Смак Золотого Потоку

Понад 200 автентичних страв презентували на етно-гастрономічному фестивалі у Бучацькому районі

3 стор.

Життєві історії у "Сімейному гніздечку"

ТУР ВИХІДНОГО ДНЯ

8-9 стор.

Незалежний громадсько-політичний тижневик Тернопілля

Наш ДЕНЬ

www.nday.te.ua

Заснований у червні 2013 року / індекс - 68710

№31 (316) /7 серпня-13 серпня 2019 р.

Твій. Мій. Наш ДЕНЬ. Разом!

Триває передплата «Нашого ДНЯ» на наступне півріччя 2019 року!

індекс - 68710

1 місяць – 25 грн. 70 коп.
3 місяці – 75 грн. 10 коп.
4 місяці – 99 грн. 35 коп.

Передплатити «Наш ДЕНЬ» можна у будь-якому поштовому відділенні або у листонош

У ціну газети враховано вартість поштових послуг: прийом та доставку видання до передплатників

Фестиваль «Дзвони Лемківщини» об'єднав лемків з усього світу

Колоритне свято протягом трьох днів відвідало понад 25 тисяч людей

6 стор.

Продукти маркуватимуть по-новому

6 серпня набули чинності нові правила маркування продуктів. Особливу увагу буде приділено етикеткам.

Інформація про харчовий продукт тепер буде точною, достовірною та зрозумілою для покупця.

Реклама - має бути правдивою та доведеною.

Шрифт на етикетці -– великий, чіткий, розбірливий і контрастний, щоб покупець міг його прочитати. Написано має бути тільки українською мовою. Переклад - за бажанням виробника.

Якщо є інгредієнти-алергени, їх будуть виділяти кольором або шрифтом. Склад продукту має бути вказано всюди.

Морожені продукти - маса вказуватиметься без урахування льоду, тож тепер не доведеться платити за намороженний лід.

Термін придатності - буде таке маркування: «Краще спожити до...»

Деякі продукти взагалі можуть бути без маркування: сіль, міцний алкоголь. Чи вказувати термін - вирішуватиме виробник.

Нові етикетки будуть впроваджувати поступово протягом трьох років.

Погода в Тернополі й області

7 серпня - хмарно з проясненням, можливий дощ з грозою, вночі 14-17, вдень 25-28 градусів тепла. Схід сонця - 5.56, захід - 20.50.

8 серпня - хмарно з проясненням, без опадів, вночі 18-19, вдень 23-26 градусів тепла. Схід сонця - 5.58, захід - 20.48.

9 серпня - хмарно з проясненням, без опадів, вночі 16-17, вдень 24-26 градусів тепла. Схід сонця - 5.59, захід - 20.46.

10 серпня - ясно, без опадів, вночі 16-17, вдень 26-28 градусів тепла. Схід сонця - 6.01, захід - 20.45.

11 серпня - хмарно з проясненням, без опадів, вночі 18-19, вдень 26-28 градусів тепла. Схід сонця - 6.02, захід - 20.43.

12 серпня - ясно, без опадів, вночі 15-16, вдень 25-28 градусів тепла. Схід сонця - 6.03, захід - 20.41.

13 серпня - ясно, без опадів, вночі 18-19, вдень 25-31 градус тепла. Схід сонця - 6.05, захід - 20.39.

Вітаємо!

Директора ПАТ «Мшанецьке» на Теребовлянщині, заслуженого працівника сільського господарства України

***Петра Васильовича ІЛІЩУКА** з Днем народження!*

Плекати хліб,
пройтися полем,
Любити землю серцем всім...
Ніде не вчать цього ніколи,
Бо народитись треба з цим!
Тож в день святковий
для Вас нині
Вітання ці від нас прийміть,
Бажаєм Вашій всій родині
Ще многа-многа гарних літ!

Хай буде колос ваговитим,
В роботі – спокій, лад – в сім'ї,
Земля, турботою зігріта,
Дарує щедрі врожаї!

