

Жінка три тижні жила
із трупами родичів **103**

с. 5

Цікава

ГАЗЕТА
на вихідні + TV

11 листопада 2021 року №45 (206) Ціна 6 грн

● ЗНАЙ НАШИХ!



Весь антураж ферми із дерева, шкіри та соломи. Тут туристи одягають капелюхи та катаються на конях у справжніх ковбойських сідлах.

Американське ранчо... за 30 км від Львова

У селі Лопушна Перемишлянського району звів незвичайну фазенду чоловік, який два десятки років продавав посуд і електротовари. Раптом він озирнувся на своє життя й збагнув, що найбільше хоче займатися кінями і жити подалі від міської цивілізації. Тепер приймає гостей у своїй «Скарбовій горі», організовує іпотерапію й закликає не боятися мріяти

Олена КАЛЕНЮК

Жив собі був чолов'яга на ймення Остап Лунь. Закінчив університет, досить непогано заробляв, спочатку як підлеглий на фірмі, а потім заснував свою, де шили одяг для виробництва. Його життєва історія була успішною, але не бозна-якою цікавою, аж поки він не перевернув усе догори дригом після подорожі Америкою.

Закінчення на с. 6



Це любов на все життя Остапа Луна.



Прогноз погоди: до Нового року сніговика не зліпимо

с. 16

● НА ЩО СКАРЖИТЕСЯ?

«Як схуднути, коли щодня на столі картопля, а в неділю — вареники, вгадайте з чим...»

Фото із сайту 35photo.pro.



Дві проблеми хвилюють людей сьогодні: що б смачненького з'їсти та як позбутися зайвої ваги.

«Ви писали колись про жінок, які зуміли скинути по 20—30 кілограмів, бо займалися фітнесом і правильно харчувалися. Я не ходжу в спортзал, але щодня фізично працюю в господарстві. Як і всі в селі, печу хліб, пироги, готую різні страви, бо ж сімейство чимале. І при цьому мій чоловік, якого добре годую, важить усього 62 кілограми, а я — 101, хоча себе багато в чому обмежую. От що мені робити?» — поділилася наболілим наша читачка з Млинівщини

Закінчення на с. 7

У розетці 220 вольт, а ця рибина має до 650!

с. 15

ЗАМОВТЕ РЕКЛАМУ:
0967731037, 0668247160



● ПУЛЬС ТИЖНЯ

Україна і ще 40 держав заявили про відмову від вугілля. Що буде з шахтою № 10 у Нововолинську?

Найрезонансніші події в житті країни та світу очима наших журналістів

Через 20 років «чорне золото» бачитимемо тільки в музеї

У шотландському місті Глазго на великій міжнародній кліматичній конференції, куди літав і наш Президент Володимир Зеленський, понад 40 країн погодилися відмовитися від використання викопного вугілля

Країни-підписанти планують поетапно зменшити споживання викопного палива, не будувати нові вугільні електростанції, а також не інвестувати в цю галузь. Великі економіки мають досягти цієї мети у 2030-х роках, а країни, що розвиваються, — у 2040-х. Такі дії держав повинні скоротити викиди вуглецю, обмеживши глобальне потепління. «Україна не просто сказала, що колись відмовиться від вугілля, а вказала точну дату. Український уряд говорив про 2035 рік, тобто українські вугільні державні потужності саме в електрогенерації будуть закриватися до 2035 року», — розповів журналістам керівник відділу енергетики громадської організації «Екодія» Костянтин Криницький. Разом із тим, експерт наголосив, що 2035 рік сто-



Фото із сайту dzvin.media.

Невже справді накопечарили так, що тепліше стало одразу на усій планеті?

сується саме держави, а не приватної компанії ДТЕК Ахметова, якій належать близько 75% генеруючих потужностей й 9 електростанцій. ДТЕК також доєдналася до цієї ініціативи, але вона планує відмовитися від видобутку вугілля до 2040 року. «Тому фактично дата відмови від вугілля буде залежати не від українського уряду, а від бізнесу», — каже експерт.

Нагадаємо, що єдина нова вугільна шахта, яку Україна буде протягом усіх років незалежності, розташована біля Нововолинська на Волині. Попри високий рівень готовності, не факт, що вона взагалі запрацює. Тим паче, що в 2035 році, згідно з підписаними в Британії документами, її все одно доведеться закрити.

У Києві пункт вакцинації відкрився у... соборі

Греко-католики обіцяють, що це не останній храм, де можна буде щепитись від коронавірусу

У Патріаршому соборі Воскресіння Христового Української греко-католицької церкви у столиці відкрили пункт вакцинації від коронавірусної хвороби COVID-19, який працюватиме щоденно з 10.00 до 17.00. «Зараз Україна переживає пік пандемії... Є чотири правила, як справді можна послужити життю сьогодні — не боятися приймати вакцини, а також — носити маски, тримати соціальну дистанцію та мити руки. Ми отримали певне прохання від Міністерства охорони здоров'я — щоби так, як обіцяли колись на початку пандемії, відкрити наші храми і монастирі, аби можна було там, де є потреба, організувати центри вакцинації», — сказав під час недільного богослужіння в Патріаршому соборі глава УГКЦ Блаженніший Святослав. За його словами, такі пункти будуть відкриті за потреби у греко-католицьких церквах як в Україні, так і за кордоном.

Що ж, церква чинить дуже відповідально і по-християнськи, допомагаючи зберегти життя.

«Це жах»: в душі гуртожитку університету знайшли відеокамеру

Хлопець, який її встановлював, засвітив своє обличчя, чим значно полегшив роботу поліції

У жіночій душовій кімнаті № 7 гуртожитку столичного університету КПІ знайшли відеокамеру. На цей випадок звернула увагу народна депутатка Інна Совсун. «Коли файли відновлювали, вдалося встановити особу того, хто це організував. Студент другого курсу зняв своє обличчя, коли тестував камеру. За цей час він встиг записати кілька відео. Викликали наряд поліції й написали на нього заяву», — розповіла вона. Водночас депутатка обурена, що, за її словами, комендантка гуртожитку звернулася до дівчат, які планували подати колективну заяву, щоб ті «вгомонилися». «Звинувачує студенток, що вони більше ці-

кавляться матеріальною компенсацією, ніж покаранням, шантажує, що притягатиме до відповідальності за куріння. Це жах», — пише Інна Совсун. Водночас комендант Лариса Гуровська заперечує ці звинувачення і каже, що це саме вона викликала поліцію.

«Правоохоронці виявили та вилучили камеру відеофіксації. Окрім цього, відібрали заяви від мешканок гуртожитку та допитали їх в якості потерпілих», — прозвитували вже в поліції.

За порушення недоторканності приватного життя, до речі, передбачено до трьох років позбавлення волі. Ось тобі і надивився...

Продали 9-річну доньку заміж 55-літньому чоловікові

Батько Абдул віддав за гроші свою дитину Парвану Малік незнайомцю як наречену, щоб купити для сім'ї їжу

«Ця твоя наречена. Тепер ти відповідальний за неї, будь ласка, не бий її», — каже батько в сльозах. Цей сюжет, показаний по CNN, вразив багатьох людей у світі. Сім'я Парвани заявила, що у них не було іншого вибору. Ця родина — лише одна з багатьох, які змушені продавати маленьких дочок заміж, щоб вижити, оскільки Афганістан все більше занурюється в гуманітарну кризу. Парвана та її сім'я останні чотири роки живуть в афганському таборі для переміщених осіб. Досі вони виживали за рахунок гуманітарної допомоги та роботи, яка приносить їм близько 70 гривень на день у перерахунок.

Але відтоді, як у серпні таліби захопили Афганістан, економіка країни перебуває на межі колапсу, а міжнародну гуманітарну допомогу призупинено...

«Стрибнув (-ла) у гречку» — сідай за ґрати

Микола Параска зареєстрував на сайті Президента України електронну петицію з вимогою запровадити в нашій країні кримінальну відповідальність за подружню зраду

«Цей законопроект необхідний для підтримання здоров'я нації. Українська сім'я має бути міцною та щасливою. Також вона повинна бути й відповідальною перед суспільством», — пише в петиції Микола.

Нагадаємо, щоб Президент відреагував на такі звернення, під ними свої підписи мають поставити щонайменше 25 тисяч людей. Як гадаєте, набере така дивна пропозиція стільки голосів?

● ФАКТ

Обсяг приватних грошових переказів в Україну у січні — вересні 2021 року становив 10,33 млрд доларів, що більше на 19,2% порівняно з аналогічним періодом минулого року.

● ПРЯМА МОВА

Борислав БЕРЕЗА, колишній народний депутат, вважає, що команда Зеленського проробляє нечесні варіанти, як залишитись при владі:

Зараз вона шукає варіанти, як затриматися — щоб була президентська республіка, або знову повернуть мажоритарку. На останніх довиборах 31 жовтня вони тестували скупку голосів, маніпуляції, фальсифікації. Так двоє «Слуг народу» Козир і Войцехівський перемогли у Херсоні та Черкасах. Це хочуть зробити по всій Україні. Коли люди не можуть дочекатися справедливості — виходять на майдани. Януковичу було куди тікати — до Ростова. А куди поїдуть Зеленський, Ермак, Арахамія? У Китай?



● ПАВУКИ В БАНЦІ

Фото із сайту ukrainews.com.



Політична культура «нових хлопців» при владі опустилась до рівня дворових розборок.

Зеленському показав середній палець його колишній соратник

Народний депутат Гео Лерос під час виступу в парламенті продемонстрував непристойний жест Президенту України, який був присутній у сесійній залі

Ольга СОКОЛОВА

Нагадаємо, що раніше Лерос був радником чинного глави держави, проте тепер критикує Офіс Президента і робить викривальні заяви. Він, зокрема, оприлюднив відеозаписи, на яких чоловік, схожий на брата голови Офісу Президента Андрія Єрмака — Дениса Єрмака, «торгує» державними посадами — обіцяє працевлаштувати якихось осіб у міністерства, на митницю, залізницю тощо.

1 вересня 2020 року «Слуга народу» вирішила виключити Гео Лероса з фракції.

КОМЕНТАРІ

Борислав БЕРЕЗА,
колишній нардеп:

«Я не маю і грама поваги до Зеленського, але він Президент. Я розумію, що таких некомпетентних президентів не прийнято обирати в Європі, але це не виправдовує жесту (Лероса. — Ред.)... Президент у нас зміниться, а повагу до інституту президента відновити непросто. І політикам не можна опускатися до рівня гопників чи, що ще гірше, рівня «слуг народу». Владу окремих персонажів чи політсили можна не любити чи скидати, але політику не можна занурювати в безкультур'я, навіть якщо це багатьом подобається. І не можна зводити це до норми».



Андрій ЛЮБКА,
поет і публіцист:

«Мені здається, що в цій ситуації Зеленський починає жати те, що сам посяв: зневагу до Верховної Ради, нехтування регламентом і законами, пониження депутатів до рівня автоматичних натискачів кнопок. Дух парламентаризму



«**Гео Лерос оприлюднив відеозаписи, на яких чоловік, схожий на брата голови Офісу Президента Андрія Єрмака — Дениса Єрмака, «торгує» державними посадами — обіцяє працевлаштувати якихось осіб у міністерства, на митницю, залізницю тощо.**

в нашій країні вбиває не Гео Лерос, а Офіс Президента.

Парламент був принижений самим принципом відбору у партійний список «Слуги народу», коли туди записували всіх, хто потрапляв на очі. Не дивно, що ці люди тепер влаштовують своїх родичів на роботу помічниками, купують елітну нерухомість, збивають напідпитку людей і не несуть за це покарань, показують середній палець з трибуни. Це наслідки бездумної кадрової політики Зеленського, і саме Президент має попросити вибачення в країні за поведінку Лероса, бо це він привів його в парламент.

Саме Зеленський опустив рівень політики на рівень плінтуса, експлуатуючи пролетарські методи й прийоми. Тому в цій ситуації Зеленського зовсім не жаль — він саме це почав і заслужив. Ось тільки за державу соромно...».

● ПРЯМА МОВА

Петро ПОРОШЕНКО, п'ятий Президент, лідер «Європейської Солідарності», привітав застосування ЗСУ ударних безпілотників «Байрактар», які були закуплені ще в часи його президентства:

«Це є примушування до виконання Мінських угод. Свого часу, коли ми отримали перші «Джавеліни» (переносний протитанковий ракетний комплекс. — Ред.), у нас постійно на позиції з того боку виїжджали російські танки. І лише чулки про те, що на озброєнні українських Збройних сил можуть бути «Джавеліни», одразу викликали хвилю відмов водіїв російських танків взагалі виходити на позиції... Давно це треба було робити (використати «Байрактари». — Ред.). Ворог має розуміти, що з повітря на них впаде небесна кара Збройних сил України... Я дуже часто буваю на фронті. Зараз наша організація обладнує системи відеоспостереження бригад на передній лінії оборони, рятуючи життя військових. Якби ви почули, скільки Росія і російські найманці використовують дронів, які скидають на наші позиції гранати! Від цього є і 200-ті, і 300-ті у Збройних силах України. Україна в праві використовувати ті «Байрактари», які послали ми ЗСУ. І кожен, хто виходить проти України, має чітко розуміти, що кара або реакція буде невідворотна. І, може, тоді вони не будуть вбивати українців. Я повністю підтримую позицію Збройних сил.»



● СЛОВО — ЗБРОЯ!

Не Арбузинка, а Гарбузинка!

Уповноважений із захисту державної мови Тарас Кремінь заявив, що отримувє численні звернення з пропозиціями перейменувати ті населені пункти, які мають російські назви

Мирослава СЛИВА

«Громадяни скаржаться, що назви низки населених пунктів носять російськомовний характер та не відповідають правилам і нормам українського правопису», — зазначив мовний омбудсмен. Це, зокрема, такі, як Арбузинка, Северодонецьк, Южноукраїнськ, Южне, Спокойствие, Надеждівка, Переводчикове, Луч, Первомайське, Первомайськ. Багато цих міст, нагадав Кремінь, мають свої історичні назви, такі, наприклад, як Сіверський Донець, Гарбузинка чи Богопіль. «Я підписав декілька десятків звернень до керівників місцевих органів державної влади з проханням привести у відповідність до правопису, стандартів державної мови та вимог статті 41 Закону назви населених пунктів», — сказав він.

«Буття визначає свідомість. Якщо замість Гарбузівки — Арбузівка, то ми так і залишаємось в російській парадигмі. Головне, щоб можлива зміна документів при перейменуванні не була платною. У 2016-му, коли була декомунізація, обмін документів не потребував коштів», — відреагував на таку пропозицію історик та учасник російсько-української війни В'ячеслав Зайцев. Погоджуетесь?

● СВОЯ СПРАВА

На Миколаївщині — найбільша в Європі ферма з вирощування креветок

Обіцяють, що антибіотиків у продукції тут не використовуватимуть



Леонід ОЛІЙНИК

На березі Тилігульського лиману з'явився новий промисловий об'єкт. У селі Прогресівка на Миколаївщині відкрилася найбільша в Європі і єдина в Україні акваферма повного циклу з вирощування тихоокеанських креветок Merman's. Перша товарна продукція — охолоджена креветка — має з'явитися в магазинах уже на початку 2022 року.

Особливість проекту полягає в тому, що це — не відкрита ферма в морі, а будівля-термос зі складною інженерною начинкою, в якій підтримується мікроклімат, комфортний для теплолюбних морських мешканців. Креветка зростатиме в контрольованому середовищі, оскільки морська вода з лиману пройде повне очищення від бактерій, паразитів, патогенів, мікропластику. Це дасть змогу відмовитися від застосування антибіотиків та підвищити якість продукту.

Наразі на аквафермі трудиться близько 30 працівників. За чотири роки розвитку тут планують поступово збільшити їхню кількість до 200.

● РАЗОМ — СИЛА!

Своїх не кидаємо: Порошенко доплатив 16 мільйонів застави, щоб витягнути бойового генерала з тюрми

Фонд Порошенка разом із громадською організацією «Солідарна справа громад» зібрали необхідні 18 мільйонів гривень для звільнення з-під варти генерала Ігоря Павловського, який у 2014 році керував обороною Маріуполя

Дарія КЛИЧ

2 мільйони 100 тисяч гривень зібрали небадужі українці через акцію у соцмережах. Гривні скинулись понад 6 тисяч патріотів! Люди вносили від 10 гривень до кількох сотень тисяч гривень. 15 мільйонів 900 тисяч гривень доклав Фонд родини Петра Порошенка.

П'ятий Президент зустрівся з Ігорем Павловським та його дружиною одразу після звільнення бойового генерала з-під варти. Розмова, в якій також взяли участь керівник штабу «ЄС» Олександр Турчинов, народні депутати Ірина Герасченко та Ростислав Павлик, вийшла дуже емоційною.

«Є дві дороги. Одна дорога — це давати вогонь у відповідь. Одна дорога — це коли ти шукаєш в очах ворога страх. А страх тому, що ти сильний. І весь світ з тобою. Це дорога наша з вами, — заявив Порошенко, вітаючи генерала. — А є інша дорога. Це коли ти на колінах шукаєш в очах Путіна мир. Коли ти забороняєш стріляти у відповідь. Коли ти робиш все можливе для того, щоб йому сподобатись. І це дорога припинення існування держави. Я пишаюсь тим, що ми з вами зробили, розбудовуючи Збройні сили. І я хочу сказати, що ваш талант, ваш патріотизм, ваш професіоналізм точно потрібен Україні».

«Найголовніше в цій ситуації — це підтримка. Підтримка бойових побратимів, друзів, керівництва, яке, я вважаю, на той час витримало найбільшу навалу. Як Російської Федерації, так і економічну кризу. Ніхто з них не зрозумів сьогодні, як відбудувались знову сформовані бригади. Де-факто з руїн підня-



Фото із сайту eurosolidarity.org.

