

# Народила 69 дітей!

Це – світовий рекорд материнства. А який вітчизняний?



с.7»

Спецномер про чарівних і неймовірних



ЦІКАВА

# Газета

на вихідні

9 березня 2018 року №10 (14) Ціна 4 грн



фото із сайту figa.net

Майор Яна Ключкова, якій Україна пробачає навіть поїздки в окупований Крим

с.11»

● «НАШІ ЛЮДИ В ГОЛЛІВУДІ»



фото із сайту uamodna.com

З 22 по 30 січня 1992 року пані Бондар піднімалася на шаттлі «Діскавері» до зірок у компанії чоловіків.

## Першою з канадських жінок у космос полетіла... етнічна українка

Побачивши в дитинстві літак, вона одразу взялася... будувати свій

Інна ПІЛЮК

У дівчинки з чудовим ім'ям Роберта Лінн і українським прізвищем Бондар, яка є першою канадською жінкою-астронавтом, були всі шанси присвятити себе дітям, церкві та кухні, дотримуючись класичного німецького формулювання трьох «К»: «Kinder, Küche, Kirche». Але, на щастя, її мама-німкеня свого часу зуміла вийти за рамки цього принципу і відповідно виховала й доньку. А батько-українець, емігрант із міста Городенка на Івано-Франківщині, підтримував доньчине захоплення наукою.

Закінчення на с.3»



фото із сайту uamodna.com

ROBERTA BONDAR  
FIRST CANADIAN WOMAN ASTRONAUT

● КОЛЕСО ІСТОРІЇ

Анна Ярославна з Києва – прабабуся майже 30 французьких королів

Саме так — київська, а не московська! Україна та Росія б'ються не тільки за територію, а й за історію. І ми не дозволили Москві привласнити свою князівну

Василь РОГУЦЬКИЙ

Анна, звісно, крута жінка і королева. Якби вона жила зараз, а не тисячу років тому, то не зникла б зі сторінок газет та екранів телевізорів. Поміркуйте самі: вийти заміж за короля Франції, після його смерті зв'язатися із одруженим графом-багатцем, якого через це навіть відлучили від церкви, заснувати монастир, народити майбутнього короля, керувати країною разом із малолітнім сином — це просто готовий серіал (до речі, фільм про Анну якраз знімають разом французькі та українські кінематографісти)!

Якби вона жила зараз, то не зникла б зі сторінок газет та екранів телевізорів.

Пам'ятник дочці Ярослава Мудрого у Франції.



фото youtube.com

Закінчення на с.4»



## ● ПУЛЬС ТИЖНЯ

# Оля — просто красуня! Але не проста, а захисниця!

Найрезонансніші події в житті країни та світу очима наших журналістів

## Оля Бенда — найчарівніша дівчина української армії

Оголосили результати першого в історії наших Збройних сил фотоконкурсу «Miss Military Fantasy», в якому взяло участь 124 українських жінок-військовослужбовців

Переможницею 2018 року стала старший солдат Ольга Бенда (на світлині), за яку віддали понад 16 тисяч голосів. Ольга родом з Вінниці. Пішла на службу 2016-го, коли їй сину був рік і сім місяців. Уперше потрапила на передову восени 2016 року під Авдіївкою. Поранення у кінцівку отримала під час обстрілу позицій бригади. Через три дні їй ампутували ліву ногу у Дніпровському шпиталі. Перенесла ще п'ять операцій.

— Чи пішла б я знову служити в армію, знаючи, що все так обернеться? Без сумніву. Нехай я втратила ногу на фронті. Зате багато знайшла: зустріла коханого, надійного чоловіка і вірних друзів-побратимів. Знаєте, військове братство — це щось особливе, дуже міцне. У мирному житті таких стосунків, напевно, не існує, — каже Ольга, яка зараз працює у військкоматі Святошинського району столиці.



“Нехай я втратила ногу на фронті. Зате багато знайшла: зустріла коханого, надійного чоловіка і вірних друзів-побратимів.”

## ● ПРЯМА МОВА

Павло КЛІМКІН, міністр закордонних справ України, прокоментував бажання кандидата в президенти Росії Ксенії Собчак відвідати окупований Крим, отримавши дозвіл України:

«Дотримуватися українського законодавства для в'їзду в окупований Крим — це, звісно, позитив. Але законний в'їзд для ведення нелегітимної кампанії для нелегітимних виборів на окупованій території — це точно шизофренія. Звичайно, політична.»



## Через отруєння шпигуна Британія не поїде в Росію на Мундіаль?

66-річного росіянина Сергія Скрипаля (на фото) та його супутницю, ймовірно, 33-річну доньку Юлію, випадкові перехожі знайшли на лавці біля торгово-розважального центру в англійському місті Солсбері

Свідки кажуть, що Скрипаль та донька були як «заморожені», напівпритомні, ніби прийняли сильний наркотик. На місце події негайно виїхали відповідні служби. Люди у спеціальних захисних костюмах евакуювали торговий центр і почали процедуру знезараження, поливаючи підлогу якоюсь рідиною. Сергій Скрипаль та його супутниця перебувають у важкому стані у лікарні.

Через цю подію британська преса «стоїть на вухах». Скрипаль — колишній полковник російської розвідки, який шпигував для Британії, тож підозри впали на Москву. У 2004 році Скрипаль викрили і засудили до 13 років в'язниці. Але через 6 років його та ще кількох шпигунів обміняли на десяткох росіян — агентів кремлівських спецслужб, розкритих в США. Після обміну Скрипаль отримав політичний притулок у Великій Британії.

За непідтвердженими даними, розвідника та доньку отруїли газом



на основі синтетичного наркотика фентаніла, який у 100 разів сильніший за героїн. Такий препарат ФСБ Росії використовувала під час штурму захопленого терористами театрального центру на Дубровці в Москві в 2002 році. Уряд Великобританії провів екстрене засідання у зв'язку з цією надзвичайною подією. І якщо прем'єр-міністр країни Тереза Мей утрималась від коментарів до завершення розслідувань, то міністр закордонних справ Борис Джонсон заявив: «Складно уявити, що в тому випадку, якщо буде доведено, що за цим отруєнням стоїть Москва, участь Великобританії в Чемпіонаті світу-2018 з футболу у Росії пройде звичайним чином».

## У Бердичеві в одній хаті вчаділо 8 людей

Першими захвилювалися родичі, які не змогли зв'язатися з жодним членом сім'ї

Родина мешкала в одноповерховому будинку на десять квартир. Тож стурбовані родичі попросили сусідів, щоб ті допомогли зайти до помешкання. Те, що вони побачили, — шокувало. У будинку перебували літнє подружжя, дочка з дітьми трьох років та восьми місяців, дорослий син, його подруга і сусідка, яка зайшла в гості. Не вижив ніхто.

Сусіди кажуть, родина намагалася економити газ і часто опалювала помешкання дровами. Через це їм робив зауваження пічник місцевого ЖЕКу. Водночас у ЖЕКу стверджують, що ніхто з мешканців будинку на опалення не скаржився, аварійну службу ніколи не викликали. Слідів насильницької смерті поліція не виявила, тож основна версія — отруєння чадним газом.

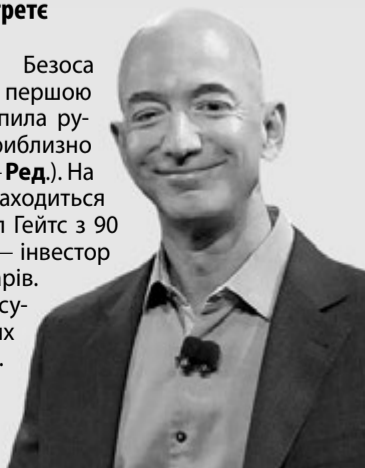
## Уперше в історії людина заробила понад 100 мільярдів



Власник «Amazon» (американська компанія, що продає товари та послуги через інтернет. — Ред.) Джефф Безос (на фото) уперше очолив рейтинг найбагатших осіб планети за версією авторитетного журналу «Forbes», потіснивши Білла Гейтса на друге місце, а Воррена Баффета — на третє

Журнал оцінив статки Безоса у 112 млрд доларів, він став першою особою в історії, що переступила рубіж у 100 млрд доларів (це приблизно три річних бюджети України — Ред.). На другому місці в рейтингу знаходиться співзасновник «Microsoft» Білл Гейтс з 90 млрд доларів, на третьому — інвестор Воррен Баффет з 84 млрд доларів.

За підсумками 2017 року сумарні статки 20 найбагатших осіб склали 1,2 трлн доларів. Першій двадцятці належить 13% від сукупних статків усіх 2208 мільярдерів у світі.



## Лобода чекає дитину від соліста «Rammstein»

Співачка родом з України Світлана Лобода, яка активно гастролює у Росії, чекає другу дитину від Тілля Ліндеманна, фронтмена культової німецької групи «Rammstein» (обоє на світлині)

Близькі стосунки між ними зав'язались влітку минулого року після фестивалю «ЖАРА» в Баку. Дитина повинна з'явитися на світ наприкінці травня цього року, а народжувати Лобода вирішила в Лос-Анджелесі. Не в Москві, до речі.

Лободі зараз 35 років, у неї вже є шестилітня дочка Єва. Тіллю Ліндеманну — 57, він тричі був одружений і має двох дорослих дочок. Останній його роман із німецькою акторкою Софією Томаллою закінчився розривом.

Зазначимо, що у Верховній Раді зареєстровано кілька законопроектів, що стосуються



українських артистів, які гастролюють у країні-агресорі, таких як Лобода. Серед інших є пропозиції обкладати таких співаків додатковим податком, який буде іти прямо на потреби Збройних сил України.

## ● «НАШІ ЛЮДИ В ГОЛЛІВУДІ»

# Першою з канадських жінок у космос полетіла... етнічна українка

Побачивши в дитинстві літак, вона одразу взялася... будувати свій

Закінчення. Початок на с. 1

Інна ПІЛЮК

Сьогодні вже ніхто не посперечається з тим, що для представниць прекрасної половини людства немає нічого неможливого. Давно стерлася умовна межа між жіночими та чоловічими професіями. Хоча стереотипи про слабку стать лишилися, і хто зна, коли і якими зусиллями й досягненнями вдасться їх повністю зруйнувати.

Відома на весь світ науковець, астронавт Роберта Лінн Бондар у дитинстві мала те, про що мріє чи не кожен допитливий школяр — невелику, але справжню лабораторію. Її облаштував батько, аби зідбна до навчання донька могла, коли забажає, проводити різноманітні біологічні досліди. Його старання та креатив дали результат. Дитячий інтерес до природничих наук згодом переріс у більш глобальне захоплення: Роберту зацікавив космос. Дівчинка годинами спостерігала за зірками, читала фантастику та наукову літературу.

Ще в зовсім юному віці, проводячи батьків в одну з наукових експедицій, вона побувала на аеродромі. Вигляд літака настільки її вразив, що, повернувшись додому, разом із сестрою-близнючкою взялися майструвати і свій власний літальний апарат. Дарма, що творили його з картону та дерева — це була перша сходинка до мрії і самій колись піднятися у небо.

З дитячих бажань і вросло захоплення всього життя. Роберта згодом навчилася стрибати з парашутом, управляти повітряною кулею і навіть пілотувати літак. Наступною невідкореною сходинкою залишався тільки космос. Наполегливу дівчину не зупинила величезна кількість перевірок, які повинен пройти той, хто мріє сягнути зірок. Під час навчань у кандидатів оцінювали і психологічну стійкість, і фізичну готовність. Але всі іспити здавалися дрібницею перед великою мрією.

І ось 1984 року Роберту врешті зараховують до загону астронавтів, й вона вирушає у довгожданий політ. Цей період жінка



«Це легендарна жінка!» — так висловився у розмові про Роберту Бондар Надзвичайний і Повноважний Посол України в Канаді Андрій Шевченко.

згадувала згодом як найщасливіший у житті. На той час вона здобула ще й фах лікаря-невролога, тому під час експедиції мала конкретне завдання: досліджу-

**Роберта Лінн добре говорить українською, хоча на батьківщині батька не була жодного разу.**

вати вплив невагомості на людину та рослини. Вона переконана, що результати проведених нею та її колегами експериментів допомагають вивчати тяжкі захворювання, зокрема діабет та хворобу Паркінсона.

Далі були монографії, численні дослідження, праця в наукових установах, вчені звання, урядові нагороди... На її честь назвали астероїд та парк, а також випустили колекційну срібну монету номіналом 25 доларів. Ім'я пані Роберти Бондар прикрашає Зал Слави Канади.

Зараз талановитий жінці 72 роки. Роберта Лінн добре говорить українською, хоча на батьківщині батька не була жодного разу. Незважаючи на світове визнання (є почесним доктором більш ніж двадцяти університетів США й Канади, членом Конгресу українців Канади), залишається надзвичайно простою у спілкуванні. Любить піші прогулянки, заняття з кульової стрільби і ще донедавна їздила велосипедом.

## ● Я ТАК ДУМАЮ!

## Коли ми перетворюємося з дівчат на тіток?

Справа тут зовсім не у віці і не в манері одягатися. Ці історії — з реального життя, їх багато, вони різні. Але є дещо спільне, чого слід уникати, якщо хочете залишитися цікавою насамперед собі

Олена САВИНОВА,  
психолог, колонка  
на сайті BBC.com



**Перше — ви не відділяєте себе від сімейних клопотів.** Якщо перед вами постає вибір: пожити підлогу чи сходити в кіно, ви вибираєте перше.

Але якщо бути берегиною — не є вашим покликанням, то залишайте сили і час для інших частинок вашого «я»: захоплення, зустрічей, подорожей.

І нехай вечеря, приготована чоловіком чи дітьми, буде не такою смачною, чи взагалі обійдеться (який жах!) бутербродами, зате ви не жертвуватимете власними інтересами.

**Друге — ви намагаєтесь все і всіх контролювати.** Найпоширеніша помилка — плутати піклування з контролем. Перше — здорове прагнення, бо йде від відповідальності. Друге ж — невротичне, оскільки базується на страху втратити.

А ще бажання контролювати небезпечно тим, що мов хвороба поширюється на всі сфери життя. Ви знаєте таких тітоньок, які голосно роздають поради. Надто тоді, коли їх не запитують. Ви ж не хочете стати однією з них? Отже, відпустіть чоловіка, дорослих дітей й усі ситуації, на які ви не можете вплинути.

**Третє — ви добре знаєте життя.** Особливо те, що нічого доброго від нього чекати не варто. Змініть цю установку. Адже, як кажуть індуїсти, ми приходимо туди, куди прямували. А творчі люди вважають — коли приходить професіоналізм, зникає легкість. Тож дива бувають, просто ми їх не помічаємо.

**Четверте — вас усе і всі дратують.** Так, є дійсно багато підстав стати мізантропом і соціопатом. Але варто пам'ятати, що причиною нелюбові до всіх і кожного є насамперед невдоволення собою.

Згадайте, коли були закохані і поспішали на побачення, хіба вам заважав дощ чи ремонт

у сусідів? Пригадуйте те душевне піднесення і частіше налаштовуйтеся на його хвилю.

**П'яте — ви із чоловіком звикли бути завжди «на зв'язку».** Це не ознака близькості. А те ж такі бажання контролювати. Тільки на цей раз не дії, а емоції. Зосередьтеся на власному житті, власних переживаннях. Тим цікавіше буде поговорити про прожитий день за вечерюю.

**Шосте — ви в усьому праві, вважаєте за потрібне це доводити, а від інших вимагаєте правди і тільки правди.** Пам'ятайте, що світ різний, правда у кожного своя. А доводити щось комусь буває марно хоча б тому, що у вас різні системи цінностей.

**Згадайте, коли були закохані і поспішали на побачення, хіба вам заважав дощ чи ремонт у сусідів?**

**Сьоме — ви хочете бути потрібною й часто стаєте «жилеткою» для подруг і колег.** Але разом із тим страждаєте від того, що вас використовують і що вам доводиться жити чужим життям. Це означає, що ви підсвідомо заробляєте гарне ставлення до себе. Бо вважаєте, що вас — окремо від добрих справ — немає за що любити.

**Восьме — вам ніколи нічого не потрібно.** Нові речі купуються дітям, чоловікові. Ви ж живете за принципом «хто там мене бачить». Має бути навпаки.

**Дев'яте — ви забули, хто ви і навіщо — без чоловіка і дітей.** Але ж колись, певно, писали, малювали, грали на гітарі? Знаю, що скажете: немає часу. Але ж це неправда.

**Викресліть хоча б половину з цього переліку — буду за вас рада.**

РЕКЛАМА

**ПРОДАЖ • ГАРАНТІЯ • СЕРВІС • ДОСТАВКА**

- міні-трактори
- сільгосптехніка
- запчастини (магазин)
- доїльні апарати

**www.мінітрактор.укр**  
м. Луцьк, вул. Глушець, 55А  
тел.: (0332) 24-20-04,  
068-989-44-92, 066-150-89-10,  
068-005-44-46 (магазин запчастин)

## КОЛЕСО ІСТОРІЇ

# Анна Ярославна з Києва – прабабуся майже 30 французьких королів

Саме так — київська, а не московська! Україна та Росія б'ються не тільки за територію, а й за історію. І ми не дозволили Москві привласнити свою князівну

Закінчення. Початок на с. 1

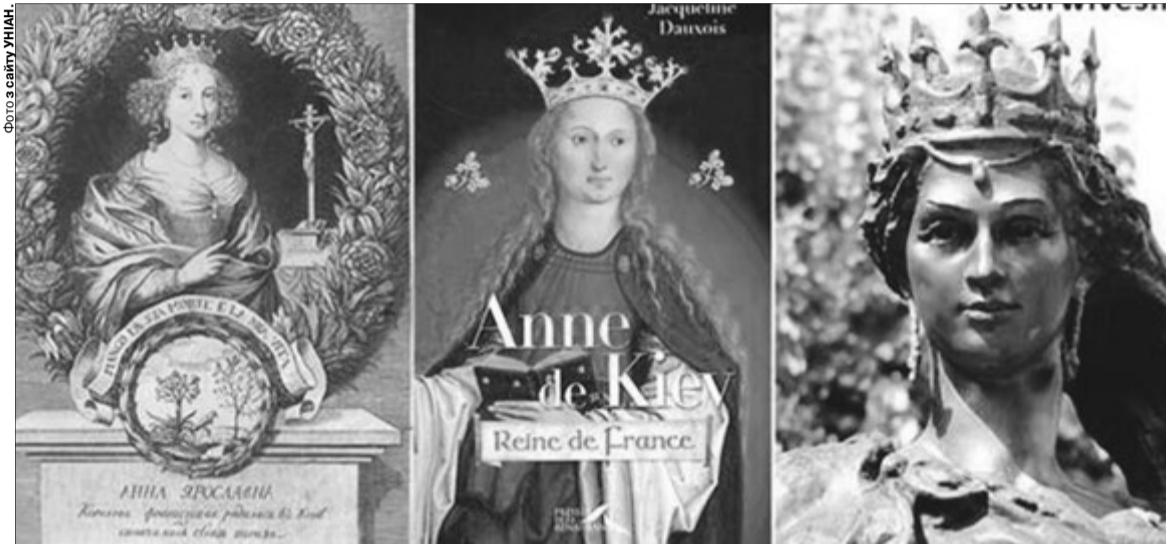
Василь РОГУЦЬКИЙ

Навіть теперішній президент Франції Еммануель Макрон, який одружився із на 24 роки старшою за нього жінкою, чим привернув посилену увагу преси, не переплюнув би нашу Анну Ярославну.

