальний тираж 12100

● БОЛИТЬ!

Поранений розвідник Ярослав Журавель чотири дні марно чекав на допомогу

Закінчення. Початок на с. 1

Інна ПІЛЮК

Чи боявся він у той фатальний день? Від вибухівки зранку загинув командир розвідувального взводу лейтенант Дмитро Красногрудь. Він і Ярослав Журавель разом прийшли у морську піхоту з 93-ї ОМБр «Холодний яр», давно товаришували. Сержант Журавель у складі евакуаційної групи пішов забирати тіло побратима. Ступав першим. Він мав білий шолом та білий бронешилет. Зрештою, мав і абстрактний «режим тиші» на період пошукової операції, який гарантували через ОБСЄ. Раптовий обстріл застав чоловіків зненацька. На місці загинув військовий медик Микола Ілін. Він був громадянином Естонії, служив у морській піхоті і ненавидів все, що пов'язане з СРСР.

Ярослава поранили. Його згодом «бачили» з дрона розвідки, який відправили після обстрілу, тоді він був ще живим. Наклав джгут, шукав укриття, а потім зник із поля зору. Ймовірно, він впав у балку. Три дні бойовики не давали проводити пошукову операцію. Більше військового ніхто не бачив.

Убивство солдатів у білих шоломах, які йшли забрати загиблого командира, шокувало всіх. Не міг не відреагувати на нього і Президент, він же й Головнокомандувач. Швидко взяв справу «під особистий контроль». Власне, офіційне трактування на цьому й закінчується. Бойовики продовжували обстріли, ОБСЄ моніторила, в Україні готувалися до чергових зустрічей у Мінську, де згодом вкотре заявлять про славнозвісне зеленське «просто перестать стрелять». А тим часом українське суспільство вибухнуло гнівною реакцією на кричущий факт.

Журналіст Марина Данилюк-Ярмолаєва: «Прискіплива увага Володимира Олександровича обернулася тим, що він поїхав відпочивати на дачу Хрущова в Запорізькій області, а окупанти вирізали із тіла медика Іліна уражені органи і кістки, аби не було доказів, із чого саме розстрілювали людину в білому шоломі. Куди гірше «контроль» обернувся із пораненим розвідником Журавлем, штабу довелось лиш звітувати про відмови ОБСЄ сприяти вивезенню пораненого та регулярні обстріли. А далі країна дізналася про подробиці того, як герой Мар'їнки, авдіївської «промки», Трьохізбенки та Гранітного спливав кров'ю під пекучим сонцем Донбасу.

Здавалось би, воєнний злочин Російської Федерації зафіксований



Художник Юрій Журавель до свого малюнка слів не підбирав і його можна зрозуміти: «Журавля вбили! Ви ж, суки, Журавля вбили!!! Це мій брат! Це наш брат!!! Начувайтесь! Начувайтесь і вбивці, і спостерігачі! Тупі нездари, без совісті і честі, ОБСЄ і ти, презик, який взяв це під особистий, сука, контроль! Журавлів безліч по всій Україні і по всьому світу. Ми це так не залишимо!»

усіма і у всіх мерзенних подробицях. Але за тиждень ніхто так і не почув нічого від Президента про діяння окупантів на території України, про ганебний розстріл. А ще не було слів підтримки армії, для якої ці події стали моральним шоком. Ми ж своїх не кидаємо, еге ж? І це чи не найбільше відрізняє Нас від Них».

Сергій Марченко, блогер:

Що відчуває український воїн після того, як його побратим чотири дні помирає у нього на очах? Коли душу рве, кров кипить, а наказу спасти товариша нема? Знаєте, що він думає? Що завтра, коли поранять його, він так само здохне, як собака, і ніхто пальцем не поворухне, щоб його витягнути.

«Чого всі так причепилися до Зеленського за полеглого морпіха? По-перше, тому, що він Людина. Одна з кращих. Той, хто йшов першим, і закрав собою інших. Полеглий воїн точно не заслужив такого скотського відношення до свого життя. Він не повинен був чотири дні помирати на полі бою. Сам. Один. Без надії на порятунок. А по-друге, ви, пацани з «Квар-

талу», не розумієте, що таке армія. Мабуть, ви думаєте — умер Максим, так... с ним? Нового наймем? Але в армії це не працює. Її міць тримається на довірі. Довірі, що ти стоїш на смерть, а сусіди теж тримають позицію. Бо якщо вони втечуть, на тебе чекає вірна погібель. А коли на кону життя, віра, що тебе не кинуть, має бути не стовідсоткова, а тисячавідсоткова.

Саме тому в США національна ідея — спасти рядового Райана. Саме тому Ізраїль випустив купу бойовиків задля одного викраденого ворогами солдата Гілада Шаліта. Бо коли рядовий Райан знає, що його витягнуть при будь-яких розкладах, він іде в бій і не думає ні про що інше.

А що відчуває український воїн після того, як його побратим

чотири дні помирає у нього на очах? Коли душу рве, кров кипить, а наказу спасти товариша нема? Знаєте, що він думає? Що завтра, коли поранять його, він так само здохне, як собака, і ніхто пальцем не поворухне, щоб його витягнути. І коли буде виконувати наказ, переживатиме не про те, як його краще виконати, а про те, як зберегти своє життя. Бо надії в українського воїна на свою державу немає.

Так не повинно бути. Своїх віддавати не можна! У нас чисельна перевага на фронті. У нас є ресурси, щоб накрити весь той сепарський клубок артилерією так, щоб вони голову не могли підняти. Хай це буде коштувати мені, як платнику податків, ого-го скільки, але засипати їхні позиції снарядами по самі glandи! Розрівняти танками, щоб не вижила жодна сволота, що стріляла по евакуаційній команді. А солдата винести. Бо сенс нашої війни — спасати своїх».

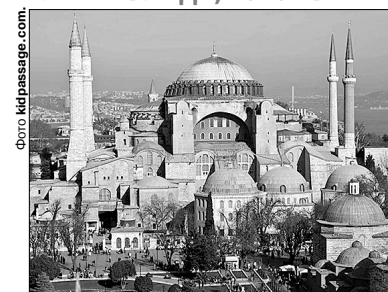
Ветеран російсько-української війни на Донбасі, який викладає в академії Міністерства оборони: «Я досі не розумію, як мені пояснювати такі історії своїм курсантам. Бо особистий контроль для мене від Президента мав виглядати так: він приїздить на передову і каже, що сам піде забирати пораненого. І тут уже ОБСЄ та РФ були б посаджені на виделку — не стріляти ж у главу держави! Замість того, щоб кричати світу про воєнні злочини РФ, наш гарант не знайшов нічого кращого, аби в цей час на зустрічі із президенткою Швейцарії показати їй «найкращу ожину» Луганщини та шмат дороги із проєкту «Велике будівництво».

Оксана Забужко, письменниця: «Ми ж усі намагаємось про це НЕ думати, правда? Про те, як він там лежав, поранений, перетягнувши рану джгутом, і чекав, коли його заберуть? А воно не виходить — не думати, от в чім штука. Такі моральні удари нація має пропрацьовувати, це кожен психолог знає. «Отвлекаючі» шоу з БТРами й піротехнікою (про події в Луцьку із терористом і заручниками, які трапилися після розстрілу) — не «отвлекають», так це не працює. Приєднуюсь до тих, хто вимагає розслідування службового недбальства, що призвело до смерті, і покарання згідно з чинним законодавством».

А Юрій Журавель, рівненський музикант, художник, волонтер, який відомий своїми картинками ще з часів Революції гідності, присвятив братові-Журавлю щемливий малюнок (на фото)...

За матеріалами сайтів espresso.tv, radiosvoboda.org, milnavigator.com.ua.

● ЧИЯ ВЛАДА, ТОГО І ВІРА



Президент Туреччини Реджеп Таїп Ердоган днями розпорядився, щоб Аїя-Софія була відкрита для здійснення молитов мусульман цілодобово.

У Греції — траур через мусульманські богослужіння у соборі Святої Софії

У православних храмах Еллади 24 липня лунав жалобний дзвін, а національні прапори було приспущено

Микола ДЕНИСЮК

Так у країні відреагували на те, що собор Святої Софії у Стамбулі (на фото) тепер мечеть. Предстоятель Елладської православної церкви архієпископ Ієронім II заявив, що перетворення стамбульського собору Святої Софії на мечеть є «нечестивою образою», а день, коли в Аїя-Софія відбувся перший намаз, став днем скорботи для всього християнського світу. Патріарх провів особливу службу в афінському соборі, під час якої пролунав гімн Діви Марії. Вважають, що цей спів уперше виконали 626 року, щоб подякувати Богородиці за захист Константинополя під час турецької облоги.

Нагадаємо, що 14 липня в соборі Святої Софії у Стамбулі (колишній Константинополь) уперше за останні 86 років відбувся намаз. Це стало можливим після того, як 10 липня президент Туреччини Реджеп Ердоган підписав указ, за яким собор-музей став мечеттю. У 1453 році після захоплення Константинополя османами собор перетворили на мечеть.

● ЦИФРА НОМЕРА

1 місце у рейтингу найкращих вишів України посідає Київський національний університет імені Тараса Шевченка (у світовому табелі він на 1103-му).

На 2-й позиції — Національний технічний університет України КПІ (1430), на 3-му місці — Сумський державний університет (1796).

ПРОБЛЕМА

Ваговий контроль на дорогах: які штрафи передбачені за перевантаження

Місяць тому Президент Володимир Зеленський записав яскраве відеозвернення до далекобійників, які в одній із груп у вайбері обговорювали, як можна обійти перевантаження автомобілів на дорогах. «Ви, хлопці, засранці. Ми тут хочемо щось хороше зробити для країни, допомагати ви не можете, не здатні, так хоч трохи не завжайте», — сказав Зеленський і доручив правоохоронцям забезпечити контроль над перевантаженими фурами. Боротьба з цим явищем почалася, звичайно, задовго до Зеленського: зараз в 7 областях України вже працюють пункти вагового контролю, до кінця року планується запустити 54 комплекси «зважування в дії». Інтернет-видання «Слово і діло» розібралося, як вони працюють, а також які штрафи передбачені за перевантажений автомобіль

Слава ДІЛО

Дороги в Україні в плачевному стані і через перевантажені автомобілі руйнуються за один-два сезони. Якщо фура перевантажена на 25%, то руйнівний вплив на дорогу збільшується в три рази і дорівнює руху 70,5 тисячі автомобілів. Загалом і перевищенням дозволеної ваги їздять 40% фур.

Цьогоріч із 22 червня до 24 липня в результаті габарит-

но-вагового контролю було складено 2,7 тисячі актів, перевірено 147,7 тисячі автомобілів, сума штрафів становила 21,3 млн грн.

Щоб перевантажені фури не розбили дороги зовсім, в Україні зараз працюють декілька комплексів автоматичного габаритно-вагового контролю («зважування в дії»). Поки що їх тільки шість, і вони розміщені на ключових в'їздах до Києва. До кінця року планують облаштувати 54 комплекси по всій Україні.

Суть системи в тому, що вона визначає вагу фури на встановлених під асфальтом майданчиках для динамічного зважування на швидкості від 10 до 140 км/год. Також система передбачає фотофіксацію номерного знака визначення швидкості, все це обробляється в центрі даних.

За перевантаження автомобіля в Україні можуть оштрафувати від 8,5 до 34 тис. грн залежно від того, наскільки вага більше дозволеної.

ГАБАРИТНО-ВАГОВИЙ КОНТРОЛЬ В УКРАЇНІ

СИСТЕМА «ЗВАЖУВАННЯ ФУР У РУСІ» WEIGHT-IN-MOTION

ЯК ЦЕ ПРАЦЮЄ
зважування фури на встановлених під асфальтом майданчиків для динамічного зважування на швидкості від 10 до 140 км/год

Дозволена вага для:

- фур **40 тонн**
- контейнеровозів **44 тонн**

СТРАФИ ЗА ПЕРЕВАНТАЖЕНЕ АВТО

- від 5% до 10% включно при перевезенні вантажу без відповідного дозволу – штраф у розмірі 500 НМ* **8 500 грн**
- >10%, але ≤20% штраф у розмірі 1 000 НМ* **17 000 грн**
- > 20% штраф у 2 000 НМ* **34 000 грн**

*неоподатковуваний мінімум доходів громадян

6 комплексів уже встановлено на ключових в'їздах до Києва

54 комплекси автоматичного габаритно-вагового контролю Weight-in-Motion («Зважування у русі») планують встановити до кінця 2020 року

ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ ЗА ЗБИТКИ, ЗАВДАНІ ВЛАСНИКУ ВЕЛИКОВАГОВОГО ТА/АБО ВЕЛИКОГАБАРИТНОГО ТЗ АБО ТРЕТІМ ОСОБАМ, НЕСЕ ВАНТАЖОВІДПРАВНИК

В РЕЗУЛЬТАТІ ГАБАРИТНО-ВАГОВОГО КОНТРОЛЮ АВТІВОК ЗА ПЕРІОД з 22.06.2020 до 24.07.2020 року

- 2 667** актів складено
- 147 702** автівки перевірено
- 21 253 043 грн** нарахована плата

СЛОВО І ДІЛО
Інфографіку створено за даними сервісу відкритих даних транспортної галузі, Державної служби України з безпеки на транспорті, Міністерства інфраструктури України та Укравтодору станом на 24.07.2020 року

ДОБРА СПРАВА



«Я гордий, що завдяки нашій допомозі вдалося зберегти здоров'я тисяч людей. Спасибі медикам за кожне врятоване життя».