Разом із Порошенком ще 6300 українців пожертвували гроші, щоб генерал Павловський, при якому з'явилося 264 нових зразки озброєння і техніки, вийшов на волю.

ли Збройні сили. Підняли одну зі складових сектору безпеки й оборони — це оборонно-про-

зменшив заставу до 18 мільйонів.

Колишнього заступника мі-

— Одна дорога — це коли ти шукаєш в очах ворога страх. А страх тому, що ти сильний. І весь світ з тобою. Це дорога наша з вами, — заявив Петро Порошенко, вітаючи генерала Ігоря Павловського.

мисловий комплекс. І вони працювали, не було зірвано жодного державного оборонного замовлення за ті роки», — сказав генерал Павловський.

ПЕРЕДІСТОРІЯ

У серпні 2021 року суд заарештував генерала Павловського, який з родиною мешкає в орендованій квартирі, з правом застави в майже... 500 мільйонів гривень! Захист назвав такий запобіжний захід політичним рішенням, а суму застави розцінюють як тортури. Адвокати подали скаргу в Європейський суд. Згодом суд

ністра оборони Ігоря Павловського підозрюють в організації постачання армії у 2016–2018 роках військової техніки нібито низької якості, зокрема катерів.

Генерал Павловський у 2014 році брав участь в обороні Маріуполя, очолював сектор «М». За особистої мужності і героїзму, виявлені у захисті державного суверенітету та територіальної цілісності України, вірності військовій присязі під час російсько-української війни нагороджений орденом Богдана Хмельницького III ступеня.

● ПРЯМА МОВА

Андрій ЛЮБКА, письменник, дивується, що Володимир Зеленський намагався зберегти свій рейтинг не завдяки власним досягненням, а критиці попередників:

Якщо на третій рік у кріслі президента ти далі торочис про Порошенка, то тобі або нічим похвалитися, або в тебе якась психологічна травма, заикленість на цій особі. А це в обох випадках — причина не тільки для падіння рейтингу, а й для поступової дискваліфікації.



● ЖИТТЯ В ШОКОЛАДІ

Старший син Ахметова має дві вілли у Швейцарії за 3 мільярди

Дамір Ахметов володіє маєтками на березі Женевського озера, загальна вартість яких становить 104 млн франків (2,9 млрд грн)

Фото із сайту oilandgas.dtek.com.



Дамір, очевидно, успадкує батькову бізнес-імперію, але керуватиме нею уже з берега Женевського озера.

нащадків. Там, зокрема, також живе внучка народного депутата восьми скликань, Героя України Юхима Звягільського, який помер 6 листопада 2021 року. «Юхим Звягільський на смертному одрі міг бути спокійним за свою сім'ю, — зазначив журналіст із Донецька Денис Казанський. — Його онука вже багато років є громадянином Швейцарії. Ось так донецький політик, який все життя просував проросійський порядок денний і стояв біля витоків проросійської Партії регіонів, виступав за інтеграцію в Митний союз (із Росією. — Ред.), своїх близьких інтегрував зовсім в іншому напрямку. Як, власне, й інші регіонали».

Василь РОГУЦЬКИЙ

Про це написало місцеве видання Le Temps. Газета інформує про можливі зв'язки Ріната Ахметова з колишнім президентом України Віктором Януковичем, а також з американським консультантом Дональда Трампа Полом Манафортом, якого засудили у США за ухилення від сплати податків та порушення закону про лобізм.

Відомо, що 31-річний Дамір Ахметов залишив Україну у десятирічному віці, навчався у Швейцарії та Великій Британії, а також став членом наглядової ради енергетичних та металургійних компаній свого батька — ДТЕК та «Метінвест». Він ніколи не вів бізнес самостійно та брав участь лише в управлінні компаніями свого батька.

ДО РЕЧІ

Швейцарію облюбувало чимало українських товстосумів та їхніх

● НАРЕШТІ!

Реєстрацію місця проживання можна буде здійснити просто з телефона!

До того ж не треба буде особисто ходити до військкомату для отримання «прописки»

статньо буде у «Дії» вибрати пункт «Реєстрація місця проживання» і заповнити заяву. Власник житла, де ви мешкаєте, зможе підтвердити запит та дозволити там зареєструватися. Дані про нове місце проживання автоматично з'являться в реєстрі, а зняття з попереднього місця також відбудеться автоматично. «Жодних папірців чи походів у ЦНАП», — заявив міністр цифрової трансформації Михайло Федоров.

Військовий облік призовників, військовозобов'язаних і резервістів, які декларуватимуть місце проживання в електронній формі, також повинен відбуватися в електронній формі.

Леонід ОЛІЙНИК

Депутати Верховної Ради у другому читанні та в цілому підтримали запровадження електронної реєстрації місця проживання (закон ще має підписати глава держави). «Це значить, що штамп у паспорті та славнозвісний паперовий додаток до ID-картки — у минулому», — пояснили у пресслужбі сервісу «Дія». Щоб скористатися нововведенням, до-

● ПРЯМА МОВА

Дмитро ГОРДОН, журналіст, вважає, що керівник Офісу Зеленського Андрій Єрмак може бути главою держави:

Я не випадково сказав, що я маю відчуття, що сьогодні саме Андрій Єрмак керує Україною. Я можу помітитися. Це моя думка, але я ще раз підкреслю: придивіться до нього — це видатна постать у сучасному українському політикумі. І, до речі, коли мене питають про майбутніх кандидатів у президенти, я думаю, що серед них може опинитися Андрій Борисович Єрмак, який за цей час настільки підучується в державному управлінні, він настільки освоїв усю цю науку... І в мене, до речі, є відчуття, що Володимир Олександрович не піде на другий термін.



● ШОК!



Фото із сайту ukrinform.ua.

Медики змогли потрапити до квартири лише після того, як рятувальники зламали двері. Лікарі продовжують боротися за життя жінки, яку знайшли там непритомною із тиском 60 на 40.

Жінка в Тернополі три тижні жила із трупами родичів

Вони померли від... голоду!

Василь КІТ

У Тернополі правоохоронці виявили у квартирі на вулиці Братів Бойчуків жінку, яка проживала з мертвими матір'ю та сестрою кілька тижнів. За попередньою версією судмедекспертів, вони померли від голоду, але чіткіше визначити причини смерті важко через розкладання тіл.

На сполох забили сусіди, які скаржилися на неприємний запах з квартири. «Люди повідомили, що в оселі живе троє жінок, але останнім часом їх не видно. Поліцейські знайшли в помешканні тіла двох осіб — матері і її молодшої доньки. Попередньо, вони мертві приблизно 2–3 тижні. Старша донька не розповідає, від чого та коли померли родичі і чому вона про це нікому не повідомила. Її бригада «швидкої» доправила до лікарні», — розповіли поліцейські.

Ще на початку 2020 року 55-літня Любов Є., яка залишилась живою, працювала

медсестрою в одній із міських лікарень. Коли ж почалася пандемія, то вирішила звільнитися з медзакладу і доглядати за ста-

ї залишається тяжкий, іде боротьба за життя. Вона вкрай важка, але з незначним покращенням. Опритомніла, називає своє ім'я,

“**Жінка дуже схудла через тривале голодування і важить 30 кілограмів. Її артеріальний тиск був надзвичайно низьким — 60 на 40.**

решкою матір'ю та сестрою з інвалідністю. Судячи з усього, родина з трьох жінок жила лише на пенсію 78-річної Стефанії Є. і на пенсію з інвалідності 50-літньої Людмили, яких і виявили у помешканні мертвими.

...Любов Є. екстрено доправили до лікарні. Вона була у вкрай важкому стані, фактично при смерті. За словами медиків, жінка дуже схудла через тривале голодування і важить 30 кілограмів. Її артеріальний тиск був надзвичайно низьким — 60 на 40. Наразі Любов уже отямилась, але самостійно ще не їсть, тому її годують через зонд та венозно. «Стан

артеріальний тиск піднявся до 100 на 60», — розповів завідувач відділення анестезіології та інтенсивної терапії тернопільської лікарні швидкої допомоги Петро Комар.

За словами поліції, у жінки є явні психічні порушення, через що наразі її не змогли допитати. Вона лише говорить, як її звати, і називає імена своєї матері та сестри. Тож наразі не ясно, чи жінкам не вистачило коштів на продукти, чи вони свідомо пішли на смерть. Тим часом у поліції відкрили кримінальне провадження за статтею 115 (прямодна смерть).

● РЕЗОНАНС

Фото із сайту biznewspost.com.



Наруку над трупами Девід Фуллер знімав на відео та фото. Наймолодший його жертві було лише дев'ять років...

Мати хотіла вбити некрофіла, який згвалтував тіло її мертвої доньки

Чоловікові загрожує довічне ув'язнення

Мирослава СЛИВА

У Великій Британії мати померлої молодої жінки, тіло якої згвалтував монстр-некрофіл Девід Фуллер, сказала, що її заарештували після спроби вбити його. 67-літньому Фуллеру загрожує довічний термін після того, як він визнав себе винним у вбивстві двох молодих жінок 34 роки тому. За інформацією поліції, чоловік також поглумився щонайменше над тілами 100 загиблих жінок і дівчат у моргах, де з 1989 року працював електриком.

24-літня Азра Кемаль стала однією з жертв гвалтівника після того, як померла внаслідок падіння. Фуллер тричі займався сексом з її мертвим тілом і навіть збирав інформацію про її смерть в інтернеті, читаючи спогади родини та друзів. Коли мама дівчини отримала цю жахливу інформацію, то схопила кухонний ніж і одразу ж рушила до поліцейського відділку, де нібито утримувався підозрюваний. «Якби знайшла його, я на 99,99% впевнена, що встромила би цей ніж прямо в його серце», — каже жінка. На щастя, поліцейські зупинили згорьовану матір, хоч і мусили надягнути на неї кайданки.

А вину Фуллера тим часом довели за допомогою ДНК. До цього він заперечував, що убивав і гвалтував. Зізнався лише на четвертий день суду...

● О ЧАСИ! О ЗВИЧАЙ!

Хлопця зарізали за українську мову?

Бізнесмен із Кирилівки Запорізької області Олег Балабатько заявив, що від удару ножом у серце загинув його 27-річний син Микола

Олена СОКОЛОВА

Про це він розповів у Facebook. Конфлікт виник уночі 5 листопада. За словами батька, нападником був нетверезий чоловік з Донбасу. Йому нібито не сподобалося, що Микола розмовляє українською мовою, тому покликав його поговорити на вулицю. Там нападник вдарив хлопця ножом у серце. Той помер на руках у поліцейського (копів викликав охоронець приватного закладу. — Ред.). Батько також розповів, що його син був чемпіоном з джуджу-джитсу, проте це не допомогло захиститися. Бізнесмен Олег Балабатько є власником готелю «Перлина прибою» у курортній Кирилівці.

У поліції Запорізької області уточнили, що подія сталася в Києві, підозрюваного затримали, у нього вилучили ніж із слідами крові. Водночас правоохоронці не вказують, що саме стало причиною конфлікту. «Слідчі відпрацьовують усі версії. Слова батька про мову також візьмуть до уваги», — розповіли BBC News Україна у поліції Києва.

РЕКЛАМА

Представництво польської агенції оголошує набір працівників на склади брендового одягу на околицях м. Лодзі

✓ Обов'язки: комплектація замовлення, упаковка, сортування.

Робота в дві зміни по 8–12 годин 5–6 днів на тиждень.

✓ Заробітна плата – від 20 000 грн+премії.

✓ Безкоштовні обіди, чай, кава.

✓ Житло: 600 грн/міс, хороші умови проживання. Зустрічає наш координатор.

Беремо по візах і по біометрії.

Виготовляємо запрошення під вакансію для відкриття візи, надалі бажаючи можуть подаватися на карту побиуту.

Тел. вайбер UKR +38 050 845 45 80.

БОРАТИНСЬКА СІЛЬСЬКА РАДА ПОВІДОМЛЯЄ ПРО ПОЧАТОК ГРОМАДСЬКОГО ОБГОВОРЕННЯ

щодо врахування громадських інтересів у проєктах містобудівної документації: детального плану території земельної ділянки площею 0,25 га для будівель ринкової інфраструктури (торгово-складських приміщень) у с. Мстишин Боратинської сільської ради Луцького району Волинської області.

Із проєктом містобудівної документації можна ознайомитись і подати пропозиції та зауваження до 13.12.2021 року за адресою: 45605, с. Боратин, вул. Центральна, 15, Луцький район, Волинська область, приміщення сільської ради, каб. № 2, з 9.00 до 16.00. Громадські слухання будуть проходити 13.12.2021 року об 11.00 за адресою: 45605, с. Боратин, вул. Центральна, 15, Луцький район, Волинська область, актовий зал приміщення сільської ради.

● ЗНАЙ НАШИХ!

Закінчення. Початок на с. 1

Олена КАЛЕНЮК

9 років тому цей чоловік кілька місяців мандрував різними штатами. Так сталося, що «зачепився душою» за ранчо: милувався конями і їхніми господарями, тим, як облаштоване там життя, їздив верхи. Це допомогло йому зробити важливе відкриття про самого себе: його покликання — коні. (Був момент, коли з глибини дитинства виринув щемний спогад, як насолоджується волею, їдучи верхи. Та згадка разом із побаченим спонукала діяти). Отож, як тільки повернувся в Україну, Остап Лунь продав швейний бізнес й оселився за 30 кілометрів від Львова-багатомільйонника у неймовірно гарній місцині в селі Лопушна. Тутешні селяни охрестили її Скарбовою горою. Він звів тут будинок, організував громаду на прибирання стихійного сміттєзвалища й для початку купив першого коня. Згадує, що виторгував його в цигана й що не прогадав, бо знайшов друга:

— У 2009-му я купив Трістана... Скільки ми з ним усього класного натворили!... Це мій перший кінь. Нема таких грошей, за які я би продав його. Якби не він, то не знаю, де би я був і що робив би.

Годі й казати, що про коней він може говорити вічно. І відчуває своїх вихованців так, як мати дитину. Найнезвичніше — як Остап Лунь змінюється, коли береться про них розповідати. У такі моменти вираз його обличчя лагіднішає, на устах починає грати напівусмішка й уся постать його ніби випромінює любов. При цьому вміє вразити зінанням:

— Спочатку думав, що я знаю про коней усе, — стільки начитався, стільки знав! Від того часу пройшло вже дев'ять років, а мені здається, що знаю про них менше, ніж на початку. Це завжди щось нове. Кожен із них має свій характер, свої настрої якісь, свій типаж поведінки. І це завж-



Фото із сайту ukrainer.net.



Фото із сайту gazeta.ua.

Господар обожнює ковбойські головні убори, тож на українському з іноземним присмаком ранчо навіть Тарас Шевченко у капелюсі.

Американське ранчо... за 30 км від Львова



Фото Валерія ШМАКОВА із сайту gazeta.ua.

А щоб сповна відчувти дух дикого Заходу, то до оселі можна іноді й по-ковбойськи в'їхати.

ди цікаво. Заходиш у «бочку» (вольєр, де тренують тварин. — Ред.) з конем, то забуваєш про час, наравду.

Щодня кожен з 10 представників його табуну з'їдає 6 кг сена та 4 — вівса. Заготовляє запаси сам, іноді звертається до волонтерів. Крім того, дбає про шкіряні сідла й шляпи, щоб було, як на сучасному ранчо, де є їзда верхи, й екскурсії. Навчає коней іпотерапії: щоб діти з вадами, яких батьки привозять на заняття, почувалися ліпше, потрібно 4-5 років готувати тварину. Остап Лунь пояснює, що заро-

Годі й казати, що про коней він може говорити вічно. І відчуває своїх вихованців так, як мати дитину. Найнезвичніше — як Остап Лунь змінюється, коли береться про них розповідати.

бляє на цьому, аби мати за що утримувати своїх підопічних. Однак усім своїм видом підкреслює, що оселився в селі не задля заробітків, а тому, що це його місце сили. Ранчо «Скарбова гора», де дарує людям новий погляд на життя, для нього, схоже, нарешті знайдена гармонія:

— Тут є якийсь надзвичайний скарб — усім невимовно добре. Я не зустрічав людей, які би сюди приїжджали й не поверталися з якимось спокоєм і задоволенням. Тому я думаю, що це скарб.

Остап Лунь має настанову й для тих, хто мучиться нинішнім своїм станом й усе одно боїться щось змінювати, — радить шукати однодумців. Для нього — це дружина Наталя, яка підтримала його в такій «крейзанутій» ідеї.

За матеріалами zaxid.net, ukrainer.net, facebook.com/skarbovagora.

З нами – дуже цікаво! Передплатіть!

НЕЙМОВІРНІ ІСТОРІЇ І ЛЮДСЬКІ ДОЛІ

Читанка

ДЛЯ ВСІХ

передплатні індекси:

97847, 86772

(для читачів Волинської області),

60313 (для читачів Рівненської області),

60780 (для читачів інших областей).

Тижневик

Волинь

Газета

передплатні індекси:

30000, 60306, 60305, 86772

(для читачів Волинської області),

97847 (для читачів Рівненської області),

61136 (для читачів інших областей).

Тижневик

Цікава

ГАЗЕТА на вихідні

передплатні індекси:

60304, 60306, 86772

(для читачів Волинської області),

60312 (для читачів Рівненської області),

60307 (для читачів інших областей).

Місячник

ТАК НІХТО НЕ КОХАВ

volyn.com.ua

передплатні індекси:

86771, 60305, 86772

(для читачів Волинської області),

60779 (для читачів інших областей).

● НА ЩО СКАРЖИТЕСЯ?

«Як схуднути, коли щодня на столі картопля, а в неділю — вареники, вгадайте з чим...»

Закінчення. Початок на с. 1

Оксана КРАВЧЕНКО

ПОРАДА «ЇЖТЕ МЕНШЕ, РУХАЙТЕСЯ БІЛЬШЕ» НЕ СПРАЦЬОВУЄ?