А якщо серйозніше, то можна сказати, що саме Макрон розсудив Україну та Росію і поставив крапку у суперечці, кому належить постать Анни Київської. Минулого року на спільній прес-конференції з нашим главою держави Петром Порошенком у Парижі він заявив, що княжна Анна Ярославна є символом давніх відносин Франції й України. Це був гучний ляпас Путіну і привід для всього світу поглянути уважніше на русько-українську історію і не плутати її з російською (м'який знак має значення!). Бо буквально місяць перед цією заявою Путін сказав, що Анна Ярославна — російська княжна, яка поклала початок російсько-французькій дружбі. Як виявилося, «царь» даремно розпинався.

Нагадаємо, що на місці Москви, з якої почалася російська державність, у часи Анни жабі квакали. Московія, звісно, згодом сильно розрослась (що-що, а загарбувати вони вміють), прихопивши собі не тільки Київ, а й його історію. Натомість нам вигадувати нічого. Русь була першою українською державою. А Київ — нашою столицею як тисячу років тому, так і тепер.

Але якщо повертатись до постаті самої Анни, то мусимо згадати її батька Ярослава Мудрого, якого ще називають «тестем Європи». Континент він завоював не мечем, а... шлюбами. Сам був одружений із Інгігердою — донькою шведського короля. Одну



Чи старі зображення, чи новіші, чи на пам'ятнику — Анна на них неодмінно постає красунею.

**Анна народила не тільки майбутнього короля Франції Філіппа I, у неї було ще двоє синів. Один помер дитиною, а другий — вермандуанський граф Гуго — теж увійшов в історію: він керував першим хрестовим походом!**

свою доньку — Єлизавету — Ярослав віддав за сина норвезького короля, другу — Анастасію — одружив з угорським королем Андріаном. А ось Анну у 1051 році відправив аж у Францію, де вона вийшла заміж за короля Генріха I.

Коли той помер, зав'язала стосунки із впливовим Раулем IV, графом Валуа. Коли ж і він відійшов у кращий світ, повернувшись до двору і разом із малолітнім сином Філіппом керувала Францією. Документи підписувала кирилицею. Досі зберігся її автограф — «АНА РЪИНА», що означає «Анна-королева». У той час, до слова, далеко не вся французька знать могла

похвалитись грамотністю і замість підписів просто ставила хрестики.

Анна народила не тільки майбутнього короля Франції Філіппа I, у неї було ще двоє синів. Один помер дитиною, а другий — вермандуанський граф Гуго — теж увійшов в історію: він керував першим хрестовим походом!

У 1065 році Анна заснувала абатство святого Венсана у містечку Санліс, що за 40 кілометрів від Парижа, там і жила. Абатство збереглося донині і стало приватним католицьким коледжем. При вході до нього стоїть перший пам'ятник Анні Ярославні, встановлений у XVII столітті. У 1996 році напис

на ньому змінили: замість «Анна Російська, королева Франції» написали «Анна Київська, королева Франції». У 2005-му в Санлісі відкрили новий пам'ятник княжні. На урочистостях із цієї нагоди був присутній глава нашої держави Віктор Ющенко.

А 5 літ тому Українська греко-католицька церква за 203 тисячі євро купила у Санлісі стару церкву. Будівлю розділили на дві частини — каплицю та культурний центр, в якому відбуваються різноманітні мистецькі акції. Так княжна Анна і через тисячу років єднає людей з берегів Дніпра та Сени.

## До речі

В Україні серед гетьманів був лише один Пилип — той, що Орлик, автор першої у світі конституції. А от правителів Франції на ім'я Філіпп було аж 5. До Анни Ярославни грецько-візантійське ім'я Філіпп у Західній Європі не було популярним. Моду на нього у Францію принесла саме руська княжна Анна.

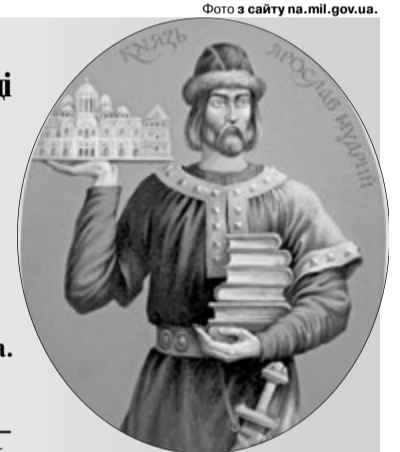
## Тим часом

### Росіяни полюють на моші Ярослава Мудрого

За останки легендарного князя священник храму Святої Трійці у Брукліні (США) пропонували чималу суму. Про це розповіла генеральний директор Національного заповідника «Софія Київська» Неля Куковальська.

«Я отримала письмове свідчення від людини, яка брала участь у таких торгах у 2016–2017 роках, — заявила пані Куковальська. — На зустрічі були представники Росії, а також священники храму Святої Трійці у Брукліні, де, як мені повідомили, і зберігаються моші Ярослава Мудрого. Росіяни запропонували 2 мільйони доларів, однак священникам ця сума видалася замалою. Проте, переконана, у Кремлі не полишили цієї ідеї».

Щоправда, і наші спохватилися. Делегація українських священників нещодавно побувала у США, де з представниками храму Святої Трійці обговорили проведення експертизи ікони Миколи Мокрого, яку вивезли з Києва разом з останками князя у 1943 році.



Мудрий, бо ніс нам освіту і знання.

## СВІТОВЕ ІМ'Я

# «Мені достатньо 10 секунд, щоб скласти думку про чоловіка»

До вашої уваги яскраві цитати жінки, яку світ назвав Залізна леді, — Маргарет Тетчер (1925–2013) — першої представниці прекрасної половини людства на посту прем'єр-міністра в історії Великобританії, котра понад 11 років очолювала кабмін країни (з 4 травня 1979-го — по 28 листопада 1990-го) і перевершила за терміном перебування навіть легенду британської політики Вінстона Черчилля

1. Безкоштовний сир буває тільки в мисловці.
2. Якщо хочеш, щоб щось було сказано — попроси про це чоловіка; якщо хочеш, щоб щось було зроблено — попроси жінку.
3. Якщо я буду виступати одна проти 48, мені буде шкода цих 48.
4. Такої речі, як суспільство, не існує. Є окремі чоловіки, окремі жінки, і є сім'ї.
5. Бути могутньою — це як бути справжньою леді. Якщо вам доводиться нагадувати людям, що ви нею є, то ви нею точно не є.

6. Будь-яка жінка, знайома з проблемами ведення домашнього господарства, краще розуміє проблеми управління країною.
7. Демократичні країни повинні навчитися перекидати терористам і викрадачам доступ до публічності, якої вони потребують, як кисню.
8. Свобода не може існувати без економічної свободи.
9. Світ без ядерної зброї був би менш стабільним і більш небезпечним для всіх нас.



«Якщо я буду виступати одна проти 48, мені буде шкода цих 48».

10. Я залишуся до того часу, поки не стомлюся. А поки Британія мене потребує, я ніколи не стомлюся.
11. Як правило, мені достатньо 10 секунд, щоб скласти думку про чоловіка, і потім вона рідко змінюється.

**Бути могутньою — це як бути справжньою леді. Якщо вам доводиться нагадувати людям, що ви нею є, то ви нею точно не є.**

12. Коли характер проявляє жінка, про неї кажуть «капосна баба». Коли характер проявляє чоловік, про нього говорять «чудовий хлопець».
13. Усі чоловіки слабкі, а найслабкіші — джентльмени.
14. Жінки набагато краще за чоловіків уміють говорити «ні».
15. Не скажу, щоб мені пощастило, просто я заслужила на це.

● ГЕРОІНЯ НАШОГО ЧАСУ

# Яна Зінкевич винесла з поля бою понад 200 наших солдатів

## А тепер воює за Україну в інвалідному візку

Відома на всю країну медик-волонтер із Рівненщини продовжує нести нелегку ношу «жінки війни», паралельно отримуючи всенародну любов, визнання і пошану. Минулого року історія мужньої рівнянки лягла в основу книги Анни Шило «Жінка війни», а нещодавно засновниця «Госпітальєрів» у греко-католицькому соборі Святої Софії в Римі отримала нагороду священномученика Омеляна Ковча за життєвий приклад жертвності і гуманізму та задля порозуміння між народами. Ще раніше — у травні 2015 року — Яна стала переможницею редакційної акції газети «Волинь-нова» «Герої нашого часу»

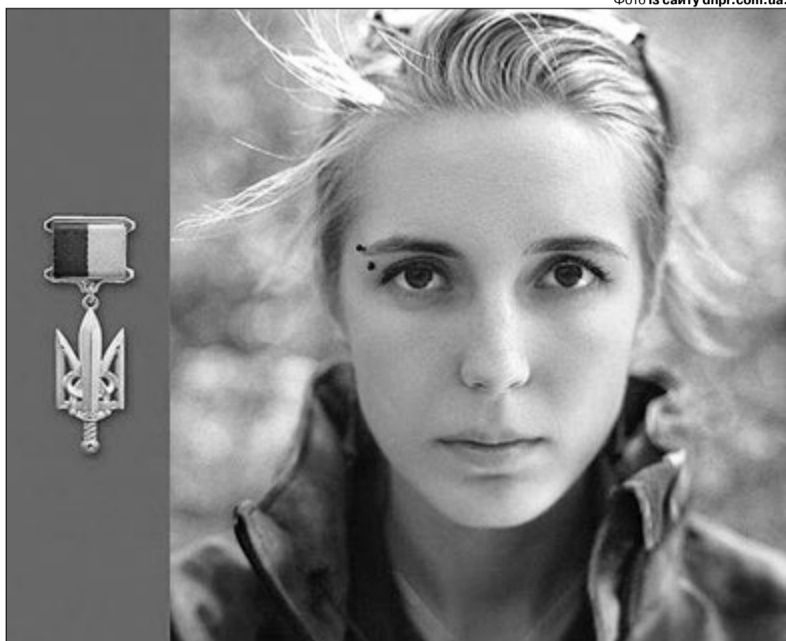


Фото із сайту dnpr.com.ua.

«Можна врятувати одного бійця, а можна — п'ять. Саме так я розуміла свою місію у житті».

Мирослава КОЗЮПА

Якось вона зізналася, що внаслідок страшної аварії на слизькій дорозі її життя розділилося на «до» і «після». Складна операція на хребті в ізраїльській клініці змусила по-новому вчитися сидіти, рухатися, повертатись... Утім, уже через два роки сильна духом людина веде таке ж активне життя, як і до автопригоди: продовжує боротися за мир і звільнення Батьківщини від окупантів, поширює інформацію про поранених, збирає для них допомогу, координує роботу свого медичного батальйону. Тільки робить це в інвалідному візку, паралельно самостійно виховуючи маленьку донечку, бо ж навіть чоловік не витримав випробувань і залишив сім'ю.

До життєвих складнощів волонтерка підійшла по-філософськи: «Це все не випадково. В одному з найкращих реабілітаційних центрів у світі я почерпнула неймовірний досвід у тій сфері, що не розвинена в Україні, але надзвичайно потрібна їй... І вступила до Медичної академії Дніпра. Та навіть ставши студенткою престижного вузу, Яна продовжує їздити на лінію фронту.

«Щось я трошки не встигаю сама за собою з таким розкладом. Але докладу максимум зусиль, щоб бути не лише професійним добровольцем та парамедиком (скороміне вже 4(!) роки, як я на війні), а й прекрасним лікарем, і продовжити те, що почала навесні 2014-го 18-літньою дівчиною — рятувати життя, оберігати здоров'я!» — не опускає планку молода жінка. Про це вона говорить, повертаючись пізнього вечора з Авдіївки та Мар'їнки, де проводила ротацию «Госпітальєрів». А вже від самого ранку гризе граніт науки на медичному

факультеті: «Зізнаюся чесно: стільки знань впихнути в свою «контужену голову» мегаскладно. Але нічого, зроблю все можливе!» — не відступає від мрії Яна Зінкевич.

Своє місце в житті вона шукала у тяжких випробуваннях. Ще з дитинства хотіла стати медиком, любила ходити в гори, займалася спортив-

Попрактикувавшись у допомозі пораненим на Майдані, вже на третій день оголошення мобілізації Яна Зінкевич відправилася на Донбас.

ним орієнтуванням. Перший рік після школи до вишу не вступила, хоча була можливість «вирішити» питання неофіційним шляхом. Втім, все одно вірила в себе і хвилювалася за маму, яка сама ставила доньку на ноги. Коли почався Майдан, доля привела її у «Правий сектор», в якому вже тоді розуміли, що країна під загрозою. Молодь проходила вишкіл у лісі, де вчилася окопуватися, робити пости, оборонятися, стрибати з парашутом. Попрактикувавшись у допомозі пораненим на Майдані, вже на третій день оголошення мобілізації Яна Зінкевич відправилася на Донбас. Як відомо, самотужки винесла з поля бою понад дві сотні поранених бійців.

Там зустріла своє кохання, в результаті якого у важких умовах народилася Богданка. Втім, сімейного щастя мужня волонтерка не мала. «Госпітальєрка» зізнається, що про пів-

року, які прожила разом із чоловіком, не може сказати нічого хорошого. На початку 2018-го після 7 відмов суд на решті виніс рішення про розлучення Яни Зінкевич із Максимом Корабльовим, хоч сам процес почався через 10 днів після пологів.

Напевно, мій колишній чоловік — надто слабкий і байдужий, тому не витримав усіх обставин, хоч до багатьох був причетний сам. Йому просто не потрібна була сім'я, він задовольнявся лише своїми інтересами, проте старанно робив вигляд, що є зовсім іншим, — ділиться жінка і найбільше хвилюється за доньку, адже вона не знає батьківської любові. Дитину Максим бачив лише одного разу, коли їй був місяць. А зараз Богдані рік і 4 місяці.

За цей рік я пережила і погрози, і наклепи, і дуже багато неприємних речей. Тому змушена йти на повний розрив та навіть позбавлення батьківських прав — це наступні суди, які потрібно буде пережити. Але для моєї дівчинки це буде найбільш безпечно — не залежати від людини, якій ти байдужий, — вважає Яна.

Зараз Богдана живе з бабусею в Рівному, а її мужня мама постійно перебуває на основній базі батальйону. Бачаться рідні рідко, під час відраджень по Україні, та раз на кілька місяців її сім'я приїжджає на короткий період до Дніпра. Одна з причин такої ситуації — рівненська малосім'янка на 4-му поверсі будинку, де немає ліфта, а отже відсутні можливості для потреб людей з інвалідністю.

Втім, наразі Яна Зінкевич ні про що не жалкує. Зізнається: якби довелося почати життя з початку, нічого не змінила б, нічим би не пожертвувала.

Я у цьому твердо переконуюся щоразу, коли дивлюся в очі врятованих мною бійців, — каже Яна.

● ПОВЕРТАЮЧИСЬ ДО НАДРУКОВАНОГО

## То ви здогадалися, що таке припинда?

У минулому номері «Цікавої газети на вихідні» під рубрикою «Ті, що тримають небо» ми розповідали про словник села Бутейки Сарненського району Рівненщини

Кость ГАРБАРЧУК

Його підготував і видав місцевий ентузіаст, історик-аматор Петро Макаренко (на фото). Матеріал називався «Одягнула припинду і нацичника, прошкувала до дзюрка та й зустріла балдиша». Всі незрозумілі слова були подані у словничку, крім одного — **припинда**. Ми хотіли заінтригувати наших шанувальників. Дуже приємно, що уважні читачі відразу відреагували. Нам надіслали кілька листів електронною поштою та телефонували з проханням розшифрувати загадкове слово. Отож, щоби вас не замордували здогади, признаємося: **припинда** — це звичайний жіночий фартух.

Ми хотіли заінтригувати наших шанувальників. Дуже приємно, що уважні читачі відразу відреагували.

Якщо заголовок перекласти літературною українською мовою, то він звучатиме так: «Одягнула фартуха та бюстгальтера, пішла до струмка та й зустріла парубка незграбного».

А ми пропонуємо ще кілька прикладів зі словника бутейської говірки «Відлуння сивої давнини, або Слово про слова»:

- Аргуль** — будь-який спиртний напій.
- Байбас** — балбес.
- Беремна, важка, груба** — вагітна жінка.
- Бізіяна** — мавпа.
- Вальба** — овальна грудка масла або сиру вагою до 500 грамів.
- «Держать жонку»** — одружений чоловік, який є господарем, а не приймаком і не підкаблучником.
- Зтуля** — звідти.
- Ковганка** — неохайна господиня.
- Куцуня** — свиня.
- Латун** — заношений рваний одяг.
- Лякан** — опудало.
- Мерліни** — похоронний обряд.
- Муцікі** — поросятка, котрих годують свиноматка.
- «Нах-нах»** — так підкликають пса.
- Пізіть** — жалібно та без міри рюмсати.
- Стогнота** — зануда.
- Хлебняга** — самогон.
- Шманделок** — великий кусок.

Фото Олександра ДУРМАНЕНКА.



## ● ІМ'Я УКРАЇНИ



«Щастя» (Лелеки принесли дитинку). Цю картину 50-літня художниця плекала довго і не хотіла нікому показувати.



«Цар-кокос» виставляли у паризькому Луврі. Після крадіжки полотна відтворювала двічі, але казала, що саме на першому, створеному голодного 1947-го, колосся особливе.



Її квіти мов живі. Майстриня ніколи їх і не зривала: сідала поблизу і змальовувала, а потім підписувала «Малювала з натури Катерина Білокур».

## Святе малювання Катерини Білокур

Якби вона народилася, приміром, у Франції, то щасливо почивала би на лаврах, зітканих із її таланту й уміння по-квітковому бачити світ. Але вона знайшлася в Україні, у родині селян, самотужки вчилася читати і писати, а тоді й створювати картини — і скільки жила, стільки боролася за право малювати

Оксана КОВАЛЕНКО

... Побачивши на виставці у Луврі полотна селянки-самоучки, славетний художник Пабло Пікассо надовго завмер, а тоді проказав: «Якби ми мали художницю такого рівня майстерності, то змусили би заговорити про неї цілий світ!» 54-літня Катерина Білокур, а йдеться про неї, мешкала тоді у рідному селі...

«Якби у мене була можливість хоч годин дві-три на день помалювати, то я б лічила за щастя. А то проходять дні, тижні, місяці і роки, а я, Боже мій, та яку б же я за той час виконала красу, які прекрасні твори! А я тільки плачу, дивлячись, що стоять полотна, лежать фарби, а я ось ношу в хату торф, а з хати виношу попіл, шукаю і рубаю дрова на розпал торфу, беру ганчірки, топло піч... І я січас не художник, а попелюшка».