З повагою – колектив газети «Наш ДЕНЬ» і друзі.

Реклама в газеті "Наш ДЕНЬ".
Тел.: +38 (068) 364-08-54

ПРОТОН КЛІНІК

м. Тернопіль
бульвар Д. Галицького, 28/101
www.protonclinic.com.ua
proton.clinic.ter@gmail.com

НОВЕ СЛОВО В ЛІКУВАННІ ПРОКТОЛОГІЧНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ

професійна та якісна медична допомога має бути доступна для всіх

- найкращі лікарі з великим досвідом роботи у малоінвазивній проктології;
- найсучасніша діагностика захворювань прямої кишки та анального каналу;
- рання діагностика передракових станів товстого кишечника;
- лікування всіх видів геморою швидко та без операції;
- видалення поліпів без втрати працездатності;
- лікування анальних тріщин найновішими і найефективнішими методами;
- медикаментозна терапія запальних процесів;

ЗАПИС ЗА ТЕЛЕФОНОМ

+38 (097) 667 - 01 - 77

СМЕРТЕЛЬНЕ «хлібне перемир'я»

Учора, 6 серпня, четверо українських воїнів загинули на Донбасі, поблизу Павлополя, через обстріли путінських терористів. Бойовики гатили із озброєння БМП, гранатометів, великокаліберних кулеметів і стрілецької зброї. Про це повідомив полковник та представник прес-служби Міноборони Дмитро Гуцуляк.

А тим часом від початку доби 21 липня на Донбасі почало діяти безстрокове «хлібне перемир'я». Встановлено його уздовж усієї лінії розмежування в Донецькій і Луганській областях. Відповідно до Мінських домовленостей, режим тиші передбачає обопільне припинення ведення вогню з будь-яких видів озброєння.

Попри перемир'я, проросійські бойовики здійснюють по кілька обстрілів щодня - є поранені військовослужбовці Збройних сил України. Однак у Генштабі «поодинокі обстріли на Донбасі з боку бойовиків» не вважають порушенням домовленостей, досягнутих у Мінську.

Схилімо голови в жалобі за синами України.

Героям Слава!

Майже кожен четвертий житель Тернопільщини - пільговик

В Єдиному державному автоматизованому реєстрі осіб, які мають право на пільги, в Тернопільській області на обліку на 1 липня цього року перебувало 246982 особи. Вказана кількість громадян отримала понад 409 тисяч статусів (посвідчень).

За надані пільгові послуги нараховано 136537,5 тисяч гривень, профінансовано 156131,2 тисячі гривень (у тому числі в рахунок погашення заборгованості минулих років - 23334,0 тисячі гривень), повідомили в Департаменті соцзахисту населення Тернопільської ОДА.

На 1 червня цього року в області проживало 1039117 осіб. Тож виходить, майже кожен четвертий житель краю - пільговик.

В Україні можуть запровадити погодинну подачу води

Українська асоціація підприємств водопровідно-каналізаційного господарства «Укрводоканалекологія» допускає, що водоканали можуть перейти на погодинну подачу води. Пояснюють це тим, що бракує коштів на оплату електроенергії в тарифі підприємств. Про це заявила віце-президент асоціації Ольга Бабій.

Перейти на такий графік можуть з 20 серпня.

«Якщо ми чуємо, що водоканалу вимкнули електроенергію, причина одна - не покривається тариф, немає коштів для розрахунку. Якщо з 20 серпня деякі міста будуть заявляти про перехід на погодинну подачу води, щоб всі розуміли цю причину», - сказала вона.

Кого ця проблема може торкнутися в першу чергу? Міст обласного значення, де бюджети не можуть розрахуватися за електроенергію. Для прикладу Бабій навела наразі такі міста, як Ужгород, Житомир, Суми. «Якщо ситуація законодавчо не врегулюється до 20 серпня, ми матимемо відключення від електрики водоканалів, а згодом техногенні аварії в містах України», - підкреслила вона.