Поширені нині уявлення про людей із зайвою вагою — мовляв, вони не мають сили волі й безвідповідально ставляться до свого здоров'я — абсолютно хибні. Найлегше чіпляти ярлики або дивуватися рекордам товстунів. Але сьогодні медицина визнає, що ожиріння є комплексною і хронічною недугою, що прогресує і дає рецидиви, і з якою часто неможливо справитися самотужки.

Історія про найважчу людину в світі Хуана Педро Франко в останні роки обійшла чи не всі ЗМІ. Чоловіка, який живе у Мексиці, внесли в Книгу рекордів Гіннеса, коли він важив 594 кілограми. Відтоді 33-літній Франко пережив дві операції зі зменшення об'єму шлунка, сів на строгу дієту і нарешті зміг самостійно ходити. До речі, такі хірургічні втручання роблять і у Волинській обласній клінічній лікарні, якщо жодні інші методи боротьби з ожирінням не дають результатів.

— Шість років я не покидав свого будинку, — розповідав мексиканець, який із дитинства страждав від зайвої ваги, а підлітком потрапив в аварію і був прикутий до ліжка. — У період відновлення їв, щоб упоратися зі стресом, і незабаром набір ваги вийшов із-під контролю.

Зараз Франко хоче встановити новий світовий рекорд — стати людиною, яка скине найбільше кілограмів. Чоловік вперто працює над собою. А торік він похвалився журналістам, що зміг справитися з коронавірусною інфекцією, незважаючи на те, що зайва вага негативно впливає на перебіг цієї недуги.

Дослідження, здійснене на замовлення Світового банку, показало: ожиріння на 48% збільшує ризик смерті від коронавірусної хвороби й на 74% — виникнення ускладнень аж до необхідності реанімації. Скільки хворих із цієї причини не змогли врятуватися — невідомо, але проблема надмірної огрядності жителів загострюється у всіх країнах.

За оцінками Всесвітньої організації охорони здоров'я, із 1975 року кількість людей з ожирінням зросла майже втричі, нині до 15% повнолітніх осіб мають індекс маси тіла понад 30. Цей показник розраховується шляхом ділення ваги (у кілограмах) на квадрат зросту (у метрах). ВООЗ визначає, що люди з індексом маси тіла 25 і більше мають зайву вагу, а якщо він перевищує 30 — ожиріння. В Україні до таких належить кожен четвертий мешканець, а 59% співвітчизників важать більше норми. Дехто скаже, що споконвіку в наших краях пишнотілі молодіці були еталоном жіночої вроди, хтось додасть, що «здорова повнота» не шкодить. Але чи насправді це так?



Справитися з ожирінням без допомоги лікарів вдається не всім. Мексиканець Хуан Педро Франко, який був найважчою людиною в світі, переніс 2 операції зі зменшення об'єму шлунка.

«СВИНЕЙ ГОДУЄМО ВІТАМІНАМИ, А СОБІ КУПУЄМО ШКІДЛИВИЙ НЕПОТРІБ»

— Чи можна схуднути, коли щодня на столі картопля зі шкварками, а в неділю — вареники, вгадайте з чим... Звісно ж, із товченою бульбою. А ще мама готує салати з магазинним майонезом і вареною ковбасою, пече здобу на маргарині. Виходить, свиней годують корисними продуктами, вітамінами — гар-

дається взнаки і спадкова схильність, і деякі захворювання нервової системи (пошкодження ділянки мозку, що відповідає за харчову поведінку), і патології ендокринних залоз. Негативний вплив може чинити прийом деяких медикаментів, наприклад гормонів та антидепресантів.

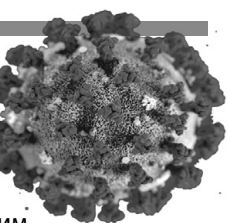
У вас опускаються руки? Згадайте, що ожиріння на 180% збільшує ризик раку підшлункової залози і прямої кишки, часто призводить до депресії, апное (зупинки дихання уві сні), діабету другого типу, атеросклерозу, інших серцево-судинних хвороб, порушення роботи нирок, печінки... Тому варто боротися за відновлення своєї фізичної форми.

У вас опускаються руки? Згадайте, що ожиріння на 180% збільшує ризик раку підшлункової залози і прямої кишки, часто призводить до депресії, апное (зупинки дихання уві сні), діабету другого типу, атеросклерозу, інших серцево-судинних хвороб, порушення роботи нирок, печінки... Тому варто боротися за відновлення своєї фізичної форми.

У вас опускаються руки? Згадайте, що ожиріння на 180% збільшує ризик раку підшлункової залози і прямої кишки, часто призводить до депресії, апное (зупинки дихання уві сні), діабету другого типу, атеросклерозу, інших серцево-судинних хвороб, порушення роботи нирок, печінки... Тому варто боротися за відновлення своєї фізичної форми.

У вас опускаються руки? Згадайте, що ожиріння на 180% збільшує ризик раку підшлункової залози і прямої кишки, часто призводить до депресії, апное (зупинки дихання уві сні), діабету другого типу, атеросклерозу, інших серцево-судинних хвороб, порушення роботи нирок, печінки... Тому варто боротися за відновлення своєї фізичної форми.

бузами і висівками, а собі купують шкідливий непотріб, — розмірковувала на болючу тему п'ятнадцятирічна донька моїх родичів, яка відстоює здорове харчування, бо мріє бути стрункою, як моделі на телеекрані. Сидять на дієтах і дорослі. Згідно з опитуванням, близько 81% людей з ожирінням намагаються скинути зайве, однак лише 11% із них змогли втримати досягнутий результат. — Наше тіло реагує на схуднення шляхом відновлення ваги. Втрата кілограмів змінює гомеостатичну систему організму, яка контролює апетит, споживання та витрати енергії. Відтак змушує організм посилювати голод і знижувати швидкість метаболізму. Тож самостійно схуднути важко. Шлях до здоров'я — довгий та складний, це комплексна робота пацієнта і лікарів, а також медикаментозна підтримка, — зазначає Любов Соколова з Інституту ендокринології та обміну речовин НАМН України.



● ФАКТ

Директор Європейського регіонального бюро ВООЗ Ханс К्लюге заявив, що кількість смертей від коронавірусу найближчим часом може значно зрости. До лютого, за одним із прогнозів, у країнах Європи матимемо ще півмільйона нових летальних випадків від COVID-19. На сьогодні у світі вже зафіксовано понад 5 млн жертв коронавірусу.

● ЧИ ЗНАЄТЕ ВИ, ЩО...

В Україні оголосили про посилений епідеміологічний нагляд за випадками гострого в'ялого паралічу в дітей. Адже рівень охоплення трьома дозами щеплень від поліомієліту немовлят до року становить лише 57,9%. Найкраща ситуація у Києві, Кіровоградській та Сумській областях. Найгірша — на Закарпатті, Івано-Франківщині, Херсонщині. Для формування колективного імунітету від хвороби слід вакцинувати 95% малюків. Повний курс щеплень (шість доз) отримали лише 61,4% 14-річних дітей.

● РЕЗОНАНС

Каштани, про які ми знаємо мало

Новина про те, що в Луцьку померла 8-річна дівчинка, яка нібито отруїлася стравою з каштанів, облетіла всю Україну. У більшості людей це викликало здивування: невже плоди, які восени падають нам під ноги, можна споживати?

Марія КАЩУК

Поки у причинах трагедії розбирається поліція — висновки про винуватців робити рано. А ось знати про те, що існують їстівні каштани, які вже давно доступні покупцям великих супермаркетів, — варто.

Так, у нас в Україні поширений гіркокаштан, або кінський (*Aesculus hippocastanum*) — багаторічна рослина родини сапіндових, яку використовують в офіційній і народній медицині. Сапоніни плодів кінського каштана отруйні для людини та багатьох тварин.

А от їстівний «однофамілець» (*Castanea sativa*), яким залюбки смакують у Європі, належить до іншої родини — букових. У нас трапляється рідко, подекуди на Закарпатті та південному березі Криму.

Їстівні каштани дозрівають у серпні-листопаді. В цей час на ринках і в магазинах можна знайти плоди свіжого врожаю. Щоб купити продукт належної якості, слід вибирати великі каштани, які мають однаковий зовнішній вигляд, тверді й важкі, глянцеві, насиченого коричневого кольору. Потрібно звертати увагу на дату випуску і термін придатності, зазначені на етикетці. Зберігати їх можна при температурі від +3 °C до +20 °C і відносній вологості повітря не більше 70% не довше 12 місяців.

Ці плоди сушать, печуть, варять, коптять, смажать, роблять із них борошно. Прийнято вживати їстівні каштани для схуднення, вони легко засвоюються і дають відчуття насичення на тривалий час, допомагають швидко поповнювати енергетичні запаси. На відміну від звичних нам горіхів, цей екзот багатий на рослинні білки і містить значно менше жирів.

Однак і без їстівних каштанів можна харчуватися повноцінно, адже у нашому розпорядженні дуже багато корисних і доступних усім продуктів. Головне — керуватися не «модними трендами», а здоровим глуздом.

А ось плоди кінського каштана народна медицина радить використовувати при проблемах із судинами. Якщо запасилися сировиною, зробіть настоянку. Каштани попередньо подрібнюємо і заливаємо горілкою або медичним спиртом, настоюємо протягом місяця в закритому темному посуді. При тромбоемболії треба пити по 20 крапель раз на день до їди, додавши у склянку води. Курс лікування — місяць. При варикозі настоянку втирають у проблемні ділянки ніг перед сном.



Сьогодні їстівні каштани набувають популярності і серед українських гурманів.



Велика сторінка для Пані

Нічого не залишайте для «особливого випадку». Все ваше життя і є «особливий випадок».



● КОСМЕТИЧКА

Щоб хотілося поцілуватися

У цьому сезоні сміливо можна експериментувати з оригінальними відтінками помад та робити акцент у макіяжі саме на губи

Для осені 2021 року актуальною буде помада від натуральних відтінків до звабливих винних чи шоколадних. Останні найбільш гармонійні. Вдень слід наносити на губи м'які варіанти молочного шоколаду, а для вечірнього заходу вибирайте звабливі темні відтінки. У тренді й спокливі бургунді, а також вишневого кольору. Вони мають ефектний вигляд як з матовим, так і з глянцеvim фінішем.

Якщо робите яскравий акцент на губах, то на повіки потрібно наносити більш приглушені кольори тіней. Щоб створити унікальний мейк-ап, можна поєднати вишневий тон з бургунді. Тоді губи здаватимуться пухкими.

● КОРИСНІ ПОРАДИ

Якщо волосся тріщить і б'є струмом

Намагнічене волосся — проблема багатьох жінок, яка виникає найчастіше в осінньо-зимовий період. Через перепади температур і нестачу вітамінів воно стає ламким, пересушеним і електризується, прилипає до одягу. А це не дуже приємна картина. Щоб уникнути цього, пропонуємо виготовити антистатик власноруч

Для зняття статки використовують воду з кількома краплями ароматизованої олії. Її потрібно налити в пульверизатор і обприскувати нею волосся щодня. Можна також наносити її на гребінець.

Для кращого результату розчісуватися треба кілька хвилин. Важливо! Намагайтеся уникати потрапляння ароматизатора на шкіру. Це може викликати алергію.

Уникнути статки допоможе і мінеральна вода чи сік лимона з нею у пропорції 1:5. Змочіть цим засобом руки, а потім проведіть по волоссю. Такого ж ефекту можна добитися, якщо нанести трохи крему на руки і пройти ними по ньому.

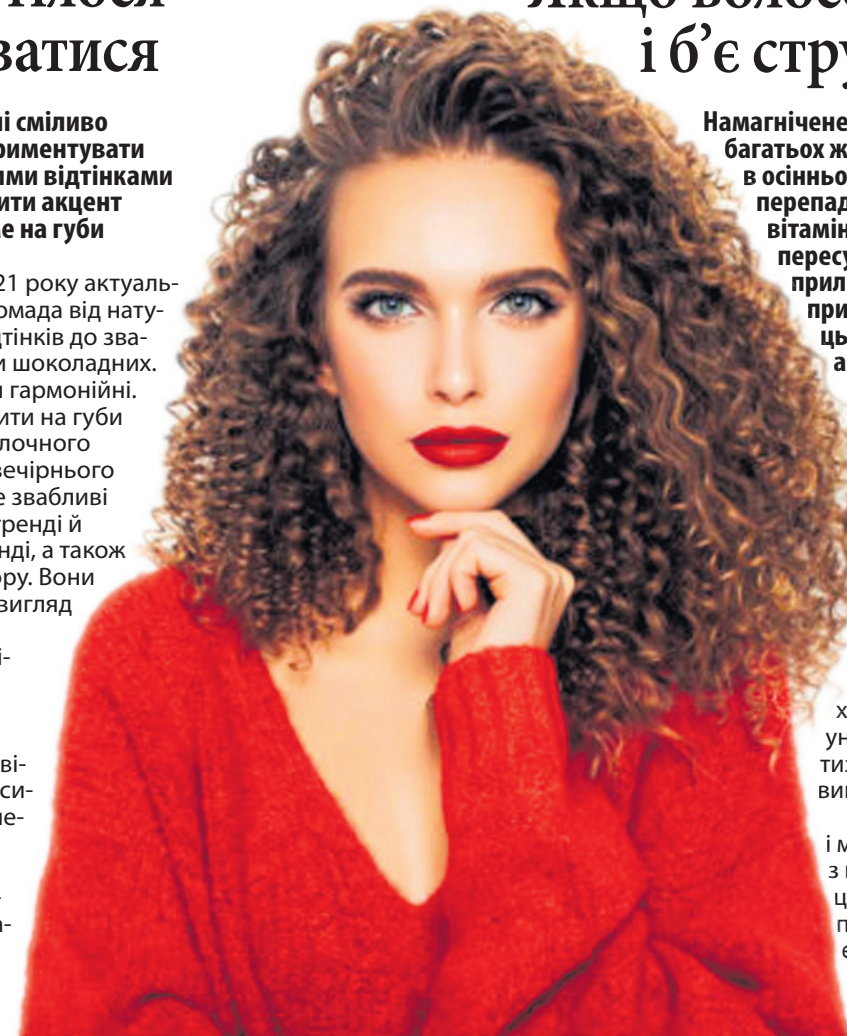


Фото із сайту aromatt.pro.

РЕКЛАМА

Акція* для прихильників української кухні!

Ваш реальний шанс отримати 492 000 грн!

ЗАВДАННЯ: відгадайте назви 7 українських страв та напоїв і впишіть правильні відповіді в порожні клітинки. З букв у позначених кольором клітинках складіть ключове слово й одразу повідомте його операторові за вказаним телефоном.

Встигніть стати Головним переможцем та отримати 492 000 грн!

Подарунок для Вас!

Якщо Ви правильно назвете ключове слово впродовж 10 днів, Ви отримаєте мультиварку і велику книгу рецептів У ПОДАРУНОК!

СКЛАДИ КЛЮЧОВЕ СЛОВО? ПРОСТО ЗАТЕЛЕФОНУЙТЕ НАМ І ДІЗНАЙТЕСЯ, ЯК ОТРИМАТИ ПРИЗ!

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|--|---|
| Р | І | Г | П | И | | | | | 1 |
| В | С | А | К | | | 2 | | | |
| С | І | Л | Ь | К | И | | | | 3 |
| У | З | Р | А | В | | 4 | | | |
| Л | І | Ш | К | У | | | | | 5 |
| Р | И | К | Ш | К | В | А | | | 6 |
| В | А | Р | К | И | Е | Н | И | | 7 |



ПОДАРУНОК
Мультиварка
КУЛІНАРНІ КНИГИ

0 (800) 50 55 98
Дзвінок БЕЗКОШТОВНО зі стаціонарних і мобільних телефонів у межах України (попередня оплата) — субота з 8:00 до 19:00, неділя з 09:00 до 19:00

ТЕЛЕФОНУЙТЕ ЗАРАЗ!

PC_MLT_CC_CHAVBAC_11112021

*Мастера на увазі маркетингова акція. **Маркетингова акція проводиться з 10.12.2020 р. по 30.12.2021 р. на всій території України, крім тимчасово окупованих територій. Результат маркетингової акції буде визначено 30.12.2021 р. в м. Києві. Призовий фонд маркетингової акції становить 492 000 гривень. Дана маркетингова акція не є розіграшем, лотереєю, грою (в тому числі азартною або іншою формою азартної гри), конкурсом або публічною обраною виграного без оголошення конкурсу в розумній гамі 76 Цивільного кодексу України. Відмова на задоволення є рестрикцією участі в маркетинговій акції. Відповідаючи, клієнт дає згоду на подальше використання комп'ютерних та інших персональних даних, 10-денний термін — оригінальні терміни отримання календарного каталогу і набору документів інформаційного характеру для подальшої участі в маркетинговій акції. Дана реклама оголошена в формі спливання і не є рекламою заочасуального заходу або пропозицією з придбання товарів за зниженою ціною чи наданням будь-яких послуг. Дана реклама сплосочено романтично з метою визначення задоволеності потенційних споживачів відносно таких товарів або послуг, а також визначення осіб, які потенційно бажали брати участь в разі маркетингових акцій та інших заходів. Телефон для довідок: (044) 279-16-83 (вартість послуги згідно з тарифами ПАТ «Укртелеком»). ТІЛЬКИ ДЛЯ ПОВНОПІЛНОГО © ТОВ «ПОДАРУНОК СЕРВІС», а/с № 43, м. Київ, 03300, 2021 р.