...Сім'я Білокурів, селян із Полтавщини (з Богданівки Пирятинського повіту — нинішній Яготинський район Київщини), мала трійко дітей, хлопців і дівчинку. Катруся побачила світ морозного грудневого ранку 1900 року. Її майбутнє, як і більшості сільських жінок, було уже сплановано: прядка, господарство, чоловік, купа дітей. А вона, бувало, вкраде у мами шматочок полотна і намалює вуглинкою щось, випере — і знову намалює. Аж якогось дня батьки з прикрістю виявили, що донька заповнила чудернацькими малюнками цілий зошит брата... Як посміла малювати?! Та таку ж і ніхто не посватає!.. Вона страждала, бо й так знала одну роботу: навіть у школу не пішла — батьки, побачивши, що за тиждень опанувала буквар, зекономили.

«І якщо (я) сиділа довго, нахилившись над букварем, то мати сердито і гукало:

«Чуєш, Катре, ти менше у книгу зазирає, а більше дивишся на гребінь та на мичку...» І ото на тих двох букварях моя початкова, середня і вища освіта...»

Саме через її брак на картини Кате-

«Побачивши на виставці у Луврі полотна селянки-самоучки, славетний художник Пабло Пікассо надовго завмер, а тоді проказав: «Якби ми мали художницю такого рівня майстерності, то змусили би заговорити про неї цілий світ!»

рини і глянути не захочуть у художньому технікумі, не візьмуть і в театральне училище, хоч була вродливою і мала досвід виступів на сцені. Повернулася у село, знову доводила батькам, що мусить малювати. І знову відчувала тільки зневагу до «неселянського» хисту. Врешті не витримала — вирішила втопитися, зайшла у крижану ріку... та побачив брат, і Катерину впростили жити... Після того навично простудила ноги, але і здобула дозвіл батьків на малювання: «Ну малюй, будь ти проклята!» Сама виготовляла пензлі, фарби, навчилася ґрунтувати полотна (допоміг один іконописець), порала господарство і аж тоді поринала з головою у свій квітковий дивосвіт: квіти розуміли її ліпше за людей, тому й вимальовувала кожнісіньку пелюсточку, ходила невідь-куди, аби відтворити конвалію, зловити



Автопортрет 1955 року. «Обідно мені на природу, що так жорстоко зі мною обійшлася, наділиши мене такою великою любов'ю до того святого малювання, а тоді відібрала всі можливості, щоб я творила тую чудову працю во всю шир мого таланту».

спекотну жагу і сутінковий придих. («Та начебто аж посихаються до мене та як не промовляють: «Хто ж нас тоді буде малювати, як ти покинеш?» То я все на світі забуду, та й знову малюю квіти») Ще мала Катря надію, що, окрім квітів, її зрозуміє наречений, та сподівалася невдовго...

«Коли я тому, з ким була думка одружитись, сказала, що, мов, хоч і піду за тебе заміж, а учитись малювати буду,

а він почав мене висміювати і доказувати, що це неможливо (... щоб неосвічена селянка та й стала художником — та такого в світі ще не було!), а я вперлась та і кажу, що буду учитись і художником, хоч на старість літ, буду, буду — і все! ... Хотілось піти у поле, зчепити руки на голові — і не плакати, не голосити, а сірим вовком вити!..»

Головне бажання Катерини — щоб оцінили її як художника — збулося. Доля послала випадок: жінка почула по радіо пісню про калину співачки Оксани Петрусенко та написала їй про себе. До листа доклала ще й шматочок полотна із намальованою гілочкою калини. Вона зворушила Петрусенко настільки, що поїхав у село посланець — і не міг довго відірватися від картин у її кімнатці, і віри не йняв, що таке творить невчена сільська жінка... А Катерина тамувала збудження від того, що таки не самотня у тому прекрасному світі, який подарував сам Господь. Їй уже було 40 літ, коли її картини презентують на виставці у Полтаві та Києві. Саме тоді вона вперше (!) їде до Києва, до Москви — як заворожена ходить картинними галереями, нею цікавляться інші художники. Аж тоді життя стає теплішим: вона малює ще більше. (На жаль, в роки війни більшість робіт мисткині загинула разом із Полтавським музеєм.) У 56 літ їй присвоєно звання народного художника УРСР. На той час уже має достатньо друзів-митців, яким пише і пише листи, розкриваючи ту пристрасну Катерину, яку довгі роки ховала за мазками пензля. Однак і далі живе у бідності і холоді у сільській хаті, доглядає матір і дуже потерпає через хворі ноги...

Вона ще могла би жити і жити (померла від раку шлунка у 61 рік), якби близькі вчасно помітили хворобу. Односельці пошанували її після смерті: похоронили в центрі села і звели пам'ятник.

### ЦІКАВІ ФАКТИ:

- Пензлі Катерина Білокур виготовляла сама з котячої шерсті, а фарби — з рослин.
- Радитися, чи брати шлюб, дівчинка їздила на моголи до Тараса Шевченка, у Канів.
- Картину «Цар-кокос» художниця створила в тяжкий післявоєнний час (1947-го чи 1949-го), в період голоду, коли її сім'я ледь виживала, підбираючи рештки колосків після збору врожаю колгоспом. За цю роботу отримала орден «Знак пошани». У той же час не мала дров, щоб напалити хату.
- Усі три картини, представлені 1954 року у французькому Луврі («Цар-кокос»,

«Берізка» і «Колгоспне поле»), вкрали під час транспортування в СРСР. Вони досі не знайдені. «Цар-кокос» Катерина Білокур відтворила.

- За Катерину Василівну як за народного художника УРСР колеги просили у заступника Голови Ради Міністрів УРСР — аби допомогти їй із села переїхати до Києва. Однак їм відмовили.

- Епістолярну спадщину Білокур сучасники оцінили як прояв ще одного таланту — письменницького.

- У селі ходили чутки, що у Білокур замовили портрет Сталіна до 70-річчя. Але, переказують, художниця малювати його відмовилася, чим викликала невдоволення районного начальства.

● РЕКОРДИ МАТЕРИНСТВА



Найбагатше подружжя нашого краю – Йосип Тихонович та Софія Мусіївна Фені.



Фото Олександра Філюка.

# Мадонна чи «машина» для продовження роду?

Імені жінки, яка буцімто народила 69 дітей, історія не зберегла. Відомо тільки, що вона була чи то першою, чи другою дружиною російського селянина Федора Васильєва

Оксана КРАВЧЕНКО

## І КРОЛІ ТАКІ ПЛОДЮЧОСТІ ПОЗАЗДРИЛИ Б

Рейтинг багатодітних матерів у Книзі рекордів Гіннеса очолює жителька Шуйського повіту, яка у період між 1725 і 1765 роками дала життя 16 парам близнят, 7 трійням і 4 рази народжувала по четверо немовлят — тобто загалом вона мала 27 пологів, у результаті яких на світ з'явилося аж 69 дітей, з них вижили 67. Цю неймовірну статистику начебто підтверджують документи, що надійшли у 1782 році до Москви з Никольського монастиря.

Чи могла жінка народити стільки нащадків майже 3 століття тому? Чи встигла би ця безіменна Васильєва 27 разів виносити вагітність за 40 років? Арифметика відповідає ствердно, особливо якщо взяти до уваги, що троє та більше малюків зазвичай «просяються на світ» швидше, ніж за дев'ять місяців. Коли все підрахувати, виходить, що росіянка загалом ходила вагітною аж 18 років. Інше питання, чи можливо це в реальному житті.

Припустимо, заміж майбутню рекордсменку віддали у 14 літ. Приблизно з такого віку яєчники вивільняють зазвичай одну яйцеклітину кожні 28 днів. Овуляція регулярно повторюється, поки не настає менопауза. Але плідність жінки знижується вже після 40. У 45-річному віці шанс завагітніти становить приблизно 1 відсоток на кожен цикл, стверджують фахівці.

З віком кількість яйцеклітин зменшується, а їхня якість погіршується. Шанси знову стати матір'ю знижуються з кожною вагітністю, оскільки пологи по-

ступово виснажують репродуктивну систему жінки. Якщо ж Васильєва годувала дітей груддю, нових овуляцій у цей період у неї не відбувалося, що теж треба взяти до уваги. Як і той фактор, що у минулому кожна вагітність була ризиком для життя матері, а ймовірність серйозних, потенційно смертельних ускладнень, кровотеч

Чи встигла би ця безіменна Васильєва 27 разів виносити вагітність за 40 років? Арифметика відповідає ствердно.

зростає з народженням близнят, трійнят, а тим більше 4 дітей. Та й можливість природним чином зачати, а потім благополучно виносити, народити такі великі «партії» немовляток видається неправдоподібною.

Іще одна підозріла деталь: як свідчать записи, 67 із 69 малюків пережили раннє дитинство, хоча у XVIII столітті смертність була дуже високою навіть серед доношених немовлят.

А завершується ця історія ще цікавіше: після десятиліть шлюбу Васильєви розлучились. Друга (чи то третя) дружина народила Федору «всього лиш» 18 дітей.

## У НАШИХ ГЕРОІНЬ ДІТИ НЕ «З ПРОБІРКИ»

У селі Остриця Герцаївського району Чернівецької області живе найбільш багатодітна сім'я України. Вже після народження 20-ї дитини Леонору Намені



Коли в інтернеті згадують про рекорд дружини Федора Васильєва, подають це фото, хоча одразу уточнюють: не впевнені, що світлина цієї родини.

внесли до Книги рекордів України, але мама-рекордсменка перевершила саму себе, подарувавши у 2013 році світові ще одного громадянина. Тоді породилі було 44, її чоловікові Яношу — 47. І вони вже раділи б онукам.

До речі, глава сім'ї мав 16 братів і сестер, Леонора — 14. Їхня родина належить до церкви назарян, є віруючою. Діти носять біблійні імена. Янош Намені на той час не відкидав можливості, що, якщо на те буде Божа воля, вони з Леонорою ще раз стануть батьками. Але, очевидно, поки не склалося.

Першого сина жінка народила в 21 рік, серед її дітей двічі були двійнята. Тепер у Леонори і Яноша Намені 10 доньок і одинадцятьох (ціла футбольна команда) синів! Журналісти, які побували в гостях у цієї родини, стверджують, що діти ростуть вихованими, дорослішають, дають собі раду, а батькам уже набридла увага преси і вони намагаються уникати публічності.

Споконвіку шанували матерів, які не лінувалися народжувати, і на Волині. Найбагатодітнішими селами в Україні здавна були Бірки, що у Любешівському районі, та Карпилівка на Ківерцівщині. Там не дивина, коли бузьки приносять в одну сім'ю по 10–15 нащадків. Вісімнадцять разів прилітали ці птахи до Софії Мусіївни і Йосипа Тихоновича Фені, які живуть у Карпилівці. А сьогодні у цій родині вже 70 внуків, до 10 правнуків.

18-та дитина народилася торік і в подружжя Ковалевичів із села Глинне Рокитнівського району Рівненської області. Чоловікові Петру — 48, його дружині Світлані — 44 роки. Отож у них ще є шанси йти на рекорд. Пара побралася 26 літ тому й відтоді нажила 11 доньок і 7 синів. Старші четверо вже мають свої сім'ї і подарували батькам 11 онуків. Ковалевичі також із багатодітних сімей. У Петровій родині — 14 братів та сестер, у Світланінін — семеро.

У Глинному ще у двох інших подружжів є по 15 синів та доньок. А загалом багатодітних сімей у селі — понад дві з половиною сотні, а це кожна третя.

Про максимальні дітородні можливості жінки сьогоденні судити непросто, оскільки природну межу того, скільки нащадків може народити одна представниця прекрасної статі, посунули сучасні медичні напрацювання у цій галузі. Допоміжні репродуктивні технології, розроблені наприкінці 1970-х, призвели до збільшення кількості двійнят, трійнят. Нині нікого не здивує тим, що діти можуть бути «з пробірки», що зародки з батьківського біологічного матеріалу можуть виношуватися сурогатними матерями. Також науковці кажуть, що шанси жінок на багатодітність скоро можуть значно зрости завдяки використанню репродуктологами стовбурових клітин. Усе це дає надію тим подружжям, які страждають від неплідності й мріють про продовження роду.

● ПОРАДИ ПРОФЕСІОНАЛІВ

# Нове життя не повинно народжуватися у муках

Так вважає французький акушер-гінеколог Мішель Оден (на фото), який очолював протягом 20 років пологове відділення лікарні в передмісті Парижа, написав 12 книг і є засновником Науково-дослідного центру первинного здоров'я



Оксана КРАВЧЕНКО

## «ВИМКНІТЬ» СВІЙ ІНТЕЛЕКТ

«Щоб полегшити пологи, жінка повинна віддатися у владу інстинктів, прийняти, що ми — ті ж тварини», — заявляє Мішель Оден. У більшості ускладнень і необхідності робити кесарів розтин, на думку фахівця, «винен» неокортекс — розвинена частина кори головного мозку, яка відповідає за інтелект. Саме те, що робить людиною людиною, може стати перешкодою для нормальних пологів.

У цей відповідальний момент мозок посилено працює: задіяні гіпоталамус, гіпофіз, шишкоподібна залоза — тобто нижні відділи мозку, архаїчні, спільні з усіма іншими ссавцями, ті, які відповідають за інстинкти. Коли ж активізується неокортекс, він починає... гальмувати роботу згаданих відділів, ускладнюючи процес народження.

## 5 УМОВ ДЛЯ ЛЕГКИХ ПОЛОГІВ ВІД МІШЕЛЯ ОДЕНА

**1. Усамітнення.** Якщо поспостерігати за тваринами, то, як правило, самка, відчувши перейми, йде подалі від стада. Так само чинили і наші давні предки. Коли ж навколо породилі стоїть з десяток осіб — лікарі, акушерки, медсестри, родичі — вона не може розслабитися. Дослідники вважають, що чим ближчою до нас є людина, яка за нами спостерігає, тим сильніше активізується кора головного мозку.

**2. Тиша.** Науково доведено, що активну роботу неокортексу стимулює людська мова. Жінка, перебуваючи у звичайному пологовому будинку, піддається величезному словесному потоку: їй радять, як поводитися, ставлять запитання про самопочуття, при цьому персонал також спілкується між собою. Усе це відволікає, гальмує родову діяльність.

**3. Приглушене світло.** Надмірне освітлення підвищує активність кори головного мозку, і породилі важко зосередитися на процесі. Тому в передпологовій палаті потрібно уникати яскравого світла.

**4. Поруч — образ матері.** Саме її символізували колись старі повитухи для породиль, жінки покладалися на їхню допомогу. Адже коли ми відчуваємо неспокій, страх — підвищується рівень адреналіну в крові й це негативно впливає на пологову діяльність. Тому добре, якщо поруч є досвідчена і співчутлива акушерка, що нагадує маму.

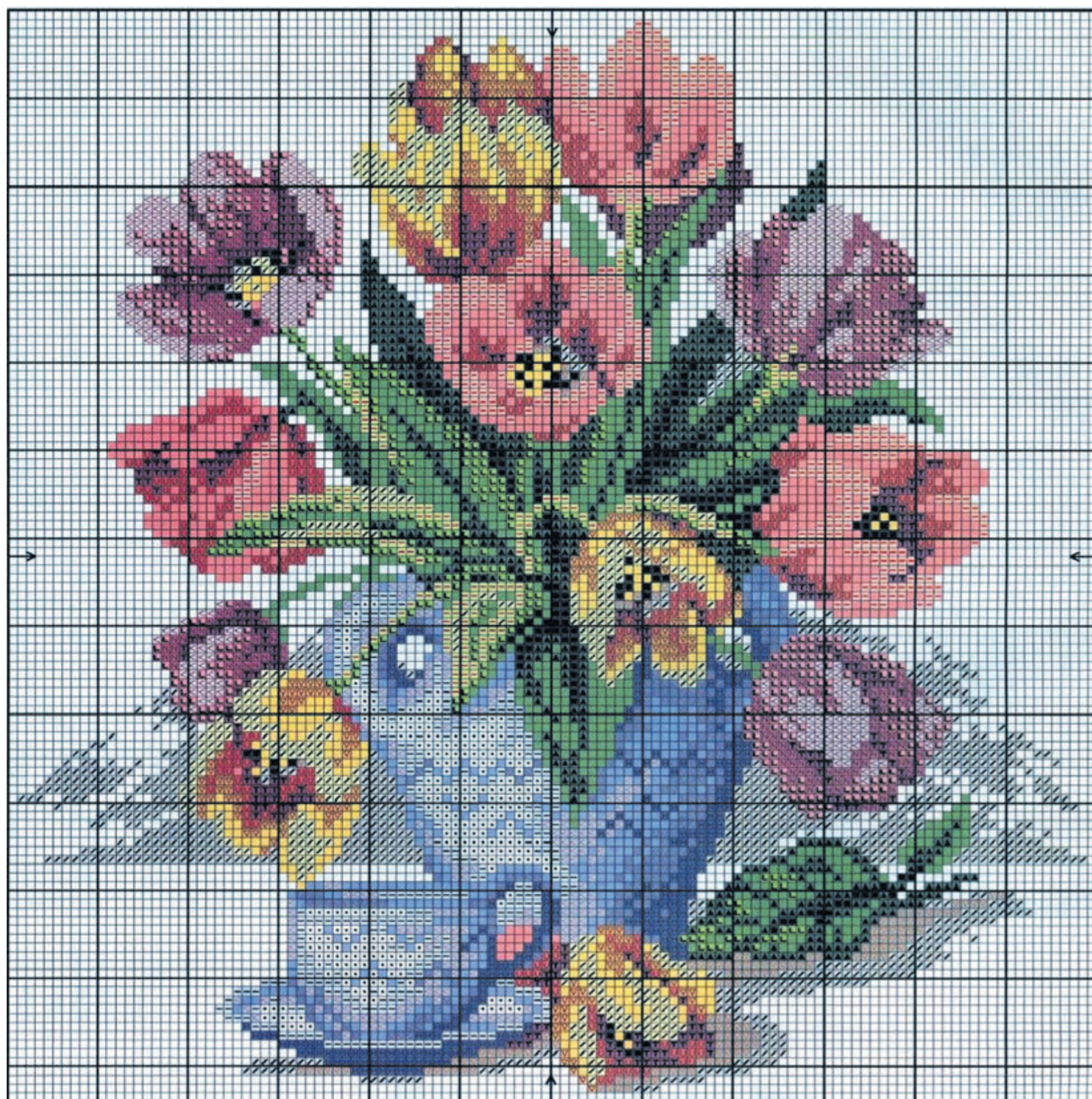
## 5. Довіртеся інстинктам.

Жінки повинні бути вільні у виборі поз і поведінки під час пологів, вони мають не думати про те, як виглядають в очах присутніх. У випадках, коли вдається забути про все, пологи проходять легше.