Якість світового рівня: українські лікарі розповіли про ІФА-тести, які привіз Фонд Порошенка

Нову їх партію з 10 тисяч штук отримують медзаклади країни

Микола ДЕНИСЮК

Високоточні тести виробництва швейцарської компанії Roche дають змогу оперативно проводити діагностику працівникам і пацієнтам лікувальних закладів, щоб запобігти поширенню коронавірусу. Про це говорять медики з різних областей України, які завдяки Фонду Порошенка з початку червня мають змогу проводити обстеження з допомогою найсучаснішої методики. Загалом в Україну доставлено вже понад 50 тисяч тестів Roche.

«Ці засоби діагностики нові, на новому суперсучасному обладнанні, яке раніше не використовувалося в Україні. Точність надзвичайно висока, практично 99%», — зазначає завідувач донорським відділом Львівського центру громадського здоров'я Ігор Горбаль.

«Це надзвичайно потрібна річ для того, щоб визначити логістику хворого: де йому оперуватися, де проходити лікування», — пояснює Микола Галей, медичний директор з хірургічної допомоги Волинської обласної лікарні.

«Нам привезли ще 1000 тестів. Ми вже почали сьогодні перевіряти медпрацівників лікарні, зараз будемо тестувати по первинній ланці міста і району, і тих людей, які потребують обстеження», — розповідає директор КНП «Броварська багатoproфільна клінічна лікарня» Валентин Багнюк.

«Ці методики, які Фонд Порошенка дає можливість нам запровадити, це лабораторне оснащення дозволяє нам моніторити ситуацію у колективі. Це вже друга партія тестів, яку ми отримуємо», — наголошує генеральний директор Тернопільської університетської лікарні Василь Білар.

Головний лікар Рівненської центральної міської лікарні Євген Кучерук пояснює: вчасне тестування є першочерговою умовою боротьби з епідемією. «Хочу подякувати Фонду Порошенка за розуміння наших проблем і дуже вчасне забезпечення тестами. Тому що ми хочемо обстежувати і медичних працівників, знати, хто з них хворів, хто не хворів, це дуже на часі. Як то кажуть, дорога ложка до обіду», — говорить

Євген Кучерук. «Якраз у нас практично закінчилися реактиви. Один набір на 200 визначень, а співробітників багато, вони міняють зміни, і кожен раз маємо обстежити, щоб знати, чи можуть вони спокійно йти додому», — пояснює старший лаборант лікарні Ганна Андрощук.

«Ці тести дуже чутливі, аналізатор автоматичний, і через 17 хвилин ми вже отримуємо результат», — показує новітнє обладнання завідувач експрес-лабораторії КНП «Бердянське територіальне медичне об'єднання» Микола Романенко. «Тести Roche — це світовий стандарт, якість високого рівня. Обладнання може робити більше тисячі тестів за добу. Велика подяка Фонду Петра Порошенка за те, що нам були надані доволі дорогі реактиви і ми можемо тепер проводити якісну діагностику коронавірусу в наших пацієнтів», — зазначив директор КНП «Бердянське територіальне медичне об'єднання» Дмитро Єгоров.

«Дорога допомога, коли вона вчасна — так лікарі говорять про захисні костюми, окуляри та маски, про пульсоксиметри, апарати ШВЛ, високоточні ІФА-тести, які із перших тижнів пандемії ми доставляємо у медичні заклади різних регіонів України. На жаль, влада виявилася неспроможною захистити українців. У таких умовах медики у першу чергу потребують нашої турботи. Тому ми продовжуємо забезпечувати лікарні високоточними тестами та засобами захисту. І я гордий, що завдяки нашій допомозі вдалося зберегти здоров'я тисяч людей. Спасибі медикам за кожне врятоване життя», — каже п'ятий Президент, лідер партії «Європейська Солідарність» Петро Порошенко.

До речі

Фонд Порошенка спільно з компанією «Рошен» і волонтерами закупили понад 130 тисяч захисних костюмів для медиків, 10 тисяч антивірусних окулярів, профінансували закупівлю, ремонт і розхідники понад 50 апаратів ШВЛ, оплатили та відправили у регіони України понад 50 тисяч продуктивних наборів для людей із вразливих категорій.

Захисні костюми від Фонду отримали понад 100 медичних закладів. У Порошенка у 2020 році на боротьбу з пандемією коронавірусу витрачено вже більше ста мільйонів гривень.

ПРЯМА МОВА



Сергій ПАЛКІН, гендиректор донецького «Шахтаря», про перехід колишнього тренера команди 75-річного Мірчі Луческу, з яким за 12 сезонів (2004 – 2012) «гірники» здобули 8 золотих медалей у чемпіонатах України, 6 Кубків України, 7 Суперкубків України і Кубок УЄФА-2009, до лав головного суперника клубу – київського «Динамо»:

Луческу двічі просився назад і двічі отримав відмову. Отже, це було обдумане рішення Рината Ахметова про не продовження контракту з ним у 2016-му...

Я в «Шахтарі» пропрацював уже 17 років, і не уявляю собі, щоб зміг опинитися в київському «Динамо». Знаєте, Луческу називають «Містер». Але щодо його вчинку, вважаю, що містери так не чинять.



Foto media.slovoidilo.ua/media.

● НА ЩО СКАРЖИТЕСЬ?

«Доживете до моїх літ — будете боятися магнітних бур та змін погоди...»

Такі сердиті коментарі доводиться чути від наших найповажніших читачів, коли пізно нагадуємо їм про «несприятливі дні». Отож, спробуємо розібратися, як можна поліпшити самопочуття метеочутливих людей

Оксана КРАВЧЕНКО

ЯК ВИГЛЯДАЄ «КАЛЕНДАР ГІПЕРТОНІКА»?

У негативну дію магнітних бур на організм людини вірять не всі. Ексклюзивниця Міністерства охорони здоров'я Уляна Супрун, наприклад, на своїй сторінці у фейсбуці стверджувала, що це міф.

«Класика метеозалежності — погане самопочуття через магнітну активність на Сонці. Електромагнітна активність там відбувається постійно, внаслідок цього процесу стається викид коронарної маси. І якщо вона досягає Землі, то починає взаємодіяти з магнітним полюсом нашої планети, що викликає полярне сяйво, а не мігрень. Магнітосфера Землі нейтралізує електромагнітний вплив, тому мало ймовірно, що його може відчувати організм людини. Втім, багато хто скаржиться на сильний головний біль саме в цей період. Але підтверджен, що саме активність Сонця викликає ці симптоми — недостатньо. В одному з досліджень було проаналізовано 63 мільйони твітів, що містили слова «мігрень» або «головний біль». Кількість таких повідомлень зіставили з графіком активності Сонця, і в кінцевому результаті вони взагалі не збігалися», — доводить Уляна Супрун.

А ось Іван Петрович Луципенко з Луцька з цим не погоджується. Чоловік демонструє свій «календар гіпертоніка» — гарний щомісячник, який висить у його квартирі на видному місці. На календарі — багато різнокольорових позначок, записів, застережень, нагадувань.

— На початку липня, приміром, обвів червоним дати магнітних бур. У ці дні ми з дружиною не їдемо на дачу, не плануємо нічого обтяжливого. Навіть іменини переносимо, бо готувати святковий стіл і приймати гостей втомливо. Ми — гіпертоніки, мусимо стежити за тиском. Я колись теж не вірив у несприятливі дні. Але пережив інсульт саме тоді, коли була магнітна буря. Це вже потім дослідив. А на той час не знав, прокинувся, зробив зарядку — почала боліти голова, не надав тому значення, пішов мити машину. Добре, що сусід по гаражу — лікар, побачив, як мене перекошило, й викликав «швидку», — розповідає 75-річний Іван Луципенко, дякуючи Богу й лікарям, що не лежить паралізованим.

Відновлення після інсульту коштувало чимало сил і коштів. Допомогли фахівці реабілітаційного центру, але й сам Іван Петрович не сидів, склавши руки.

— Він у мене впертий, різні оздоровчі методики на собі випробував. У несприятливі дні заварюємо заспокійливий чай, харчуємося легкою, дієтичною їжею, знаходимо собі якесь приємне за-



Фото rbc.ua.

Несприятливі дні останнього місяця літа:

Слабка магнітна буря — 2–3 серпня, 13–14.
Середня — 10, 29.
Сильна буря — 1, 21–22 серпня.

Від метеозалежності можуть страждати не тільки літні люди, а й підлітки: через зміни гормонального фону організм гірше адаптується до різних природних чинників.

няття вдома, — ділиться досвідом дружина господаря.

— Є дослідження, які засвідчують зв'язок між геомагнітними бурями та ризиком інсульту. «Серед найбільш значущих чинників, що впливають на здоров'я і самопочуття людини, виділяють: температуру повітря, атмосферний тиск, вологість, парціальний тиск кисню; сонячну активність, ступінь зміни магнітного поля Землі; імпульсне електромагнітне поле, що зумовлене грозовою активністю. Однією з найбільш вразливих груп є пацієнти із захворюваннями серцево-судинної системи, адже патологічна метеозалежність серед них проявляється

Я колись теж не вірив у несприятливі дні. Але пережив інсульт саме тоді, коли була магнітна буря.

ся у 70–72% випадків. Ще вищим є цей показник у людей із психоемоційними розладами — він досягає 82%, — цитує статтю з медичного журналу Іван Петрович. — При різких коливаннях атмосферного тиску, особливо при його зниженні, частішають випадки інфаркту міокарда, а при його аномальному зростанні — порушення мозкового кровообігу. Загалом при різких добових перепадах температур більш ніж на 10 °C кількість діагностованих інфарктів міокарда та інсультів зростає на 1,9%, а при магнітних бурях — на 31%».

САМ СОБИ БАРОМЕТР...

Багатьом знайома ситуація, коли перед дощем «крутить» кістки та суглоби. Це пов'язано зі зниженням атмосферного тиску перед опадами, що і викликає реакцію нервових рецепторів, у тому числі в проблемних зонах тіла, які надсилають сигнали до мозку. Лікарі вважають, що така чутливість є звичайним «нагадуванням» організму про наявність

старої травми чи хронічного захворювання.

Чому перед негодою хилить на сон? Зменшується кількість кисню в повітрі. Відчуваючи його нестачу, організм переходить у режим «енергозбереження». Найліпше в цьому випадку — прислухатися до своїх відчуттів і не перенапружуватися.

Думаєте, тільки літні люди відчувають примхи погоди і з віком нагадують барометри? Помиляєтеся. Від метеочутливості можуть страждати і підлітки, у яких змінюється гормональний фон. Саме в цей період організм є менш адаптованим до різноманітних природних чинників. Інша вразлива категорія — особи клімактеричного віку, у них настає своєрідна «гормональна криза», під час якої погіршується загальний стан, загострюються хвороби.

Як пережити «несприятливий період» з найменшими втратами?

Для «сердечників» і людей з розладами сну рекомендують такий настії: збір з плодів глоду, шипшини, листя м'яти, собачої кропиви і квіток ромашки (у рівних частинах) заварити і пити як чай. Цей корисний і смачний напій сприятливо діє на серцево-судинну систему, допомагає при безсонні.

Настій трав буркуну: 1 ст. ложку трави залити 1 склянкою кип'яченої охолодженої води, настояти 4 години, а потім довести до кипіння. Приймати 2 рази на день по 100 мл. Настій корисний гіпертонікам, допомагає знизити тиск.

Настоянка для метеозалежних: 0,5 чайної ложки подрібненого сухого чистотілу, 1 ст. ложку календули залити склянкою горілки і витримати 6 тижнів у темному місці. Потім процідити і перелити в емність з темного скла із щільною пробкою. Приймати 2 рази на день по 10 крапель, запиваючи водою, при погіршенні самопочуття через зміну погоди.

Настоянка оману: 1,5 ст. ложки сухо-го кореня рослини залити 500 мл горілки і дати настоятися протягом тижня. Приймати 3 рази на день по 1 чайній ложці. Засіб корисний при метеозалежності людям, що мають проблеми із судинами.

● ЧИ ЗНАЄТЕ ВИ, ЩО

Зуби здорові, а треба бігти до стоматполіклініки

Запалення ясен викликає не тільки біль, неприємні відчуття та сліди крові на зубній щітці. Якщо на ці симптоми не реагувати, можуть постраждати інші органи

Марія КАЩУК

Трапляється, через запущений пародонтит людина втрачає здорові, не ушкоджені карієсом зуби. Але і це ще не вся біда.

Недуга часто пов'язана із золотистим стафілококом, який також є основною причиною інфекційного ендокардиту, що вражає серцеві клапани та ендокард. Також дослідження показали, що хронічне запалення ясен може призвести до атеросклерозу.

Часто поєднується ця проблема і з онкопатологіями, це засвідчують медичні дослідження. Науковці оцінювали здоров'я ротової порожнини, харчування та спосіб життя людей за допомогою анкетування. Після 28 років спостереження вчені виявили, що більшість тих, хто захворів на рак, мали в анамнезі пародонтоз. Фахівці дійшли висновку, що він збільшує ризик онкозахворювань стравоходу та шлунка на 43% та 52% відповідно.

Бактерії, які розмножуються у ротовій порожнині при пародонтозі, можуть потрапляти в органи

Якщо бачите, що ясна почервоніли й припухли, не гайте часу. На перших порах можна спробувати зарадити біді самостійно.

дихання і викликати пневмонію або хронічну обструктивну хворобу легень. Доведено, що і ревматоїдний артрит із цим пов'язаний.

Отож, якщо бачите, що ясна почервоніли й припухли, не гайте часу. На перших порах можна спробувати зарадити біді самостійно.

Я використовую для полоскання ротової порожнини таку настоянку: грудку прополісу (розміром як яйце) заливаю літром горілки, додаю 50 г сухого кореня айру, трошки м'яти. Суміш тримаю впродовж місяця в темному місці. Після кожного прийому їжі і чищення зубів необхідно полоскати рот цією настоянкою. Кровоточивість ясен і біль пройдуть протягом двох тижнів, зміцниться і зубна емаль.