● ВАРТО ЗНАТИ

Пуховик проситься у пральну машинку

Цей одяг колись носили золотошукачі, альпіністи і полярники. Він рятував їх від морозів. У наші дні він став повсякденним для багатьох у холодну пору року. Кожен зможе підібрати саме той фасон і модель, які вас задовольнять

Пуховик легкий, довговічний і має чудові теплоізоляційні властивості. Але, як і всякий інший одяг, брудниться. Розкриємо секрети прання, яке допоможе зберегти улюблену річ у первісному вигляді.

При пранні пух часто збивається в грудки і їх важко розбити. Тому перед цим процесом слід поставити таймер пральної машини на делікатний режим. Температура води має бути не вище 30 градусів.

Щоб не було на пуховикові розводів, використовуйте рідкі засоби, або ж розчиніть у мисці з водою пральний порошок і вилийте його у барабан машинки. Замочувати куртку не потрібно, а ось застібнути блискавки, гудзики, вивернути одяг необхідно.

Виробники пуховиків рекомендують у барабан машинки перед пранням закинути 2–3 тенісні м'ячики. У процесі прання вони будуть збивати пух і завадять утворенню грудок. Для прополісування слід змінювати воду кілька разів. Щоб правильно віджати куртку, треба поставити пральну машину на найменші оберти.



Фото із сайту st.depositphotos.com.

● МАМАМ НА ЗАМІТКУ

Іноді треба просто побайдкувати

Гадаєте, сини й доньки втомлюються менше за вас? Щодня по 6–7 років, важкі рюкзаки, безкінечні домашні завдання, гуртки. Не дивуйтеся, що школярі почуваються «вижатими лимонами». А це може мати негативний вплив на дитячий організм. Тому подбайте не лише про те, щоб ваша дитина отримувала хороші оцінки, але й про такий важливий для неї відпочинок. Тож нагадаємо кілька правил

Гуляти щодня — не менше години, а краще — дві. За будь-якої погоди. Навіть у холод зручний, теплий одяг, активні ігри на свіжому повітрі не дадуть замерзнути.

Повноцінний сон — не менше 8 годин. Немає таких речей, заради яких дитині варто недосипати, бо це має далекосяжні наслідки, які дадуться взнаки якщо не зараз, то в дорослому віці.

Менше гаджетів. Особливо перед сном. Це не відпочинок, а додаткове навантаження на мозок і причина неспокійного й неглибокого сну. Звісно, сучасних підлітків неможливо переконати відмовитися від смартфонів, але слід пояснити, що цього точно не варто робити перед сном. При цьому батькам слід оптимізувати свій час, аби більше спілкуватися з дитиною.

Іноді потрібно дозволити синові чи доньці просто нічого не робити. Лежати і дивитися в стелю. Просто бігати. Просто дивитися у вікно. Дурити, скакати. Це добре і це необхідно.

І, звичайно, всі позакласні заняття мають бути цікавими дитині — тоді це буде зміна діяльності, яку можна сприймати як відпочинок, а не вимушене додаткове навантаження.

● ЗВЕРНІТЬ УВАГУ!

Про психологічні проблеми «розкажуть» побічні симптоми

Депресія, тривожність, стреси, здається, стали постійними супутниками нашого життя. За статистикою, близько 38% людей часто відчувають хвилювання, неможливість відпочити, страх перед завтрашнім днем. Тривожні розлади можна розпізнати і за фізичними ознаками

ГОЛОВНИЙ БІЛЬ. Це один із основних симптомів тривожного розладу. Нестача сну, надмірне розумове навантаження, напруга, відчуття підвищеного страху — усе це може спровокувати головний біль. Зазвичай він минає за годину-другу, але може тривати й не один день. Якщо голова болить кілька разів на тиждень або біль є дуже інтенсивним, необхідно звернутися до терапевта або до невролога.

ПОВЕРХНЕВЕ ДИХАННЯ. Панічні атаки характеризуються не лише підвищеним неспокоєм, а й коротким поверхневим диханням, яке важко контролювати. Медики вважають задишку і сильне, швидке або нерегулярне серцебиття ознакою тривожного розладу. Якщо ви не можете зробити досить глибокий вдих або регулярно відчуваєте тиск в ділянці грудей, — це привід звернутися до лікаря.

ПРОБЛЕМИ ЗІ СНОМ. Важко заснути? Прокидаєтесь по кілька разів за ніч? Не почуваетесь відпочилими після пробудження? Якщо спроби самотужки змінити ситуацію зі сном не дають результату, а втома накопичується, варто шукати допомоги у фахівців, адже безсоння вважається фізичним симптомом генералізованого тривожного розладу.

БРУКІЗМ. Якщо ви часто стискаєте щелепи, або ж навіть скрегочете зубами уві сні, це явний сигнал до дій. Брукізм може призвести до стирання зубів, болю у ву-



Фото із сайту duncan.org.ua.

хах, у м'язах обличчя, до головного болю, а також порушення сну. Задля вирішення такої проблеми стоматологі призначають спеціальну капу або шину. Крім того, варто спробувати розслаблення м'язів або когнітивно-поведінкову терапію, щоб зменшити стрес і тривогу.

ЗБОЇ У ТРАВНИЙ СИСТЕМІ. Тривога нерідко порушує баланс шлунково-кишкового тракту, сповільнює або надмірно прискорюючи травлення. Це може призвести як до здуття живота, закріплів та болю, так і до діареї й частого відвідування туалету. Якщо ви хвилюєтеся, ваша травна система теж починає «нервувати». Перш ніж шукати проблему у шлунково-кишковому тракті, задумайтесь

про стан свого психічного здоров'я — можливо, рішення саме у цій площині.

УНИКНЕННЯ АБО ЧАСТА ЗМІНА ПЛАНІВ. Коли рівень тривоги зашкалює, людина знаходить будь-яке виправдання, щоб скасувати зустріч, раптово змінює свій маршрут, аби уникнути місць, що викликають неприємні відчуття. Якщо відчуває стрес на роботі — може взяти відпустку нібито через хворобу, але при цьому посилюючи занепокоєння станом свого здоров'я і знижуючи власну самооцінку у зв'язку з поганим самопочуттям. Якщо ця ситуація вам знайома, обов'язково розкажіть психологу про ці симптоми тривожного розладу.

Джерело: plantscientists.com.

● СІМ «Я»

Моє доросле «совеня»

— Доброго ранку! Сину-у, доброго ранку!
 — Ну, мам, ти ж знаєш.
 — Знаю і все ще сподіваюся

Оксана КОВАЛЕНКО, мама



«Мам, ранок — це не мій час. Я встаю, але після цього ще прокидаюся годину. Зараз мене все бісить», — він таки доріс до моменту, коли зумів «одягти» в слова свій стан і дати шанс батькам хоч надалі спробувати пристосуватися до його такої незвичайності.

Певно, що не кожна дитина є аж такою радикальною совою. (Принаймні мої наступні двоє з прокиданням біди не мали.) А тут ще подруга, яка виїхала до Фінляндії й опановує фінську мову, поділилася відкриттям про поняття у тій країні, яких немає у нас. У фінів є спеціальні слова, якими характеризують людей, що завжди прокидаються роздратованими або ж радісними. Якись, умовно кажучи у «пташиному» вимірі, ще шпаки і синички. Промайнула думка: «Це ж геть про мого сина!».

Якщо це знати, враховувати, то точно взаємини з дітьми стануть простішими. Це, звісно, коли бачити в них особистості, а не зашмаркану шпану, яка мало що розуміє в цьому житті й тільки те й робить, що б'є байдики... Істина в тому, що розуміння дарує інший рівень спілкування. Відтак той, кого виховують з увагою, повагою, буде свої стосунки з іншими на таких же цінностях.

Якщо маєте, шановні читачі, свої відкриття про такий складний сімейний світ, який психологи досліджують століттями й досі щось винаходять, — діліться. Наші адреси: okovalenko74@gmail.com або ж tsikava.gazeta@gmail.com, а поштова: 43025, м. Луцьк, просп. Волі, 13, «Цікава газета на вихідні».

Моєму середульшому 20 літ. Ранок — то не його стихія, тож моє бадьоре звертання зазвичай відгуку не має. Я не серджуся і не ображаюся, бо за роки співжиття навчилася сприймати його ранкову похмурість як кумедну закономірність. Правда, й далі продовжую напівжартома «штурхати» його привітанням. Тим часом пригадую, як стримувалася з усіх сил, ведучи цього колись вередливого крикуна в дитсадок (хоча іноді таки «злітала з гальм»).

Десь років сімнадцять тому прокидання для цієї моєї дитини було рівноцінне катуванню. Про те, що малюк з 4-го поверху йде у садочок, знали усі сусіди й подорожні: малий обурено ревів ранками щобудня. Демонстрував своє «фе» всю дорогу, й ніякі прийоми перемикання уваги, жодні обіцянки й погрози не допомагали. Саме з ним почала збирати усю інформацію про теорію «сов і жайворонків», за якою перші сонні вранці й бадьорі до пізньої ночі, а другі активні на початку дня й абсолютно не працездатні ввечері.

Розвиднилося через десяток років: одного ранку моє «совеня», уже підліток, попросило мене старатися нічого не повідомляти йому о цій порі, не розпитувати, а тим більше — не вимагати приймати жодних рішень.

● ПОЧУТТЯ З ІНТЕРНЕТУ



Фото із сайту pixabay.com.

«Сьогодні в осені очі — як у руді кицьки».

Хочу тепла. І зігрівати подихом...

«Почуття, загорнуті у слова, — подарунок не для всіх», — думаю я, поки розчиняється мед у вранішньому чаї. Я грію руки, обнімаючи чашку, вдихаю вологе холодне повітря, настояне на запаху хризантем, чорнобривців й опалого листа, і з розумінням поглядаю на демона, який, попри ранкову пору, наливає собі віскі

Наталка МУРАХЕВИЧ, оповідання із серії #покирозчиняється цукор

— Сьогодні в осені очі — як у руді кицьки, — зауважує демон, салютуючи мені келихом. — Кицька хоче тепла, хоче, щоб її гладили і дозволили спати в ліжку — поряд із тим, хто подарує їй тепло.

Я роблю перший ковток чаю, він майже обпікає мені язик, але це навіть приємно.

— А знаєш, я, мабуть, хочу того самого. Тепла. І щоб гладили.

А ще мені сьогоднішній ранок на смак чомусь — як солонка карамель. І цей контраст солодкого і солоного, вологого холоду повітря і гарячого чаю в моїй чашці лиш збільшує бажання тепла.

Хочеться гріти руки в чийось руках, обніматися, занурюючись у його запах, змішаний із гірким димом осені. Цілувати кожен міліметр відкритої шкіри — торкатися злегка губами, як крилами метелика, і зігрівати подихом.

— Як романтично... — демон промовляє ці слова голосом низьким і муркотливим, і сам він у цей момент чомусь теж схожий на величезного чорного kota. — У ліжку також хочеш із тим, з ким просто буде тепло? Чи то занадто нудна перспектива?

— То не твоя справа, якщо що, — посміхаюся, знаючи, що він мені так

того не лишить — і ще сьогодні підкине кілька спокус хоч би і з давноминулого... Щоб не нудно.

Я продовжую:

— Зігріті люди не вразливі. Тепло стає їхніми обладунками. Як обвішаний щитами дракар, упевнено входять вони щоразу і бурхливе людське море, легко відбиваючи стріли

все, що сталося з тобою за тисячі років твоїх битв.

Або помовчи про це.

А поки ти мовчатимеш, я читатиму карту твоїх шрамів — видимих і невидимих. І, може, гладитиму твоє волосся. Якщо ти дозволиш.

— Так, це звучить дивно, — погоджується мій демон, допиваючи віскі.

Зігріті люди не вразливі. Тепло стає їхніми обладунками. Як обвішаний щитами дракар, упевнено входять вони щоразу у бурхливе людське море, легко відбиваючи стріли чийось недобрим намірів, поглядів і думок. Світло їхнє засліплює ворогів, але гріє тих, хто їх любить.

чийось недобрим намірів, поглядів і думок. Світло їхнє засліплює ворогів, але гріє тих, хто їх любить. Так це і працює: коли тобі тепло — ти можеш зігріти іншого.

— А якщо він про то не просить? — запитує демон, заглядаючи мені в очі двома чорними безоднями.

— Буває, змерзнеш настільки, що просити немає сил. Хоч ти маєш рацію: воно дивно, мабуть, звучало б, якби я сказала комусь, хто не просив: «Хочеш, я тебе зігрію?».

Відклади свою зброю, поклади голову мені на коліна, розкажи про

Я замовкаю, також допиваючи свій чай. Руда кицька-осінь ходить на тихих лапах, мружить бурштинові очі, грається сухими листочками.

— Насправді все, про що ти сказала, звучить не дивніше, ніж «я тебе кохаю». Чи «я тебе ненавиджу», чи «я тебе хочу», — демон промовляє задумливо й тихо, очі ж його мають вогняний відблиск — лисиця знову біжить через осінній ліс. — Проте... — він робить паузу і за мить озвучує мені заховане мною від себе. — Перед тим, як сказати комусь про свої почуття, подумай, що він із цим робитиме?

● ПРЯМА МОВА

Руслан СТЕФАНЧУК, спікер Верховної Ради, розповів, з якими проханнями до нього звертаються народні депутати:

До мене підходять деякі народні обранці, зріст яких понад 1,90 м, вони кажуть, що їм непросто стояти за трибуною, коли мікрофончик маленький і вони дуже схилиються.



● УЛЮБЛЕНЦІ ПУБЛІКИ

Сердючка, Ласточкін, Павленко: зірки, які вирвалися з бідності

Не всі відомі артисти народилися із золотою ложкою в роті

ЛІЯ ЛІС

Деякі українські знаменитості росли в бідності, їм доводилося буквально виживати. УНІАН зібрав топ-5 зірок, які пережили безгрошів'я і змогли стати успішними

ВЕРКА СЕРДЮЧКА



Артист Андрій Данилко неодноразово розповідав про те, що його сім'я була не особливо благополучною.

Батько пив, тому мамі доводилося самостійно про всіх піклуватися. Коли Андрієві виповнилося 10 років, його батько помер від раку. Їхня фінансова ситуація була настільки скрутною, що вони з мамою ходили приймати душ до родичів, бо вдома не було ні ванної, ні душу.

АНДРЕ ТАН



У 17 років Андре Тан, який нині є одним із провідних українських дизайнерів, вирішив будувати кар'єру, але одразу знайти роботу йому не вдалося. Поїхавши з рідної Харківщини від мами в пошуках кращого життя, він голодував, спав на вокзалі й постійно брехав, що у нього все гаразд. Півтора року майбутній

Коли Андрієві Данилку виповнилося 10 років, його батько помер від раку. Їхня фінансова ситуація була настільки скрутною, що вони з мамою ходили приймати душ до родичів, бо у них вдома не було ні ванної, ні душу.

Та що там казати, якщо майбутній зірці доводилося навіть доношувати за куртку за... татом, бо грошей на власну, навіть сяку-таку, не було!

ІГОР ЛАСТОЧКІН



Сім'я гумориста Ігоря Ласточкіна жила дуже бідно. У них не було грошей ні на оплату комунальних послуг, ні на новий одяг. Тому з підліткового віку Ігорю доводилося шукати заробітків. Це зараз він відомий комік і переможець шоу «Танці з зірками», а раніше він працював і офіціантом, і вантажником, щоб хоч якось допомогти своїй родині.

дизайнер харчувався лише смаженою картоплею з квашеними помідорами — тим, що йому передавала із селища мама. Через неправильне, одноманітне харчування у нього навіть виникли проблеми зі здоров'ям. Також Андре, якому зараз 38 років, тікав з орендованих кімнат, оскільки у нього не було грошей на оплату.

КАТЕРИНА ПAVЛЕНКО



Після участі в Євробаченні солістка Go_A Катерина Павленко дала безліч інтерв'ю, в яких розповідала про своє дитинство. За словами дівчини, жили вони досить скромно. Коли помер її дідусь, родичі почали ділити майно, але її мамі нічого не дісталось. Тому одного разу вони вигнали їх з мамою вночі на вулицю. Все дійшло до того, що їм довелося ночувати на будівництві й буквально виживати.

Найвідоміша українська модель Алла Костромічова зараз співпрацює з багатьма популярними брендами, а раніше вона не могла дозволити собі жодної нової речі. У 13 років Алла втратила батька. Сім'ї було дуже сутужно без годувальника.

АЛЛА КОСТРОМІЧОВА



Найвідоміша українська модель Алла Костромічова зараз співпрацює з багатьма популярними брендами, а раніше вона не могла дозволити собі жодної нової речі. У 13 років Алла втратила батька. Сім'ї було дуже сутужно без годувальника.

● НІЧОГО СОБІ!

Під Чорнобилем гігантський ведмідь з'їв на обід оленя

А закусив яблуками

Сергій КРУК

Зустрітися з бурим велетнем на заповідній території віч-на-віч не так просто (та й занадто небезпечно). А от місця, де харчується цей хижак, а також сліди його життєдіяльності співробітники Чорнобильського заповідника відшукують регулярно.

Цього разу знайшли рештки ведмежого обіду за криками круків, які докльовували впольованого оленя.

Судячи з того, що в оленя переламано хребет, клишоногий був чима-



Краще з таким красенем зустрічатися лише на сторінках «Цікавої газети на вихідні».

лим і досить сильним. Ширина його сліду — 16 см.

Крім оленини, хижак ласував і

яблуками. Якраз неподалік місця трапези росте деревце з червонобокими плодами...

● ОТАКОІ!



Для перевезення чудо-картоплини господар навіть змайстрував спеціальний візок.

Подружжя виростило гігантську картоплину і дало їй ім'я

Колін та Донна знайшли величезну бульбу ще наприкінці літа, але досі не можуть із нею розпрощатися

Микола ПАШКО

Справжній «картопляний гігант» виріс на городі подружжя Крейг-Браунів із Нової Зеландії — овоч важить близько 7,9 кілограма! Чоловік та жінка дали коренеплоду ім'я — Даг, і пишаються, що він на три кілограми важчий за бульбу-рекордсменку з Книги рекордів Гіннеса. Зазначимо, що до сьогодні, згідно з даними цього реєстру, найважчою картоплиною вважався «монстр» із Великої Британії, що важив дещо менше 5 кг. Рекорд



Певно, єдина бульбина в світі, яка має власну назву.