# Велика сторінка для Пані

## ● РУКОДІЛЬНИЦЯМ



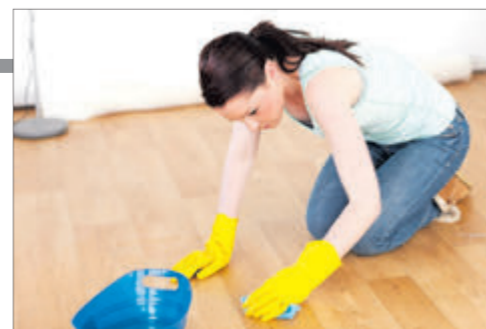
## «Весна підніме келихи тюльпанів...»

Так гарно про ці квіти могла сказати тільки поетеса – геніальна Ліна Костенко. Створити ж таку неперевершену красу – і на клумбі, і на полотні – під силу кожній із нас. Тож натхнення вам і цікавих ідей!

## ● МІЖ ІНШИМ

**Надати підлозі блиску – звична справа для жінки.**

Однак і тут є певні нюанси, про які не слід забувати. Наприклад, лінолеум не можна мити гарячою водою і засобами, що містять соду, а паркет лише протирають вологою ганчіркою.



## ● СЕКРЕТИ КРАСИ

Чоловіки – як взуття: хочеться купити чобітки на шпильці, а трапляються одні валянки!



## Ідеальна вага у кожного своя

Раніше вважалося, що вона дорівнює зросту людини у сантиметрах мінус сто. Проте нині на цю абсолютно не точну формулу покладатися не варто. Найадекватніші показники зможе вам дати число ІМТ – індекс маси тіла (англ. BMI – Body mass index), який оцінить кількість жиру в організмі

до 24,9. Якщо більше 30 – у вас ожиріння і треба негайно сісти на дієту, а коли більше 40, то ще й звернутися до ендокринолога. Є сенс говорити про надмірну худорлявість, замалу масу тіла та необхідність візиту до лікаря і в тому випадку, якщо ваш

**Краса — це насамперед здоров'я. Будьте здорові і зайва вага вам не загрожуватиме.**

Визначити ІМТ дуже просто. Для цього масу тіла в кілограмах потрібно поділити на квадрат зросту (в метрах). Приміром, дівчина заввишки 177 сантиметрів важить 70 кілограмів. Для початку вирахуйте квадрат зросту (1,77x1,77=3,1329) і поділіть масу тіла на отримане число: 70:3,1329=22,34. Оцініть результат. Про те, що ваша вага в нормі і ви перебуваєте в найбезпечнішій ваговій категорії, свідчить ІМТ від 18,5

результат нижче 18,5.

Критичним є й індекс від 25 до 29,9. Але тут окрема історія. Сідати на сувору дієту вам не треба. Просто більше рухайтесь, збалансовано харчуйтеся, займайтеся спортом. У цій категорії знижувати вагу обов'язково потрібно в тому разі, якщо вже є проблеми зі здоров'ям або ви у групі ризику – маєте підвищений вміст холестерину в крові, оточені талії більше 101 сантиметра, хворієте на діабет або страждаєте від під-

вищеного тиску. Якщо обхват талії більший за норму, значить ваш тип фігури – «яблуко», і жир у вашому організмі відкладається на животі, а не на стегнах, як у типу «груша». А це для здоров'я значно гірше.

Можна ще точніше визначити ідеальну вагу, враховуючи свою конституцію. Для початку виміряйте обхват свого зап'ястя. Якщо він становить 13–14 сантиметрів, то ваші ідеальні показники ІМТ – від 18,5 до 20; від 14 до 16,5 см – то 21–23, а при обхваті 17–18 сантиметрів ви наближаєтесь до індексу 24–25.

Загалом ІМТ – найточніший показник маси тіла, проте підходить він не всім. Винятками є особи до 18 років і вагітні жінки. Крім того, причина зайвої ваги пов'язана з надмірною кількістю жиру, а м'язова маса не враховується, хоч вона і перевищує масу жиру. Тому людям атлетичної статури, велика вага котрих не пов'язана з ризиком для здоров'я і не є наслідком жирових відкладень, турбуватися з цього приводу теж не варто. Пам'ятайте, що краса – це насамперед здоров'я. Будьте здорові – і зайва вага вам не загрожуватиме.

## ● НА ЗАМІТКУ

## І бажати теж треба вміти...

Чим більше у нас знайомих, тим частіше маємо нагоду привітати когось із днем народження, річницею весілля, релігійним чи професійним святом

Що ми робимо у таких випадках? Зазвичай звертаємося до всесвітньої павутини. Яких тільки привітань там немає: віршовані і прозові, загальні і спеціальні, оригінальні і не дуже. Але, виявляється, не все так просто... Ось декілька принципів, яких радять дотримуватися при виборі побажань психологи.

1. Думка матеріальна, а слово тим більше. І як ми думаємо – так і живемо. Причому збуваються найщиріші, найглибші, найскровенніші думки. Тобто їхня реалізація залежить від того, наскільки вони прожиті людиною, наскільки глибоко стали її переконаннями.

2. Потрібно навести в голові порядок – це підвищить концентрацію і силу думок.

3. Іншому можна дати тільки те, що вже маєте самі. Це основне правило дарування. Так, наприклад, якщо ви бажаєте комусь щастя, то чи

маєте ви його самі стільки, щоб могли ним поділитися?

4. Важливо не лише, чи маєте ви те, чого бажаєте, але й чи збігаються погляди на ці речі у вас і того, кому ви цього зичите.

5. Велике значення має енергія, якою ви наповнюєте своє побажання: наскільки ви щирі, наскільки ви любите і поважаєте адресата. Від цього найбільше залежить реалізація. Бо якщо ваші почуття до цієї людини щирі і глибокі, то навіть побажання того, чого нема у вас самих, можуть здійснитися. Тому зауважте, що у побажання два кінця, як у доброго, так і у злого.

6. Зичити потрібно передусім того, чого людині не вистачає. Однак не завжди ми знаємо людину настільки, щоб розуміти, що саме їй потрібно. В такому випадку допоможуть універсальні побажання. Ні, це не здоров'я і щастя, як ми звикли вважати. Перш за все це любов: до себе (бо без того ми не можемо по-справжньому любити інших), до людей, до природи, до світу, до життя. Кожен, кого ми зустріли в житті, – це вчитель, який має для нас особливий урок. Таке розуміння людей і стосунків допоможе знайти потрібні побажання.



**Зичити потрібно передусім того, чого людині не вистачає.**

## ● КЛУМБА НА ПІДВІКОННІ

## Квітка «жіноче щастя»: догляд і пересаджування

Саме так називають у народі спатифіллум. Ця рослина користується особливою популярністю, адже її незрівнянні ніжно-білі квіти є окрасою оселі і водночас вона невибаглива, чудово адаптується у будь-якому приміщенні

Спатифіллум – представник сімейства ароїдних, вічнозелена рослина. У природі поширений в Центральній та Південній Америці, на тропічних островах. Росте в місцях із підвищеною вологістю. Має дуже коротке кореневище й овальні або ланцетоподібні листки. Стебло відсутнє. Листя розташоване на подовжених черешках. Суцвіття спатифіллума – це початок із білим покривалом. Після відцвітання воно поступово зеленіє. Назва спатифіллум походить від двох грецьких слів: spathe – покривало і phyllon – лист.

Народні повір'я наділяють квітку магічними властивостями. Кажуть, якщо в домі є спатифіллум, самотня жінка обов'язково знайде свою другу половинку.

Оскільки рослина походить із тропіків, їй потрібна температура вище +18 °С. Окрім того, вона зовсім не переносить протягів. При виборі місця для вазона перевагу варто надавати вікнам із північного боку, бо прямі сонячні промені для нього згубні. Добре росте і цвісти він може навіть у глибині кімнати або при штучному освітленні.

Необхідні спатифіллуму рясний полив, періодичні обприскування теплою відстояною водою. Грунт у горщику завжди має бути злегка вологим, але важливо не допускати застоювання води. Найкраща для цієї квітки ґрунтова суміш із 2 частин дернової землі, 1 частини перегною, 1 частини торфу і 1

частини річкового піску. Її можна приготувати самостійно або придбати готовий субстрат для ароїдних рослин.

Для рясного цвітіння спатифіллума необхідні систематичні під-



**Виростити квітучий екземпляр спатифіллума у своїй оселі досить просто, із цим завданням легко впоратись навіть недосвідчений квіткар.**

живлення універсальним добривом для квітучих кімнатних рослин, яке слід розводити відповідно до інструкції. У весняний та літній періоди його вносять один раз на два тижні. Восени і взимку підживлення припиняють.

Спатифіллум вирізняється інтенсивним зростанням, тому потребує щорічної пересадки. Здійснювати її найкраще навесні методом перевалки в просторіший горщик. Розмножують «жіноче щастя» зазвичай вегетативно, зокрема шляхом поділу куща. Найдоцільніше зробити це під час запланованої щорічної пересадки: спатифіллум, що розрісся, акуратно розділяють на декілька частин і висаджують в окремі горщики зі свіжим ґрунтом. Одразу після посадки їх рекомендують частіше обприскувати.

Досить успішним є розмноження і верхівковими живцями. Цей спосіб дає змогу вберегти від пошкодження кореневу систему. Біля основи рослини за допомогою гострого ножа нарізають живці з невеликими зачатками коренів, висаджують їх у пухкий субстрат і накривають банкою або поліетиленовим пакетом. Парниковий ефект сприяє прискореному укоріненню.

Виростити квітучий екземпляр спатифіллума у своїй оселі досить просто, із цим завданням легко впоратись навіть недосвідчений квіткар.

## ● ТРЕБА ЗНАТИ

## Що носити навесні: светри чи сукні? Светрові сукні!



Ці теплі, зручні і стильні плаття стануть трендом сезону. Вони – ідеальний варіант для цієї пори, адже не тільки зігріють у прохолодну березневу погоду, а й нададуть образу більшої жіночності

За повідомленням сайту lady.tochka.net, стилісти рекомендують цього року звернути увагу на светрові сукні-oversize. (Оверсайз – термін, що характеризує одяг вільного крою або на кілька розмірів більший, аніж потрібно. Модельєри навмисно шують таке вбрання, тож навіть якщо ви придбаєте річ оверсайз свого розміру, вона буде вам завелика.) Вони чудово пасуватимуть як струнким і тендітним дівчаткам, так і жінкам із більш пишними формами. Найактуальнішими будуть пастельні (блідо-рожевий, м'ятний, ліловий) відтінки, білий, чорний або сірий кольори.

Переважно светрові сукні бувають в'язані або трикотажні, тож можна обрати той матеріал, який більше подобається, приємніший до тіла. Залежно від довжини і фасону такі плаття носять із ботфортами, лоферами, човниками.

Здебільшого така модель самодостатня і не потребує додаткових елементів, але для створення стильного образу можна використати елегантний капелюх, невеликий клатч або міні-сумочку, серед аксесуарів найкраще обрати довгі мінімалістичні ланцюжки і кулончики.

Цей елемент гардеробу можна носити не тільки як сукню, але і як стильну туніку, поєднуючи з джинсами – шкінні темні відтінки.





● СІМ «Я»

## Не хочемо бути «маленькими гігантами»

«Розмовляй з ним англійською, поки його мозок розвивається такими шаленими темпами! І мультиків йому побільше англійською», — пропонує мій старший син інвестувати знання у малого братика, якому щойно виповнився рік

Оксана  
КОВАЛЕНКО,  
мама



На жаль, моя англійська дуже слабенька, а засвоєння мови через гаджет — даремні старання. Це вже давно доведено нейрофізіологами, які вивчали розвиток дитячого мозку: тільки живе спілкування з дотиками, усмішками, поплескуваннями й іншим позитивом. (Спеціалісти рекомендують аж до двох років не дозволяти малюкам дивитися телепередачі). Цю тему я зачепила з огляду на тренд — нинішню моду — дуже престижно, щоб дитина змалечку вивчала мови, грала на музичних інструментах, а бажано ще і у футбол чи теніс, брала участь у різних показах, відвідувала маленьку школу — розвивалася, поки є час. Звісно, не вона вимагає цього у батьків, а вони самі стараються не пасти задніх порівняно з іншими. А що каже про це психологія?

По-перше, золоте правило «Усе добре, що в міру» діє і тут. По-друге, батьки передусім мають стежити, що цікаво доньці чи сину, і не наслідувати заповзятливих мам і тат: «А от моя дитина не має коли вгору глянути». Психологи радять: дітям корисно мати вільний час (навіть для того, щоб понудьгувати!) — вони вчать самостійно гратися та налагоджувати стосунки з однолітками, приміром у дворі. Отож, не підганяймо їхнє дитинство.

У 1960-х роках психолог зі Швейцарії Жан Піаже приїхав до США з власною теорією про стадії розвитку дитини. Час від часу хтось з американців ставив запитання, які зводилися до одного: а чи можна оминати якусь зі стадій, випередити свій вік? Піаже неймовірно дивувався: «Для чого це вам?!» На його думку, малята розвиваються за власним темпом, керовані своїм внутрішнім двигуном, і підштовхувати їх небажано.

Що ж робити, коли на душі виникає неспокій через успіхи ровесників твоїх дітей?! Або коли беруть заздрощі від спостережень за обдарованими чужими малюками у шоу талантів «Маленькі гіганти» чи «Голос. Діти»? (Автоматично їхні досягнення означають, що мама з татом із батьківською роллю справляються досконало.) Насправді, ніхто не знає, чого вартує отим дітям і їхнім батькам телевізійна слава. Дорослі учасники шоу не раз говорили про важке закулісся. Так склалося, що генії серед нас значно менше, ніж середньостатистичних людей. Наші малюки різні за природою, темпераментом, середовищем спілкування, і вони особливі кожен по-своєму. Буває, що не готові до «запихання» літер і таблиці множення, віршів, назв міст або чогось не вміють... Зате вони завжди готові сприймати любов.

Про це дуже глибоко і дотепно написала американська журналістка і мама двох дітей Памела Дракерман у книзі «Французьке

виховання». Авторка, якій довелося народжувати і ростити дітей у Франції, дуже прагнула опанувати принципи тамтешнього виховання дітей, бо вони ефективніші порівняно з американськими. Французькі батьки зовсім не переймаються тим, щоб дати своїм дітям вищі позиції на старті (поглиблене вивчення мов, гуртки у дошкільному віці). Зате вони активно працюють над тим, що називають «пробудження» та «відкриття». Ось слова Памели Дракерман: «Якось вихователька у доньчиних яслах на батьківських зборах розповідала, що діти щочетверга ходять до місцевого спортзалу не для того, щоб тренуватися, а щоб «відкрити» для себе власні тіла. У програмі цих ясел сказано, що малюки мають відкривати світ весело та із задоволенням». Пробудження — це знайомство дитини з чуттєвими переживаннями. Наприклад, батьки звертають увагу на смак страви чи на теплий дотик сонячного промінця. (Пізнаю у цьому свою маму — певна річ, українку, яка змалечку закликала нас із братом милуватися листочками, інєм, небом і дощем). Ми, дорослі, звикли чути слова, що треба вмі-

**Що ж робити, коли на душі виникає неспокій через успіхи ровесників твоїх дітей?! Або коли беруть заздрощі від спостережень за обдарованими чужими малюками у шоу талантів «Маленькі гіганти» чи «Голос. Діти»?**

ти насолоджуватися моментом, вчитися щастю вже і зараз, а от у тій країні цю рису намагаються виховати з наймолодшого віку. Це перший крок у розвитку дорослої культурної людини, яка вміє насолоджуватися сама і розуміє потребу іншої. Це і мотивація до життя. Памела Дракерман відзначає: «Ми, американці, більше зацікавлені в тому, щоб наші діти здобували конкретні навички та досягали визначених вік у розвитку». Французькі батьки, як показало опитування, на перше місце ставлять не розвиток пізнавальних навичок дитини, не заохочення її ліпше вчитися, а саме виховання отого «пробудження», яке формує впевненість у собі.

Традиційно, нагадаю, навіть маститі педагоги і психологи мають проблеми з вихованням своїх дітей, а все тому, що це одна з найскладніших справ у житті!

**Якщо маєте запитання і поради, надсилайте листи на електронну адресу: [okovalenko74@gmail.com](mailto:okovalenko74@gmail.com).**

● НУ І НУ!

## Коли розум і краса сумісні...

Видатні жінки, про яких ми нічого не знаємо

### 1. АВГУСТА АДА КІНГ (ГРАФІНЯ ЛАВЛЕЙС) — ПЕРШІЙ ПРОГРАМІСТ ПЛАНЕТИ

Леді Лавлейс удостоїлася цього звання через те, що перевела і вдосконалила опис принципу роботи обчислювальної машини, розробленої Чарльзом Беббіджем. Ада внесла ряд конструктивних пропозицій в описову частину «Аналітичної машини Беббіджа», яку тепер називають першим комп'ютером на землі, а також запропонувала кілька термінів, таких як «робоча комірка» і «цикл», що міцно увійшли в лексикон програмістів через сторіччя. На честь Ади Лавлейс названа перша універсальна мова програмування «Ада». День її народження проголошений святом на честь жінок у науці, технології, інженерії та математиці.

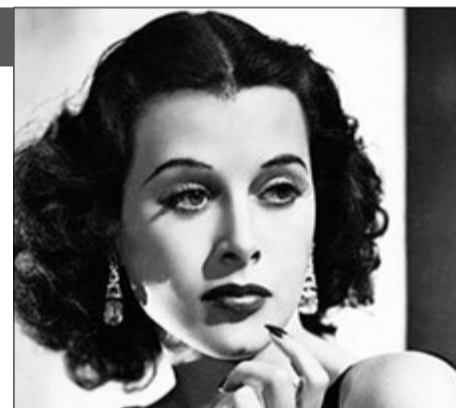


### 2. АМАЛІЯ ЕММІ НЕТЕР — ВНЕСОК У РОЗВИТОК ФІЗИКИ ТА СУЧАСНОЇ АЛГЕБРИ

Альберт Ейнштейн називав її найбільш «видатним і дивовижним ученим усіх часів і народів». Еммі Нетер зробила неоціненний внесок у розвиток теорії відносності Ейнштейна, довівши зв'язок між симетрією у фізиці і законами збереження. Її дослідження в області теорії ідеалів у кільцевих областях сприяли створенню принципово нового напрямку в математиці, відомого під назвою загальної або абстрактної алгебри.

### 3. ХЕДІ ЛАМАРР — ВІНАХІД ШУМОСТІЙКОГО РАДІО

При згадці її імені вираз «Розум і краса несумісні» втрачає своє значення, адже саме вона, зірка телеекрана 1930—1940-х років, створила пристрій, що давав змогу керувати сигналом на відстані. А в наші дні це допомагає користуватися стільниковими телефонами, навігаторами і Bluetooth з Wi-Fi. Розроблена Хеді Ламарр концепція стрибкоподібної перебудови частоти припускає зниження можливості перехоплення сигналу ворогом під час Другої світової війни і відповідно ускладнювала виявлення радіокерованих торпед. Надалі ця пропозиція лягла в основу широкого спектру технологій, у тому числі супутникової системи глобального позиціонування — GPS. День народження Хеді Ламарр — 9 листопада — тепер відзначають у США як День винахідника.