Добре прикладати до ясен ватний тампон, змочений соком брусниці. Корисно жувати листя подорожника. Бажано щодня пити зелений чай. Зуби слід ретельно чистити, масажуючи ясна, використовувати якісну зубну пасту. Якщо ж поліпшення не настає, звертайтеся до лікаря-пародонтолога.

ФОТО ukrhealth.net.

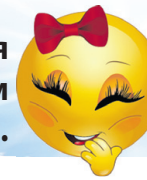


Через захворювання ясен можна втратити навіть такі красиві зуби.



Велика сторінка для Пані

Після кількох років шлюбу чоловік може дивитися на дружину і не бачити її, а дружина може бачити чоловіка наскрізь, навіть не поглянувши на нього.



● СЕКРЕТИ КРАСИ

Як стати стрункішою

Це можна зробити за допомогою одягу. Він приховає зайві кілограми. Український дизайнер та модельєр Андре Тан на своїй сторінці в Instagram поділився секретами, як виглядати худішою

Перша фішка — монолуки. «Коли ви одягнені в одній кольоровій гамі, вам не потрібно морочитися і підбирати щось до чогось, аби залишитися задоволеною. Візуально стрункішою роблять нас монолуки», — переконаний модельєр.

Біла сорочка. Це — друга фішка. Вона добре поєднується із чимось витонченим і допомагає візуально виглядати худішим. Рукави можна закачати. Пасує також до вузьких легінсів, спідниці-олівця або джинсів.

Третя — чорний костюм та штани зі стрілками. Такий одяг робить фігуру стрункішою.



Фото confetissimo.com.

● ВАРТО ЗНАТИ

Після шелаку нігті мають відпочити

Гель-лак — у списку лідерів манікюру. Але іноді після того, як знімете його, помічаєте, що нігті втратили блиск, міцність, стали розшаровуватися і ламатися

«Не знімайте покриття самостійно, а пройдіть цю процедуру у професіонала.»

І в цьому немає нічого дивного. Адже гель, який наносить майстер, містить чимало хімічних елементів. Плюс до цього ще й негативний вплив УФ-лампи, з допомогою якої ми закріплюємо його. Тож треба робити перерву. Наприклад, нанести двічі шелак, а потім місяць обходитися без нього.

Як не зіпсувати нігті? Не економте на походах у салон. Не знімайте покриття самостійно, а пройдіть цю процедуру у професіонала.

Не тримайте шелак довше трьох місяців.

Подбайте про відновлення нігтьової пластини після того, як знімете покриття. Головне тут — правильне харчування. Їжте побільше сиру, риби, яєць. У них міститься кальцій, який сприяє росту і зміцненню нігтів. Вітамін С теж пози-

тивно впливає на них. Тож ласуйте цитрусовими. З їхньої м'якоти можна зробити кашку і нанести її на нігті. Щоб не сповзала, натягніть на руки бавовняні рукавички. Потримайте масу пів години.

Полірування. Робіть це спеціальною пилючкою. Після цього знімається пошкоджений шар і нігті почнуть дихати.

Олії. Вранці і ввечері втирайте олію жожоба, оливкову чи абрикосову. Це сприятиме зміцненню пошкодженої нігтьової пластини.

Желатинові ванночки. У склянці теплої води розчиніть столову ложку желатину, охудіть, опустіть пальці на 20 хвилин, а потім витріть серветкою.

Маски. Чайну ложку касторової олії, три — лавандової або евкаліптової, дві капсули вітаміну Е змішайте і втирайте в нігті. Робіть цю процедуру перед сном двічі на тиждень. Тримайте олію 5 хвилин.

Спеціальні лаки. Якщо не можете без манікюру, запасіться лаками, які містять вітаміни та мікроелементи, необхідні для зміцнення нігтів. Найчастіше вони прозорі.



● ДОМАШНЯ АКАДЕМІЯ

Термос із нержавійки можна легко відмити

Він — незамінна річ у побуті. Є моделі не лише для зберігання гарячого чаю, а й їжі. Колбу термоса найчастіше виготовляють із нержавіючої сталі, бо вона добре зберігає тепло. Після тривалого використання його внутрішня поверхня може вкритися нальотом. Умілі господині знають кілька дієвих засобів, як її очистити

Лимонна кислота. 2 столові ложки її необхідно насипати в колбу і залити окропом до максимально можливого рівня. Після цього закрити кришкою і залишити на ніч. Вранці вам потрібно лише промити її.

Можна використати й лимон. Для цього його слід порізати на шматочки, залити окропом, закрити кришкою і дати постояти хоча б пів дня. Вранці вилийте рідину, викиньте частинки фрукта і помийте ємність за допомогою мийних засобів. Іноді для видалення стійкого чайного нальоту необхідно провести процедуру кілька разів. Неприємний запах, як правило, зникає вже після першої обробки.

Харчова сода. Приготуйте розчин, виходячи із співвідношення: столова ложка соди на склянку гарячої води. Суміш залийте в колбу, закрийте кришкою і залишіть на ніч. Вранці розчин вилийте, а ємність



Фото i1.rozetka.ua.

почистіть з допомогою засобу для миття посуду. Сода дасть змогу ефективно усунути наліт і неприємний запах із внутрішньої поверхні колби.

Перлова крупа. Заповніть колбу водою, додайте пів склянки крупи і кілька

чайних ложок соди, закрийте і добре збовтайте. Перловка відіграє роль своєрідної м'якої мочалки, яка без зусиль допоможе очистити стінки термоса.

Столовий оцет. Заповніть колбу на три чверті гарячою водою, долийте 9-відсоткового оцту. Закрийте кришкою, дайте рідині охолонути, а потім періодично струшуйте. Вилийте розчин і сполосніть внутрішню поверхню колби. Запах оцту після цього також зникне.

● КОРИСНІ ПОРАДИ

Обійдемося без праски?

Натуральні тканини приємні на дотик. Жінки охоче носять у спеку одяг із них, бо ж шкіра дихає вільно. Однак він швидко мнеться. Навіть якщо ви акуратно склали, збираючись на відпочинок, нема гарантії, що коли дистанете його, він буде виглядати ідеально

Буває, щойно одягнеш сукню, присядеш, встанеш і вона уже зім'ята! Що робити? Ідїть до кра-на з водою. Добре змочїть руки, долонями «пропрасуйте» матеріал на собі — різкими рухами, так, немов хочете скинути щось з одягу.

Звичайно, так, як після праски, він не буде виглядати, але повернути властиву натуральним тканинам легку прим'ятість вдасться. До того ж, надати йому пристойного вигляду можна в будь-якому місці, куди вас закинуть спра-



ви. Вода ж знайдеться скрізь. Не бійтеся, що одяг довго буде вологим, — він сохне на очах.

І насамкінець ще одна корисна порада. Жінки знають, що вбрання з льону чи інших натуральних тканин не просто випрасувати. Легко зробити це можна тоді, коли воно ще трохи мокре.

● НА ЗАМІТКУ

Щоб гумові рукавички служили довше

У них зручно працювати у саду, мити посуд. Але їхній вік короткий. Нерідко після двох-трьох застосувань рвуться. Аби зберегти їх на довше, слід дотримуватися певних правил

Рукавички, як і одяг, мають розмір. Тож не повинні бути за великими чи замалими, а, як кажуть, по руці.

Краще трохи переплатити і купити щільніші, ніж дешевші тонкі. Такі швидко викинете. А ось грубшими користуватиметеся довше.

Після роботи вироби з гуми слід ретельно мити, сушити і зберігати за температури не вище 20 градусів. У вологому разі на них не повинно потрапляти пряме сонячне проміння.

Зберігати слід у розгорнутому вигляді. Якщо рукавички щільно скласти, гума поверхня може склеїтися і розгорнути їх потім буде складно.



Фото encrypted-tbn0.gstatic.com.

● КЛУМБА НА ПІДВІКОННІ

Смаколики для вазонів

Якщо в саду і на городі рідко обходяться без добрив, то підживлювати ними домашні рослини ми забуваємо. А щоб вони тішили нас красою, їх теж потрібно підготовувати. Не обов'язково вносити хімічні засоби. Можна обійтися і народними, перевіреними на практиці, які завжди є під рукою

ЦУКОР. У ньому міститься глюкоза, що дуже корисна для домашніх квітів. Вона дає їм енергію. Щоб підживити рослини, достатньо напоїти їх солодкою водою (чайна ложка цукру на склянку рідини). Чимало з них люблять її, особливо фікуси, кактуси. Робити це слід не частіше одного разу на два місяці, бо може з'явитися мошка. Тож не перестарайтеся.

КАВОВА ГУЩА. Чудове добриво для квітів. І спеціально готувати його не тре-

«Насолодившись ароматним напоєм, не виливайте кавову гущу. Змішайте її із землею у вазоні. Завдяки цьому грунт стане пухкішим і легшим, буде більший доступ кисню до коріння. Особливо таке добриво піде на користь азаліям і всім видам домашніх троянд. Вони довше цвістимуть, і квіти будуть яскравішими. Вносити добриво слід раз на два місяці.»



Фото http://simya.com.ua.

Медіум і спеціаліст із вирішення фінансових проблем Марія Дюваль робить безпрецедентну заяву:

«Розгадайте тасмницю Золотого квадрата й отримайте 1 000 000 гривень!»



Ви знаєте, хто така Марія Дюваль?

Феноменально обдарована французька медіум і хранителька секретних ритуалів Білої Магії, яка вже понад 30 років допомагає людям у всьому світі вирішувати їхні фінансові проблеми. Вона — єдиний у Європі фахівець із виграву в азартних іграх та фінансового успіху. І сьогодні вона хоче допомогти Вам!

Одна із наймогутніших медіумів, Марія Дюваль уже понад 30 років допомагає людям у всьому світі здобути фінансове благополуччя, стабільність і достаток. При цьому за свою допомогу вона ніколи не бере гроші. Але багато хто все одно намагається її віддячити, передаючи великі суми з тих вигравів, які вони отримали завдяки їй. Всі отримані кошти Марія Дюваль переказує на спеціальний рахунок та один раз на рік передає ці гроші тим, кому допомога потрібна дуже терміново.

Щороку, відповідно до окультних законів, Марія Дюваль обирає одну країну (цього річ це Україна!) і пропонує її мешканцям розгадати тасмницю Золотого квадрата, а як винагороду отримати 1 000 000 гривень!

Отже, якщо зараз Ви читаете це оголошення, у Вас є шанс отримати 1 000 000 гривень! Ось що Вам слід зробити:

1 У сітці Золотого квадрата знайдіть 3 магічні слова, пов'язані з удачею, грошима та виграшами, та обведіть їх. Слова можуть бути розташовані як по вертикалі, так і по горизонталі. Як приклад і підказка, перше слово вже обведено.

«Золотий Квадрат»

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

вість, як 1 000 000 гривень може опинитися у Вашій кишені. Важко повірити? Проте, це саме так! Будь ласка, не надсилайте гроші. Допомога Марії Дюваль абсолютної безкоштовна. Вона застосує свій дар тільки на благо.

НЕ НАДСИЛАЙТЕ ГРОШІ — ЦЕ 100 % БЕЗКОШТОВНО!

ТОВ «Езотермікс», а/с № 109, м. Київ, 03300. Детальна інформація за тел.: (044) 379-12-48 (вартість послуги згідно з тарифами ПАТ «Укртелеком»). ТІЛЬКИ ДЛЯ ПОВНОЛІТНІХ.

ВАЖЛИВО! Якщо гроші потрібні Вам терміново і Ви не можете чекати, Ви можете залишити Ваш запит за номером телефону: **0-800-50-50-41** КОД: 381190 Дзвінки БЕЗКОШТОВНІ зі стаціонарних та мобільних телефонів у межах України (понеділок — субота з 08:00 до 19:00, неділя з 09:00 до 19:00)



СИМ «Я»

«Як добре, що ти у мене є»

«Ти помітила, як я прибрав?» – старший син випускає своє питання у ранковий простір між нами і береться за каву. Відчуваю, його цікавить не стільки відповідь, скільки інтонація

Оксана КОВАЛЕНКО, мама



Здорослими дітьми з'ясувати стосунки непросто. Ми з сином потрохи намагаємося до рогу назустріч: до того кілька днів вкоськували емоції, щоб не сказати зайвого після жорсткої розмови. За останні п'ять років життя і я, і він на практиці дійшли висновку: коли конфлікт — висловлюємося сухо і після крапки намагаємося розійтись, щоб не «понесло». Отож за кілька днів стриманості крига починає скресати, ми знову зближуємося. Хочеться миру на душі і в домі, але як же непросто його повернути: залите за шкіру сало хоч уже майже не пече, але ще шкварчить... Хтось має робити перший крок, та іноді на поміч приходить щоденний ритуал. Я готую сніданок, а він робить дві кави. До ранкового напою додається демонстрація «потепління». Усміхаюся собі зі згадки, як прорахувала два дні тому, що через злість на мене заливатиме окропом тільки одну порцію. Який дорослий і який маленький! Але з нашої сердитості вирулювати таки мусово. Яким чином?

«Треба шукати приводи, щоб висловлювати одне одному схвалення й захоплення». Це цитата сучасної психологині Марини Мелії із книги «Відчепіться від дитини». І хоч мій уже юнак, але й завжди дитина. Взяла пораду Мелії на озброєння не тільки на кризовий період. «Шукати приводи», — каже авторка, і це нагадує мені техніку позитивного мислення, при якій плюси варто розглядати у найгіршій ситуації. Перші оплески — за смачну каву, а далі ще щось обов'язково знайдеться. Крок другий: шу-

кати, щоб висловлювати щось хороше. Добре слово підохочує літати, а стан холодної війни забирає енергію. Перевірено на собі. Головне тут — не лицемірити: рідні відчувають нещирість із пів подиху.