було зафіксовано у 2011 році.

Колін Крейг-Браун розповів, що вони із дружиною не хочуть робити з Дуга картопляне пюре — новозеландці планують зварити з гігантської картоплини... горілку.

● БЕРЕЖЕНОГО І БОГ БЕРЕЖЕ!

Щепитися від COVID-19 можна буде просто в борделі

Під час процедури вакцинації пацієнтів розважатимуть повії у костюмах медсестер і в подарунок видаватимуть сертифікат на суму, еквівалентну 1200 гривням

Сергій ВИШЕНЬКА

В австрійській столиці Відні пропонують зробити щеплення від коронавірусу прямо в кварталі червоних ліхтарів. Центр вакцинації розмістили в одному з віденських будинків

розпусти. Тож тепер по понеділках кожен охочий може абсолютно безкоштовно вколоти там вакцину від COVID-19. При цьому в якості бонуса всім, хто прийшов на щеплення, пропонують отримати ваучер на 40 євро на послуги самого борделю.



Ух ти! То йдете на щеплення?

● ЗІРКОВЕ ЖИТТЯ

«Хтось пожаліє, а хтось скаже: так йому й треба»:

дружина Зіброва приховувала його хворобу

Жінка зізналась, що її чоловік, відомий український співак Павло Зібров, важко переніс COVID-19

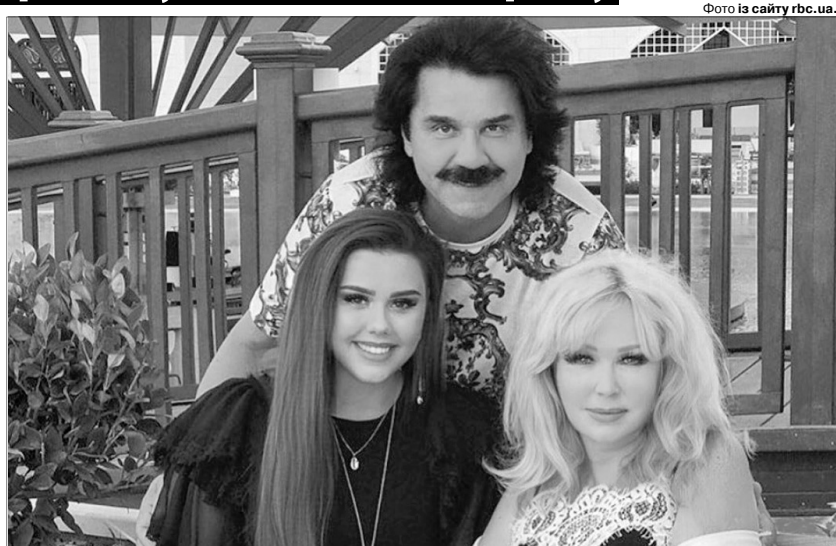


Фото із сайту rbc.ua.

Справді надійний тил: дружина та донька зробили все, аби Павло Зібров почував себе максимально комфортно під час хвороби.

Він був на кисні, потрапив до лікарні. Були дуже важкі дні. До речі раніше 64-річний Павло Зібров зізнався, що не спить зі своєю дружиною в одній кімнаті. За словами артиста, його «другі половинці» потрібен відпочинок, оскільки вона багато пра-

Але це аж ніяк не заважає їм бути щасливими разом, а навіть навпаки. Марина — його друга дружина. Вона працює директором, режисером і художником по костюмах у театрі Павла Зіброва. Мають дочку Діану. Також у Марини є син від першого шлюбу — Олександр.

Лія ЛІС

У програмі «Світське життя» дружина артиста, Марина, розповіла, що в цей час його сторінки в соцмережах вела донька. Сім'я не хотіла, аби хтось знав про недугу. «Павло хворів дуже тяжко. Він був на кисні, потрапив до лікарні. Були дуже важкі дні. Ми нікому про це не говорили. Я тоді сказала Діані, що ніхто не повинен знати, що батько так хворіє. Вона вела його сторінки в Instagram та Facebook. Він здоровий! Бо хтось пожаліє, а хтось скаже: так йому й треба», — зі сльозами на очах розповіла жінка.

На щастя, артист зміг побороти хворобу. Наразі він чудово почувається, а дружина та донька підтримують його.

До речі

Раніше 64-річний Павло Зібров зізнався, що не спить зі своєю дружиною в одній кімнаті. За словами артиста, його «другі половинці» потрібен відпочинок, оскільки вона багато пра-

ВІВТОРОК, 16 ЛИСТОПАДА

| | | | | |
|--------------------|--|--|--|---|
| 1+1 | 07.00, 08.00, 15.00, 19.00 Сьогодні 09.00 Мисливці за дивами 10.00 Я везу тобі красу 11.00 Т/с «Виходьте без дзвінка 4» (12+) | 21.15 Т/с «Пес-6» (16+) 22.35 Т/с «Пес-2» (16+) | 09.40 «Мам, я роблю бізнес!» 10.30, 20.00 «Орел і Решка. Рай та пекло» 11.30, 18.00 «Орел і Решка. Навколосвітня подорож» 13.30, 21.00 «Інше життя» 14.30 Т/с «Бeverлі Хіллс 90210» 22.00 Т/с «Доктор Хаус» (16+) | |
| НОВИЙ КАНАЛ | 06.00, 07.40 «Kids time» 06.05 «Мультифільм» 06.10 М/с «Том і Джеррі» 07.45 «Орел і Решка» 09.50 Т/с «Надприродне» (16+) 12.30 «Кохання на виживання» (16+) 14.20 Х/ф «ОСТРІВ ГОЛОВОРІЗІВ» 17.00 «Хто зверну?» (12+) 19.00 «Експр» (16+) 21.00 Х/ф «БЕГМЕН: ПОЧАТОК» (16+) 23.55 Х/ф «ВІДЖА: ПОХОДЖЕННЯ ЗЛА» (16+) | 2+2 06.00 «Джедаї 2020» 07.00 Т/с «Мисливці за реліквіями» (16+) 09.55 Х/ф «СПІМАТИ І ВБИТИ» (16+) 11.55 Т/с «Опер за викликом-3» (16+) 13.55 Т/с «Опер за викликом-4» (16+) 14.50, 16.55 «Загублений світ» 17.55 «Секретні матеріали» 18.15 «Спецкор» 18.50 «ДжеДА!» 19.25 «Джедаї 2020» 20.25, 21.25 Т/с «Ангели-2» (16+) 22.25 Т/с «CSI: Місце злочину» (16+) | ФУТБОЛ-1 06.00 Півн. Македонія - Ісландія. Відбір до ЧС-2022 07.45, 18.40, 19.20 Огляд 2-го ігрового дня. Відбір до ЧС-2022 08.15 Франція - Казахстан. Відбір до ЧС-2022 10.00, 15.00, 19.00, 22.30 Футбол NEWS 10.20 Україна - Болгарія. Контрольна гра 12.10 «Великий футбол» 12.55 Боснія і Герцеговина - Фінляндія. Відбір до ЧС-2022 14.45 Топ-матч 15.20 Yellow 15.30, 18.00 «Відбір до ЧС-2022. Матч-центр» 16.10 Півн. Ірландія - Італія. Відбір до ЧС-2022 20.30, 23.40 «Головна команда» 21.35 LIVE. Боснія і Герцеговина - Україна. Відбір до ЧС-2022 | |
| СТБ | 05.15 Т/с «Коли ми вдома» 05.30 Т/с «Комісар Рекс» 08.30, 11.50 «МастерШеф Професіонали» (12+) 11.30, 14.30, 17.30, 22.00 «Вікна-Новини» 12.00, 14.50 Т/с «Сліпа» (12+) 15.35, 18.05 Т/с «Слід» (16+) 19.05 «СуперМама» (12+) 20.15, 22.50 Т/с «Кріпосна. Жадана любов» (16+) 23.05 Т/с «Другий шанс на перше кохання» (12+) | МЕГА 06.50 Правила виживання 07.50 Страх у твоєму домі 08:45 Бандитська Одеса 09:40, 01:35 Речовий доказ 10:55 Герой будівельного майданчика 11:50, 05:40 Містична Україна 12:50, 19:50 Ремесла за призначенням 13:50 Дикі тварини 14:50 Гарячі точки 15:50 Тасмійні акули 16:50, 04:40 Сія: з нами у дику природу 17:50, 00:40 Секретні території 18:50 Там, де нас нема 20:50 Горизонт 21:50 Ретромобілі: друге життя 22:40 Океани 23:40 Крила війни 02:45 Судити самі 03:45 Доктор Хайм | К-1 06.30 «TOP SHOP» 08.00 М/с «Оху та його друзі» 08.35 «Ух ти show» 08.50 Т/с «Джиги ангел» | |
| ІСТV | 06.30 Ранок у великому місті 08.45 Факти. Ранок 09.15, 19.20 Надзвичайні новини 10.10, 20.20 Громадянська оборона 10.55, 13.25 Х/ф «У ПАСТЦІ ЧАСУ» (16+) 12.45, 15.45 Факти. День 13.45 Т/с «Розтин покаже-2» (16+) 14.45, 16.15 Т/с «Пес» (16+) 17.35, 23.35 Т/с «Юрчишини-2» (16+) 18.45, 21.05 Факти. Вечір | СТБ 05.15 Т/с «Коли ми вдома» 05.30 Т/с «Комісар Рекс» 08.30, 11.50 «МастерШеф Професіонали» (12+) 11.30, 14.30, 17.30, 22.00 «Вікна-Новини» 12.00, 14.50 Т/с «Сліпа» (12+) 15.35, 18.05 Т/с «Слід» (16+) 19.05 «СуперМама» (12+) 20.15, 22.50 Т/с «Кріпосна. Жадана любов» (16+) 23.05 Т/с «Другий шанс на перше кохання» (12+) | СТБ 05.15 Т/с «Коли ми вдома» 05.30 Т/с «Комісар Рекс» 08.30, 11.50 «МастерШеф Професіонали» (12+) 11.30, 14.30, 17.30, 22.00 «Вікна-Новини» 12.00, 14.50 Т/с «Сліпа» (12+) 15.35, 18.05 Т/с «Слід» (16+) 19.05 «СуперМама» (12+) 20.15, 22.50 Т/с «Кріпосна. Жадана любов» (16+) 23.05 Т/с «Другий шанс на перше кохання» (12+) | ІСТV 06.30 Ранок у великому місті 08.45 Факти. Ранок 09.15, 19.20 Надзвичайні новини 10.10 Громадянська оборона 10.55, 13.25 Х/ф «У ПАСТЦІ ЧАСУ» (16+) 12.45, 15.45 Факти. День 13.45 Т/с «Розтин покаже-2» (16+) 14.45, 16.15 Т/с «Пес» (16+) 17.35, 23.35 Т/с «Юрчишини-2» (16+) 18.45, 21.05 Факти. Вечір |
| УКРАЇНА | 06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною 07.00, 08.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні 09.00 Мисливці за дивами 10.00 Я везу тобі красу 11.00 Т/с «Виходьте без дзвінка 4» (12+) 14.10, 15.30 Т/с «Відважні» (16+) 20.10 Ток-шоу «Говорить Україна» 21.00 «Орел і Решка» 23.50 Т/с «Гарна дружина» 00:45 Х/ф «ЧЕТВЕРО ПРОТИ БАНКУ» 02:55 Х/ф «МИ ЖИЛИ ПО СУДСІТВУ» 04:10 «Мультифільм» | УКРАЇНА 06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною 07.00, 08.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні 09.00 Мисливці за дивами 10.00 Я везу тобі красу 11.00 Т/с «Виходьте без дзвінка 4» (12+) 14.10, 15.30 Т/с «Відважні» (16+) 20.10 Ток-шоу «Говорить Україна» 21.00, 23.10 Т/с «Грім серед ясного неба» (12+) | УКРАЇНА 06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною 07.00, 08.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні 09.00 Мисливці за дивами 10.00 Я везу тобі красу 11.00 Т/с «Виходьте без дзвінка 4» (12+) 14.10, 15.30 Т/с «Відважні» (16+) 20.10 Ток-шоу «Говорить Україна» 21.00, 23.10 Т/с «Грім серед ясного неба» (12+) | УКРАЇНА 06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною 07.00, 08.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні 09.00 Мисливці за дивами 10.00 Я везу тобі красу 11.00 Т/с «Виходьте без дзвінка 4» (12+) 14.10, 15.30 Т/с «Відважні» (16+) 20.10 Ток-шоу «Говорить Україна» 21.00, 23.10 Т/с «Грім серед ясного неба» (12+) |