### 4. РОЗАЛІНД ФРАНКЛІН — АНАЛІЗ МОЛЕКУЛИ ДНК

Вона вперше здійснила рентгенівський дифракційний аналіз молекули ДНК і довела, що та має форму подвійної спіралі. Керуючись результатами дослідження Розалінд, два англійських учених Джеймс Уотсон і Френсіс Крік відкрили структуру дезоксирибонуклеїнової кислоти (ДНК) — речовини, яка містить всю спадкову інформацію про людину.

Дослідження Франклін у галузі вивчення вірусів тютюнової мозаїки та поліомієліту лягли в основу сучасної структурної вірусології.

### 5. МУРАСАКІ ШІКІБУ — ПЕРШІЙ НОВЕЛІСТ

Ця жінка — найвідоміша письменниця періоду Хейан в Японії. Її роман «Повість про Гендзі» («Гендзі-моногатари») називають одним із кращих і найбільш ранніх у світі. Написаний приблизно в 1001—1008 роках, відрізняється від зразків японської літератури того часу. В ньому йдеться про реальні особистості в реальних ситуаціях. Поетична манера оповіді, наповнена прихованим змістом, була взята на озброєння новелістами ХХ століття.



### 6. РЕЙЧЕЛ ФУЛЛЕР БРАУН Й ЕЛІЗАБЕТ ЛІ ХАЗЕН — СТВОРЕННЯ НІНСАТИНУ

У 1948 році співробітники Нью-Йоркського департаменту охорони здоров'я США об'єдналися в роботі над створенням першого нетоксичного медичного препарату, який успішно бореться з грибокком, — нінсатину. Він став революційним засобом у лікуванні грибкових захворювань у людей, найбільш схильних до інфекцій — хворих на СНІД та ВІЛ-інфікованих, а також при онкології та опіках. Препарат застосовують і при зараженні грибокком кори дерева, і для відновлення картин та інших предметів мистецтва, постраждалих від цвілі.

Джерело: <http://smartlady.com.ua/vydatni-zhinky/>.

Закінчення у наступному номері.

## ● ГОРДИСТЬ КРАЇНИ

# «Золота Рибка», яка виконала відразу чотири олімпійські бажання українців

Більше ніхто не приносив стільки медалей у «синьо-жовту» скарбничку...



«Є четверте олімпійське «золото!»



Можливо, Сашко Клочков під наглядом мамі допливе до олімпійського п'єдесталу?



Майор Клочкова може й генералів на перший-другий примусити розраховатися.

Сергій ХОМІНСЬКИЙ

Яна Клочкова — найтитлованіша українська «олімпійка» часів Незалежності. Чотири «золотих» і одна «срібна» медалі у Сідней-2000 та Афінах-2004! Натомість у Пекіні-2008 — вже просто почесна роль прапорносця української команди. А невдовзі — «офіційне» завершення кар'єри «Золотої Рибки». Чотириразовою олімпійською чемпіонкою, чотириразовою олімпійською чемпіонкою світу, шестиразовою чемпіонкою світу «на короткій воді»... Яні Клочковій лише 35, проте згадують її нині не надто часто. Та й то хіба в оглядах «Світського життя». Чи, скажімо, з приводу регулярного відпочинку експортсменки в анексованому Криму...

На дебютній для себе літній Олімпіаді в Атланті-1996 Україна здобула відразу дев'ять «золотих» нагород і увійшла до десятки найкращих у загальному медальному заліку. Це було справді круто і нам справді було чим пишатися! Проте, скажімо відверто, тоді ми ще «жнивували» на ниві, яка «засівалася» за радянських часів — коли спорт був справді масовим явищем, а його розвитку приділялася значна увага з боку держави.

Натомість за чотири роки — у Сідней-2000 — ми трохи почали «тверезішати». Адже наші олімпійці здобули лише три «золота» (хоча загалом медалей було так само 23), а наше чиновництво вже не так голосно розпиналося на тему «Україна — світова спортивна супердержава».

Щоправда, принаймні одна українка під час «австралійської Олімпіади» таки поставила на вухо спортивний світ! Яна Клочкова тріумфувала на дистанціях 200 м і 400 м (зі світовим рекордом!) комплексним плаванням (плавчині долають чотири рівні відтинки різними стилями: батерфляєм, на спині, брасом та кролем), та ще й виборолла «срібло» на 800 м вільним стилем!

Усі просто захоплювалися Клочковою — ну а про нас, українців, годі й казати! Свою «Золоту Рибку», «авторку» двох із трьох наших «золотих» медалей у Сідней, ми ладні були нести з далекої Австралії на руках — прямісінько через моря та океани!

В Афінах-2004 22-річна Яна повторює свої тріумфи на 200 м і 400 м «комплексом»

і стає чотириразовою олімпійською чемпіонкою! Значимо, що ніхто (ані до того, ані після), крім Клочкової, під «синьо-жовтим» прапором не вигравав навіть три «золота» на Олімпіадах. Найтитлованішими «після Клочкової» є дворазові олімпійські чемпіони Лілія Подкопаєва (спортивна гімнастика), Василь Ломаченко (бокс) та Юрій Чебан (веслування на каное).

Наступного ж дня після здобуття Яною Клочковою четвертого олімпійського «золота» Президент Леонід Кучма підписує Указ про присвоєння їй звання «Герой України» — та ще й із врученням ордена «Золота Зірка» (який «здають» за геройський вчинок, а не за трудові звершення, як орден Держави)!

Українці ж воліли називати свою героїню таки «Золотою Рибкою»! Яною захоплювалися і, звісно, тихенько сподівалися побачити у її виконанні нові спортивні звершення...

І Клочкова таки їде на свою третю Олімпіаду — в Пекін-2008! Щоправда, виконує там такі собі «церемоніальні» функції — скажімо, несе «синьо-жовтий» прапор на відкритті. От як

**В Криму продовжує жити родина Клочкових (батьки та інші родичі спортсменки). Сама ж Яна туди чи не щороку навідується, відправляє відпочивати сина.**

Олена Підгрушна 10 років по тому — в Пхьончхані-2018...

Ну а в березні 2009-го в Харкові відбувається урочиста церемонія «офіційного» завершення кар'єри Яни Клочкової. Сила-силенна букетів, подарунків, серед яких — навіть акваріум із живою золотою рибкою... І все це в басейні... на Клочковській вулиці! Щоправда, Яна до її назви жодного стосунку не має — вулиця так називалася давно.

Завершивши кар'єру, «Золота Рибка» все ще лишалася вільною в особистому житті: чи то парубкам-«рибалкам» бракувало сміливості, чи, може, й сама «зіркова» дівчина була надто перебірливою?

Та невдовзі Яна Клочкова таки «закручує роман» із молодим грузинським бізнесменом Леваном Ростовлі. Захоплива історія їхніх стосунків довго не сходить зі шпальт світської хроніки. А в червні 2010-го Яна народжує від Левана сина Олександра. Щоправда, на той момент стосунки «пари» вже були такими, що молода мама вирішує дати малюку не лише власне прізвище, а й по батькові — не Леванович, а Олександрович...

Яна Клочкова з головою поринає у приємні клопоти материнства. Проте «жовта преса» й досі не втомлюється час від часу «підгодовувати» свою аудиторію чутками щодо появи в житті «Золотої Рибки» чергового «бойфренда».

Формально «динамівка» Клочкова була «приписана» до системи МВС. Свого часу навіть вдягала форму з погонами майора й виїжджала на тренування «спецпризначенців» на полігоні! Хоча ми звикли до «гламурніших» фото «Золотої Рибки», якими вона охоче ділиться зі своїми шанувальниками.

Окрема й болісна тема: Клочкова і Крим. Відомо, що це рідна для Яни земля: вона народилася в Сімферополі 7 серпня 1982 року. І, схоже, навіть анексія українського півострова росіянами особливо нічого не змінила у світосприйнятті нашої «Золотої Рибки».

У Криму продовжує жити родина Клочкових (батьки та інші родичі спортсменки). Сама ж Яна туди чи не щороку навідується, відправляє відпочивати сина тощо. Звісно, критикувати за це чотириразову олімпійську чемпіонку під «синьо-жовтим» прапором мало хто наважеться.

Водночас — як для Героя України і «людини в погонах» (за всієї формальності «служби») — це таки доволі неоднозначна поведінка.

РЕКЛАМА

Знайдіть зашифровані назви 5 міст України і отримайте

**450 000 ГРИВЕНЬ!**

у н ю о д е с а б я  
ч о в и г с а и з ж  
е в і н н и ц я й и  
р м ф и о л а в ц т  
н о у б а м с а р о  
і х е р с о н в и м  
г р л р г о р а н и  
і л у г а н с ь к р  
в я н л о п к ь а в

Отримайте 90 000 гривень за кожне відгадане місто!

Знайдіть 5 міст України, назви яких зашифровані по вертикалі та горизонталі (одне місто ми вже знайшли).

Дійсно протягом 10 днів!

Повідомте вгадані назви міст за телефоном і станьте багатшими на 450 000 гривень!



Відповівши протягом 10 днів, Ви можете також отримати в подарунок LED-телевізор!

ГОЛОШТОВИЙ КЛУБ

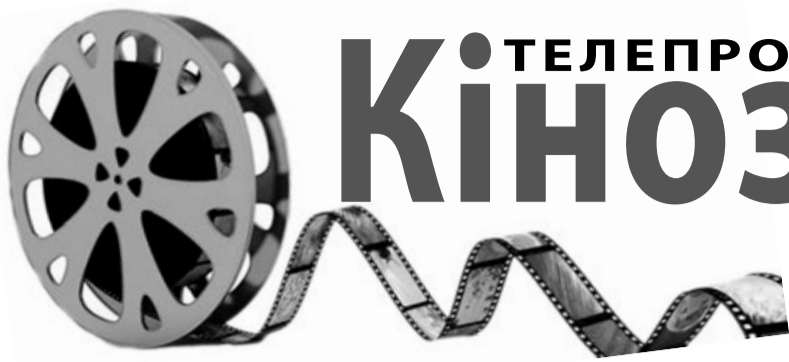
Негайно телефонуйте на безкоштовну лінію:

**0 800 50 55 98**

Дзвінки БЕЗКОШТОВНІ зі стаціонарних і мобільних телефонів у межах України (понеділок — субота з 08:00 до 20:00, неділя з 09:00 до 19:00)

КОД АКЦІЇ: 19323

\*Акція проводиться з 14.12.2017 р. по 27.12.2018 р. на всій території України. Розіграш відбувається 27.12.2018 р. в м. Києві. Призовий фонд акції складає 450 000 гривень. Дані маркетингова акція не є лотереєю, грою (в тому числі азартною або іншою формою азартної гри), конкурсом або публічною об'єктивною виборочною без оголошення конкурсу в розумінні глави 78 Цивільного кодексу України. Детальні умови акції Ви знайдете в окремому листі. Дані рекламні оголошення є формою оповіщення і не є рекламою, заключальною задоволюючи з придбання будь-яких послуг. Дані рекламні оголошення розповсюджені з метою визначення зацікавленості потенційних споживачів відносно таких товарів або послуг, а також визначення осіб, які потенційно бажають брати участь в різних маркетингових акціях та інших заходах. Відповідаючи на цю акцію, клієнт дає згоду на подальше використання персональних даних з метою проведення даної рекламної акції. 10-денний термін — оригінальний термін для отримання клієнтами товарного каталогу і набору документів інформаційного характеру для подальшої участі в акції. Телефон для довідки: (044) 379-74-83 (вартість послуги згідно з тарифами ПАТ «Укртелеком»). ТУЛЬКИ ДЛЯ ПОВНОЛІТНІХ. © ТОВ «ПАРІТЕТ МАРКЕТ», а/с № 90, м. Київ, 03300, 2018 р. ІPK9\_00\_T\_CIKAVGAZ\_070318



# ТЕЛЕПРОГРАМА Кінозал



12 – 18 березня

1+1, ІНТЕР, ТРК «УКРАЇНА», СТБ, ІСТУ,  
НОВИЙ КАНАЛ, МЕГА, К-1, 2+2, ZIK

## НАША ЗІРКА

# Солдати АТО називають МАМОЮ Аду Роговцеву

Біографія Ади Роговцевої (Роговец) — однієї з найвідоміших українок — не менш драматична, ніж сюжет сотень вистав і фільмів, в яких вона грала

### Леонід ОЛІЙНИК

Сьогодні дописи кремлівських пропагандистів на її адресу здебільшого просочені брудом і злістю, бо мисткиня, яку вони вважали своєю, підтримала Україну у важкий для держави час. Їй пригадують факти із біографії, що різко контрастують із нинішньою позицією: батько актриси служив у НКВС, а вона сама була членом КПРС і навіть делегатом XXVII з'їзду партії.

Народилася Ада Миколаївна в Глухові, що на Чернігівщині, у 1937 році. Вона добре пам'ятає кінець війни: бомбардування і покалічених ветеранів. До школи пішла у Полтаві, хотіла стати журналісткою, але подруги нарадили акторський факультет. Ще на останньому курсі Київського театрального інституту імені Івана Карпенка-Карого вийшла на сцену Національного академічного театру російської драми імені Лесі Українки, де пропрацювала понад 35 років. Можливо, грала б там і досі, якби не



Ада Миколаївна у свої 80 допомагає боротися за Україну.

**“** Легенда українського театру скаржитися, що їй не вистачає пенсії, щоб з'їздити до рідних.

Дмитро Табачник, який за часів Януковича витурив актрису з трупи, щоб «просунути» свою людину.

Фільмографія Ади Роговцевої налічує близько 80 кар-

тин. З початку 2000-х її активно запрошували у російські фільми.

Втім, на відміну від багатьох інших представників шоу-бізнесу, на початку війни Ада Роговцева не побігла на «Кремль-ТВ» розповідати про дружбу народів, а поїхала до українських військових на фронт.

«Вони не мене носять на руках, хлопці, може, й театру ніколи не бачили, вони носять на руках свою маму», — сказала актриса в інтерв'ю Маші Єфросиніні про наших захис-

ників. А в Росії проти неї порушили кримінальну справу за «фінансування військових дій».

У 2014 році актриса звернулася до Путіна російською, коректно називаючи його «Господин Президент», із проханням «пощадити наш народ». Під цим відеороликом на YouTube тисячі коментарів і більшість від розлючених росіян, які, не підбираючи слів, принижують актрису.

Жінка зізнається, що гостро відчуває біль матерів, які втратили дітей на війні, через смерть власного сина. Він помер у 2012-му внаслідок хвороби, а ще раніше, у 2004 році, рак забрав і її чоловіка — актора Костянтина Степанова, з яким вони прожили разом 46 років. Секрет міцності свого шлюбу вона окреслила так: «Я ж не з чоловіком жила, я жила з людиною».

Особиста трагедія не зламала Аду Роговцеву, вона продовжує творити. На свій 80-річний ювілей актриса зіграла у виставі «Соломон у спідниці», яку поставила її донька Катерина Степанова.

«Не можна зациклюватися на чомусь одному: роботі, дітях, пристрасті, бо коли це втрачаєш, то втрачаєш цілий світ, а життя — оно різноманітне», — каже Герой України. Це звання Ади Миколаївни присвоїв Президент Віктор Ющенко у 2007 році. А нині легенда українського театру скаржиться, що їй не вистачає пенсії, щоб з'їздити до рідних.

фото із сайту art.com.ua

## ПОНЕДІЛОК, 12 БЕРЕЗНЯ

<b>1+1</b> 06:30, 07:10, 08:10, 09:10 «Сніданок з 1+1» 07:00, 08:00, 09:00, 12:00, 16:45, 19:30 ТОН: «Телевізійна служба новин» 09:30 «Чотири весілля» 10:40 «Одруження наосліп 3» 12:20, 13:35, 15:00 «Міняю жінку» 17:10 Т/с «Мама» 20:30 «Секретні матеріали» 21:00 Т/с «За три дні до кохання» 22:00 «Гроші 2018» 23:15 «Голос країни 8»	17:30, 22:00 «Вікна-Новини» 18:00 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія» 19:55, 22:40 «Слідство ведить екстрасенси» 23:35 «Один за всіх»	09:20 «Красуні» 09:40 «Навколо М» 11:30, 18:15 «Орел і Решка» 16:30 Т/с «Бевеерлі-Хіллс, 90210» 20:00 «Орел і Решка. Перезавантаження» 21:00 «Орел і Решка. Рай та пекло» 22:00 «Вірю не Вірю» 23:00 Х/ф «ШАЛЕНЕ ВЕСІЛЛЯ»	
<b>ІСТУ</b> 05:45, 19:20 Надзвичайні новини 06:35, 08:45, 12:45, 15:45, 18:45, 21:10 Факти 09:15 Надзвичайні новини. 10:10 Антисомбі 11:10 Секретний фронт. Дайджест 12:30, 13:20, 16:20 Х/ф «ОЛЕКСАНДР» 16:55 Х/ф «300 СПАРТАНЦІВ. ВІДРОДЖЕННЯ ІМПЕРІЇ» 20:20 Більше ніж правда 21:30 Т/с «Менталіст» 22:30 Свобода слова	<b>НОВИЙ КАНАЛ</b> 05:30, 07:00 М/с «Том і Джеррі в дитинстві» 06:59, 08:19 Kids Time 08:20 Х/ф «ВІЙНА НАРЕЧЕНИХ» 10:10 Х/ф «БИТВА РОКУ» 12:40 Х/ф «БРУДНІ ТАНЦІ» 14:40 Х/ф «КРОК УПЕРЕД: УСЕ АБО НИЧОГО» 16:50 Х/ф «ФОКУС» 19:00 Ревізор. Крамниці 21:00 Таємний агент 22:10 Таємний агент. Пост-шоу	<b>2+2</b> 06:00 Мультфільми 08:00 «Нове Шалене відео по-українськи» 10:30 Х/ф «ОПЕРАЦІЯ «УДАР»» 12:50 Т/с «Команда» 16:25 Х/ф «ПЕРЕВІЗНИК» 18:15 «Спецкор» 18:45 «ДжеДДА» 19:20 Т/с «Опер за викликом» 21:00, 22:50 Т/с «Кістки 8»	
<b>ІНТЕР</b> 06:10, 22:35 «Слідство вели... з Леонідом Каневським» 07:00, 08:00, 09:00, 12:00, 17:40 Новини 07:10, 08:10, 09:20 «Ранок з Інтером» 10:00 Х/ф «БЕБІ-БУМ» 12:25 Х/ф «ЖИВІТЬ В РАДОСТІ» 14:00 Т/с «Ганна Герман» 16:10 «Чекай мене» 18:00, 19:00 Ток-шоу «Стосується кожного» 20:00 «Подорожчів» 20:40 Т/с «Запийте в осені»	<b>УКРАЇНА</b> 06:30, 07:10, 08:15 Ранок з Україною 07:00, 08:00, 09:00, 15:00, 19:00, 23:00 Сьогодні 09:30 Зірковий шлях 11:20 Реальна містика 13:20, 15:30 Т/с «Біжи, не оглядаючись» 18:00 Т/с «Обручка з рубіном» 19:45 Ток-шоу «Говорить Україна» 21:00 Х/ф «ВИХОВАННЯ ТА ВИГУЛ СОБАК І ЧОЛОВІКІВ» 23:30 Х/ф «КІНГ-КОНГ»	<b>МЕГА</b> 06:00 Бандитська Одеса 08:00 Правда життя 09:00, 16:50 Сироти дикої природи 10:00 Африка: стихія води 10:40 Там, де нас нема 11:30 Ризиковане життя 12:30 Скарб. UA 13.20 Брама часу 14.10 Містична Україна 15.00, 21.40 Полонання на рибу-монстра 16.00, 20.50 Скарби зі звалища 17.50, 22.40 У пошуках інновацій 18.50 Битва цивілізацій 23.40 Вишальні битви Другої світової 00.30 Паранормальний світ 01.20 Подіблена історія	<b>ZIK</b> 07:00 Перші про головне. Ранок. Дайджест 07:15 Дитяча програма «МультиЗІК» 08:00, 09:00, 11:00 Перші про головне. Ранок. Новини 08:15, 09:10 Д/ф 09:25 Добрий ЗІК 09:50, 11:10 Перші про головне. Ранок. Коментарі 12:00 Доказ 13:00, 15:00 Перші про головне. День. Новини 13:10, 15:10, 16:10 Перші про головне. День. Коментарі 16:00 Перші про головне. День. Дайджест 17:00, 19:00 Перші про головне. Вечір. Новини 17:10, 18:10 Перші про головне. Вечір. Коментарі 18:00 Перші про головне. Вечір. Дайджест 19:15 VOX POPULI 20:00 HARD з Влащенко 21:00 Перші про головне. Підсумки 21:35 Гра з вогнем 22:30 Гра в класику з Сергієм Рахманінім 23:30 Історична правда з Вахтангом Кіпіані
<b>СТБ</b> 07:00, 15:30 «Все буде добре!» 08:55, 21:00 Т/с «За три дні до кохання» 17:10 Т/с «Мама» 20:30 «Секретні матеріали» 22:00 «100 днів над прірвою»	<b>УКРАЇНА</b> 06:30, 07:10, 08:15 Ранок з Україною 07:00, 08:00, 09:00, 15:00, 19:00, 23:50 Сьогодні 09:30 Зірковий шлях 10:30 Свєрхрука або невістка 11:20 Реальна містика	<b>К-1</b> 06:30 «TOP SHOP» 07:40 «Чи знаєте ви, що...» 08:20 «Три сестри»	