Було запропоновано два способи розв'язання цієї ситуації: підвищити на 20 відсотків тариф на воду, каналізацію, тепло за рахунок коригування в тарифі електроенергії, газу та зарплат. Або зробити водоканали і теплокомуненерго споживачами електроенергії за ціною 1,68 грн.

«Феміда швидко «позеленіла», але життя на виборах не закінчується», - Михайло Головко подякував однодумцям за підтримку

Перемогу на парламентських виборах в одномандатному виборчому округу № 164 з центром в Збаражі здобув кандидат від «Слуги народу» Ігор Василів. Він випередив свободівця Михайла Головка лише на 413 голосів.

Опісля волевиявлення Михайло Головко звертався до правоохоронних органів у зв'язку з інформацією про порушення виборчого законодавства в ОВО № 164. Однак, попри наявні відеодокази, Тернопільський окружний адміністративний суд, а згодом і Львівський апеляційний суд, відмовили у перерахунку голосів та відхилили усі скарги.

– Феміда швидко «позеленіла» – Львівський апеляційний суд відхилив всі наявні скарги та порушення і відмовився задовольнити позов. Цим вчинком влада лише показала свою слабкість, але розумію, чого ж вони так бояться... Наприклад, назву лише дільницю у Чорному лісі Збаразького району, де понад 50 голосів, відданих за мене, виявилися просто недійсними! А скільки ще таких дільниць по округу? При розриві у 413 голосів це має велике значення! – повідомив Михайло Головко.

Свободівець подякував виборцям за підтримку та нагадав, скільки добрих справ вдалося зробити, будучи народним обранцем.

– Життя на виборах не закінчується. Щиро дякую за вашу довіру, яку ви мені втретє висловили своїми голосами під час дострокових виборів до парламенту. 164-й округ - один із найбільших в Україні, охоплює п'ять патріотичних районів, більше трьохсот сіл та хуторів, які я усі не один раз відвідав! Допомагав, наскільки це було в моїх силах. За ці роки спільними зусиллями нам вдалося зробити чимало хороших справ. Як депутат, відвідував всі засідання ради та комітету, не кнопкодавив, ініціював сотні законопроектів та тисячі звернень від своїх виборців. Я завжди стояв на стороні медиків та вчителів, боровся із закриттям освітніх та лікувальних закладів. Попри намагання влади, в округу не ліквідували жодної лікарні чи школи. Також домігся виділення чималих сум на капітальний ремонт доріг і соціальних об'єктів. Ми відкрили десятки дитячих та спортивних майданчиків. Майже сім років, будучи в опозиції, я представляв вас у парламенті. Дякую кожному за можливість всі ці роки відпрацьовувати кредит довіри, – зауважив свободівець.

Також Михайло Головко наголосив на тому, що ця передвиборча кампанія відрізнялася від попередніх великою кількістю бруду та брехні зі сторони опонентів.

– У боротьбі з олігархами, очевидно, я став їхнім особистим ворогом, тому ця виборча кампанія відрізнялася від попередніх масовим брудом та брехнею, замовними статтями та сюжетами на олігархічних телеканалах, які намагались очорнити мене в очах виборців. Надалі я відстоюватиму свою честь в судах, аби покарати тих, хто масово «строчив» про мене наклепи. Мені не соромно за всі ці роки роботи. Багато хороших справ, які вдалося реалізувати для свого округу, дозволили мені втретє отримати надзвичайно велику підтримку виборців. 18068 людей віддали свої голоси за мене, а це – 20, 9 % виборців. Свою кампанію я проводив чесно, на відміну від моїх опонентів, які неодноразово переступали межу людяності та здорового глузду. Зрозуміло, що «зелена хвиля», яка накрила Україну, є тимчасовою. Надалі розбудова нашої держави без націоналістів – неможлива. Я та вся наша свободівська команда захищатимемо наявні здобутки й обов'язково повернемось із ще більшим натхненням працювати на благо громадян, – підсумував Михайло Головко.