Маю ще один секрет, як справитися зі своїм несхваленням вчинків майже дорослих дітей. Згадую «героя» маленьким. Ото вже був йоршистим і незговірливим! Емоції зашкалювали. Таким і залишився (опанувати себе, правда, таки навчили). Тільки тоді видавався кумедним, а тепер — упертим і нахабним. Хіба, якщо високий, говорить басом і вчиться в університеті, то й оступатися не має, і перечити не може, і сердитися — не дай Боже. А то ж жива людина! З отакими міркуваннями з перехрестя внутрішніх суперечностей якось вийшла на простішу дорогу: і вже та доросла дитина не видавалася, як кажуть, ніби не моєю. Зазирала у чашку з-під кави, у ту для когось промовисту гущу, і думала: «Хай там що, але як добре, що ти у мене є».

Про молоду пару в народі говорять, що їй потрібен час, аби притертися. Бачу, що й батькам «трапляються» такі діти, з якими треба відбутися цей же процес, до подорослішання або й довше. Зрештою, порада психологині Мелії придатна для «вжитку» й у дорослому світі.

Я повторюю собі й слова, що спілкуватися з дитиною треба, уявляючи, ніби вона вже така ж досконала, якою є в моїх очікуваннях. Залишається перевірити їх на практиці.

Маєте свої секрети виховання — пишіть! Наші адреси: okovalenko74@gmail.com або tsikava.gazeta@gmail.com, а пошта: 43025, м. Луцьк, просп. Волі, 13, «Цікава газета на вихідні».

Фото en.ppt-online.org



Обмінюватися теплом приємно і важливо.

ЦЕ ЦІКАВО



Фото volyn.com.ua

З давніх-давен цю пекучу рослину вважають оберегом від нечистої сили.

А градові хмари віджене... «поцілунок холостяка»

Саме так цю рослину називають естонці. У нас же з нею порівнюють злу свекруху. Латинське ім'я цієї рослини — «уртіка» — походить від «урере» — «палити», «горіти». Її називають зеленим окропом, вогонь-травонь і навіть відьминим батогом. А ще жалива, жаркуха, жижкуха, джигушка, жигавка, покрива, прокева. Або просто КРОПИВА!

Ольга БЕКЕРИК

Здавніх-давен її шанували за лікувальні та магічні властивості. Кропиву спалювали для відгону градових хмар. Якщо ж довгий час не було дощу — сікли, щоб отримати з неї вологу. Казали: «кропива обпече небесну височинь, і та дасть волю дощам». Вона була надійним засобом від нечистої сили. Як оберег листочок кропиви клали у взуття або зашивали під підкладку. З її стебел плели килимок для передпокою. Вважали, що, постоявши на ньому, людина, яка прийшла в будинок з нехорошими намірами, втратить усю свою силу.

Кропив'яним віником підмітали підлогу, щоб прогнати злих духів і «вимести» негативну енергію. Напередодні Івана Купала кропиву розкладали на підвіконнях і порогах, вішали на дверях — від відьом і чаклунів. А перед купанням у річці її кидали у воду для захисту від русалок та водяника.

У народній медицині биття кропив'яними віниками і досі використовують для лікування болю в суглобах. Недарма кажуть, що одна кропива заміняє сімох лікарів. Адже це справжня скарбниця вітамінів (В1, В2, В3, В5, К, Е, РР), мінеральних солей, макро- і мікроелементів, кислот, дубильних речовин і флавоноїдів. За кількістю білків кропива не поступається бобовим, які ще називають «рослинним м'ясом». Вітаміну С у ній удвічі більше, ніж у смородині та лимоні. Вмісту

каротину позаздрять щавель, морква й обліпіха.

Кропиву вживають при лікуванні застуди, анемії, цукрового діабету, хвороб шлунково-кишкового тракту, жовчного міхура і печінки. Вона має кровоспинну, антисептичну, протизапальну дію (протипоказана вагітним, хворим на гіпертензію й атеросклероз).

У косметології кропива — універсальний засіб для догляду за шкірою та волоссям.

Недарма кажуть, що одна кропива заміняє сімох лікарів.

Наші предки перші її листки їли для збереження здоров'я на весь рік. А на Івана Купала молодому подружжю, щоб зміцнити сімейні зв'язки і вберегти любов від чужої заздрості, потрібно разом зварити і з'їсти суп із кропиви. Та з пекучої рослини не лишень борщ смакує. З кропиви готують салати, соуси, пюре, смузі, соки, пиво та вино. Також солять, квасять, висушують для чаю. Використовують як приправу до найрізноманітніших страв...

У промисловості кропиву застосовують для фарбування харчових продуктів, мила, парфумів і тканин. З листя добувають зелену фарбу, а з коренів — жовту.

Цікаво, що слово «кропива» по-

ходить від давньоруського «копривна» — «шовк», як назва рослини, що йде на пряжу. Адже найперше волокно, з якого людина почала ткати, — польова кропива. З кропив'яного полотна шили найміцніші вітрила, плели риболовні сіті й канати, які не гнили у воді і водночас були напрочуд легкими.

У Київській Русі з міцної кропив'яної тканини робили мішки, які так і називали — «кропивники». В Японії кропив'яний джгут у поєднанні з шовком був головним матеріалом у виготовленні дорогих самурайських обладунків: із задерев'янілих стебел робили щити, а з найміцнішого кропив'яного волокна, крученого і натертого воском, — тятиви для лука.

Ще за десять сторіч до нашої ери сестру української кропиви — рамі — почали вирощувати у Південному Китаї. Середня довжина її волокон становить 75 мм, але може сягати й понад 400 мм. За міцністю вони у 8 разів перевершують бавовник, у 7 — шовк та у 3 рази — коноплю. Це волокно використовують для виробництва дуже міцних тканин та вищих сортів паперу, зокрема для грошових знаків.

Італійський будинок моди «Corpo Nove» вже створив колекцію джинсів, курток, спідниць та сорочок із кропиви. За словами вчених, у майбутньому ця невибаглива рослина може витіснити з текстильної промисловості бавовник, вирощування якого завдає величезної шкоди довкіллю. Кропива ж росте в будь-яких умовах у великих кількостях, їй не потрібні добрива і хімікати.

Її зарості дають притулок більш ніж 40 видам комах і маленьких пташок. Листя використовують для відгодівлі шовкопрядів. А ще кропива — улюблені ласощі метеликів.

СЛОВО — ЗБРОЯ!

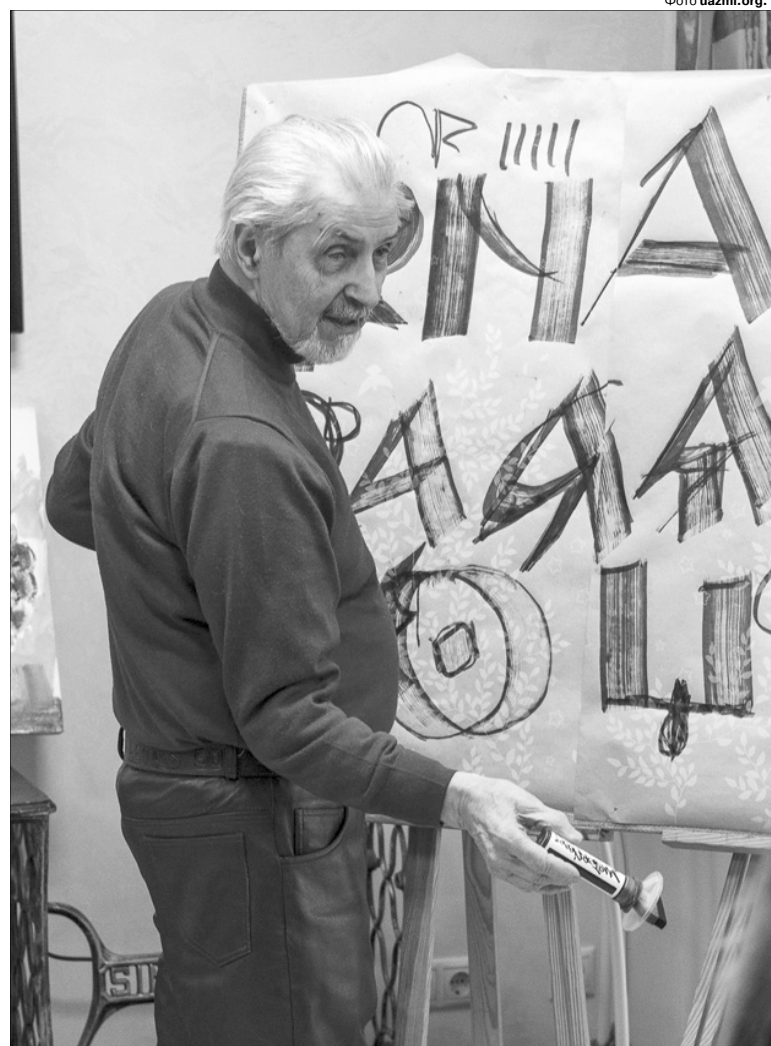


Фото uazmi.org.

Його шрифтами оформлені вже багато видань, вивісок, супровідних документів до офіційних державних нагород. Каліграф упевнений: це тільки початок великої і такої необхідної справи.

Закінчення. Початок на с. 1.

Інна ПІЛУК

Пан Василь має чітку візуалізацію своєї мрії: «Треба розпочати хоча б із того, щоб змінити в Україні офіційні написи, назви книжок, вулиць... Вся біда в тому, що людина 90 відсотків інформації сприймає візуально. Мову ми чуємо, але що бачимо? Ви бачите українську? Ні. Ми не особливі, нас не впізнають на вигляд, ми ідентичні з північним сусідом. Коли придивитися, то наша мова у кокошнику».

«І ВУЛИЦЯ ІВАНА МАЗЕПИ НАПИСАНА «ГРАЖДАНКОЮ» ПЕТРА І»

Що ж, власне, не так із нашою абеткою? Експурс в історію у цьому питанні простий і зрозумілий. Ще в часи Київської Русі українці користувалися слов'янською азбукою з її відповідним зображенням, яка пізніше звідси поширилася на Московію. Але Петро I законсервував тодішне написання тільки в церковній літературі. Для державних справ наказав створити «гражданский шрифт». Він уже потім, за часів Російської імперії, повернувся до нас у практично незміненому вигляді і таким лишився й дотепер.

«Навіть на українських грив-

«Нам «підмінили» літери: навіть на українських гривнях — російський шрифт»



Фото S.ua.

«Якщо мова солов'їна, то і на вигляд вона повинна аж співати», — наголошував пан Василь під час нещодавнього передпрем'єрного показу документального фільму «Рутенія. Повернення коду нації».

нях — російський шрифт. Вулиця Івана Мазепи написана «петрівським» шрифтом...»

Василя Чебаніка у його намаганні повернути своє обличчя українським літерам сміливо можна назвати продовжувачем справи художника-графіка доби УНР Георгія

крім грошей, займався дизайном поштових марок УНР, оформлював різноманітні книжкові видання. І, звичайно, Василь Хоменко — автор першого українського складального шрифту, «хоменківської гарнітури». Всі ці художники намагалися додати національний колорит у писемне мистецтво. Але повного відриву від друкерського шрифту Петра I так і не відбулося ні в дореволюційні часи, ні за період радянської влади.

«Щ» дуже схожа на герб України. Жодна абетка не має в своєму складі державного символу. Вже для цього потрібно триматися її.

Нарбута, який розробив ескізи грошових знаків, додавши до їхнього оформлення декоративні шрифти з орнаментами українського бароко. Потім цю естафету підхопив архітектор Василь Кричевський, який,

НЕ БУЛО Б АБЕТКИ, ЯКБИ «МАЙКРОСОФТ» ТА ЮЩЕНКО НЕ ДОПОМОГЛИ

Для Василя Чебаніка, який за власне український шрифт узяв багато років тому, несподіваним поштовхом у роботі стали... українські айтішники. З'ясувалося, що корпорація «Майкрософт» відмовлялася брати в роботу вітчизняні шрифти, бо ті візуально були ідентичні російським. Що робити? Каліграф не відмовив у допомозі. Лець не в авральному порядку розробив абетку, яку назвав «Рутенія».

Багато літ він намагався звернути увагу чиновників на відсутність власне української писаної мови. Часто чув, що це якась абракадабра. Тільки за президентства Ющенка були потуги надати українській мові новий візуальний портрет. Хоча успіхом це і не увінчалось (панові Василю написали, що так, красива абетка, але не на часі), однак затія вже не здавалася безнадійною. А 2019-го справа його життя була належно поцінована і відзначена Шевченківською премією. Проект «Графіка української мови» з вісімнадцятьма варіантами оригінального письма визнали внеском в історію та утвердження державності. На той момент художникові виповнилося 86 років.

«Наша мова заслуговує на доскональну пластичну абетку. Щоб її графіка збігалася з мелодією мови. Насамперед потрібно змінити літери «н», «р» — вони читаються як латинські, «з» — бо має вигляд як трійка У «Рутенії» буква «о» відрізняється від нуля — містить дві крапки всередині. У «ц» штрих зміщений до середини. «Щ» дуже схожа на герб України. Жодна абетка не має в своєму складі державного символу. Вже для цього потрібно триматися її», — переконаний пан Василь.

БЕЗ КУР'ЮЗУ — НІ ДНЯ...

Офіс Президента Володимира Зеленського торік потрапив у конфуз із застосуванням шрифту Василя Чебаніка, використавши стиль каліграфа для оформлення привітання з днем рибалки без відома автора. Про це повідомила донька пана Василя Вероніка Чебанік. За її словами, шрифтова основа належить її батькові, проте сам він не робив цього напису, а його стиль перероблений.