## ВІВТОРОК, 13 БЕРЕЗНЯ

<b>1+1</b> 06:30, 07:10, 08:10, 09:10 «Сніданок з 1+1» 07:00, 08:00, 09:00, 12:00, 16:45, 19:30 ТОН: «Телевізійна служба новин» 09:30 «Чотири весілля» 10:55, 12:20 «Одруження наосліп 3» 12:50, 14:05 «Міняю жінку» 15:45, 21:00 Т/с «За три дні до кохання» 17:10 Т/с «Мама» 20:30 «Секретні матеріали» 22:00 «100 днів над прірвою»	13:30, 15:30 Агенти справедливості-2 16+ 16:00 Історія одного злочину 16+ 18:00 Т/с «Обручка з рубіном» 19:45 Ток-шоу «Говорить Україна» 21:30 Футбол. Ліга чемпіонів УЄФА «Рома» - «Шахтар»	<b>СТБ</b> 07:25, 15:30 «Все буде добре!» 09:20 «Все буде смачно!» 10:15 «МастерШеф - 7» 13:45 «Хата на тата» 17:30, 22:00 «Вікна-Новини» 18:00 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія» 20:00 «Наречена для тата» 22:45 «Давай поговоримо про секс»	<b>ІСТУ</b> 05:35, 20:20 Громадянська оборона 06:30 Ранок у великому місті 08:45, 12:45, 15:45, 18:45, 21:10 Факти 09:15, 19:20 Надзвичайні новини 10:10 Більше ніж правда 11:15, 16:40, 21:30 Т/с «Менталіст» 12:10, 13:20 Х/ф «ЗАПІН «МОРСЬКІ КОТИКИ»» 15:05, 16:25 Т/с «Володимирська, 15» 22:30 Скетч-шоу «На трьох» 16+ 23:45 Х/ф «ІГРАШКОВІ СОЛДАТИКИ»	<b>НОВИЙ КАНАЛ</b> 05:00 Абзац 06:49, 08:09 Kids Time 06:50 М/с «Том і Джеррі в дитинстві»	08:10 Т/с «Мерлін» 11:00 Т/с «Друзі» 12:20 Т/с «Статус відносин - все складно» 17:00, 19:00 Дешево та сердито 20:50 Аферисти в мережах 16+ 21:50 Від пацанки до панянки 16+ 23:50 Х/ф «БИТВА РОКУ»	<b>МЕГА</b> 06.00 Бандитський Київ 08.00 Правда життя 09.00, 16.50 Сироти дикої природи 10.00 Африка: стихія води 10.40 Там, де нас нема 11.30 Ризиковане життя 12.30 Скарб. UA 13.20 Брама часу 14.10 Містична Україна 15.00, 21.40 Полонання на рибу-монстра 16.00, 20.50 Скарби зі звалища 17.50, 22.40 У пошуках інновацій 18.50 Битва цивілізацій 23.40 Вишальні битви Другої світової 00.30 Паранормальний світ 01.20 Бандитська Одеса	<b>К-1</b> 06:30 «TOP SHOP» 07:40 «Чи знаєте ви, що...» 08:20 «Три сестри» 09:20 «Красуні» 10:00, 16:30 Т/с «Бевеерлі-Хіллс, 90210» 11:50, 18:15 «Орел і Решка» 20:00 «Орел і Решка. Рай та пекло» 21:00 «Вірю не Вірю»	<b>2+2</b> 06:00 Мультфільми 08:00 Т/с «Атлантида» 08:55, 12:55 «Нове Шалене відео по-українськи» 09:45, 18:15 «Спецкор» 10:15, 18:45 «ДжеДДА» 10:55, 17:15 «Загублений світ» 15:30 Х/ф «РОБІНЗОН КРУЗО» 19:20, 20:15 Т/с «Опер за викликом» 21:10, 23:00 Т/с «Кістки 8»
---	--	---	--	---	--	---	---	---

## СЕРЕДА, 14 БЕРЕЗНЯ

<b>1+1</b> 06:30, 07:10, 08:10, 09:10 «Сніданок з 1+1» 07:00, 08:00, 09:00, 12:00, 16:45, 19:30 ТОН: «Телевізійна служба новин» 09:30 «Чотири весілля» 10:45, 12:20 «Одруження наосліп 3» 12:45, 13:55 «Міняю жінку» 15:45, 21:00 Т/с «За три дні до кохання» 17:10 Т/с «Мама» 20:30 «Секретні матеріали» 22:00 «Одруження наосліп 4» 23:35 Х/ф «ОБЕРЕЖНО! ПРЕДКИ В ХАТІ»	11:20 Реальна містика 13:30, 15:30 Агенти справедливості-2 16+ 16:00 Історія одного злочину 16+ 18:00 Т/с «Обручка з рубіном» 19:45 Ток-шоу «Говорить Україна» 21:00 Х/ф «БЛИСКУЧА КАР'ЄРА» 23:30 Т/с «CSI. Місце злочину»	<b>СТБ</b> 06:45, 15:30 «Все буде добре!» 08:40 «Все буде смачно!» 09:35 «МастерШеф - 7» 12:55 «Хата на тата» 17:30, 22:00 «Вікна-Новини» 18:00 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія» 19:55, 22:40 «МастерШеф. Кулінарний випускний»	<b>ІСТУ</b> 05:40, 10:10 Громадянська оборона 06:30 Ранок у великому місті 08:45, 12:45, 15:45, 18:45, 21:10 Факти 09:15, 19:20 Надзвичайні новини 11:15, 13:20, 17:35, 21:30 Т/с «Менталіст» 13:50, 16:25 Х/ф «ІГРАШКОВІ СОЛДАТИКИ» 16:40 Т/с «Ніконов і К°» 20:20 Секретний фронт 22:35 Скетч-шоу «На трьох» 16+ 23:45 Х/ф «ЗАПІН «МОРСЬКІ КОТИКИ»»	<b>НОВИЙ КАНАЛ</b> 05:30, 06:20 М/с «Том і Джеррі в дитинстві» 06:19, 07:39 Kids Time	08:55 «Облом. UA.» 09:45, 18:15 «Спецкор» 10:15, 18:45 «ДжеДДА» 10:55, 17:15 «Загублений світ» 12:55 «Помста природи» 15:30 Х/ф «БИТВА ДРАКОНІВ» 19:20, 20:15 Т/с «Опер за викликом» 21:10, 23:00 Т/с «Кістки 8»	<b>ZIK</b> 07:00 Перші про головне. Ранок. Дайджест 07:15 Дитяча програма «МультиЗІК» 08:00, 09:00, 11:00 Перші про головне. Ранок. Новини 08:15, 09:10 Д/ф 09:25 Добрий ЗІК 09:50, 11:10 Перші про головне. Ранок. Коментарі 12:00 FACE 2 FACE з Тетяною Даниленко 13:00, 15:00 Перші про головне. День. Новини 13:10, 15:10, 16:10 Перші про головне. День. Коментарі 16:00 Перші про головне. День. Дайджест 17:00, 19:00 Перші про головне. Вечір. Новини 17:10, 18:10, 21:35 Перші про головне. Вечір. Коментарі 18:00 Перші про головне. Вечір. Дайджест 19:15 VOX POPULI 20:00 Хард-ток-шоу «DROZDOV» 21:00 Перші про головне. Підсумки 22:30 HARD з Влащенко 23:30 Історична правда з Вахтангом Кіпіані	<b>2+2</b> 06:00 Мультфільми 08:00 Т/с «Атлантида» 08:55, 12:55 «Нове Шалене відео по-українськи» 09:45, 18:15 «Спецкор» 10:15, 18:45 «ДжеДДА» 10:55, 17:15 «Загублений світ» 15:30 Х/ф «РОБІНЗОН КРУЗО» 19:20, 20:15 Т/с «Опер за викликом» 21:10, 23:00 Т/с «Кістки 8»
---	--	---	---	---	---	---	---

# ЧЕТВЕР, 15 БЕРЕЗНЯ

<b>1+1</b>	10:05 «МастерШеф-7» 13:30 «Хата на тата» 17:30, 22:00 «Вікна-Новини» 18:00 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія» 20:00, 22:40, 23:00 «Я соромлюсь свого тіла 5»	10:00, 16:30 Т/с «Бeverлі-Хілс, 90210» 11:50, 18:15 «Орел і Решка» 20:00 «Орел і Решка. Перезавантаження» 21:00 «Орел і Решка. Рай та пекло» 22:00 «Вірю не Вірю»
<b>ICTV</b>	05:35 Громадянська оборона 06:30 Ранок у великому місті 08:45, 12:45, 15:45, 18:45, 21:10 Факти 09:15, 19:20 Надзвичайні новини 10:00 Секретний фронт 10:55, 17:35, 21:30 Т/с «Менталіст» 11:55, 13:20 Х/ф «ХТО Я?» 15:05, 16:25 Т/с «Ніконов і Ко» 20:20 Інсайдер 22:30 Скetch-шоу «На трьох» 16+ 23:40 Х/ф «ШИРОКО КРОКУЮЧИ»	<b>2+2</b> 06:00 Мультифільми 08:00 Т/с «Атлантида» 08:55, 12:55 «Облом. UA.» 09:45, 18:15 «Спецкор» 10:15, 18:45 «ДжеДА!» 10:55, 17:15 «Загублений світ» 15:30 Х/ф «БЕЗ НАДІЇ НА СПОКУТУ» 19:20, 20:15 Т/с «Опер за викликом» 21:10 Т/с «Кістки 9» 23:00 Т/с «Кістки 8»
<b>ІНТЕР</b>	05:45 Мультифільм 06:10, 22:35 «Слідство вели... з Леонідом Каневським» 07:00, 08:00, 09:00, 12:00, 17:40 Новини 07:10, 08:10, 09:20 «Ранок з Інтером» 10:15, 12:25, 20:40 Т/с «Запитайте в осені» 12:30 Т/с «Ганна Герман» 14:50, 15:45, 16:45 «Речдок» 18:00, 19:00 Ток-шоу «Стосується кожного» 20:00 «Подорожі»	<b>ЗІК</b> 07:00 Перші про головне. Ранок. Дайджест 07:15 Дитяча програма «МультиЗІК» 08:00, 09:00, 11:00 Перші про головне. Ранок. Новини 08:15, 09:10 Д/ф 09:25 Добрий ЗІК 09:50, 11:10 Перші про головне. Ранок. Коментарі 12:00 Хард-ток-шоу «DROZDOV» 13:00, 15:00 Перші про головне. День. Новини 13:10, 15:10, 16:10 Перші про головне. День. Коментарі 16:00 Перші про головне. День. Дайджест 17:00, 19:00 Перші про головне. Вечір. Новини 17:10, 18:10 Перші про головне. Вечір. Коментарі 18:00 Перші про головне. Вечір. Дайджест 19:15 VOX POPUS 20:00 Дозак 21:00 Перші про головне. Підсумки 21:35 Прямим текстом з Остапом Дроздовим 23:00 Стежками війни 23:30 Історична правда з Вахтангом Кіпіані
<b>УКРАЇНА</b>	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 Свєркуха або невістка 11:20 Реальна містика 13:30, 15:30 Агенти справедливості-3 16+ 16:00 Історія одного злочину 16+ 18:00 Т/с «Обручка з рубіном» 19:45 Футбол. Ліга Європи УЄФА «Динамо» - «Лацио» 22:00 Т/с «Трава під снігом» 23:20 Контролер	<b>МЕГА</b> 06:00 Бандитський Київ 08.00, 01.20 Правда життя 09.00, 16.50 Сироти дикої природи 10.00 Невідомий океан 10.40 Наші 11.30 Ризиковане життя 12.30 Теорія змови 13.20 Прокляття відом 14.10 Містична Україна 15.00, 21.40 Половання на рибу-монстра 16.00, 20.50 Скарби зі звалища 17.50, 22.40 У пошуках інновацій 18.50 Битва цивілізацій 23.40 Вирішальні битви 2 світової 00.30 Паранормальний світ
<b>СТБ</b>	07:15, 15:30 «Все буде добре!» 09:05 «Все буде смачно!»	<b>К-1</b> 06:30 «ТОР SHOP» 07:40 «Чи знаєте ви, що...» 08:20 «Три сестри» 09:20 «Красуні»

# СУБОТА, 17 БЕРЕЗНЯ

<b>1+1</b>	22:30 «Вечір з Наталею Гаріповою. Павло Костіцин» 23:30 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія»	23.50 Паранормальний світ 00.40 Таємниці кримінального світу
<b>ICTV</b>	05:05 Скарб нації 05:15 Еврика! 05:25, 12:45, 18:45 Факти 05:45 Більше ніж правда 07:30 Я знав! 09:25 Дизель-шоу 12+ 10:45, 11:45 Особливості національної роботи 13:00 Скetch-шоу «На трьох» 16+ 16:15 Х/ф «ХТО Я?» 19:20 Надзвичайні новини. Підсумки 20:05 Х/ф «ДЖІ-АЙ ДЖО: АТАКА КОБРИ» 22:15 Х/ф «ДЖІ-АЙ ДЖО: АТАКА КОБРИ-2»	<b>К-1</b> 06:30 «ТОР SHOP» 07:40 «Чи знаєте ви, що...» 08:20 Мультифільми 09:00 «Ух ти show» 11:10 Х/ф «БУНТАРКА» 13:10 «Орел і Решка. Шопінг» 15:00 «Орел і Решка. Навколосвітня подорож» 22:00 «Же, я люблю тебе!» 23:00 Х/ф «СЕРЦЕДІДКИ»
<b>ІНТЕР</b>	05:30 Х/ф «ЛЮБОЧКА» 07:00 Мультифільм 08:00 «Чекай мене» 09:30 «Подорожі в часі» 10:00 Х/ф «ЧОТИРИ НУЛЬ НА КОРИСТЬ ТЕТЯНКИ» 11:50 Х/ф «ГОСТЯ З МАЙБУТНЬОГО» 18:00 Х/ф «ДАМАНТОВА РУКА» 20:00 «Подорожі» 20:30 Т/с «Що робить твоя дружина?»	<b>2+2</b> 06:00 Мультифільми 08:00 Бушидо 09:00 «Зловмисники» 10:00 «ДжеДА! Дайджест» 12:00 Т/с «Безсмертний» 13:45 Т/с «Команда» 18:55 Х/ф «АТЛАНТИЧНИЙ РУБІЖ» 20:30 Х/ф «АТЛАНТИЧНИЙ РУБІЖ 2» 22:05 Д/п «Україна. 100 днів над прірвою»
<b>УКРАЇНА</b>	07:00, 15:00, 19:00 Сьогодні 07:15 Зірковий шлях 07:45 Т/с «Трава під снігом» 11:30, 15:20 Т/с «З надією на щастя» 15:50, 19:40 Т/с «Потрібен чоловік» 21:00 Шоу Братів Шумахерів 23:00 Т/с «Умови контракту 2»	<b>ЗІК</b> 07:00, 10:00 Перші про головне. Ранок. Дайджест 07:15 Дитяча програма «МультиЗІК» 08:00 Д/ф 09:00, 22:00 Гараж 10:15 Перші про головне. Ранок. Коментарі 11:00 Злий дім 12:00 Х/ф 13:30 HARD з Влащенко 14:30 FACE 2 FACE з Тетяною Даниленко 15:30 Хард-ток-шоу «DROZDOV» 16:30, 17:15, 19:15 Політичне ток-шоу «Народ проти!» 17:00, 19:00 Перші про головне. Вечір. Новини 20:00 Дозак 21:00 Перші про головне. Деталі 23:00 Історична правда з Вахтангом Кіпіані
<b>СТБ</b>	06:10 «Караоке на Майдані» 07:10 «Хата на тата» 09:00 «Все буде смачно!» 10:40 «МастерШеф. Кулінарний випускний» 14:00 «Холостяк - 8» 17:15 Х/ф «ДЖЕНТЛЬМЕНИ УДАЧІ» 19:00 «Світами за скарбами»	<b>МЕГА</b> 06:00 Бандитський Київ 07.40, 05.20 Містична Україна 08.40, 18.20 У пошуках істини 10.30 Вирішальні битви Другої світової 12.30 Літаки, що змінили світ 15.20 Невідомий океан 17.10 Таємнича Латинська Америка 21.00 Ера Хаббла 22.00 Всесвіт Хаббла 23.00 Місяць зблизья