СЕРЕДА, 17 ЛИСТОПАДА

| | | | | |
|--------------------|---|---|---|---|
| 1+1 | 05.35 «Життя відомих людей» 06.30, 07.10, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1» 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 14.00, 16.45, 19.30 ТСН: «Телевізійна служба новин» 09.25, 10.20 «Життя відомих людей 2021» 11.15, 12.20, 14.15 «Твій день» 14.45 «Одруження наосліп» 17.10 Т/с «Величне століття. Роксолана» 20.43 «Пропорт» 20.45, 21.45 Т/с «Джек & Лондон» (16+) 22.45, 23.55 Т/с «Свати» 23.45 «ТСН: 10 вражаючих подій дня» | 09.40 «Мам, я роблю бізнес!» 10.30, 20.00 «Орел і Решка. Рай та пекло» 11.30, 18.00 «Орел і Решка. Навколосвітня подорож» 13.30, 21.00 «Інше життя» 14.30 Т/с «Бeverлі Хіллс 90210» 22.00 Т/с «Доктор Хаус» (16+) | 2+2 06.00 «Джедаї 2020» 07.00 Т/с «Мисливці за реліквіями» (16+) 09.55 Х/ф «СПІМАТИ І ВБИТИ» (16+) 11.55 Т/с «Опер за викликом-3» (16+) 13.55 Т/с «Опер за викликом-4» (16+) 14.50, 16.55 «Загублений світ» 17.55 «Секретні матеріали» 18.15 «Спецкор» 18.50 «ДжеДА!» 19.25 «Джедаї 2020» 20.25, 21.25 Т/с «Ангели-2» (16+) 22.25 Т/с «CSI: Місце злочину» (16+) | УКРАЇНА 06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною 07.00, 08.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні 09.00 Мисливці за дивами 10.00 Я везу тобі красу 11.00 Т/с «Виходьте без дзвінка 4» (12+) 14.10, 15.30 Т/с «Відважні» (16+) 20.10 Ток-шоу «Говорить Україна» 21.00 Т/с «Грім серед ясного неба» (12+) 23.10 Т/с «ВІДЖА: СМЕРТЕЛЬНА ГРА» (16+) |
| НОВИЙ КАНАЛ | 06.00, 07.40 «Kids time» 06.05 «Мультифільм» 06.10 М/с «Том і Джеррі» 07.45 «Орел і Решка» 09.50 Т/с «Надприродне» (16+) 12.30 «Кохання на виживання» (16+) 14.20 Х/ф «ОСТРІВ ГОЛОВОРІЗІВ» 17.00 «Хто зверну?» (12+) 19.00 «Експр» (16+) 21.00 Х/ф «БЕГМЕН: ПОЧАТОК» (16+) 23.55 Х/ф «ВІДЖА: ПОХОДЖЕННЯ ЗЛА» (16+) | 2+2 06.00 «Джедаї 2020» 07.00 Т/с «Мисливці за реліквіями» (16+) 09.55 Х/ф «СПІМАТИ І ВБИТИ» (16+) 11.55 Т/с «Опер за викликом-3» (16+) 13.55 Т/с «Опер за викликом-4» (16+) 14.50, 16.55 «Загублений світ» 17.55 «Секретні матеріали» 18.15 «Спецкор» 18.50 «ДжеДА!» 19.25 «Джедаї 2020» 20.25, 21.25 Т/с «Ангели-2» (16+) 22.25 Т/с «CSI: Місце злочину» (16+) | УКРАЇНА 06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною 07.00, 08.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні 09.00 Мисливці за дивами 10.00 Я везу тобі красу 11.00 Т/с «Виходьте без дзвінка 4» (12+) 14.10, 15.30 Т/с «Відважні» (16+) 20.10 Ток-шоу «Говорить Україна» 21.00 Т/с «Грім серед ясного неба» (12+) 23.10 Т/с «ВІДЖА: СМЕРТЕЛЬНА ГРА» (16+) | |
| СТБ | 05.15 Т/с «Коли ми вдома» 05.30 Т/с «Комісар Рекс» 08.30, 11.50 «МастерШеф Професіонали» (12+) 11.30, 14.30, 17.30, 22.00 «Вікна-Новини» 12.00, 14.50 Т/с «Сліпа» (12+) 15.35, 18.05 Т/с «Слід» (16+) 19.05 «СуперМама» (12+) 20.15, 22.50 Т/с «Кріпосна. Жадана любов» (16+) 23.05 Т/с «Другий шанс на перше кохання» (12+) | СТБ 05.15 Т/с «Коли ми вдома» 05.30 Т/с «Комісар Рекс» 08.30, 11.50 «МастерШеф Професіонали» (12+) 11.30, 14.30, 17.30, 22.00 «Вікна-Новини» 12.00, 14.50 Т/с «Сліпа» (12+) 15.35, 18.05 Т/с «Слід» (16+) 19.05 «СуперМама» (12+) 20.15, 22.50 Т/с «Кріпосна. Жадана любов» (16+) 23.05 Т/с «Другий шанс на перше кохання» (12+) | СТБ 05.15 Т/с «Коли ми вдома» 05.30 Т/с «Комісар Рекс» 08.30, 11.50 «МастерШеф Професіонали» (12+) 11.30, 14.30, 17.30, 22.00 «Вікна-Новини» 12.00, 14.50 Т/с «Сліпа» (12+) 15.35, 18.05 Т/с «Слід» (16+) 19.05 «СуперМама» (12+) 20.15, 22.50 Т/с «Кріпосна. Жадана любов» (16+) 23.05 Т/с «Другий шанс на перше кохання» (12+) | СТБ 05.15 Т/с «Коли ми вдома» 05.30 Т/с «Комісар Рекс» 08.30, 11.50 «МастерШеф Професіонали» (12+) 11.30, 14.30, 17.30, 22.00 «Вікна-Новини» 12.00, 14.50 Т/с «Сліпа» (12+) 15.35, 18.05 Т/с «Слід» (16+) 19.05 «СуперМама» (12+) 20.15, 22.50 Т/с «Кріпосна. Жадана любов» (16+) 23.05 Т/с «Другий шанс на перше кохання» (12+) |
| ІНТЕР | 05:05 «Телемагазин» 05:35, 22:05 «Слідство вели... з Леонідом Каневським» 07:00, 08:00, 09:00, 12:00, 17:40 Новини 07:10, 08:10, 09:20 «Ранок з Інтером» 10:00, 11:00 «Корисна програма» 12:25 Х/ф «ЗВЕДЕННЯ СЕСТРИ» 16:30 «Речдок. Особливий випадок» 18:00, 19:00, 04:15 Ток-шоу «Стосується кожного» 20:00, 02:25 «Подоблиці» 21:00 «Речдок. Велика справа» 23:50 Т/с «Гарна дружина» 00:45 Х/ф «ЧЕТВЕРО ПРОТИ БАНКУ» 02:55 Х/ф «МИ ЖИЛИ ПО СУДСІТВУ» 04:10 «Мультифільм» | ІНТЕР 05:05 «Телемагазин» 05:35, 22:05 «Слідство вели... з Леонідом Каневським» 07:00, 08:00, 09:00, 12:00, 17:40 Новини 07:10, 08:10, 09:20 «Ранок з Інтером» 10:00, 11:00 «Корисна програма» 12:25 Х/ф «ВІД СІМ'Я НЕ ВТЄЧЕШ» 14:35, 15:35 «Речдок» 16:25 «Речдок. Особливий випадок» 18:00, 19:00, 04:15 Ток-шоу «Стосується кожного» 20:00, 02:25 «Подоблиці» 21:00 «Речдок. Велика справа» 23:50 Т/с «Гарна дружина» 00:45 Х/ф «ПОГОНА МАТУСЯ» 02:55 Х/ф «ПОЛІТ З КОСМОНАВТОМ» | ІНТЕР 05:05 «Телемагазин» 05:35, 22:05 «Слідство вели... з Леонідом Каневським» 07:00, 08:00, 09:00, 12:00, 17:40 Новини 07:10, 08:10, 09:20 «Ранок з Інтером» 10:00, 11:00 «Корисна програма» 12:25 Х/ф «ВІД СІМ'Я НЕ ВТЄЧЕШ» 14:35, 15:35 «Речдок» 16:25 «Речдок. Особливий випадок» 18:00, 19:00, 04:15 Ток-шоу «Стосується кожного» 20:00, 02:25 «Подоблиці» 21:00 «Речдок. Велика справа» 23:50 Т/с «Гарна дружина» 00:45 Х/ф «ПОГОНА МАТУСЯ» 02:55 Х/ф «ПОЛІТ З КОСМОНАВТОМ» | ІНТЕР 05:05 «Телемагазин» 05:35, 22:05 «Слідство вели... з Леонідом Каневським» 07:00, 08:00, 09:00, 12:00, 17:40 Новини 07:10, 08:10, 09:20 «Ранок з Інтером» 10:00, 11:00 «Корисна програма» 12:25 Х/ф «ВІД СІМ'Я НЕ ВТЄЧЕШ» 14:35, 15:35 «Речдок» 16:25 «Речдок. Особливий випадок» 18:00, 19:00, 04:15 Ток-шоу «Стосується кожного» 20:00, 02:25 «Подоблиці» 21:00 «Речдок. Велика справа» 23:50 Т/с «Гарна дружина» 00:45 Х/ф «ПОГОНА МАТУСЯ» 02:55 Х/ф «ПОЛІТ З КОСМОНАВТОМ» |
| ІСТV | 06.30 Ранок у великому місті 08.45 Факти. Ранок 09.15, 19.20 Надзвичайні новини 10.10 Громадянська оборона 10.55, 13.25 Х/ф «У ПАСТЦІ ЧАСУ» (16+) 12.45, 15.45 Факти. День 13.45 Т/с «Розтин покаже-2» (16+) 14.45, 16.15 Т/с «Пес» (16+) 17.35, 23.35 Т/с «Юрчишини-2» (16+) 18.45, 21.05 Факти. Вечір | ІСТV 06.30 Ранок у великому місті 08.45 Факти. Ранок 09.15, 19.20 Надзвичайні новини 10.10 Громадянська оборона 10.55, 13.25 Х/ф «У ПАСТЦІ ЧАСУ» (16+) 12.45, 15.45 Факти. День 13.45 Т/с «Розтин покаже-2» (16+) 14.45, 16.15 Т/с «Пес» (16+) 17.35, 23.35 Т/с «Юрчишини-2» (16+) 18.45, 21.05 Факти. Вечір | ІСТV 06.30 Ранок у великому місті 08.45 Факти. Ранок 09.15, 19.20 Надзвичайні новини 10.10 Громадянська оборона 10.55, 13.25 Х/ф «У ПАСТЦІ ЧАСУ» (16+) 12.45, 15.45 Факти. День 13.45 Т/с «Розтин покаже-2» (16+) 14.45, 16.15 Т/с «Пес» (16+) 17.35, 23.35 Т/с «Юрчишини-2» (16+) 18.45, 21.05 Факти. Вечір | ІСТV 06.30 Ранок у великому місті 08.45 Факти. Ранок 09.15, 19.20 Надзвичайні новини 10.10 Громадянська оборона 10.55, 13.25 Х/ф «У ПАСТЦІ ЧАСУ» (16+) 12.45, 15.45 Факти. День 13.45 Т/с «Розтин покаже-2» (16+) 14.45, 16.15 Т/с «Пес» (16+) 17.35, 23.35 Т/с «Юрчишини-2» (16+) 18.45, 21.05 Факти. Вечір |
| УКРАЇНА | 06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною 07.00, 08.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні 09.00 Мисливці за дивами 10.00 Я везу тобі красу 11.00 Т/с «Виходьте без дзвінка 4» (12+) 14.10, 15.30 Т/с «Відважні» (16+) 20.10 Ток-шоу «Говорить Україна» 21.00, 23.10 Т/с «Грім серед ясного неба» (12+) | УКРАЇНА 06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною 07.00, 08.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні 09.00 Мисливці за дивами 10.00 Я везу тобі красу 11.00 Т/с «Виходьте без дзвінка 4» (12+) 14.10, 15.30 Т/с «Відважні» (16+) 20.10 Ток-шоу «Говорить Україна» 21.00, 23.10 Т/с «Грім серед ясного неба» (12+) | УКРАЇНА 06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною 07.00, 08.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні 09.00 Мисливці за дивами 10.00 Я везу тобі красу 11.00 Т/с «Виходьте без дзвінка 4» (12+) 14.10, 15.30 Т/с «Відважні» (16+) 20.10 Ток-шоу «Говорить Україна» 21.00, 23.10 Т/с «Грім серед ясного неба» (12+) | УКРАЇНА 06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною 07.00, 08.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні 09.00 Мисливці за дивами 10.00 Я везу тобі красу 11.00 Т/с «Виходьте без дзвінка 4» (12+) 14.10, 15.30 Т/с «Відважні» (16+) 20.10 Ток-шоу «Говорить Україна» 21.00, 23.10 Т/с «Грім серед ясного неба» (12+) |

| | | | |
|-------------|---|---|---|
| 1+1 | 05.55 Т/с «Комісар Рекс» 08.45, 11.50 «МастерШеф Професіонали» (12+) 11.30, 14.30, 17.30, 22.00 «Вікна-Новини» 12.05, 14.50 Т/с «Сліпа» (12+) 15.40, 18.05 Т/с «Слід» (16+) 19.05 «СуперМама» (12+) 20.15, 22.50 Т/с «Кріпосна. Жадана любов» (16+) 23.05 Т/с «Другий шанс на перше кохання» (12+) | 04:50 Сія: з нами у дику природу 17:50, 00:40 Секретні території 18:50 Там, де нас нема 20:50 Ретромобілі: друге життя 22:40 Океани 23:40 Крила війни 02:50 Судити самі 03:50 Органи на експорт | К-1 06.30 «TOP SHOP» 08.00 М/с «Оху та його друзі» 08.30 «Ух ти show» 09.00 «Орел і Решка. Дива світу» 10.00 «Орел і Решка. Рай та пекло» 11.10, 21.00 «Інше життя» 12.10 Х/ф «ТРИ МЕТРИ НАД РІВНЕМ НЕБА. Я ТЕБЕ ХОЧУ» (16+) 14.30 Т/с «Бeverлі-Хіллс, 90210» 18.00 «Орел і Решка. Навколосвітня подорож» 20.10 «Мам, я роблю бізнес!» 22.00 Т/с «Доктор Хаус» (16+) 23.45 Х/ф «ДОРІАН ГРЕЙ» (18+) |
| ІСТV | 05.20 Скарб нації 05.25 Еврика! 05.30, 10.10 Громадянська оборона 06.00 Факти тижня 06.25 Служба розшуку дітей 08.45 Факти. Ранок 09.10, 19.20 Надзвичайні новини 10.45, 13.15 Х/ф «ПОДРОЖ ДО ЦЕНТРУ ЗЕМЛІ» 12.45, 15.45, 18.45 Факти. День 15.10, 16.15 Т/с «Дільничний з ДВРЗ» (16+) 20.20 Прихована небезпека Прем'єра 21.05 Факти. Вечір 21.25 Т/с «Пес-6» (16+) 22.45 Свобода слова | ІСТV 05.20 Скарб нації 05.25 Еврика! 05.30, 10.10 Громадянська оборона 06.00 Факти тижня 06.25 Служба розшуку дітей 08.45 Факти. Ранок 09.10, 19.20 Надзвичайні новини 10.45, 13.15 Х/ф «ПОДРОЖ ДО ЦЕНТРУ ЗЕМЛІ» 12.45, 15.45, 18.45 Факти. День 15.10, 16.15 Т/с «Дільничний з ДВРЗ» (16+) 20.20 Прихована небезпека Прем'єра 21.05 Факти. Вечір 21. | |

ЧЕТВЕР, 18 ЛИСТОПАДА

| 1+1 |
|---|
| 05.40 «Життя відомих людей» |
| 06.30, 07.10, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1» |
| 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 14.00, 16.45, 19.30 ТСН: «Телевізійна служба новин» |
| 09.25, 10.20 «Життя відомих людей 2021» |
| 11.15, 12.20, 14.15 «Твій день» |
| 14.45 «Одруження наосліп» |
| 17.10 Т/с «Величне століття. Роксолана» |
| 20.36 «Преспорт» |
| 20.38 «Чистопевні 2021» |
| 20.45 Т/с «Джек & Лондон» (16+) |
| 21.45 «Право на владу 2021» |
| ІНТЕР |
| 05:00, 04:45 «Телемагазин» |
| 05:30, 22:05 «Слідство вели... з Леонідом Каневським» |
| 07:00, 08:00, 09:00, 12:00, 17:40 Новини |
| 07:10, 08:10, 09:20 «Ранок з Інтером» |
| 10:00, 11:00 «Корисна програма» |
| 12:25 Х/ф «ВСЕ АБО НИЧОГО» |
| 14:40, 15:35 «Речдок» |
| 16:25 «Речдок. Особливий випадок» |
| 18:00, 19:00, 03:25 Ток-шоу «Стосується кожного» |
| 20:00, 02:30 «Подорожі» |
| 21:00 «Речдок. Велика справа» |
| 23:50 Т/с «Гарна дружина» |
| 04:20 «Мультифільм» |

| УКРАЇНА |
|--|
| 06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною |
| 07.00, 08.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні |
| 09.00 Мисливці за дивами |
| 10.00 Я везу тобі красу |
| 11.00 Т/с «Виходьте без дзвінка 4» (12+) |
| 14.10, 15.30 Т/с «Відважні» (16+) |
| 20.10 Ток-шоу «Говорити Україна» |
| 21.00 Т/с «Грім середяного неба» (12+) |
| 22.10 Слідами українського лома. Друга частина |
| 23.50 Т/с «Чотирилирик бажань» (12+) |

СУБОТА, 20 ЛИСТОПАДА

| 1+1 |
|---|
| 05.20, 07.00 «Життя відомих людей» |
| 08.00 «Сніданок. Вихідний» |
| 10.00 «Світ навіворіт» |
| 18.30 «Світ навіворіт - 13. Екватор» |
| 19.30 ТСН: «Телевізійна служба новин» |
| 20.13 «Преспорт» |
| 20.15 «Чистопевні 2021» |
| 20.20 «Вечірній квартал 2021» |
| 22.15 «Жіночий квартал 2021» |
| 23.40 «Світське життя. 2021» |
| ІНТЕР |
| 05:15 «Орел і решка. Перезавантаження» |
| 07:00 Х/ф «ЖАНДАРМ І ЖАНДАРМЕТКИ» |
| 09:00 «Готуємо разом. Домашня кухня» |
| 10:00 «Все для тебе» |
| 11:00 Х/ф «ЛЮДИНА-ОРКЕСТР» |
| 12:40 Х/ф «КОХАНА ЖІНКА МЕХАНІКА ГАВРИЛОВА» |
| 14:20 Х/ф «ВИЙТИ ЗАМІЖ ЗА КАПІТАНА» |
| 16:00 Т/с «Слідчий Горчакова» |
| 20:00, 04:10 «Подорожі» |
| 20:30 «Місце зустрічі» |
| 22:05 Т/с «Несолодка пропозиція» |
| 02:10 Х/ф «НАРЕЧЕНА НА ЗАМОВЛЕННЯ» |
| 04:40 М/ф «Острів скарбів» |

| ІНТЕР |
|---|
| 05:15 «Орел і решка. Перезавантаження» |
| 07:00 Х/ф «ЖАНДАРМ І ЖАНДАРМЕТКИ» |
| 09:00 «Готуємо разом. Домашня кухня» |
| 10:00 «Все для тебе» |
| 11:00 Х/ф «ЛЮДИНА-ОРКЕСТР» |
| 12:40 Х/ф «КОХАНА ЖІНКА МЕХАНІКА ГАВРИЛОВА» |
| 14:20 Х/ф «ВИЙТИ ЗАМІЖ ЗА КАПІТАНА» |
| 16:00 Т/с «Слідчий Горчакова» |
| 20:00, 04:10 «Подорожі» |
| 20:30 «Місце зустрічі» |
| 22:05 Т/с «Несолодка пропозиція» |
| 02:10 Х/ф «НАРЕЧЕНА НА ЗАМОВЛЕННЯ» |
| 04:40 М/ф «Острів скарбів» |

| УКРАЇНА |
|---------------------------------------|
| 07.00, 15.00, 19.00 Сьогодні |
| 07.30 Т/с «Експрес-відрадження» (12+) |
| 09.00 Зірковий шлях |
| 10.30 Т/с «Вітчакна» (12+) |
| 14.30, 15.20 Т/с «Вітчакна-2» (12+) |
| 20.00 Головна тема |
| 21.00 Шоу Маска - 2 |
| 23.30 Що? Де? Коли? |
| СТБ |
| 07.55 «Неймовірна правда про зріок» |

| СТБ |
|---|
| 05.15 Т/с «Коли ми вдома» |
| 05.35 Т/с «Комісар Рекс» |
| 08.30, 11.50 «МастерШеф. Професіонали» (12+) |
| 11.30, 14.30, 17.30, 22.00 «Вікна-Новини» |
| 12.00, 14.50 Т/с «Сліпа» (12+) |
| 15.35, 18.05 Т/с «Сліп» (16+) |
| 19.05 «СуперМама» (12+) |
| 20.15, 22.50 Т/с «Кріпосна. Жадана любов» (16+) |
| 23.05 Т/с «Щастя за угодою» (12+) |
| ICTV |
| 06.30 Ранок у великому місті |
| 08.45 Факти. Ранок |
| 09.15, 19.20 Надзвичайні новини |
| 10.05 Громадянська оборона |
| 11.00, 13.25 Х/ф «ТРЕМІПНЯ ЗЕМЛІ-5: КРОВНА РІДНЯ» (16+) |
| 12.45, 15.45 Факти. День |
| 13.50 Т/с «Розтин покаже-2» (16+) |
| 14.50, 16.10 Т/с «Пес» (16+) |
| 17.40, 23.35 Т/с «Орчичини-2» (16+) |
| 18.45, 21.05 Факти. Вечір |
| 20.20 Антисомбі |
| 21.15 Т/с «Пес-6» (16+) |
| 22.35 Т/с «Пес-2» (16+) |
| НОВИЙ КАНАЛ |
| 06.00, 07.10 «Kids time» |
| 06.05 М/с «Том і Джеррі» |
| 07.15 «Орел і решка» |
| 09.15 Т/с «Надприродне» (16+) |
| 11.55 «Кохання на виживання» (16+) |
| 13.50 Х/ф «ПОВЕРНЕННЯ СУПЕРМЕНА» (16+) |
| 17.00, 19.00 «Хто зверку?» (12+) |
| 21.00 Х/ф «ТЕМНИЙ ЛИЦАР. ВІДРОДЖЕННЯ ЛЕГЕНДИ» (16+) |
| МЕГА |
| 06:40 Правила виживання |
| 07:40 Страх у твоєму домі |
| 08:40 Бандитський Київ |
| 09:40, 01:35 Речовий доказ |
| 10:50, 21:50 Ретромобілі: друге життя |
| 11:50, 05:40 Містична Україна |
| 12:50, 19:50 |