За матеріалами m.day.kyiv.ua, radiosvoboda.org, telegraf.design, gazeta.ua.

Відповіді на сканворд за 30 липня

Ш	ПА	ТТ	ІНС	ОН							
РА	І	Х	В	Л	А						
А	Ф	Г	АН	І	АПОЕЛ						
Ф	АН	Ф	АРОН	В	І	М					
І	І	Г		Ш	О	С	Т	К	А		
Н	И	З	КА		Л	У	Р				
А	Д	О	НА	Ц	І	Я	Х	А	О	С	
Д	Р	О	Б	О	Т		Х	Р	А	М	Е
		З	О	А		Р	І	А	Л		
		А	В	С	Т	Р	А	Л	І	Я	Б

Детальний план території на земельну ділянку для будівництва та обслуговування житлового будинку, господарських будівель та споруд площею 0,0715 га, що знаходиться в межах населеного пункту Полонка Гіркополонківської сільської ради Луцького району Волинської області по вул. Дружби, 54.

Замовник: Рудецька Галина Володимирівна.
Розробник: ФОП Парасюк Б.О.

Ознайомитися з містобудівною документацією, подати свої пропозиції та зауваження можна в робочі дні у Гіркополонківській сільській раді за адресою: с. Гірка Полонка, вул. Горохівська, 63а. Пропозиції та зауваження приймаються за зазначеною адресою до 23 серпня 2020 року.

Громадські обговорення планується провести у формі круглого столу в приміщенні Гіркополонківської сільської ради о 10 год. 24 серпня 2020 р.

Уся містобудівна документація погоджена в установленому законом порядку та відповідає будівельним нормам та правилам.

Відповідальна особа за розгляд пропозицій: головний спеціаліст відділу земельних ресурсів та з питань благоустрою, житлово-комунального господарства та розвитку інфраструктури Гіркополонківської сільської ради Зань А.Ю.

24 години новин на добу VOLYN.COM.UA

РЕКЛАМА

ВИГОТОВЛЕННЯ ПАМ'ЯТНИКІВ

☎ 068 695 68 28 ☎ 095 639 01 15

№ В-154 6 600 грн 5 800 грн	№ В-158 6 400 грн 5 500 грн	№ П-8 К 4 000 грн П 4 600 грн	№ П-18 К 3 600 грн П 4 400 грн
-----------------------------------	-----------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

ДОСТАВКА ТА ВСТАНОВЛЕННЯ ПО ВОЛИНСЬКІЙ ОБЛАСТІ

ПРО ЦЕ ГОВОРЯТЬ

Заручників луцького терориста можна було звільнити раніше

Експерти розповіли, які помилки допустили МВС і СБУ при його затриманні

Євгенія СОМОВА

12 годин Максим Кривош тримав у напрузі всю Україну. Тож усі з полегшенням зітхнули, коли звільнили заручників і вони залишилися живими. І хоча ці події ще свіжі, нагадаємо їх, оскільки саме затримання викликає чимало запитань.

Уродженець Росії, який захопив рейсовий автобус із пасажирами, спершу мав інший план. Як згодом зізнався, хотів увірватися в Луцький Свято-Троїцький кафедральний собор. Але на той час там не було служби. Тож вирішив обмежитися автобусом, змусив водія зійти з маршруту, повернути на Театральний майдан. Більш як 12 годин люди просиділи у розпеченій металевій коробці, поки їх звільнили. Телеглядачі і користувачі інтернету мали змогу побачити кадри штурму. До автобуса із різницею у пів хвилини підїхали дві команди: одна на старенькому БТР, очевидно, поліцейській КОРД, інша — на модному «Фольксвагені Т4», швидше за все — «Альфа» СБУ. І розпочалася спецоперація, яка викликала чимало жартів у соцмережах.

Найважливіші, на думку експертів, помилки, які допустили МВС і СБУ при затриманні терориста:

1. Доцільність світлошумової гранати. Спецназівці кажуть, що використання її — це тактичний прийом, аби оглушити, засліпити на кілька хвилин зловмисника. Зазвичай застосовують у закритих приміщеннях. У нашому випадку гранату зірвали поза автобусом. Вона створила ефект, але не паралізувала б терориста, вважає колишній співробітник СБУ Іван Ступак. Навпаки, наляканий вибухом, він міг би імпульсивно натиснути на спуск автомата. А якщо врахувати, що спецназівці не дуже поспішали захопити його, то в нього було кілька секунд, щоб дати чергу по людях. На щастя, він під час вибуху гранати був уже арештований.

2. На сумку ніхто не звернув уваги, мимом не вели людей. За півтори хвилини до того, як до автобуса підїхали «орли» із поліції та СБУ, Максим Кривош сам покинув салон, продемонструвавши, що він без зброї. Трохи зачекав, поки до нього підїдуть і одягнуть кайданки. Перед героїчною появою БТР чоловіки у яскравих куртках уже встигли вивести половину пасажирів. Колишній керівник пенітенціарної служби Сергій Старенький звернув увагу на те, що Кривош виніс із автобуса сумку і поставив її



Ці кадри з Волині облетіли всі провідні ЗМІ світу. Але після звільнення заручників питань стало ще більше...

біля колеса машини. Її ніхто навіть не намагався перевірити. Біля неї стояли співробітники спецслужб — без шоломів, тяжких бронезилетів. Мимо проводили заручників. І ніхто не задумався, що мають справу з неадекватом, який кілька хвилин тому хотів слави.

Сергій Старенький вже з цього епізоду робить висновок, що або ми стали очевидцями непрофесіоналізму, або постановки.

3. Терорист не повинен отримувати інформацію. Генерал-майор міліції Іван Прошковський вважає, що головний прорахунок спецоперації із нейтралізації Кривоша — це його вільний доступ до засобів зв'язку.

— Є жорстке правило, якого на-

вали подію, могли опинитися в зоні ураження.

4. Сторонні не повинні втручатися. Заходи державної безпеки і боротьба з терористами — це завдання СБУ. Поліція, за словами ексглави зовнішньої розвідки, генерала армії Микола Маломужа, лише допоміжна інстанція.

— Є «Альфа» для силових структур, є спеціальний департамент, який веде перемовини зі злочинцями. Якщо б роботу організували зразу так, як вона повинна бути, заручників можна було б звільнити раніше, — переконаний Микола Маломуж. — Адже вже з перших годин було зрозуміло — автобус захопив не такий уже великий терорист. Ця людина не націле-

Не повинні були втручатися у проведення операції ні міністр, ні Офіс Президента, а успішно вона завершилася не тому, що хтось добре спрацював, а тому, що терорист уже вичерпав себе.

магаються дотримуватися у всьому світі: терорист повинен отримувати інформацію лише від особи, з якою веде перемовини, — каже він. — А тут ми бачимо, як Кривош виходить на зв'язок із журналістами, читає, що про нього пишуть у соцмережах, і навіть отримує інформацію про розміщення снайперів на площі. Як мінімум, у зоні дій треба було заблокувати інтернет. Як максимум — відключити мобільний телефон підозрюваного через оператора і передати йому для переговорів радіотелефон.

Ветеран МВС вважає, що й кордон спецназівців біля автобуса був слабкий. Журналісти, які висвітлю-

на на жертви. За умілої постановки психологічної роботи з ним можна було вийти на конструктив.

Генерал вважає, що не повинні були втручатися у проведення операції ні міністр, ні Офіс Президента, а успішно вона завершилася не тому, що хтось добре спрацював, а тому, що терорист уже вичерпав себе. Звісно, нині спецслужби намагаються виправдати свої дії. Мовляв, помилки допускають і їхні колеги у багатьох країнах. Але там за прорахунки звільняють керівників, а у нас вони вважають себе героями.

Джерело: «Комсомольская правда в Україні».

НЕЙМОВІРНО!



Цікаво, як можна жити і щось робити з такою косою?

Жінка не стригла і не мила волосся 64 роки

Ні, вона не замазуря, просто в неї був вагомий привід відмовитися від шампуню

Лія ЛІС

Пенсіонерка з В'єтнаму стала місцевою зіркою завдяки своєму волоссю, яке вона не стригла і не мила понад 64 роки. Власниці незвичайної зачіски Нгуєн Тхі Дінь — 83 роки, а стригтися вона перестала, коли їй було 19. Ось уже впродовж 64 років жінка не тільки не відвідувала перукарню, а й ніколи не користувалася шампунем, через що її шестиметрові (!) коси стали схожі на пітона.

Нгуєн стверджує, що в молодості вона страждала від дуже сильного головного болю, але походить до лікаря не давали жодних результатів. Проте помітила, що він збільшувався, коли обстригала во-

лосся. Тому й перестала це робити. Зараз свої довгі коси вона заплела в один товстий дред, який візуально нагадує змію. У такій зачісці пенсіонерка теж бачить плюс. «Мені вже багато років, і волосся на моїй голові сиве. Але оскільки я давно його не мила, велика частина мого «пітона» досі коричнева. Це нагадує мені про мою молодість», — сміється бабуся.

У 1990 році Нгуєн Тхі Дінь перебралася в буддистський храм Хює Фуоко, де живе й зараз. Жінка стала вегетаріанкою, почала читати буддистські мантри й загалом веде дуже скромний спосіб життя. А її волосся, як і раніше, відростає на десять сантиметрів за рік.

УСМІШКА ФОРТУНИ

Домовились заздалегідь: американець виграв у лотерею 22 мільйони і половину віддав другові

Ще у 1992 році двоє товаришів пообіцяли одне одному розділити навпіл виграш у лотереї, якщо комусь із них пощастить коли-небудь збагатитись таким способом

Василь КІТ

І от нещодавно Томас Кук виграв у лотерею 22 мільйони доларів і половину відрахував давньому другу Джо Фіну. Причому зателефонував до нього з радісною новиною одразу після того, як дізнався про удачу. Щоправда, поділили вони не 22

мільйони, а лише 17, адже спочатку заплатили 5 мільйонів податків.

До речі, витратити гроші домовились також разом — планують взяти дружин і податись у подорожі. «Я не можу навіть придумати кращий спосіб вийти на пенсію», — поділився враженнями від лотереї Кук.

Що ж, не посперечаєшся.



Усміхніться!

:)) :)) :))
Син грає на скрипці, а щеня наспівує йому в такт. Нарешті батько не витримує: — Припини негайно! Ти можеш грати те, що Рекс не знає?

:)) :)) :))
Працюючи у винному магазині, Фіма у 40-річних жінок вимагав паспорт. Вони світилися так, що можна було економити на лампочках.

ТЕЛЕПРОГРАМА Кінозал



3 – 9 серпня

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

● ДИВИСЬ НАШЕ!

Тисяча костюмів і кілька пожеж: зняли історичну сагу про українців у ХХ столітті

12-серійний фільм «І будуть люди» за однойменним романом письменника Анатолія Дімарова, який колись працював у нашій «Газеті Волинь» (тоді — «Радянська Волинь»), покажуть на телеканалі СТБ

Василь РОГУЦЬКИЙ

Серіал побудований у формі саги і через призму життя звичайних людей на Полтавщині показує турбулентні етапи ХХ століття: Перша світова війна, революція, прихід радянської влади.

Робота над проектом тривала 5 років — з 2015-го, коли FILM.UA підписали угоду щодо екранізації роману з удавою письменника Євдокією Дімаровою.

У серіалі зіграли понад 120 акторів. Костюмерний цех використав близько тисячі костюмів і понад 10 літрів фарби, аби надати їм фактури. Протягом знімального процесу було організовано три постановні пожежі. Одну з хат спеціально побудували лише для того, щоб ефектно її спалити. Для проекту звели локацію «хутір Івасют». Розмістився біля села Барахти у Васильківському районі Київської області. Локація жила життям справжнього села — на період зйомок



ЗА МОТИВАМИ РОМАНУ А. ДІМАРОВА
І БУДУТЬ ЛЮДИ
ОФІЦІЙНИЙ ТИЗЕР

Автор роману Анатолій Дімаров разом із братом та матір'ю мусив покинути рідне село та змінити прізвище, рятуючись від розкуркулення. Його мама і є однією з героїнь і книги, і фільму.

там тримали коней, свиней, гусей, курей, собак, вола.

ДО РЕЧІ

Анатолій Дімаров (1922–2014), автор книги «І будуть люди», за якою знято стрічку, у повоєнні роки працював у газеті «Радянська Волинь» (нині — «Газета Волинь»), «мама» «Цікавої газети». Про цей період свого життя казав: «Я воював за Радянський Союз і за Сталіна. Але Луцьк зробив мене націоналістом. Дякую



доли, що у 1944 році потрапив до редакції газети «Радянська Волинь».

ЦИТАТА

Аркадій НЕПИТАЛЮК, головний режисер:
«Для мене «І будуть люди» цінні передусім тим, що ця історія покаже сучасним українцям, як їхні діди-прадіди зуміли вижити й залишитись людьми за нелюдських обставин. Це буде потрібним та корисним прикладом для сьогодення».