# П'ЯТНИЦЯ, 16 БЕРЕЗНЯ

<b>1+1</b>	08:05 Х/ф «МІМІНО» 10:05 Х/ф «ПРОВІДНИЦЯ» 17:30, 22:00 «Вікна-Новини» 18:00 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія» 20:00, 22:40 «Холостяк - 8» 23:55 «Холостяк-8. Вийти заміж»	08:20 «Три сестри» 09:20 «Красуні» 10:10, 16:30 Т/с «Бeverлі-Хілс, 90210» 12:00, 18:15 «Орел і Решка» 20:00 «Орел і Решка. Перезавантаження» 21:00 «Орел і Решка. Рай та пекло» 22:00 «Вірю не Вірю» 23:50 «КВК на БІС»
<b>ICTV</b>	05:35 Громадянська оборона 06:30 Ранок у великому місті 08:45, 12:45, 15:45, 18:45, 21:10 Факти 09:15, 19:20 Надзвичайні новини 10:10 Інсайдер 11:15, 17:35 Т/с «Менталіст» 12:15, 13:20 Х/ф «ШИРОКО КРОКУЮЧИ» 14:15 Скetch-шоу «На трьох» 16+ 15:10, 16:25 Т/с «Ніконов і Ко» 20:20 Антисомбі 21:30, 22:45 Дизель-шоу 12+	<b>2+2</b> 06:00 Мультифільми 08:00, 12:55 «Відеоімба» 09:45, 18:15 «Спецкор» 10:15, 18:45 «ДжеДА!» 10:55, 17:15 «Загублений світ» 15:30 Х/ф «ОЗЕРО АКУЛ» 19:20 Х/ф «АТЛАНТИЧНИЙ РУБІЖ» 21:00 Х/ф «ГАРЯЧІ ГОЛОВИ 2» 22:45 Прем'єра! «Змішані єдиноборства. UFC»
<b>ІНТЕР</b>	05:55 Мультифільм 06:10, 22:00 «Слідство вели... з Леонідом Каневським» 07:00, 08:00, 09:00, 12:00, 17:40 Новини 07:10, 08:10, 09:20 «Ранок з Інтером» 10:15, 12:25 Т/с «Запитайте в осені» 12:30 Т/с «Ганна Герман» 14:50, 15:45, 16:45 «Речдок» 18:00 Ток-шоу «Стосується кожного» 20:00 «Подорожі тижня» 23:50 Х/ф «БАЗА»	<b>ЗІК</b> 07:00 Перші про головне. Ранок. Дайджест 07:15 Дитяча програма «МультиЗІК» 08:00, 09:00, 11:00 Перші про головне. Ранок. Новини 08:15, 09:10 Д/ф 09:25 Добрий ЗІК 09:50, 11:10 Перші про головне. Ранок. Коментарі 12:00 HARD з Влащенко 13:00, 15:00 Перші про головне. День. Новини 13:10, 15:10, 16:10 Перші про головне. День. Коментарі 16:00 Перші про головне. День. Дайджест 17:00, 19:00 Перші про головне. Вечір. Новини 17:10, 18:10 Перші про головне. Вечір. Коментарі 18:00 Перші про головне. Вечір. Дайджест 19:15 VOX POPUS 20:00 FACE 2 FACE з Тетяною Даниленко 21:00 Перші про головне. Підсумки 21:30 Політичне ток-шоу «Народ проти!»
<b>УКРАЇНА</b>	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 Свєркуха або невістка 11:20 Реальна містика 13:30, 15:30 Агенти справедливості-3 16+ 16:00 Історія одного злочину 16+ 18:00 Т/с «Обручка з рубіном» 19:45 Ток-шоу «Говорить Україна» 21:00 Т/с «З надією на щастя» 23:20 Слідами	<b>МЕГА</b> 06:00 Бандитська Одеса 08.00 Правда життя 09.00, 16.50 Сироти дикої природи 10.00 Невідомий океан 10.40 Наші 11.30 Ризиковане життя 12.30 Теорія змови 13.20 Таємниці пірамід 14.10, 00.30 Містична Україна 15.00, 21.40 Половання на рибу-монстра 16.00, 20.50 Скарби зі звалища 17.50, 22.40 У пошуках інновацій 18.50 Битва цивілізацій 23.40 Вирішальні битви Другої світової 01.20 Україна: забута історія
<b>СТБ</b>	06:10 «Моя правда. Анастасія Приходько. Викувана чоловіками»	<b>К-1</b> 06:30 «ТОР SHOP» 07:40 «Чи знаєте ви, що...»

# НЕДІЛЯ, 18 БЕРЕЗНЯ

<b>1+1</b>	07:45 «Холостяк - 8» 08:50 «Все буде смачно!» 10:25 «Караоке на Майдані» 11:30 «Світами за скарбами» 15:00 «Наречена для тата» 17:00, 23:35, 23:50 «Я соромлюсь свого тіла 5» 19:00 «Битва екстрасенсів 18» 21:20 «Один за всіх» 22:35 «Слідство ведуть екстрасенси»	Хаббла 14.20 Місяць зблизья 15.20 Невідомий океан 21.00 Літаки, що змінили світ 23.50 Паранормальний світ 00.40 Брама часу
<b>ICTV</b>	05:20 Інсайдер 07:00 Т/с «Код Костянтина» 09:00 Т/с «Відділ 4» 11:45, 13:00 Скetch-шоу «На трьох» 16+ 12:45, 18:45 Факти 14:20 Х/ф «ДЖІ-АЙ ДЖО: АТАКА КОБРИ» 16:25 Х/ф «ДЖІ-АЙ ДЖО: АТАКА КОБРИ-2» 20:35 Х/ф «ШЕРЛОК ХОЛМС» 23:10 Х/ф «ШЕРЛОК ХОЛМС: ГРА ТНЕЙ»	<b>К-1</b> 06:30 «ТОР SHOP» 07:40 «Чи знаєте ви, що...» 08:20 Мультифільми 09:00 «Ух ти show» 10:15 Х/ф «БУНТАРКА» 12:15 «Орел і Решка. Шопінг» 14:00 «Орел і Решка. Навколосвітня подорож» 22:00 «Же, я люблю тебе!»
<b>ІНТЕР</b>	08:00 «Удачний проект» 09:00 «Готуємо разом» 10:00 «Орел і Решка. Морський сезон» 11:00 «Орел і Решка. Перезавантаження. Америка» 12:00 Х/ф «ОКСАМИТОВІ РУЧКИ» 14:00 Х/ф «ПРИБОРКАННЯ НОРОВЛИВОГО» 16:00 Х/ф «ДАМАНТОВА РУКА» 18:00 «Крутіше всіх. Новий сезон» 20:00 «Подорожі» 20:30 Т/с «Що робить твоя дружина?»	<b>2+2</b> 06:00 Мультифільми 08:00 Бушидо 09:00 «Зловмисники» 09:30 «Загублений світ» 11:30 Т/с «Безсмертний» 13:15 Х/ф «ВОЛОДАР МОРИВ: НА КРАЮ СВІТУ» 15:50 Х/ф «ГАРЯЧІ ГОЛОВИ 2» 17:15 Х/ф «ОЗЕРО АКУЛ» 19:20 24 тур ЧУ з футболу «Динамо» - «Ворскла» 21:25 «ПРОФУТБОЛ» 23:20 «Змішані єдиноборства. UFC»
<b>УКРАЇНА</b>	06:50 Сьогодні 07:45 Зірковий шлях 08:40 Х/ф «БЛИСКУЧА КАР'ЄРА» 10:40 Т/с «Потрібен чоловік» 14:50 Х/ф «ВИХОВАННЯ ТА ВИГУЛ СОБАК І ЧОЛОВІКІВ» 17:00, 21:00 Т/с «За щучим велінням» 19:00 Події тижня з Олегом Панютю 20:00 Головна тема 23:00 Т/с «Умови контракту 2»	<b>ЗІК</b> 07:00 Перші про головне. Ранок. Дайджест 07:15 Дитяча програма «МультиЗІК» 08:00 Д/ф 09:00, 22:00 Гараж 10:15 Перші про головне. Ранок. Коментарі 11:00 Злий дім 12:00 Х/ф 13:30 HARD з Влащенко 14:30 FACE 2 FACE з Тетяною Даниленко 15:30 Хард-ток-шоу «DROZDOV» 16:30, 17:15, 19:15 Політичне ток-шоу «Народ проти!» 17:00, 19:00 Перші про головне. Вечір. Новини 20:00 Дозак 21:00 Перші про головне. Деталі 23:00 Історична правда з Вахтангом Кіпіані
<b>СТБ</b>	05:10 «Хата на тата»	<b>МЕГА</b> 06:00, 05.40 Бандитська Одеса 07.40 Містична Україна 08.40, 18.20 У пошуках істини 10.30 Вирішальні битви Другої світової 12.30 Літаки, що змінили світ 15.20 Невідомий океан 17.10 Таємнича Латинська Америка 21.00 Ера Хаббла 22.00 Всесвіт Хаббла 23.00 Місяць зблизья



# Що віщують зорі

## Гороскоп на 12-18 березня



**ОВЕН.** Створить собі міцний і надійний фундамент для майбутніх успіхів. Занурення в роботу повинне бути комфортним, без стресів і перевтоми. Сприятливий день — середа, несприятливий — субота.



**ТЕЛЕЦЬ.** Нагромаджені проблеми треба вирішувати вже зараз, не відкладаючи на потім. Сконцентруйтесь на головних справах, віддаючи перевагу логіці, а не емоціям. Сприятливий день — вівторок, несприятливий — середа.



**БЛИЗНЮКИ.** Роботі доведеться присвятити багато сил і часу, але перевага жувати себе теж не варто. Натомість на вас чекає дійсно солідний прибуток. У вихідні варто провести час із друзями. Сприятливий день — п'ятниця, несприятливий — четвер.



**РАК.** Сприятливий час для вирішення особистих і службових справ. Ви будете постійно відчувати підтримку колег майже у всіх своїх починаннях. Сприятливий день — четвер, несприятливий — понеділок.



**ЛЕВ.** Слушна мить для складання довгострокових планів. Вам допоможе інтуїція, вона підкаже, що головне, а що другорядне. Ретельно обмірковуюте кожне своє слово. Сприятливий день — п'ятниця, несприятливий — вівторок.



**ДІВА.** Якнайкращий період для здійснення задуманого, але підключайте до роботи тільки надійних і перевірених людей. Якесь ваша особиста таємниця може стати надбанням гласності. Сприятливий день — середа, несприятливий — п'ятниця.



**ТЕРЕЗИ.** Робота принесе задоволення та гарний настрій. Ви доведете, що цілком виправдовуєте довіру начальства та добре справляється зі своїми обов'язками. Сприятливий день — четвер, несприятливий — субота.



**СКОРПІОН.** На вас чекає маса новин, причому досить приємних. Начальство вас цінує й готове прислухатися до вашої думки. Стосунки з близькими помітно покращаться. Сприятливий день — вівторок, несприятливий — середа.



**СТРІЛЕЦЬ.** Ви багато чого досягнете і реалізуєте практично всі намічені плани, тільки не метуштесь й вірте у власні сили. У спілкуванні з близькими будьте делікатними. Сприятливий день — понеділок, несприятливий — субота.



**КОЗЕРІГ.** Для реалізації своїх амбітних планів вам доведеться неабияк потрудитися, але такі доб'єтесь важких результатів. Насолоджуйтеся компліментами — ви їх заслужили. Сприятливий день — середа, несприятливий — п'ятниця.



**ВОДОЛІЙ.** Активність, працездатність та інтуїція дадуть вам можливість змінити ситуацію на краще. Все у вас буде виходити, ваші ідеї схвалить начальство. Проте не забувайте, що гроші — не головне в житті. Сприятливий день — вівторок, несприятливий — субота.



**РИБИ.** Може виникнути ситуація, коли вам доведеться швидко опанувати нові знання та професійні навички. У вихідні можливі конфлікти в родині. Сприятливий день — четвер, несприятливий — вівторок.

● ПАЛЬЧИКИ ОБЛИЖЕШ!

# Відсвяткуймо вдома рибний день

Ні для кого не секрет, що хоча б раз на тиждень у нашому меню повинна бути риба. Адже це не лише смачний, але й дуже корисний продукт, який містить багато необхідних організму речовин, цілий комплекс вітамінів та омега-кислоти. Пропонуємо добірку цікавих рецептів рибних страв на будь-який смак і гаманець



Foto із сайту customsnews.vn

## СКУМБРІЯ, ЗАПЕЧЕНА У ФОЛЬЗІ

Цю морську рибу дуже легко готувати. Вона практично не має дрібних кісток, тож їсти її – одне задоволення. Сподобається господарям і те, що не треба витратити час і сили на чищення луски: у цієї риби вона просто відсутня. Рецепт запікання скумбрії в духовці – ідеальний для сучасних зайнятих жінок!

**Інгредієнти:** на 1 скумбрію – 1 помідор, 1 невелика цибулина, кріп, петрушка, базилік, сіль, перець – усе за смаком.

**Приготування.** Рибу випатрати, відрізати голову, плавники і хвіст, промити її в холодній воді. Обсушити

Фото із сайту morskidar.bg



скумбрію паперовим рушником. Цибулю і помідори покряяти кружальцями. Рибу також розрізати на 5–6 шматочків однакової товщини і перекласти їх на фольгу, «реконструюючи» рибу. Поміж шматочками скумбрії повставляти петрушку, кріп, базилік, кружальця помідора і цибулі. Комбінувати вставки можна за власними уподобаннями. З усіх боків обспаємо рибу приправами, перчим і солимо, щільно загортаємо у фольгу, кладемо на деко або решітку і запікаємо при температурі 180–200 градусів близько 30 хвилин. Готову скумбрію дістаємо з фольги й обережно викладаємо на блюдо. Подаємо з овочами та картоплею.

### ДО РЕЧІ

— Аби при запіканні краї риби не пристали до фольги, обкладіть скумбрію ззовні тонкими кружальцями цибулі та картоплі, щоб її шкірка не торкалася до обгортки. Тоді риба збереже свій естетичний вигляд, шкірка залишиться цілою, а ви матимете ще й гарнір.

— Скумбрія досить жирна, тому додатково поливати її перед приготуванням олією чи вершками не доцільно.

— Для поліпшення смаку між шматочками риби, крім помідора і цибулі, можна покласти скибочки лимона.

— Якщо у вашій духовці є гриль, то наприкінці запікання можна розгорнути фольгу і залишити скумбрію на декілька хвилин під грилем для утворення апетитної скоринки.

## СЬОМГА З ЯБЛУЧНИМ СОУСОМ

У червоної риби є один недолік – її ціна. Якщо ж ви все-таки розкошвилися і придбали шматок сьомги чи форелі, приготуйте цю рибу з яблучним соусом – надзвичайно смачно!



Фото із сайту muscleandfitness.com

**Інгредієнти:** 400 г філе сьомги або форелі, 2 ст. л. лимонного соку, 6 ст. л. оливкової олії, сіль за смаком; **для соусу** – 1 середня цибулина, 2 яблука, 2 ст. л. лимонного соку, 150 г сметани, 40 г вершкового масла, 1 ч. л. цукру, сіль та карі – за смаком.

**Приготування.** Рибу очистіть від шкірки та кісток, наріжте скибочками завтовшки близько 1,5 см, складіть у миску. Щедро полийте їх лимонним соком та оливковою олією, посоліть і перемішайте, щоб кожен шматок добре просочився маринадом. Залиште на 30–40 хвилин у прохолодному місці. Тим часом приготуйте соус. На-

різану якомога дрібніше цибулю підсмажте на вершковому маслі до м'якості, додайте щіпку солі – тоді цибуля не зарум'яниться. Очищені яблука натріть на середню тертку і покладіть до цибулі. Тушуйте, доки яблука не стануть м'якими, тоді додайте лимонний сік, сметану, карі та цукор, посоліть і тушуйте на найменшому вогні, поки вони розпусяться. Сьомгу обсмажте на оливковій олії на сковороді або запечіть у духовці, поливши розсолем, у якому вона маринувалася. На гарнір до рибки з соусом підійде відварений рис чи картопляне пюре. Прикрасьте страву свіжою зеленню.

## РИБНА ЮШКА ІЗ СЕЛЕРЮ

Існує думка, що секрет приготування «правильної» юшки знають лише справжні рибалки. Однак і сучасні господині можуть радувати рідних різними варіантами такого супу. Завдяки використанню голів або тушки скумбрії, карася, товстолобика, осетрових постійно отримувати новий вид юшки

**Інгредієнти:** 500 г риби (бажано різних сортів), 2–3 стебла селери, 1 червоний болгарський перець, 1 середня морквина, 2 невеликі картоплини, великий пучок кропу, 4 зубчики часнику, сіль, перець, паприка, сушений базилік.

**Приготування.** Рибу почистити, помити, нарізати середнього розміру шматочка-



Foto із сайту radka.in.ua

ми й опустити у киплячу воду на 3 хвилини. Потім дістати з каструлі, охолодити й дуже ретельно вибрати кісточки. Селеру, моркву, картоплю помити, почистити і нарізати невеликими кубиками. У киплячий бульйон засипати овочі, шматочки рибного філе і варити після закипання на повільному вогні 15–20 хвилин. Тим часом посікти кріп, подрібнити часник, додати їх наприкінці варіння разом зі спеціями, прокип'ятити юшку 1 хвилину. Якщо любите гостре, покладіть більше пекучого перцю.

## КІЛЬКА В ТОМАТІ ПО-ДОМАШНЬОМУ

Ті, хто купував у магазині ці рибні консерви, мабуть, не раз мав нагоду пересвідчитися у неналежній якості продукту. Приготувати кільку в томаті самостійно – не проблема. Це і смачніше, і дешевше

**Інгредієнти:** 500 г свіжомороженої кільки, 300 мл томатного соку, 2 цибулини, 2 моркви, олія, сіль, перець, лаврове листя, 1 ст. л. пшеничного борошна, 1 ст. л. цукру.

**Приготування.** Рибу розморозуємо і чистимо від голів і нутроців, промиваємо і зціджуємо рідину. На пательню з товстим дном наливаємо кільку столових ложок олії, обсмажуємо дрібно нарізану цибулю і потерту на велику тертку моркву. Висипаємо до тушкованих овочів кільку, солимо, додаємо цукор, кільку горошин перцю і 2–3 лаврові листки, заливаємо все томатним соком (або кетчупом), притрушуємо через ситечко борошном і легенько перемішуємо. Тушуємо на повільному вогні 30 хвилин. Якщо плануєте довше зберігання риби, то додайте столову ложку оцту і тримайте на вогні ще 5–7 хвилин, після чого розкладіть у стерильні банки і закрутіть.