| ICTV |
|---|
| 06.30 Ранок у великому місті |
| 08.45 Факти. Ранок |
| 09.15, 19.20 Надзвичайні новини |
| 10.05 Громадянська оборона |
| 11.00, 13.25 Х/ф «ТРЕМІПНЯ ЗЕМЛІ-5: КРОВНА РІДНЯ» (16+) |
| 12.45, 15.45 Факти. День |
| 13.50 Т/с «Розтин покаже-2» (16+) |
| 14.50, 16.10 Т/с «Пес» (16+) |
| 17.40, 23.35 Т/с «Орчичини-2» (16+) |
| 18.45, 21.05 Факти. Вечір |
| 20.20 Антисомбі |
| 21.15 Т/с «Пес-6» (16+) |
| 22.35 Т/с «Пес-2» (16+) |
| НОВИЙ КАНАЛ |
| 06.00, 07.10 «Kids time» |
| 06.05 М/с «Том і Джеррі» |
| 07.15 «Орел і решка» |
| 09.15 Т/с «Надприродне» (16+) |
| 11.55 «Кохання на виживання» (16+) |
| 13.50 Х/ф «ПОВЕРНЕННЯ СУПЕРМЕНА» (16+) |
| 17.00, 19.00 «Хто зверку?» (12+) |
| 21.00 Х/ф «ТЕМНИЙ ЛИЦАР. ВІДРОДЖЕННЯ ЛЕГЕНДИ» (16+) |
| МЕГА |
| 06:40 Правила виживання |
| 07:40 Страх у твоєму домі |
| 08:40 Бандитський Київ |
| 09:40, 01:35 Речовий доказ |
| 10:50, 21:50 Ретромобілі: друге життя |
| 11:50, 05:40 Містична Україна |
| 12:50, 19:50 |

| НОВИЙ КАНАЛ |
|---|
| 06.00, 07.10 «Kids time» |
| 06.05 М/с «Том і Джеррі» |
| 07.15 «Орел і решка» |
| 09.15 Т/с «Надприродне» (16+) |
| 11.55 «Кохання на виживання» (16+) |
| 13.50 Х/ф «ПОВЕРНЕННЯ СУПЕРМЕНА» (16+) |
| 17.00, 19.00 «Хто зверку?» (12+) |
| 21.00 Х/ф «ТЕМНИЙ ЛИЦАР. ВІДРОДЖЕННЯ ЛЕГЕНДИ» (16+) |
| МЕГА |
| 06:40 Правила виживання |
| 07:40 Страх у твоєму домі |
| 08:40 Бандитський Київ |
| 09:40, 01:35 Речовий доказ |
| 10:50, 21:50 Ретромобілі: друге життя |
| 11:50, 05:40 Містична Україна |
| 12:50, 19:50 |

Ремесла за призначенням 13:50
Горизонт 14:50, 20:50 Дуже виживання
15:50 Таємниці акул 16:50, 04:40 Сія: з нами у дику природу 17:50, 00:40 Секретні території 18:50 Там, де нас нема 22:40 Океани 23:40 Крила війни 02:45 Судити самі 03:45 Секти. Контроль свідомості

| K-1 |
|---|
| 06.30 «TOP SHOP» |
| 08.00 М/с «Оху та його друзі» |
| 08.25 «Ух ти шоу» |
| 09.00 Т/с «Дикий ангел» |
| 09.40, 20.00 «Орел і Решка. Рай та пекло» |
| 11.30, 18.00 «Орел і Решка. Навколосвітня подорож» |
| 13.30, 21.00 «Інше життя» |
| 14.30 Т/с «Бeverлі Хіллс 90210» |
| 22.00 Т/с «Доктор Хаус» (16+) |
| 2+2 |
| 06.00 «Джедаї 2020» |
| 13.50 Т/с «Розтин покаже-2» (16+) |
| 14.50, 16.10 Т/с «Пес» (16+) |
| 17.40, 23.35 Т/с «Орчичини-2» (16+) |
| 18.45, 21.05 Факти. Вечір |
| 20.20 Антисомбі |
| 21.15 Т/с «Пес-6» (16+) |
| 22.35 Т/с «Пес-2» (16+) |
| НОВИЙ КАНАЛ |
| 06.00, 07.10 «Kids time» |
| 06.05 М/с «Том і Джеррі» |
| 07.15 «Орел і решка» |
| 09.15 Т/с «Надприродне» (16+) |
| 11.55 «Кохання на виживання» (16+) |
| 13.50 Х/ф «ПОВЕРНЕННЯ СУПЕРМЕНА» (16+) |
| 17.00, 19.00 «Хто зверку?» (12+) |
| 21.00 Х/ф «ТЕМНИЙ ЛИЦАР. ВІДРОДЖЕННЯ ЛЕГЕНДИ» (16+) |
| МЕГА |
| 06:40 Правила виживання |
| 07:40 Страх у твоєму домі |
| 08:40 Бандитський Київ |
| 09:40, 01:35 Речовий доказ |
| 10:50, 21:50 Ретромобілі: друге життя |
| 11:50, 05:40 Містична Україна |
| 12:50, 19:50 |

| 2+2 |
|---|
| 06.00 «Джедаї 2020» |
| 13.50 Т/с «Розтин покаже-2» (16+) |
| 14.50, 16.10 Т/с «Пес» (16+) |
| 17.40, 23.35 Т/с «Орчичини-2» (16+) |
| 18.45, 21.05 Факти. Вечір |
| 20.20 Антисомбі |
| 21.15 Т/с «Пес-6» (16+) |
| 22.35 Т/с «Пес-2» (16+) |
| НОВИЙ КАНАЛ |
| 06.00, 07.10 «Kids time» |
| 06.05 М/с «Том і Джеррі» |
| 07.15 «Орел і решка» |
| 09.15 Т/с «Надприродне» (16+) |
| 11.55 «Кохання на виживання» (16+) |
| 13.50 Х/ф «ПОВЕРНЕННЯ СУПЕРМЕНА» (16+) |
| 17.00, 19.00 «Хто зверку?» (12+) |
| 21.00 Х/ф «ТЕМНИЙ ЛИЦАР. ВІДРОДЖЕННЯ ЛЕГЕНДИ» (16+) |
| МЕГА |
| 06:40 Правила виживання |
| 07:40 Страх у твоєму домі |
| 08:40 Бандитський Київ |
| 09:40, 01:35 Речовий доказ |
| 10:50, 21:50 Ретромобілі: друге життя |
| 11:50, 05:40 Містична Україна |
| 12:50, 19:50 |

| ФУТБОЛ-1 |
|--|
| 06.00 Вельс - Бельгія. Відбір до ЧС-2022 07.45 Олімпіад 1-го ігрового дня. Відбір до ЧС-2022 08.15 Іспанія - Швеція. Відбір до ЧС-2022 10.00, 15.00, 19.00, 22.30 Футбол NEWS 10.20, 12.50 «Студія LIVE» 11.00 U-21. Україна - Сербія. Відбір до ЄВРО-2023 13.15 Фінляндія - Франція. Відбір до ЧС-2022 15.20, 18.10 «Головна команда» 16.25 Боснія і Герцеговина - Україна. Відбір до ЧС-2022 19.20 Yellow 19.30, 21.55 «Відбір до ЧС-2022. Матч-центр» 20.10 Сан-Маріно - Англія. Відбір до ЧС-2022 22.50 Північ. Ірландія - Італія. Відбір до ЧС-2022 |

| ФУТБОЛ-1 |
|--|
| 06.00 Вельс - Бельгія. Відбір до ЧС-2022 07.45 Олімпіад 1-го ігрового дня. Відбір до ЧС-2022 08.15 Іспанія - Швеція. Відбір до ЧС-2022 10.00, 15.00, 19.00, 22.30 Футбол NEWS 10.20, 12.50 «Студія LIVE» 11.00 U-21. Україна - Сербія. Відбір до ЄВРО-2023 13.15 Фінляндія - Франція. Відбір до ЧС-2022 15.20, 18.10 «Головна команда» 16.25 Боснія і Герцеговина - Україна. Відбір до ЧС-2022 19.20 Yellow 19.30, 21.55 «Відбір до ЧС-2022. Матч-центр» 20.10 Сан-Маріно - Англія. Відбір до ЧС-2022 22.50 Північ. Ірландія - Італія. Відбір до ЧС-2022 |

| СТБ |
|----------------------------------|
| 06.05, 19.00, 22.50 «Холостячка» |

| СТБ |
|----------------------------------|
| 06.05, 19.00, 22.50 «Холостячка» |

П'ЯТНИЦЯ, 19 ЛИСТОПАДА

| 1+1 |
|---|
| 06.00 «Життя відомих людей» |
| 06.30, 07.10, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1» |
| 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 14.00, 16.45, 19.30 ТСН: «Телевізійна служба новин» |
| 09.25, 10.20 «Життя відомих людей 2021» |
| 11.15, 12.20, 14.15 «Твій день» |
| 14.45 «Одруження наосліп» |
| 17.10 Т/с «Величне століття. Роксолана» |
| 20.13 «Преспорт» |
| 20.15 «Чистопевні 2021» |
| 20.20 «Літа сміху 2021» |
| 22.40 «Вечірній квартал 2021» |
| ІНТЕР |
| 05:15, 23:30 «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, 11:00 «Корисна програма» |
| 12:25 Х/ф «ПРОСТО ЩОБ ВПЕВНИТИСЬ» |
| 14:30, 15:30, 01:20 «Речдок» |
| 16:25 «Речдок. Особливий випадок» |
| 18:00 Ток-шоу «Стосується кожного» |
| 20:00, 03:20 «Подорожі» |
| 21:00 Х/ф «007: ЗОЛОТЕ ОКО» |
| 03:50 Д/п «Візна всередині нас» |
| 04:45 «Телемагазин» |
| УКРАЇНА |
| 06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною |
| 07.00, 08.00, 15.00, 19.00 Сьогодні |
| 09.00 Зірковий шлях |
| 10.20 Т/с «Три кольори любові» (12+) |
| 14.20, 15.30 Т/с «Коли помре кохання» (16+) |
| 20.10 Ток-шоу «Говорити Україна» |
| 21.00 Свобода слова Савика Шустера |
| СТБ |
| 06.05, 19.00, 22.50 «Холостячка» |

| ІНТЕР |
|---|
| 05:15, 23:30 «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, 11:00 «Корисна програма» |
| 12:25 Х/ф «ПРОСТО ЩОБ ВПЕВНИТИСЬ» |
| 14:30, 15:30, 01:20 «Речдок» |
| 16:25 «Речдок. Особливий випадок» |
| 18:00 Ток-шоу «Стосується кожного» |
| 20:00, 03:20 «Подорожі» |
| 21:00 Х/ф «007: ЗОЛОТЕ ОКО» |
| 03:50 Д/п «Візна всередині нас» |
| 04:45 «Телемагазин» |
| УКРАЇНА |
| 06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною |
| 07.00, 08.00, 15.00, 19.00 Сьогодні |
| 09.00 Зірковий шлях |
| 10.20 Т/с «Три кольори любові» (12+) |
| 14.20, 15.30 Т/с «Коли помре кохання» (16+) |
| 20.10 Ток-шоу «Говорити Україна» |
| 21.00 Свобода слова Савика Шустера |
| СТБ |
| 06.05, 19.00, 22.50 «Холостячка» |

| УКРАЇНА |
|---|
| 06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною |
| 07.00, 08.00, 15.00, 19.00 Сьогодні |
| 09.00 Зірковий шлях |
| 10.20 Т/с «Три кольори любові» (12+) |
| 14.20, 15.30 Т/с «Коли помре кохання» (16+) |
| 20.10 Ток-шоу «Говорити Україна» |
| 21.00 Свобода слова Савика Шустера |
| СТБ |
| 06.05, 19.00, 22.50 «Холостячка» |

НЕДІЛЯ, 21 ЛИСТОПАДА

| 1+1 |
|---|
| 07.00 «Життя відомих людей» |
| 08.00 «Сніданок. Вихідний» |
| 10.00, 17.30 «Мандруй Україною з Дмитром Комаровим» |
| 11.00 «Світ навіворіт - 13 Екватор» |
| 12.00 «Світ навіворіт» |
| 18.30 «Світське життя. 2021» |
| 19.30 «ТСН-Тиждень» |
| 21.00 «Танці з зірками 2021» |
| ІНТЕР |
| 07:00 Х/ф «СУПЕРЗЯТЬ» |
| 09:00 «Готуємо разом» |
| 10:00, 11:00, 12:00 «Інше життя» |
| 12:50 «Речдок. Велика справа» |
| 17:30 Х/ф «007: ЗОЛОТЕ ОКО» |
| 20:00 «Подорожі тижня» |
| 22:00 Х/ф «ДЖУНГЛІ» |
| 00:25 Х/ф «СМЕРТЕЛЬНА СТЕЖКА» |
| 02:05 «Речдок» |
| УКРАЇНА |
| 06.50 Реальна містика |
| 08.25 Т/с «Грім середяного неба» (12+) |
| 17.00, 21.00 Т/с «Майже вся правда» (12+) |
| 19.00 Сьогодні. Підсумки з Олегом Пантюго |
| 23.00 Т/с «Вітчакна» (12+) |
| СТБ |
| 08.25 «МастерШеф» (12+) |
| 13.45 «СуперМама» (12+) |
| 18.40 «Битва екстрасенсів» (16+) |
| 21.00 «Один за всіх» (16+) |
| 22.10 «Таємниця ДНК» (16+) |
| 23.20 «Україна має талант» |

| ІНТЕР |
|---|
| 07:00 Х/ф «СУПЕРЗЯТЬ» |
| 09:00 «Готуємо разом» |
| 10:00, 11:00, 12:00 «Інше життя» |
| 12:50 «Речдок. Велика справа» |
| 17:30 Х/ф «007: ЗОЛОТЕ ОКО» |
| 20:00 «Подорожі тижня» |
| 22:00 Х/ф «ДЖУНГЛІ» |
| 00:25 Х/ф «СМЕРТЕЛЬНА СТЕЖКА» |
| 02:05 «Речдок» |
| УКРАЇНА |
| 06.50 Реальна містика |
| 08.25 Т/с «Грім середяного неба» (12+) |
| 17.00, 21.00 Т/с «Майже вся правда» (12+) |
| 19.00 Сьогодні. Підсумки з Олегом Пантюго |
| 23.00 Т/с «Вітчакна» (12+) |
| СТБ |
| 08.25 «МастерШеф» (12+) |
| 13.45 «СуперМама» (12+) |
| 18.40 «Битва екстрасенсів» (16+) |
| 21.00 «Один за всіх» (16+) |
| 22.10 «Таємниця ДНК» (16+) |
| 23.20 «Україна має талант» |

| СТБ |
|----------------------------------|
| 08.25 «МастерШеф» (12+) |
| 13.45 «СуперМама» (12+) |
| 18.40 «Битва екстрасенсів» (16+) |
| 21.00 «Один за всіх» (16+) |
| 22.10 «Таємниця ДНК» (16+) |
| 23.20 «Україна має талант» |

| Злата Огнєвич» (12+) |
|---|
| 10.35 «Як вийти заміж» (16+) |
| 11.30, 14.30, 17.30, 22.00 «Вікна-Новини» |
| 11.50, 14.50, 18.05 Т/с «Сліпа» (12+) |
| ICTV |
| 06.30 Ранок у великому місті |
| 08.45 Факти. Ранок |
| 09.15, 19.20 Надзвичайні новини |
| 10.10 Дизель-шоу (12+) |
| 11.45, 13.25, 22.55 Скetch-шоу «На трьох» (16+) |
| |

● ПАЛЬЧИКИ ОБЛИЖЕШ!

Зробіть банальний бутерброд... небанальним!

Шматочок хліба з різними добавками – найпопулярніший перекус у світі. Ще б пак! Адже навряд чи знайдеться страва, яку вдасться приготувати швидше. І класичне поєднання «хліб-масло-ковбаса» – це всього лиш краплина в кулінарному морі. Перелік продуктів, які можна покласти чи намазати на бутерброд, – просто нескінченний! Причому для цього зовсім не обов'язково бігти в супермаркет і спеціально купувати інгредієнти. Підійде і вчорашня курка гриль, і залишки ковбаси, і рибна консерва, і злегка підсохлий сир, і овочі – словом, усе, що завалялося в холодильнику. Фантазуйте! А ми пропонуємо кілька вже придуманих і випробуваних варіантів бутербродних намазок



“Перелік продуктів, які можна покласти чи намазати на бутерброд, – просто нескінченний!”

Фото із сайту smakuj.com.ua.

СИРНА

Інгредієнти: 150 г плавленого сиру, 2 варені яйця, 1 ст. л. майонезу, невеличкий пучок кропу.
Приготування. Сир і яйця потерти на дрібній тертці, додати нарізаний кріп, майонез і ретельно перемішати інгредієнти до однорідної суміші. За потреби намазку посолити і поперчити.



Фото із сайту zahidnyga.com.ua.

МУХАММАРА

Інгредієнти: 3 болгарські перці, 100 г волоських горхів, 2 ст. л. соєвого соусу, 2 ст. л. панірувальних сухарів, 1 ст. л. лимонного соку, 1 ч. л. зіри, 1 ст. л. томатної пасту, 50 мл олії.
Приготування. Це одна з популярних на Близькому Сході закусок, яку подають до свіжого хліба або сухариків і використовують як намазку. Деко застелити фольгою. Розігріти духовку до 200 градусів. Поставити в неї на 30 хвилин розрізані навпіл перці і запекти. Готові перці загорнути в целофановий кульок і залишити, щоб остигли, на пів години. Тоді видалити насіння і зняти шкірку. Очищені горхи обсмажити на сухій сковороді. Всі інгредієнти скласти в чашу блендера і подрібнити до однорідної консистенції.