ВІВТОРОК, 4 СЕРПНЯ

1+1	06:00 «Українські сенсації» 06:30, 07:10, 08:10, 09:10 «Сніданок з 1+1» 07:00, 08:00, 09:00, 19:30 ТСН: «Телевізійна служба новин» 09:25, 10:25 «Життя відомих людей» 11:20, 13:00, 15:05 «Міняю жінку» 17:10 Т/с «Жінка» 20:30, 21:05 Т/с «Папик» 21:50 Т/с «Тато Ден» 22:50 Х/ф «ШЕРЛОК - 2: РЕЙХЕНБАХСЬКИЙ ВОДОСПАД»	09:30 Зірковий шлях 10:30 Реальна містика 12:30, 15:30 Т/с «Виходьте без дзвінка» 16:00 Т/с «Жіночий лікар - 4» 20:10 Ток-шоу «Говорить Україна» 21:00 Т/с «Чорна кров» 23:20 Т/с «Настане світанок»	СТБ	05:15 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія» 06:05 Т/с «Комісар Рекс 2» 09:00, 23:00 Т/с «Доктор Хаус» 10:55 «Цієї миті рік потому» 16+ 13:00, 14:50 «Таємниці ДНК» 16+ 14:30, 17:30, 22:00 «Вікна-Новини» 15:30 Т/с «Кріпосна» 18:15 «Один за всіх» 16+ 20:15, 22:45 Т/с «Вибір матері»	ICTV	05:35, 20:20 Громадянська оборона 06:30 Ранок у великому місті 08:45, 12:45, 15:45, 18:45, 21:05 Факти 09:15, 19:25 Надзвичайні новини 10:10 Секретний фронт 10:25 Не дай себе обдурити 11:30, 13:20 Х/ф «БЕЗМЕЖНИЙ ОБРІЙ» 13:50, 16:20, 21:25 Т/с «Пес» 16:30 Х/ф «ЗІТКНЕННЯ З БЕЗОДНЕЮ» 22:25 Т/с «Таємні двері» 23:35 Т/с «Винищувачі-2: Останній бій»	УКРАЇНА	06:30, 07:10, 08:15 Ранок з Україною 07:00, 08:00, 09:00, 15:00, 19:00, 23:00 Сьогодні
------------	---	--	------------	---	-------------	---	----------------	---

НОВИЙ КАНАЛ	17:15 «Орелі Реска. Рай та пекло» 21:15 «Орелі Реска. Перезавантаження»	2+2	06:00, 18:15 «Спецкор» 06:35, 18:50 «Джедаї» 07:10 Т/с «Рекс» 08:55 Х/ф «ТАЄМНИЦЯ МАЙЯ» 10:45, 17:20 «Загублений світ» 13:15 Х/ф «ГРА ЕНДЕРА» 15:20 Х/ф «ПЕКЛО» 19:25 Т/с «Опер за викликом-4» 20:20 Т/с «Ментівські війни. Харків-2» 22:15 Т/с «CSI: Місце злочину-14»	ФУТБОЛ-1	06:00 Брешия - Сампдорія. Чемпіонат Італії 07:45 Металіст 1925 - Чорномор'є. Чемпіонат України. Перша Ліга 09:30 #залишайсяФутболом. Перша Ліга 10:00, 15:40, 22:30 Футбол NEWS 10:20 Yellow. Прем'єра 10:30 #залишайсяФутболом 11:35 Журнал Ліги чемпіонів 12:00 Боруссія (М) - Лейпциг. Чемпіонат Німеччини 13:45, 23:45 Yellow 13:55 Аталанта - Інтер. Чемпіонат Італії 16:00 «Реал - чемпіон!». Чемпіонат Іспанії 16:55 Олександрія - Шахтар. Чемпіонат України 18:40 Ювентус - Рома. Чемпіонат Італії 20:45 Барселона - Сельта. Чемпіонат Іспанії 22:50 Чемпіонат Італії. Опляд туру
--------------------	--	------------	--	-----------------	---

СЕРЕДА, 5 СЕРПНЯ

1+1	06:00 «Українські сенсації» 06:30, 07:10, 08:10, 09:10 «Сніданок з 1+1» 07:00, 08:00, 09:00, 19:30 ТСН: «Телевізійна служба новин» 09:25, 10:25 «Життя відомих людей» 11:15, 12:40, 14:55 «Міняю жінку» 17:10 Т/с «Жінка» 20:30, 21:05 Т/с «Папик» 21:55 Т/с «Тато Ден» 22:55 Х/ф «ШЕРЛОК - 3: ПОРОЖНИЙ КАТАФАЛК»	10:30 Реальна містика 12:30, 15:30 Т/с «Виходьте без дзвінка» 16:00 Т/с «Жіночий лікар - 4» 20:10 Ток-шоу «Говорить Україна» 21:00, 23:20 Т/с «Чорна кров»	СТБ	05:15 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія» 06:05 Т/с «Комісар Рекс 2» 09:00, 23:00 Т/с «Доктор Хаус» 11:00 «Цієї миті рік потому» 16+ 13:00, 14:50 «Таємниці ДНК» 16+ 14:30, 17:30, 22:00 «Вікна-Новини» 15:30 Т/с «Кріпосна» 18:15 «Один за всіх» 16+ 20:15, 22:45 Т/с «Вибір матері»	ICTV	05:35, 10:05 Громадянська оборона 06:30 Ранок у великому місті 08:45, 12:45, 15:45, 18:45, 21:05 Факти 09:15, 19:25 Надзвичайні новини 11:00, 13:20 Т/с «Рішав Онїстрат» 14:30, 16:20, 21:30 Т/с «Пес» 17:00 Х/ф «ІНКАСАТОР» 20:20 Секретний фронт 22:30 Т/с «Таємні двері» 23:40 Т/с «Винищувачі-2: Останній бій»	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
------------	---	--	------------	---	-------------	---	----------------	--

2+2	06:00, 18:15 «Спецкор» 06:35, 18:50 «Джедаї» 07:10 Т/с «Рекс» 09:10 Х/ф «ПОТОП» 10:50 «Помста природи» 11:00, 17:15 «Загублений світ» 12:55 Х/ф «ОСТАННІЙ ЗАМОК» 15:20 Х/ф «ВТОРНЕННЯ: БИТВА ЗА РАЙ» 19:25 Т/с «Опер за викликом-4» 20:20 Т/с «Ментівські війни. Харків-2» 22:10 Т/с «CSI: Місце злочину-15» 23:55 Т/с «CSI: Місце злочину-14»	ФУТБОЛ-1	06:00 Реал - Леганес. Чемпіонат Іспанії 07:45, 18:45 Журнал Ліги Європи 08:15 СПАЛ - Фіорентина. Чемпіонат Італії 10:00, 15:40, 22:45 Футбол NEWS 10:20 Металіст 1925 - Чорномор'є. Чемпіонат України. Перша Ліга 12:05 Ювентус - Рома. Чемпіонат Італії 13:55 Олімпік - Шахтар. Чемпіонат України 16:00 Чемпіонат Італії. Опляд туру 16:55 Аталанта - Інтер. Чемпіонат Італії 19:15, 21:50 «Шлях до Кельна» 1/8 фіналу. Ліга Європи УЄФА 20:45 Yellow 22:20 LIVE. Інтер - Хетафе. 1/8 фіналу. Ліга Європи УЄФА 23:55 «Реал - чемпіон!». Чемпіонат Іспанії
------------	---	-----------------	--

ПОНЕДІЛОК, 3 СЕРПНЯ

1+1	06:00, 07:00, 08:00, 09:00, 19:30 ТСН: «Телевізійна служба новин» 06:30, 07:10, 08:10, 09:10 «Сніданок з 1+1» 09:25, 10:25 «Життя відомих людей» 11:20, 12:15, 13:15, 14:15, 15:10, 16:10 «Розміши коміка» 17:10 Т/с «Жінка» 20:15 «Гроші 2020» 20:45, 21:20 Т/с «Папик» 22:05 Т/с «Тато Ден» 23:05 Х/ф «ШЕРЛОК - 2: СОБАКИ БАСКЕРВІЛЯ»	15:30 Т/с «Кріпосна» 18:15 «Один за всіх» 16+ 20:15, 22:45 Т/с «Вибір матері» 23:00 Т/с «Доктор Хаус»	ICTV	05:40 Громадянська оборона 06:30 Ранок у великому місті 08:45, 12:45, 15:45, 18:45, 21:10 Факти 09:15, 19:25 Надзвичайні новини 10:10 Секретний фронт 10:25, 13:25 Т/с «Таємні двері» 14:15, 16:20 Х/ф «С.В.О.Т.: СПЕЦНАЗ МІСТА ЯНГОЛІВ» 17:00 Х/ф «С.В.О.Т.: ПЕРЕХРЕСНИЙ ВОГОНЬ» 20:10, 21:30 Х/ф «ЗІТКНЕННЯ З БЕЗОДНЕЮ» 22:55 Х/ф «ІНКАСАТОР»	НОВИЙ КАНАЛ	06:00, 07:15 Kids' Time 06:05 Мультифільми 07:20 Вар'ята 12+ 08:00 Improv Live Show 12+ 09:00 Х/ф «БУНТАР ОДИН» 11:50 Х/ф «ЗОРЯНИ ВІЙНИ: ОСТАННІ ДЖЕДАї» 14:50 Х/ф «ЛАРА КРОФТ: РОЗКРАДКА ГРОБНИЦЬ - КОЛИСКА ЖИТТЯ» 17:00 Аферисти в мережах 16+ 19:00 Ревізор 20:50 Х/ф «ВОВКИ» 22:40 Х/ф «ВОВКИ - ПЕРЕВЕРТНІ»	МЕГА	06:00 Бандитська Одеса 08:20, 01.40 Правда життя 09:25, 00.30 Речовий доказ 10:35, 12:35, 17:00 Під іншим кутом 11:35, 18:00 Сія: з нами у дику природу 13:35 Прихована реальність 14:25, 19:50 Битва цивілізацій 15:20, 23:40 Загадки Всесвіту 16:05, 21:45 Найекстремальніші 19:00 Містична Україна 20:45 Земля 2050 22:40 Морські гіганти 02.30 Скеттик	СТБ	05:15 Т/с «Комісар Рекс 2» 09:00 «Цієї миті рік потому» 16+ 13:00, 14:50 «Таємниці ДНК» 16+ 14:30, 17:30, 22:00 «Вікна-Новини»	УКРАЇНА	06:30, 07:10, 08:15 Ранок з Україною 07:00, 08:00, 09:00, 15:00, 19:00, 23:00 Сьогодні 09:30 Зірковий шлях 10:30 Реальна містика 12:30, 15:30 Т/с «Виходьте без дзвінка» 16:00 Т/с «Жіночий лікар - 4» 20:10 Ток-шоу «Говорить Україна» 21:00 Т/с «Чорна кров» 23:20 Т/с «Сильна жінка»
------------	---	--	-------------	--	--------------------	---	-------------	--	------------	---	----------------	---

ЧЕТВЕР, 6 СЕРПНЯ

1+1

06:00 «Українські сенсації»
06:30, 07:10, 08:10, 09:10 «Сніданок з 1+1»
07:00, 08:00, 09:00, 19:30 ТСН: «Телевізійна служба новин»
09:25, 10:25 «Життя відомих людей»
11:15, 13:15, 15:10 «Одруження наосліп»
17:10 Т/с «Жінка»
20:30, 21:05 Т/с «Папік»
21:50 Т/с «Тато Ден»
22:55 Х/ф «ШЕРЛОК - 3: ОЗНАКИ ТРЕТЬОГО»

ІНТЕР

03.15 «Орел і Решка. Курортний сезон» 04.55 «Телемагазин» 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» 11.00, 12.25 Т/с «Пані Фазилет і її доньки» 14.00, 14.50, 15.40 «Речдок» 16.35 «Речдок. Особливий випадок» 18.00, 19.00, 01.50 Ток-шоу «Стосується кожного» 20.00 «Подорожі» 21.00 «Речдок. Особливий випадок. Чуже добро» 23.55 Т/с «Спокуса»

УКРАЇНА

06:30, 07:10, 08:15 Ранок з Україною
07:00, 08:00, 09:00, 15:00, 19:00, 23:00 Сьогодні
09:30 Зірковий шлях
10:30 Реальна містика
12:30, 17:50 Т/с «Виходьте без дзвінка»
16:00 Т/с «Жінчий лікар - 4»
20:10 Ток-шоу «Говорить Україна»
21:00, 23:20 Т/с «Чорна кров»

СТБ

05:15 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія»
06:05 Т/с «Комісар Рекс 2»
09:00, 23:00 Т/с «Доктор Хаус»
11:00 «Цей міт рік потому» 12+

13:00, 14:50 «Таємниця ДНК» 16+
14:30, 17:30, 22:00 «Вікна-Новини»
15:30 Т/с «Кріпосна»
18:15 «Один за всіх» 16+
20:15, 22:45 Т/с «Вибір матері»

ICTV

05:40 Громадянська оборона
06:30 Ранок у великому місті
08:45, 12:45, 15:45, 18:45, 21:05 Факти
09:15, 19:25 Надзвичайні новини
10:10 Секретний фронт
11:25, 13:20 Х/ф «ПОЛІЦЕЙСЬКИЙ З БЕВЕРЛІ ГІЛЛЗ»
14:10, 16:25 Х/ф «ПОЛІЦЕЙСЬКИЙ З БЕВЕРЛІ ГІЛЛЗ-2»
16:45 Х/ф «ПОЛІЦЕЙСЬКИЙ З БЕВЕРЛІ ГІЛЛЗ-3»
20:20 Анти-зомбі
21:25 Новини 07.10, 08.10, 09.20
22:25 Т/с «Таємні двері»
23:35 Т/с «Винищувачі-2: Останній бій»

НОВИЙ КАНАЛ

06:00, 07:15 Kids' Time
06:05 Мультифільми
07:20 Вар'яти 12+
09:20 Т/с «Грім»
11:50 Х/ф «АНГЕЛИ ЧАРЛІ»
14:10 Заробітчани
17:00, 19:00 Хто зверну? 12+
21:00 Х/ф «ЗДОБИЧІ»
22:50 Х/ф «ХИЖА В ЛІСІ»