Фото youtube.com



## КАРТОПЛЯНІ ОЛАДКИ З ОСЕЛДЦЕМ

Звісно, бутерброди з оселедцем зробити швидше, але, погодьтеся, рибка на картопляних оладках – це значно цікавіше

**Інгредієнти:** 2 філе оселедця, 2 червоні цибулини, 4–5 картоплин, сіль, перець, зелень за смаком, борошно, сухарі для панірування.

**Приготування.** Зварену «в мундирах» картоплю перекрутити через м'ясорубку, додати трохи борошна, посолити, поперчити і добре вимішати. З цього тіста формувати оладки, обвалити в борошні чи панірувальних сухарях та обсмажити до золотистого кольору. Філе оселедця нарізати шматочками, цибулю – кільцями. На кожен



Фото із сайту patelnia.com.ua

картопляний оладок покласти шматок оселедця, кільце цибулі і прикрасити зеленню.

## РИБА В КАРТОПЛЯНІЙ «ШУБЦІ»

Фото із сайту google.com.ua

Як одночасно приготувати основну страву і гарнір? Дуже просто! Почастуйте своїх близьких рибкою в картопляній паніровці

**Інгредієнти:** 4 тушки тиліпії (чи іншої білої риби, наприклад тріски, підійде і минтай або хек), 2 яйця, 4 картоплини, 2 ст. л. борошна (+для обвалювання риби), олія, сіль.

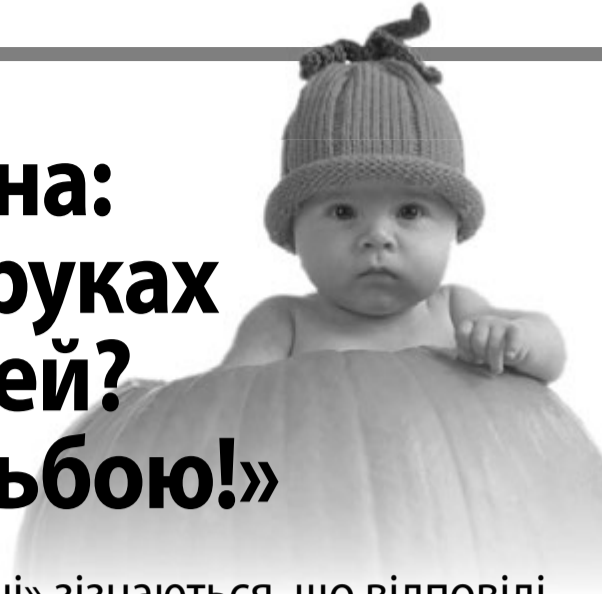
**Приготування.** Рибу почистити, вимити, розрізати на порційні шматочки. Картоплю натерти на тертці з великими отворами, відтиснути зайву рідину. Додати яйця, борошно, посолити і добре вимішати. Шматочок риби обкачуємо з двох боків у

борошні, а тоді обліплюємо його картопляною масою. Акуратно кладемо рибу на сковорідку з розігрітою олією і смажимо на середньому вогні. Коли з одного боку з'явиться рум'яна скоринка, перевертаємо, зменшуємо вогонь і смажимо до готовності. Така страва смакуватиме з будь-яким овочевим салатом.



## ● «Гарбуз із секретом»

# І сказала дружина: «Що тримали в руках 95% наших людей? Та кошики з бульбою!»



Читачі «Цікавої газети на вихідні» зізнаються, що відповіді на конкурс шукають усією сім'єю. Хіба може бути краще визнання нашої роботи!?!

## Грицько ГАРБУЗ

Але насамперед нагадаємо запитання від 16 лютого, на яке публікуємо відповідь.

## «ГАРБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» — 7 (2018)

Почнемо з асоціативного ряду, який пов'язаний із цим предметом (у прямому і переносному значенні слова): «Чикаго Буллз» (США) і «Будівельник» (Київ, Україна), 1—2 Травня і 24 серпня, гривня і долар, ковбаска і яйця, соняшник і топінамбур зі штату Мен...

Але це — не рослина, хоча часто предмет, котрий ми заховали, роблять із рослин. Проте з інших матеріалів він навіть буває міцніший. Його тримали в руках понад 95 відсотків волинян і поліщуків. Тим паче, що кілька разів на рік він виконує не лише господарську, а й урочисту функцію. Тому й розділяють цей предмет: один — для буднів, інший — для свят.

## Що ми заховали у гарбузі?

Проте певний час не розумів, до чого тут 24 серпня? Аж поки не згадав, що минулого року саме на День Незалежності (завжди є кілька вихідних) ми копали картоплю, яку відповідно кидали у кошик.

Правильне слово «Кошик» вказало 34 наших читачів. Згідно із жеребкуванням, котре провів заслужений діяч мистецтв України, заслужений діяч культури Польщі, директор і художній керівник Волинського академічного театру ляльок Данило Андрійович Поштарук, **по 100 гривень** отримають **Олександр Поліщук** із Луцька («О, моя дружина і моя мама, які звучать однаково — Ольги Поліщук — у вас уже вигравали!») і **Петро Шевчук** із Волиці Іваничівського району («Я вже раз перемагав у «Гарбузі»! Ви — наша газета, це мої батьки «Волинь» передплачували! І хоч цього разу, зізнаюсь, завдання було доволі легким, але першою його розгадала дружина Ганна Афанасівна: «Що тримали 95% наших людей? Та кошики з бульбою! А на Великдень урочистий кошик — з паскою і розписаними яйцями!»).

Ну а **Олег Поторась** із села Боровичі Маневицького району матиме **150 гривень** за найкращу відповідь, яку подаємо коротко: «Те, що розгадкою на завдання буде слово «кошик», я здогадався дуже швидко. «Чикаго Буллз» і «Будівельник» — це баскетбольні клуби, натрапив на фото топінамбура із суцвіттями-кошиками, кошик буває як «дерев'яний» (із лози чи рогами скажімо), так і залізний (з металічних дротів)... Проте певний час не розумів,

до чого тут 24 серпня? Аж поки не згадав, що минулого року саме на День Незалежності (завжди є кілька вихідних) ми копали картоплю, яку відповідно кидали у кошик».

Тобто ви ще раз переконалися, що відповіді на наші запитання можна дати, не знаючи навіть вищої математики, хоча «кошик» ще буває і валютний, і споживчий. **Переможців просимо надіслати в редакцію копії першої та другої сторінок паспорта, а також ідентифікаційного коду.**

А зараз час оголошувати нове завдання.

## «ГАРБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» — 10 (2018)

Красива, небезпечна, необхідна, хоч має ще більш популярного — за кількістю людей, хто в нас ним користується — замітника. Тому зустрічається не в кожній хаті, як її замітник, але є майже в кожному продуктовому чи промисловому супермаркеті.

У зв'язку з технічним прогресом має іншу назву, ніж її попередник у часи середньовіччя чи Богдана Хмельницького, але призначення її залишається те саме, що й було відколи зародилося людство. Хоч зустрічається і осучаснений варіант зі старою назвою...

До речі, невід'ємна частина її попередника раніше асоціювалась із одним волинським містом, а ще більше з футбольним клубом на берегах великої ріки, що протікає у трьох країнах, і який деякий час про себе гучно заявляв...

Але особливу славу «предку» захованого в гарбузі предмета принесла інша історія. Була одна героїня, бабуся якої знала секрет дивовижного володіння ним. Онука теж захотіла спробувати його в дії, але ж мала великий язик. Тоді всесвітньо відомий автор взяв і... зробив з бабусяю те, що сталося з паном Доуелем чи з Генрі — братом закоханої Луїзи. А натомість предмет потрапив у руки особливому чоловіку. І він дуже швидко став багатим. Навіть не стільки завдяки грошам, як трьом відданим друзям, котрі прийшли до нього на допомогу у найважчий момент.

А ось ще більш знаменитий (у нас!) твір закінчується трагічно: його головний герой не захотів лишати ворогові «подругу» захованого нами предмета і за це поплатився життям. Неймовірно, але про ці різні історії людство дізналося в один і той же рік!

## Що за предмет ми заховали у гарбузі?

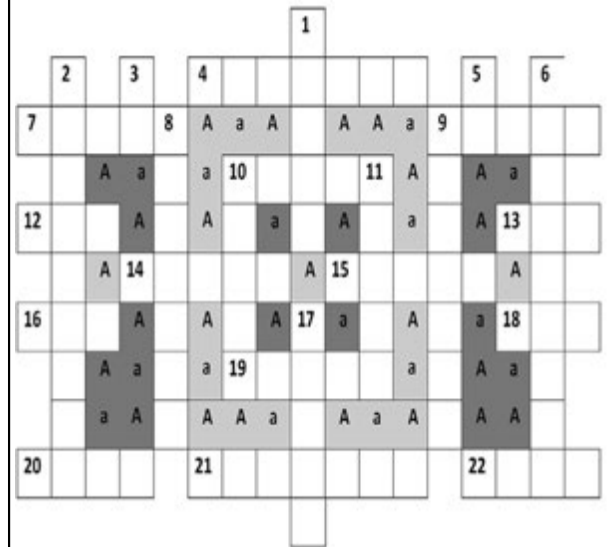
Слово-відповідь треба надіслати до **19 березня** тільки у вигляді sms-повідомлення на номери: **0501354776** і **0672829775** (наприклад: «Відро», «Три яблука»).

**Увага:** з одного номера можна відправляти лише одне sms! Цей номер і братиме участь у жеребкуванні при розіграші призових 200 гривень, якщо правильних відповідей буде більше двох.

А ще спеціальний приз — 150 гривень — отримає той, хто в листі на поштову адресу (**43 025, Луцьк, просп. Воли, 13**) чи електронну ([tsikava.gazeta@gmail.com](mailto:tsikava.gazeta@gmail.com)) найяскравіше опише, як шукав чи шукали правильну відповідь.

## До зустрічі!

## Кросворд «А» (усі слова починаються з літери А)



**ПО ГОРИЗОНТАЛІ:** 4. Людина, яка користується абонементом. 7. Пахощі, приємний запах. 9. Періодичні приступи задишки. 10. Рослина з грубим, м'ясистим, великим листям. 12. Рід довгохвостих папуг. 13. Видатний американський боксер. 14. Лінійне окреслення предмета. 15. Головна артерія. 16. Протиставний сполучник. 18. Титул старшини в Туреччині. 19. Абхазька 14-струнна кутова арфа. 20. Бог кохання (рим. міф.). 21. З'єднання кількох різномісних машин. 22. Глава католицького чоловічого монастиря.

**ПО ВЕРТИКАЛІ:** 1. Вигляд обличчя спереду. 2. Заперечення моралі. 3. Міра земельної площі. 5. Давньоримська мідна монета. 6. Сплав металу із ртуттю. 8. Припинення життєдіяльності організму в несприятливих умовах. 9. Мінерал і коштовний камінь. 10. Дерево, рід сливи. 11. Місце зборів у давньогрецьких містах. 17. Одиниця сили струму.

Склав Ярослав РОЙКО.  
м. Луцьк.

Відповіді — у наступному номері

## SUDOKU

Правила нескладні: заповніть порожні клітинки цифрами від 1 до 9 так, щоб у кожному рядку і кожному стовпчику не було двох однакових цифр.

2				6				
1	4			5	3			
	9	6				5	8	
	6	9	2					
					7	2	3	
	5	1				8	6	
			3	6			7	1
			8					5

Склав Леонід МАНЧИНСЬКИЙ.

Відповіді на кросворд SUDOKU, опублікований 2 березня

Відповіді — у наступному номері «Цікавої газети»

4	3	8	9	1	2	7	6	5
9	6	1	5	7	8	4	2	3
5	2	7	4	3	6	1	8	9
7	8	2	3	6	4	5	9	1
1	9	6	7	2	5	8	3	4
3	4	5	8	9	1	2	7	6
2	5	9	6	4	7	3	1	8
8	1	3	2	5	9	6	4	7
6	7	4	1	8	3	9	5	2



## Усміхніться!

:)) :)) :))  
Дзвінок у довідкову стільниково-го оператора:  
— Алло, ваша компанія краде гроші.  
— Розкажіть докладніше, що сталося.  
— Учора ввечері перевірів баланс, було 100 гривень, вимкнув

телефон, сьогодні вранці включаю — на рахунок 0.  
— А ви телефон на ніч ставили на підзарядку?  
— Ставив.  
— Так це у вас борги за електрику зняли.  
:)) :)) :))  
Розмова організаторів весіль:

— Не можна ставити столи буквою «П».  
— Чому?  
— Бо після восьмого тосту для гостей це вже лабіринт.

:)) :)) :))  
Дуже товста пацієнтка запитує у професора:  
— Які вправи корисні для схуднення?  
— Я рекомендую вам повертати

голову справа наліво і зліва направо, — відповів він.  
— Як часто?  
— Щоразу, коли вас пригощають!

:)) :)) :))  
Відвідувач ресторану, дійшовши до кондиції, сидить за столиком. На десерт йому приносять виноград. Він дивиться на нього і каже:

— Дякую, я не п'ю вино в пігулках. :)) :)) :))  
— Яких видатних провокаторів ви знаєте?  
— Тільки одного — це композитор Мендельсон.  
— Чому?  
— Для мільйонів дурнів він напивав ніжний і заманливий «Весільний марш», а сам усе життя спокійно прожив холостяком.

● НІКОЛИ НЕ ЗДАВАЙТЕСЬ!

# Дівчина пережила 18 операцій і сама стала хірургом

Неймовірна історія перетворення британки Коді Хол (Cody Hall) з гидкого каченяти на красуню облетіла чи не всі засоби масової інформації

Усі фото із сайту foxnews.com.

Лія ЛІС

Дівчинка народилася з важкою деформацією обличчя. Лікарі відмовлялися допомогти дитині — порадили почекати до 6 років, але батьки вирішили не здаватися і не втрачати часу. Їм погодилися допомогти в США. Але для операцій і консультацій потрібна була величезна сума. Тоді батьки Коді звернулися за допомогою в місцеву газету «Evening Telegraph», яка й опублікувала фото малятка. Уже за два місяці зібрали понад 100 000 фунтів стерлінгів. Дівчинку відправили в Америку, де в рік вона перенесла свою першу операцію у лікарні Рузвельта в Нью-Йорку.

Усього за 14 років Коді Хол зробили 18 операцій. Їй пересадили шкіру, провели пластику обличчя, офтальмологічну корекцію, за допомогою лазерних процедур забрали рубці...

**Коді було непросто перебувати в колі однолітків, оскільки вони постійно звертали увагу на її обличчя. Але вона не дозволяла себе кривдити, а тим більше жаліти...**

Незважаючи на безпервну боротьбу з хворобою, дівчина ходила в школу і досягла успіхів у навчанні. Хоча Коді було непросто перебувати в колі однолітків, оскільки вони постійно звертали увагу на її обличчя. Але вона не дозволяла себе кривдити, тим більше жаліти...

Зараз шрами на обличчі майже непомітні і вона гордиться своєю зовнішністю. Своє життя дівчина пов'язала з медициною. Коді працює у хірургічному відділенні госпіталю міста Кеттерінг, що в графстві Нортгемптоншир, і тепер сама допомагає іншим людям.

А 10 листопада 2017 року в Коді сталася особлива подія: вона вийшла заміж за Льюїса Холлтона, в якого, виявляється, була закохана ще в школі. Дивлячись на фото щасливої нареченої, важко уявити, якою могла б бути її доля, якби не наполегливість і віра в краще її батьків, людська доброчинність і професіоналізм медиків.



Неможливе можливе: доведено Коді Хол (на світлинах — красномовні миттєвості її життя).

● ТАК НІХТО НЕ КОХАВ

Фото із сайту www.ladna-kobieta.com.ua.



«Вийде жінка на сонце! На перші громи!»

## «Розплела свою чорну косу, і сокиру дала: «Відітти»...

### Чоловічий погляд

Василь ГЕРАСИМ'ЮК,  
поет, лауреат Шевченківської премії 2003 року



#### КОСА

Я сказав собі так:

«Ти не зодчий цих стін.  
Ти народжений жінкою  
в муках, ти син  
нерозумний, що падав і падав».  
І було мені так: ранок,  
вечір — одне.  
Ті забули мене, що любили мене.  
Я упав. Я зламався. Я зрадив.  
Не провал, не обвал,  
не сповзання, не зсув...  
Я прозріння й не знав.  
Я натхнення забув.

**Зблід. Немов йому шию біленьку рубать. І промовив, заплющивши очі: «Я чесатиму сам. Скільки треба. Засни».**

Дні і ночі зімкнулися в коло.  
Доки маски міняли мої вчителі  
для нової маланки  
на рідній землі,  
я загадав, що скінчилася школа,  
і сказав собі так:  
«Ти не зодчий цих стін.  
Тобі вистачить власних  
провин і колін  
тільки власти, а це не допоможе —  
забагато, кого вже ніщо  
не спасе.  
Навіть вітер, що зносить,  
несе й не знесе,  
бо куди нас позносити, Боже?»  
І було мені так: ранок,  
вечір — одне.  
Соломинка, яка ще тримала  
мене,  
стала тоншою за соломинку.  
І сказав я собі: «Так було  
й буде так».  
І тоді розповів мені сивий вояк  
восени, уночі, про жінку.  
Зимували вони у землі. Не одна  
є зимарка у горах самотня  
й сумна,  
але їм у зимарці — не можна,  
їм — лише у землі. І не день  
і не два...  
Та настане весна. І настане  
трава.  
І настане ловитва безбожна.

З ними жінка була.

У землі розплела  
свою чорну косу. І сокиру дала  
найгрізнішому в руки: «Не хочу.  
Відітти». Той узяв.

Озирнувся, як тать.  
Зблід. Немов йому шию біленьку  
рубать.

І промовив, заплющивши очі:  
«Я чесатиму сам.  
Скільки треба. Засни».  
«Відітти» — вона плаче.

А він до весни  
чесе косу. Розчісує косу.  
Хай усе на землі у крові і в золі —  
є живі і в землі! І між ними в землі  
він розчісує чорноволося.  
По війні десять літ — у землі  
десять літ  
зимували. Щоб знову піднятися  
на світ, —  
розчеси чорну косу, вояче!  
Настарай за ці зими

на землю дощу!  
(Так він чесе — як плаче  
й не чути плачу)

Хай ніхто під землею не плаче!  
(Косу чесе!) Не дасть вона  
спати змії.

Скине іскри свої у долоні твої —  
ще забавиться доля з тобою!  
Ти вже рвешся на світ?

Ти на цей не спіши.  
Чорну косу чеши. Чорну косу  
чеши.

Твердь, як смерть, над тобою  
з косяку.

А весна захлинається!  
Тепла, як груди  
у землі — аж потоки над вами  
ревуть!

Хай ревуть. Скоро стане  
їм легше —  
вийде жінка на сонце!

На перші громи!  
Поможи їй — волосся  
на руки візьми.

Хай сама в перших травах  
розчеше.

Що потому, вояче?  
«Потому нема.  
Чи цікавить героїстство?

тортури? тюрма?  
Може, зрада? відступництво?  
Може,

доля кожного з нас аж  
по нинішній час?

Міг би я розказати про кожного  
з нас,  
але це тобі не допоможе».