Фото із сайту fisunercan.com.

ОСЕЛЕДЦЕВА

Інгредієнти: 200 г філе оселедця, 1 ч. л. гірчиці, 200 г вершкового масла, 2 ст. л. лимонного соку, кілька гілочок кропу, 1 яйце.
Приготування. Оселедець нарізати дрібними кубиками. Яйце пократити так само. Розм'якне за кімнатної температури масло розтерти з половиною дрібно посіченого кропу і гірчицею до однорідної маси. Додати в масло оселедець, яйце і лимонний сік, ретельно вимішати. Другу половину кропу викласти на харчову плівку, на нього – масло з оселедцем, сформувавши з цієї маси «ковбаску», загорнути в плівку і покласти в холодильник як мінімум на 1 годину.



Фото із сайту poradum.com.ua.

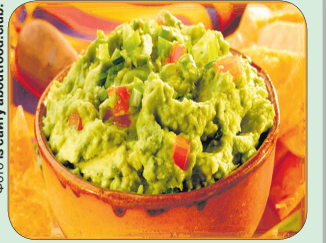
«ЧЕРВОНА ІКРА» З МОРКВИ ТА ОСЕЛЕДЦЯ

Інгредієнти: 2 оселедці, 2–3 варені морквини, 100 г вершкового масла, 1 плавлений сирок.
Приготування. Почистити оселедець, зняти шкірку і видалити всі кісточки. Моркву зварити, охолодити, почистити від шкірки (чим більше моркви, тим насиченіший буде «ікорний» колір, але гостроти менше). Оселедець і моркву пропустити через м'ясорубку. Охоложене масло та сирок натерти на грубій тертці. Ретельно вимішати усі подрібнені інгредієнти і поставити в холодильник мінімум на 2 години. Мастити на хліб або крекер, прикрасити зеленню або фігурними шматочками моркви.



Фото із сайту 4lady.in.ua.

ГУАКАМОЛЕ



Інгредієнти: 3 авокадо, 1 лайм, 1 цибуля-порей (тільки біла частина), 1 помідор, 1 гострий перець, кінза, сіль (краще морська).
Приготування. Цибулю і гострий перець дрібно нарізати. З помідора зняти шкірку, попередньо ошпаривши його. У миску вичавити сік з лайма, скласти в неї очищені від шкірки і кісточок авокадо, розім'яти їх із соком лайма. Помідор нарізати кубиками, додати 2 ст. л. дрібно нашаткованої кінзи. Всипати цибулю і перець, все ретельно перемішати.

КАРТОПЛЯНА

Інгредієнти: 3 картоплини, 150 г плавленого сиру, 50 г вершкового сиру, 200 мл сметани, 1 ч. л. французької гірчиці, 4 мариновані огірки, сіль, перець – до смаку.
Приготування. Картоплю відварити в мундирах, коли схолоне, почистити, дрібно нарізати. Огірки нашаткувати такими ж шматочками, як картоплю. Додати інші інгредієнти, ретельно перемішати все до однорідної консистенції.



Фото із сайту cook.net.ua.

ПЕЧІНКОВА

Інгредієнти: 300–400 г печінки, 2 середні цибулини, 2 морквини, 100 г вершкового масла, сіль і перець – до смаку, олія для смаження.
Приготування. Печінку вимочити, зрізати плівки, пократити на шматочки. Розігріти сковорідку з олією, всипати порізану соломкою цибулю, спасерувати до золотистого кольору, додати потерту на крупній тертці моркву, обсмажити кілька хвилин, тоді викласти шматочки печінки і готувати по 2–3 хвилини з кожного боку. Коли схолоне, скласти печінку з овочами у чашу блендера, додати вершкове масло, сіль і перець за смаком, подрібнити все до стану однорідної маси.



Фото із сайту vseznayko.com.

З КУРЯТИНИ

Інгредієнти: 1 невеличка цибулина, 1 ст. л. оливкової олії, 1 корінь петрушки або пастернаку, 2 курячі філе, 50 г кедрових або волоських горхів, 2 ст. л. будь-яких пряних трав.
Приготування. М'ясо нарізати невеликими шматочками. Цибулю пократити кубиками, у сковорідці обсмажити до м'якості на оливковій олії. Додати нарізаний на тонкі скибочки корінь пастернаку, а через 2 хвилини всипати куряче філе. Вогонь збільшити, обсмажувати, помішуючи, приблизно 7–10 хвилин. Остудити, скласти в блендер усі обсмажені інгредієнти, додати кедрові або волоські горхи й пряні трави і подрібнити до однорідної консистенції.



Фото із сайту vashi-recepti.ru.

З ТУНЦЯ

Інгредієнти: 1 банка консервованого тунця, 4 яйця, 2 ст. л. посіченої зеленої петрушки і кропу, пів лимона, 100 г вершкового масла.
Приготування. З консерви злити рідину, рибу розім'яти виделкою, додати натерте на крупній тертці яйце і нашатковану зелень. Змішати ці інгредієнти з маслом. Намастити цією масою бутерброди і прикрасити половинкою скибочки лимона.

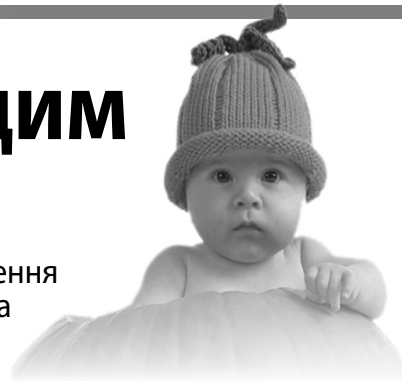


Фото із сайту zernograd.com.

«ГАРБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ»

У додоларову епоху найкращим презентом із Волині був...

Можливо, представники Черкащини чи Вінниччини одразу й не продовжать речення із заголовку, а от мої дорогі волиняни і волинянки мають знати... Жодна серйозна справа не вирішувалась без нього. Та й зараз цей презент ходовий, хоч ціни на нього дуже-дуже кусаються



А юшка яка ж смачна з вугрів! Хоча волинських, кажуть, на Світіязі вже значно менше, ніж привезених десь із Китаю...

Сонця вам від людей! І крутих історій на сторінках «Цікавої газети на вихідні» у 2022-му. Сподіваюсь, ви вже проголосували за нас. Тобто передплатили. Якщо ні — поспішіть. Бо час так швидко минає...

Грицько ГАРБУЗ

Але насамперед маю повторити запитання, головну зачіпку щодо якого вже почав озвучувати.

«ГАРБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» — 41 (2021)

Смертельно небезпечний для людини, та й взагалі для всіх, хто довкруг радіусом три тисячі міліметрів. Самому ж вимірання не загрожує (хіба що все навколо отрують хімією). А якщо і помирає, то ще третину доби до нього краще не підходити.

Проте люди були б не люди, якби не могли давати йому раду. Іноді за допомогою коней і корів, хоча навіть крокодили не хочуть мати з ним справи... А ще його можна назвати родичем людської хвороби, прадідом і водночас правнуком справи Ілліча, братом презенту з країв, де «шумлять, колишуться хліба, як хвиля в морі грається»...

Що за тварина знаходиться у гарбузі?

Одразу ж оголошую відповідь: «Вугор електричний». Брат супер-презента чи хабаря з Волині — риби № 1 Шацьких озер — вугра. Чули про такого? Смакували? А юшка яка ж смачна з вугрів! Хоча волинських, кажуть, на Світіязі вже значно менше, ніж привезених десь із Китаю...

На жаль, лише двоє (!) учасників конкурсу змогли «розкусити» нинішнє завдання. І обоє вони з краю, де «шумлять, колишуться хліба, як хвиля в морі грається» — нашої Волині: **Андрій Куява з міста Ковель і Тамара Нецько з міста Ківерці**. Тож нині без будь-якого жеребу розділяти між собою купюри із зображенням Тараса Шевченка — по 100 гривень.

Переможцям — гучні оплески, а нам час ставити нове запитання.

«ГАРБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» — 45 (2021)

З цього ряду — 0/ 1/ 2/ 3/ 4/ 5/ 6/ 6/ 7/ 8/ 9 — маєте забрати три зайві цифри, щоб утворилися «три трійки чисел», які приведуть вас до тварини, з якої готують дуже

● ЦЕ ЦІКАВО!



2011 року в італійській Венеції встановили ялинку, яка освітлювалась за допомогою електрики, що виробляється електричним вугром.

Фото із сайту zvidusil.in.ua.

може, як і перебиратися по вологому мулу. Улітку, коли вода висихає, заривається, для чого викопає собі нору.

Підраховано, що 10 тисяч вугрів могли б дати енергію для руху електропотяга впродовж декількох хвилин. Але після цього поїзду довелося б стояти кілька діб, доки риби відновили б свій запас електричної енергії.

У Латинській Америці побутує жарт: «Якщо ви купили на ринку електричного вугра, просто під'єднайте до нього електроплиту. Він сам себе посмажить».

Електричний вугор відомий тим, що може завдавати ударів струмом і після своєї смерті (до восьми годин). Це зумовлено діяльністю електричних органів уздовж хвоста, яка продовжується деякий час після смерті риби.

У тих районах, де у водоймах водяться електричні вугри, місцеві жителі ловлять їх на... корів. Рибалки помітили, що корови, на відміну від усіх інших живих істот, дуже легко переносять удари струмом від змієподібних риб, тому худобу просто заганяють у річку з вуграми і чекають, поки вона перестане мукати і кидатися у воді. Спокій стада — сигнал до того, що пора його виганяти на берег і звичайними сітками виловлювати з річки вугрів, які на той час стають абсолютно безпечними, бо використали свій струм.

А електроенергії, що виробляється дорослим вугром, досить для освітлення будинку.

У розетці 220 вольт, а ця рибина має до 650!

Вугра електричного (на фото) застосовують при лікуванні ревматизму

Він генерує розряд струму напругою 300–650 V і силою 0,1–1 A. Така напруга може вбити людину, що перебуває поблизу. Статевозрілий електричний вугор досягає майже трьох метрів у довжину тоді, як його товщина становить близько десяти сантиметрів. Три електричні органи займають майже 80% тіла риби, решту 20% становлять інші органи, які вико-

нують життєво важливі функції (розмноження, дихання, травлення тощо).

Вугри мешкають у річках, що впадають до Оріноко й Амазонки, а також у болотах північно-східної частини Південної Америки. Більшу частину свого життя перебувають на дні, серед водоростей. Мало рухаються й піднімаються на поверхню лише для дихання.

Суходолом вугор пересуватися не

смачні супи і салати. Кажуть, вельми корисні для чоловіків. Недарма ж при згадці цієї тварини проводять паралель із самим сином Зевса... А ще ці «три трійки чисел» можуть привести вас в одну яскраву країну, яка в цьому тисячолітті наробила галасу у футбольному світі. Та й самі «три трійки чисел», які потрапили в «машину часу», — на слуху від Америки до України. А персонаж, який їх поєднав і роз'єднав, асоціюється в нас зі Святославом Вакарчуком,

Олегом Скрипкою, Іваном Леню і Сергієм Танчинцем.

Фото якої тварини знаходиться у гарбузі?

Слово-відповідь треба надіслати до 22 листопада тільки у вигляді телефонного sms-повідомлення на номери: 0501354776 і 0672829775 (наприклад: «Дерево», «Три ведмеді», «Світлана Орловська»), але обов'язково вказати після слова-відповіді у дужках ще й своє ім'я і прізвище (напри-

клад: «М'яч» (Максим Мохнюк) ».

Увага: з одного номера можна відправляти лише одне sms! Цей номер і братиме участь у жеребкуванні при розіграві призових 200 гривень, якщо правильних відповідей буде більше двох. А ще спеціальний приз — 150 гривень — отримає той, хто в листі на поштову адресу (43025, м. Луцьк, просп. Воли, 13) чи електронну (tsikava.gazeta@gmail.com) найяскравіше опише, як шукав відповідь.

Цікава

ГАЗЕТА на вихідні

Тижневик

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

Засновник: Товариство з обмеженою відповідальністю «Газета «Волинь».
Головний редактор і відповідальний за випуск — ЗГОРАНЕЦЬ Олександр Олександрович.
Зареєстрована 6 листопада 2017 року.
Набрана і зверстана в комп'ютерному центрі ТзОВ «Газета «Волинь».

Адреса редакції і видавця:
43025, м. Луцьк, просп. Воли, 13

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

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

ТзОВ «Газета «Волинь» н/р 26008055520122
КБ «ПриватБанк», МФО 303440 ЄДРПОУ 02471695

Друк офсетний. Обсяг — 4 друковані аркуші
Передплатні індекси: 60307, 60312, 60304
Реєстраційний номер
ВЛ № 516-249Р 06.11.2017 р.
Віддруковано: Поліграфічне видавництво
«А-Прінт» ТОВ «Дім», м. Тернопіль.
Тел.: (0352)52-27-37, (067) 352-18-51,
сайт www.a-print.com.ua

Тираж згідно із замовленням. Замовлення № 2014

● ПРОГНОЗ ПОГОДИ

Фото із сайту pixabay.com.



Домінуватиме сірий колір, а не білий: пані Вазіра прогнозує доволі незатишну погоду на початку зими.

До Нового року сніговика не зліпимо

Температура повітря в листопаді та грудні 2021-го коливатиметься в межах норми або трохи вище, через що сніговий покрив у цьому місяці не утвориться

Антон БАМБУЛА

Про це на пресконференції повідомила завідувачка відділу кліматичних досліджень і довгострокових прогнозів погоди Українського гідрометеорологічного інституту НАН Вазіра Мартазінова.

«Температура буде відносно високою до кінця року, з опадів очікується дощ або мокрий сніг. Сніговий покрив не встигне утво-

і до 5–6 градусів на заході країни. У північних і східних областях вона становитиме від 0,5 до 2 градусів.

У грудні температура опуститься до –2 і –3 градусів залежно від області.

Більш холодним, але все ж теплішим, ніж за середніми багаторічними значеннями, буде січень.

«У перші дні січня очікується невелике похолодання, при цьому температурний фон у всіх областях буде вище середніх багаторічних значень — від –3 до –5 градусів», — сказала Мартазінова. А ось січень, за її передбаченням, буде зі снігом.

НА ПРОДОВЖЕННЯ ТЕМИ

Метеоролог пророкує Європі «теплові хвилі Люцифера»

Великі хвилі тепла отримали назву «люциферових» в Італії у 2017 році, коли у всій Південній Європі стояла спека — понад 40 °С

Професор Пітер Стотт із британського Метеорологічного бюро заявив, що шанси на екстремальні погодні явища по всьому світу продовжують зростати, і якщо міжнародному співтовариству не вдасться приборкати глобальне потепління, то до 2100 року слід очікувати приходу в Європу раз на три роки «теплових хвиль Люцифера», коли температура влітку підскакуватиме до 50 °С! «Наукові дані свідчать про те, що чим швидше ми скоротимо викиди парникових газів, тим з більшою ймовірністю зможемо уникнути серйозних наслідків зміни клімату», — заявив учений. Необхідно скоротити такі викиди практично до нуля до 2050 року, щоб уникнути підвищення температур на 1,5 °С і запобігти всім цим катаклізмам.

...А тим часом у серпні 2021 року в Італії було побито рекорд європейських температур — 48,8 °С.

● ЛЮБОВ — ЗЛА

«Відбиває чужих чоловіків»: жінка незвично помстилася «коханому»

Жителька Мелітополя, що у Запорізькій області, розклеїла по місту фото колишнього та його нової пасії, до якої той пішов жити

Лія ЛІС

Скривджена зрадою жінка підписала розклеєні знімки попередженням: «Будьте обережні. Ця ска відбиває чужих чоловіків». Нові оголошення жваво обго-

ворюють мелітопольці. Хтось жаліє жінку, а хтось вважає, що вона принизила сама себе. «Навіщо змушувати бути з собою людину, яка тебе не любить, якій ти байдужа?» — зазначають інші.



Шикарно, правда ж?

● ФОТОФАКТ

Світові знаменитості обирають українську вишиванку

Мати одного з найбільших багатіїв світу — генерального директора Tesla та SpaceX Ілона Маска — 73-річна Мей Маск з'явилася на публіці в сукні-вишиванці від української дизайнерки зі Львова Юлії Магдич

Лія ЛІС

У такому образі мати мільярдера вирушила на світський захід у Катарі. Користувачі соцмереж захоплені вибором жінки. Багато хто звертає увагу, що Маск обрала саме український бренд.

Фото із сайту pixabay.com.



Мати найбагатшої людини світу з'явилася на публіці у вишиванці від української дизайнерки.

ІСТОРІЇ ДЛЯ ДУШІ

ТАК НІХТО НЕ КОХАВ

«Найстрашніша жінка світу»? Але кохана і щаслива!

● ОСОБЛИВИЙ ВИПАДОК

«Горіла, вижила — ховалась, соромилась і прославилась», — історія сильної матері, тіло якої обпалене на 65%



Сільський музикант, одвоївшись, став для сина і татом, і мамою

Зворушлива історія — на с. 10 - 11

Чому одні в ліжку — вічно голодні, інші — завжди холодні



Делікатна тема — на с. 6 - 7



«Як з козла молока»: Ніна Матвієнко розійшлася з чоловіком після 50 років шлюбу



Підприємство — на с. 8

У номері також:

● Виходила заміж за інженера-механіка, а стала... матушкою

● «Пояс вірності»: що це таке?

● Історія до сліз: Коли не можна простити навіть мамі...

● Суперові рецепти квашення капусти

Передплата — 7 гривень на місяць!