МЕГА

06:00 Бандитський Київ
08.20, 01.40 Правда життя
09.25, 00.30 Речовий доказ
10.35, 12.35, 17.00 Під іншим кутком
11.35, 18.00 Сіня: з нами у дилку природу
13.35 Прихована реальність
14.25, 19.50 Битва цивілізацій
15.20, 23.40 Загадки Всесвіту
16.10, 21.45 Найекстремальніші
19.00 Містична Україна

20.45 Земля 2050 р.
22.40 Велетні льодовикової ери
02.45 Гордість України

K-1

06:30 «TOP SHOP»
08:00 М/с «Гарфілд Шоу»
08:30 Т/с «Доктор Хто»
10:30 Т/с «Мисливці за реліквіями»
14:10 «Орелі Решка. Мегаліси»
15:15, 22:15 «Орелі Решка. Навколо світу»
17:15 «Орелі Решка. Рай та пекло»
21:15 «Орелі Решка. Перезавантаження»

2+2

06:00, 18:15 «Спецкор»
06:35, 18:50 «Джедаї»
07:10 Т/с «Рекс»
09:10 Х/ф «ПЕЛКО»
11:10 «Помста природі»
11:50, 17:20 «Загублений світ»
13:50 Х/ф «СОРОК ВІСІМ ГОДИН»
15:35 Х/ф «ІНШІ СОРОК ВІСІМ ГОДИН»
19:25 Т/с «Опер за викликом-4»
20:20 Т/с «Ментівські війни. Харків-2»
22:10 Т/с «CSI: Місце злочину-15»
23:55 Т/с «CSI: Місце злочину-14»

ФУТБОЛ-1

08:10 Копенгаген - Істанбул Башакшехір. 1/8 фіналу. Ліга Європи УЄФА 10:00, 15:40, 22:45 Футбол NEWS 10:20, 12:40 «Шлях до Кельна»
10:50 Шахтар - Вольфсбург. 1/8 фіналу. Ліга Європи УЄФА 13:25 Журнал Ліги чемпіонів 13:55 МЮ - ЛАСК. 1/8 фіналу. Ліга Європи УЄФА 16:00 Огляд середи. Ліга Європи УЄФА. Прем'єра 16:55 Інтер - Хетафе. 1/8 фіналу. Ліга Європи УЄФА 18:45 Реал - Чемпіонат. Чемпіонат Іспанії 19:40 ЛІВЕ. Баєр - Рейнджерс. 1/8 фіналу. Ліга Європи УЄФА 21:50 ЛІВЕ. Базель - Айнтрахт. 1/8 фіналу. Ліга Європи УЄФА 23:55 Огляд середи. Ліга Європи УЄФА

П'ЯТНИЦЯ, 7 СЕРПНЯ

1+1

06:00 «Українські сенсації»
06:30, 07:10, 08:10, 09:10 «Сніданок з 1+1»
07:00, 08:00, 09:00, 19:30 ТСН: «Телевізійна служба новин»
09:25, 10:25 «Життя відомих людей»
11:20, 13:15, 15:10 «Одруження наосліп»
17:10 Т/с «Жінка»
20:30 «Літа сміху»
22:35 «Вечірній квартал»

ІНТЕР

03.20 «Орел і Решка. Курортний сезон» 04.55 «Телемагазин» 05.25, 23.20 «Слідство вели... з Леонідом Каневським» 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 17.40 Новини 07.10, 08.10, 09.20 «Ранок з Інтером» 10.00 «Корисна програма» 11.00 «Корисна програма» 11.00, 12.25 Т/с «Пані Фазилет і її доньки» 14.00, 14.45, 15.40, 01.10 «Речдок» 16.35 «Речдок. Особливий випадок» 18.00, 02.05 Ток-шоу «Стосується кожного» 20.00 «Подорожі» 21.00 Х/ф «ЖЕРТВУЮЧИ ПІШАКОМ»

УКРАЇНА

06:30, 07:10, 08:15 Ранок з Україною
07:00, 08:00, 09:00, 15:00, 19:00, 23:00 Сьогодні
09:30 Зірковий шлях
10:30 Т/с «Піража»
14:30, 15:30 Т/с «Жінчий лікар - 4»
20:10 Ток-шоу «Говорить Україна»
23:20 Т/с «Замок на піску»

СТБ

05:15 Т/с «Комісар Рекс 2»
07:05, 19:00 «Наречена для тата 3» 12+
09:05 «Врятуйте нашу родину - 3» 16+
11:05, 14:50, 18:15 Т/с «Сліпа»

14:30, 17:30, 22:00 «Вікна-Новини»
20:55, 22:45 Т/с «Загадка для Анни»

ICTV

05:35 Громадянська оборона
06:30 Ранок у великому місті
08:45, 12:45, 15:45, 18:45 Факти
09:15, 19:25 Надзвичайні новини
10:10 Анти-зомбі
11:05, 13:20 Х/ф «ПОМПЕЇ»
15:30, 16:15 Х/ф «ПОМІНЯТИСЯ МІСЦЯМИ»
18:10, 20:10 Дизель-шоу 12+
22:55 Скетч-шоу «На трюх» 16+

НОВИЙ КАНАЛ

06:00, 07:17 Kids' Time
06:05 Мультифільми
07:20 Вар'яти 12+
08:20 Від пацанки до панянки 16+
17:10 Х/ф «ЗДОБИЧІ»
19:00 Х/ф «МОГУТНІ РЕЙНДЖЕРИ»
21:30 Х/ф «РЕТЕЛЯ І ГЕНЗЕЛЬ»
23:10 Х/ф «ГОСТА»

МЕГА

06.00 Бандитська Одеса
08.25, 01.40 Правда життя
09.35, 00.30 Речовий доказ
10.45 Під іншим кутком
11.45, 18.00 Сіня: з нами у дилку природу
12.45, 20.45 Земля 2050 р.
13.45 Прихована реальність
14.35, 17.05 19.50 Битва цивілізацій
15.30, 23.40 Загадки Всесвіту
16.15 Найекстремальніші
19.00 Містична Україна
21.45 Земні катаклізми
22.40 Велетні льодовикової ери

K-1

06:30 «TOP SHOP»

08:00 М/с «Гарфілд Шоу»
08:25 «Дай лапу»
09:00 Т/с «Доктор Хто»
11:00 Т/с «Мисливці за реліквіями»
12:45 «Орелі Решка. Шопінг»
14:35 «Орелі Решка. Мегаліси»
15:40, 22:15 «Орелі Решка. Навколо світу»
17:40 Х/ф «ПАСТКА ЧАСУ»
19:15 Х/ф «ГОРДИСТЬ І УПЕРЕДЖЕННЯ ТА ЗОМБІ»
21:15 «Орелі Решка. Перезавантаження»

2+2

06:00, 18:15 «Спецкор»
06:35, 18:50 «Джедаї»
07:10 Т/с «Рекс»
09:05, 17:10 «Загублений світ»
12:55 Х/ф «ЕКСПЕДИЦІЯ «НОЇВ КОВЧЕГ»»
15:30 Х/ф «ПОМПЕЇ: АПОКАЛІПСИС»
19:25 Х/ф «ПОЛІТ ФЕНІКСА»
21:35 Х/ф «НА ГРАНІ»
23:50 Х/ф «ПАРИЖ. МІСТО МЕРТВИХ»

ФУТБОЛ-1

06:00 Інтер - Хетафе. 1/8 фіналу. Ліга Європи УЄФА 07:45, 21:15 Журнал Ліги чемпіонів 08:15 Севілья - Рома. 1/8 фіналу. Ліга Європи УЄФА 10:00, 15:40, 22:45 Футбол NEWS 10:20 Баєр - Рейнджерс. 1/8 фіналу. Ліга Європи УЄФА 12:05 Металіст 1925 - Чорноморець. Чемпіонат України. Перша ліга 13:55 Вулвергемптон - Олімпіакос. 1/8 фіналу. Ліга Європи УЄФА 16:00 Огляд четверга Ліга Європи УЄФА. Прем'єра 16:55 Базель - Айнтрахт. 1/8 фіналу. Ліга Європи УЄФА 18:40 Шахтар - Вольфсбург. 1/8 фіналу. Ліга Європи УЄФА 20:25 Огляд середи. Ліга Європи УЄФА 21:45 ЛІВЕ. Ман Сіті - Реал. 1/8 фіналу. Ліга чемпіонів УЄФА 23:55 Yellow



Що віщують зорі

Гороскоп на 3 – 9 серпня



ОВЕН. На вас чекають зміни у професійній сфері. Це серйозне випробування на міцність та здатність співпрацювати. Отримаєте привабливу пропозицію, але не поспішайте її приймати. **Сприятливий день** — вівторок, **несприятливий** — четвер.



ТЕЛЕЦЬ. Настає сприятливий період для реалізації кар'єрних планів, не упустіть важливу інформацію. Зосередьтеся на головному. У вихідні не варто з'ясувати стосунки в родині. **Сприятливий день** — вівторок, **несприятливий** — вівторок.



БЛИЗНЮКИ. Не слід впадати в крайнощі, уважніше прислухайтеся до своєї інтуїції, вона підкаже вірне рішення. Ситуація налагодиться і у вас з'явиться можливість виконати своє найзаповітніше бажання. **Сприятливий день** — понеділок, **несприятливий** — середа.



РАК. Постарайтеся дивитися на світ по-філософськи. Це зніме внутрішнє напруження. Уникайте непотрібних зустрічей і розмов. У вихідні з'явиться шанс добре відпочити. **Сприятливий день** — четвер, **несприятливий** — субота.



ЛЕВ. Ваш авторитет може врятувати від краху одну дуже важливу справу, будьте готові взяти на себе відповідальність. У вихідні ймовірна несподівана та приємна поїздка. **Сприятливий день** — понеділок, **несприятливий** — п'ятниця.



ДІВА. Постарайтеся зосередитися на найголовнішому, тоді дрібні неприємності не перешкодят здійсненню ваших планів. Ви знайдете розуміння та підтримку друзів. Допоможіть рідним у вирішенні їхніх проблем. **Сприятливий день** — п'ятниця, **несприятливий** — середа.



ТЕРЕЗИ. Рішучість — ось ваш основний козир, а вагатися — значить програти. Постарайтеся спокійно прийняти інформацію не зовсім приємного змісту. У вихідні варто влаштувати пікнік із друзями. **Сприятливий день** — середа, **несприятливий** — субота.



СКОРПІОН. Цього тижня ви легко доб'єтесь бажаного, якщо справді захочете. Магнетичний чарівності вашої особистості ніхто не може опиратися. У вихідні ситуація, яка вас турбує, благополучно вирішиться. **Сприятливий день** — вівторок, **несприятливий** — п'ятниця.



СТРИЛЕЦЬ. Всі свої ідеї та пропозиції вам доведеться відстоювати. Вас може порадувати побачення або зустріч із друзями. Вихідні варто провести за містом, подихати свіжим повітрям. **Сприятливий день** — понеділок, **несприятливий** — четвер.



КОЗЕРІГ. Не варто давати поживу для пліток. Наведіть порядок у думках і справах. Добре подумайте, перш ніж з кимось конфліктувати. У вихідні доведеться вирішувати сімейні проблеми. **Сприятливий день** — середа, **несприятливий** — четвер.



ВОДОЛІЙ. Відгородіть себе від непотрібних контактів і порожньої балаканини. Критично подивіться на свої ідеї: наскільки вони реалістичні. Приділіть увагу дітям і старшим родичам. **Сприятливий день** — понеділок, **несприятливий** — середа.



РИБИ. На роботі можуть виникнути дрібні неприємності, як результат невпевненості у власних силах. Цінуйте свою працю, не дозволяйте, щоб вам сіли на шию. У вихідні вас порадує кохана людина. **Сприятливий день** — середа, **несприятливий** — п'ятниця.

СУБОТА, 8 СЕРПНЯ

1+1

06:00, 07:00 «Життя відомих людей»
08:00 «Сніданок. Вихідний»
10:00 «Світ навиворіт»
11:05 «Любий, ми переїжджаємо»
17:10 Х/ф «ПІВТОРА ШПИГУНА»
19:30 ТСН: «Телевізійна служба новин»
20:15 «Вечірній квартал 2020»
22:00 «Українські сенсації 2020»
23:10 «Світське життя 2020. Дайджест»

ІНТЕР

03.35 «Чекай на мене. Україна»
05.00 «Телемагазин» 05.30 «Орелі Решка. Курортний сезон»
06.25 «Слово Предстоятеля»
06.30 Х/ф «БЕЗ СІНА НЕ ПРИХОДИ!» 08.00 «Шість соток» 09.00 «Готуємо разом. Домашня кухня» 10.00 «Корисна програма» 11.10 Х/ф «ПОКЛИЧ МЕНЕ У СВІТЛУ ДАЛИНУ»
13.00 Х/ф «ПІЧКИ-ЛАВОЧКИ»
15.10 Х/ф «КАЛИНА ЧЕРВОНА»
17.15, 20.30 Т/с «Я подарую тобі світанок» 20.00, 02.30 «Подорожі» 22.30 «Ювілейний концерт Софії Ротару» 00.40 Х/ф «ВСЕ МОЖЛИВО»

УКРАЇНА

07:00, 15:00, 19:00 Сьогодні
07:30, 15:20 Т/с «Чорна кров»
17:00, 21:00 Т/с «Не смій мені говорити прощавай!»
20:00 Головна тема
23:10 Т/с «Біжи, не оглядаючись»

СТБ

05:15 Т/с «Коли ми вдома»
05:40 Т/с «Комісар Рекс 2»
07:40, 10:50 Т/с «Вибір матері»
09:30 «Неймовірна правда про зрінок»

17:00 «Хата на тата» 12+
19:00 «Звана вечерея» 12+
20:55 Х/ф «ДЖЕНТЛЬМЕНИ УДАЧІ»
22:45 Х/ф «ДІВЧАТА»

ICTV

05:15 Скарб нації
05:30, 12:45, 18:45 Факти
05:55 Т/с «Коли на роботі»
08:25 Т/с «Розтин покаже»
12:00, 13:00 Х/ф «ІДЕНТИФІКАЦІЯ БОРНА»
14:25 Х/ф «ПЕРЕВАГА БОРНА»
16:40 Х/ф «УЛЬТИМАТУМ БОРНА»
19:10 Х/ф «СПАДОК БОРНА»
21:45 Х/ф «ДЖЕЙСОН БОРН»

НОВИЙ КАНАЛ

06:00, 07:45, 15:05, 17:05 Kids' Time
06:05 М/ф «Сезон полювання»
07:50 Аферисти в мережах 16+
09:50 Вар'яти 12+
11:20 Хто зверну? 12+
15:10 М/ф «Аладдін»
17:10 Х/ф «ВОВКИ»
19:00 Х/ф «АВТОМОСТРИ»
21:00 Х/ф «ТОЙ, ЩО БИЖИТЬ ЛАБРИНТОМ»
23:10 Х/ф «ЛИХОМАНКА»

МЕГА

06.00 Бандитський Київ
06.50, 02.30 Містична Україна
07.40 Україна: забута історія
09.20 Речовий доказ
10.30, 00.35 Битва цивілізацій
11.25 Земля 2050 р.
13.25, 21.00 Т/с 10: Таємниця та загадки
16.30 Велетні льодовикової ери
18.30 Історія українських земель
20.10 Історія Києва

01.30 Під іншим кутком
03.15 Теорія Змови

K-1

06:30 «TOP SHOP»
08:00 М/с «Гарфілд Шоу»
08:25 «Ух ти show»
10:10 Х/ф «ДОРОЖНЯ БАНДА 4 ДІЛКИ»
11:50 М/ф «Підводна ера»
13:30 Х/ф «ПАСТКА ЧАСУ»
15:10 «Орелі Решка. Морський сезон»
23:50 Х/ф «ГОРДИСТЬ І УПЕРЕДЖЕННЯ ТА ЗОМБІ»

2+2

06:00 «Джедаї 2019»
08:40 «Загублений світ»
14:25 Х/ф «НА ГРАНІ»
16:40 Х/ф «КІБЕР»
19:00 Х/ф «СЕРЕД БІЛОГО ДНЯ»
20:45 Х/ф «СЕК'ЮРІТІ»
22:25 Х/ф «ЛАСКАВО ПРОСИМО В КАПКАН»

ФУТБОЛ-1

06:00, 08:00 Топ-матч 06:10 Металіст 1925 - Чорноморець. Чемпіонат України. Перша ліга 08:10 Шахтар - Вольфсбург. 1/8 фіналу. Ліга Європи УЄФА 10:00, 15:40, 22:45 Футбол NEWS 10:20 Yellow. Прем'єра 10:30 Ман Сіті - Реал. 1/8 фіналу. Ліга чемпіонів УЄФА 12:20 Базель - Айнтрахт. 1/8 фіналу. Ліга Європи УЄФА 14:00 Ювентус - Рома. Чемпіонат Італії 16:00 Огляд п'ятниці. Ліга чемпіонів УЄФА. Прем'єра 16:30 Баєр - Рейнджерс. 1/8 фіналу. Ліга Європи УЄФА 18:15 Ювентус - Ліон. 1/8 фіналу. Ліга чемпіонів УЄФА 20:00 Севілья - Рома. 1/8 фіналу. Ліга Європи УЄФА 21:45 ЛІВЕ. Баварія - Челсі. 1/8 фіналу. Ліга чемпіонів УЄФА 23:55 Yellow

НЕДІЛЯ, 9 СЕРПНЯ

1+1

06:00, 07:00 «Життя відомих людей»
06:30 «Сніданок. Вихідний»
09:00 «Лото-Забава»
09:25 «Світ навиворіт»
12:05 Т/с «Папік»
17:30 Х/ф «ЛЮДИНА ТЕМРЯВИ»
19:30 ТСН: «Телевізійна служба новин»
20:15 Х/ф «НЕЙМОВІРНИЙ ХАЛК»
22:25 Х/ф «ХРАНИТЕЛЬ ЧАСУ»

ІНТЕР

03.00 «Щоденник вагітної» 03.25 «Орелі Решка. Курортний сезон» 04.05, 11.00 «Орелі Решка. Божественні вихідні» 04.50, 10.00 «Орелі Решка. Дива світу» 05.40 «Подорожі в часі» 06.00 Х/ф «ПІДСТАВ ІНШУ ЩОКУ» 08.00 «Удачний проект» 09.00 «Готуємо разом» 12.00 Т/с «Там, де твій дім» 13.50 Т/с «Я подарую тобі світанок» 18.00 Х/ф «ЛЮБОВ ВІД УСІХ ХВОРОБ» 20.00 «Подорожі» 20.30 Х/ф «МІЙ ХЛОПЕЦЬ - ПСИХ» 23.00 Х/ф «РУДИЙ ПЕС» 00.50 «Речдок»

УКРАЇНА

06:50 Реальна містика
09:00 Т/с «Одна на двоє»
13:10 Т/с «Замок на піску»
17:00, 20:00 Т/с «Торкнутися до серця»
19:00 Сьогодні
22:00 Х/ф «І СЕРЦЕ»

СТБ

05:15 Т/с «Коли ми вдома»
05:50 «Вечора на хуторі біля Дианьки»: невідома версія 12+
06:45 «За двома зайцями»: невідома версія 12+
07:40 «Бережись автомобіля»: невідома версія 12+
08:40 «Джентльмени удачі»: невідома версія 12+
09:35 «Хата на тата» 12+

ПАЛЬЧИКИ ОБЛИЖЕШ!

Фото 7dach.ua.

У зелений фрак убрався і під листям заховався

Запіканка, салат, суп, торт, лазанья, піца, млинці, найрізноманітніші холодні закуски і повноцінні гарячі страви – на все згодиться кабачок, сезон якого саме у розпалі. Не вірите? Приготуйте – і переконаєтесь!



КАБАЧКОВИЙ СУП ІЗ ФРИКАДЕЛЬКАМИ

Страва надзвичайно смачна, ніжна і по-справжньому літня

Фото з фейсбук-сторінки Оксани БІЛІНСЬКОЇ.



Інгредієнти: 2 середні кабачки (600–700 г), 1 цибулина, 200 мл жирної сметани, 300 г курячого фаршу, 1,5 л води, 25 г масла, 25 мл олії, 1 ст. л. борошна, 1 ч. л. тмину, 1,5 ч. л. солодкої паприки, 1 ч. л. сушеного часнику, сіль, перець до смаку, великий пучок кропу.

Приготування. Всі інгредієнти слід підготувати заздалегідь, бо суп вариться дуже швидко. Фарш посолити, поперчити, додати трішки сушеного часнику і зробити невеличкі фрикадельки. Цибулю дрібно нарізати. Кабачки почистити від шкірки та зернят (молоді можна брати зі шкіркою), потерти на тертку з великими отворами. Кріп дрібно посікти. У чавунець влити олію, вкинути масло, розтопити, всипати цибулю й притушувати її на слабкому вогні, додати борошно та спеції. Поступово доливати воду, постійно мішаючи, щоб досягти однорідної консистенції. Довести до кипіння, тоді вкинути фрикадельки. Коли вони проваряться 5–7 хвилин, додати кабачки разом із соком, який вони пустили, посолити, поперчити, знову довести до кипіння, зібрати піну. Через 3–5 хвилин (залежно від твердості кабачків) влити сметану, всипати кріп і потримати на вогні ще кілька хвилин.

ФАЛЬШИВИ ЧЕБУРЕКИ

Хочете приготувати суперсмакоту за мінімум часу і зусиль? Ця страва сподобається навіть тим, хто не любить кабачки



Фото ukrainians.today.

Інгредієнти: 1 кг кабачків, 3–4 яйця, 1 ч. л. солі, 3–4 зубочки часнику, 200 г борошна, 2 цибулини, 500–600 г фаршу, 200 г твердого сиру, перець до смаку.

Приготування. Кабачок потерти на бурякову тертку і відтиснути з нього сік. Додати до кабачкової маси яйця, сіль, перець, часник і борошно, ретельно вимішати. На пательні обсмажити фарш із цибулею до готовності (близько 10 хвилин), викласти в миску. Приблизно четверту-п'яту частину тіста розподілити по всій сковороді, накрити кришкою і смажити 5–6 хвилин. Потому на половину цієї палянички викласти частину фаршу і посипати сиром. Скласти паляничку навпіл і смажити під кришкою ще 2–3 хвилини.

ЛАЗАНЬЯ З ЦУКІНИ

Це здорова і смачна альтернатива звичному варіантові страви. А ще – чудова ідея для літнього обіду



Фото YouTube.com.

Інгредієнти: 2 цукіні або кабачки, 1–2 помідори, 450–500 г знежиреного фаршу, 1 велика цибулина, 2 зубчики часнику, 120 г моцарели або іншого нежирного сиру, 140 г грибів, оливкова олія, 1 ч. л. паприки, 1 ч. л. сушеного базиліку, сіль та перець до смаку.

Приготування. За допомогою ножа для чищення овочів наріжте кабачки вздовж скибками завтовшки 1 см, посипте сіллю і залиште на 10 хвилин. Потому викладіть їх на паперові рушники, аби позбутися зайвої вологи. На помідорах зробіть хрестоподібні надрізи, опустіть їх у киплячу воду, а тоді залийте холодною – так шкірка з томатів легко зніметься. Наріжте цибулю, часник, очищені помідори, гриби чималими шматками. На сковорідку влийте олію, всипте часник і цибулю та протушуйте на середньому вогні протягом 1 хвилини. Додайте помідори та гриби й готуйте овочі ще 4 хвилини. Залиште їх на тарілці, а на пательні просмажте фарш із паприкою, доки м'ясо не підрум'яниться. Додайте на сковорідку овочі, базилік, сіль та перець, тушуйте 25 хвилин на слабкому вогні. Тим часом прогрійте духовку до 190°C. На змащене деко викладіть шар кабачків, на них – розподіліть частину м'ясного соусу, ще один шар кабачків – і так доти, доки не закінчиться овочево-м'ясний соус і кабачки, які мають бути верхнім пластом. Посипте подрібненою моцарелою (або тертим твердим сиром), запікайте 35 хвилин.

Дієтолог – пацієнтові:
– Отже, шановний, ось ваша дієта: на день 300 г тушкованих кабачків, 2 яблука, 200 г листя зеленого салату, ну й кропу та петрушки – скільки хочете. Зрозуміли? Може, є питання?
– Лікарю, а дзвіночок на шию треба вішати чи можна так пастися?

СОКОВИТА ПІЦА НА СКОВОРОДІ

У багатьох родин це улюблена літня страва з кабачків, яка готується дуже швидко та просто



Фото poradum.com.

Інгредієнти: 1 молодий кабачок, 2 ст. л. борошна, 1 яйце, ковбаса, сир, помідори, сіль, олія.

Приготування. Кабачок помити й потерти на середній тертці, посолити і залишити на 10–15 хвилин, потім добре відтиснути сік. Додати до кабачкової маси яйце та борошно, ретельно перемішати. Добре розігріти сковорідку з невеликою кількістю олії. Викласти рівномірним пластом кабачкову тісто і смажити, поки трохи підрум'яниться. Потім перевернути на другий бік і викласти на нього начинку: ковбасу, помідори та цибулю, нарізані тоненькими скибочками. Зверху посипати тертим сиром, накрити кришкою і пекти до готовності. При подачі посипати дрібно посіченою зеленню.

КАБАЧКОВИЙ ТОРТ

Здавалось би, це кондитерський виріб, який зазвичай подають на десерт. Проте останнім часом усе більшої популярності набувають закусочні торти. Кабачковий – один із них



Фото zenmate.com.

Інгредієнти: 600 г кабачків, 5 сирих яєць і 1 варене, 3 ст. л. (з гіркою) борошна, 2–3 моркви, 2 великі цибулини, 0,5 кг помідорів, 3–4 зубчики часнику, зелень петрушки, 4 ст. л. майонезу, сіль, чорний мелений перець – за смаком, олія для смаження.

Приготування. Кабачки натерти на тертці з великими отворами, посолити, перемішати і залишити на 10–15 хвилин, щоб пустили сік, згодом трошки відтиснути і злити його. Додати до кабачків збиті яйця, зелень петрушки і вичавити три зубчики часнику. Просіяти борошно, перемішати, досолити і поперчити за смаком. На розігріту сковорідку влити трохи олії, прогріти її і викласти приблизно 4–5 ст. л. кабачкового тіста, розрівняти ложкою і на невеликому вогні обсмажити з обох боків до рум'яної скоринки. Таким чином спекти 5 коржів завтовшки 3–5 мм.

Цибулю, порізану дрібними кубиками, обсмажити на невеликій кількості олії до прозорості, додати потерту на дрібній тертці моркву і, помішуючи, протушувати на малому вогні. Помідори опустити в окріп на 20 секунд, потім облити холодною водою, зняти шкірку і нарізати їх кружальцями завтовшки 2–3 мм. Майонез приправити розтертим часником і перемішати.

На тарілку покласти корж, змастити його майонезом. Четвертину моркви з цибулею рівномірно розподілити тонким шаром на корж із майонезом. Зверху викласти кружальця помідорів, помазати їх майонезом і покласти наступний корж. Так перекастувати всі коржі, останній змастити майонезом і притрусити тертим вареним яйцем (можна твердим сиром), прикрасити помідорами та листочками петрушки. Перед подачею на стіл настоювати торт у холодильнику мінімум 2 години.