У Тернополі оновлять гідропарк

Штучні озерця та канали поблизу міського ставу не чистили понад тридцять років

У Тернополі очистять водойми в гідропарку «Топільче». Рішення прийняли на комісії з питань техногенно-екологічної безпеки та надзвичайних ситуацій за участі експертів і екологів.

Для виконання робіт на сесії Тернопільської міської ради з бюджету громади спрямували понад 1,7 мільйона гривень.

Як розповідають в КП «Об'єднання парків культури і відпочинку м. Тернополя», очищення водних об'єктів відбуватиметься в два етапи. Спочатку роботи проведуть довкола Козацького острова, а з вересня – на усіх інших водних каналах в «Топільче».

- У Тернополі ці водойми не очищували більше тридцяти років. За цей час вони сильно замулилися, через що потік води з Тернопільського ставу не може належним чином проходити до цих водойм, - пояснив директор комунального підприємства Микола Лесів. – Очищувати їх від мулу та старих водоростей ми будемо за допомогою земснаряду.

Фахівці додають, що роботи з очищення тернопільських водойм продовжать також наступного року. Зокрема, заплановано очистити русла річки Серет.

Смак Золотого Потоку

Понад 200 автентичних страв презентували на етно-гастрономічному фестивалі у Бучацькому районі

Минулої неділі у Золотопотіцькій громаді вже вдруге відбувся фестиваль «Смак Золотого Потоку». Господині з 11 сіл презентували автентичні страви, які готують у їх місцевості. Жінки радо ділилися рецептами і пригощали гостей свята.

У наметі Костільників можна було продегустувати голубці з жовтвила. Це народна назва рослини. Місцеві пояснюють, що листя дуже схоже на щавель. Всередині їх наповнюють дріжджовим тістом і випікають. Село Соколів пригощало гостей квашеними огірками з медом, супом із квашеного буряка та балабухами - це кульки з борошна, картоплі та сиру.

- Квашений буряк – корисна і дуже смачна страва, - розповідає Галина Григоришин із Соколова. – Для його приготування беремо червоний буряк і заливаємо водою з сіллю. На 10 літрів води беремо 600 г солі. Зверху потрібно поставити шматок житнього хліба, і так воно кваситься і може зберігатися тривалий час. Аби приготувати страву, вже готовий квашений буряк тремо, заливаємо водою і варимо. Потім додаємо гречку і далі проварюємо. Готуємо засмажку – цибулю смажимо на олії або на смальці зі шкварками. Окремо підсмажуємо борошно і збиваємо із сметаною. Далі все це змішуємо, додаємо спеції, часничок і зелень.

У Русилові обов'язково готують на свята і у піст коржі з маком.

- Для їх приготування потрібно півлітра кефіру, одне яйце, по 1 чайній ложці соди і оцту, дрібка солі, три чайні ложки цукру, - розповідає місцева господиня Ольга Турчак. - Все змішати, додати борошна і замісити тісто. З нього сформувати 8-10 круглих коржів. Випікати їх на сковороді із двох сторін. Далі коржі подрібнити і змішати з маком, перетертим з цукром і медом.

Господині Миколаївки приготували шупеню - страву з квасолі, кукурудзяної крупи та шкварок. Села Сновидів і Возилів презентували велику кількість рибних страв – квашену рибу, тушонку з риби, фаршировану щуку, смажений короп. Скоморохи пригощали вушками із грибами та солодощами.

- Ми готували всією родиною, - каже Марія Федорончук. - Разом з правнучкою Танею ми пекли коржі з яблуками, запіканку з пшона, медовик. Всі страви, які ми презентуємо, приготовані за давніми рецептами. Вони не лише смачні, а й корисні.

Цьогоріч фестиваль «Смак Золотого Потоку» організували за підтримки Західноукраїнського ресурсного центру у рамках програми USAID DOBRE.

- Щоб віднайти оригінальні рецепти Золотопотіцької громади, ми провели опитування та залучили експертку та дослідницю української кухні Олену Брайченко, - розповів програмний спеціаліст програми DOBRE Андрій Мартишко. - Громада має великий туристичний потенціал - поряд річка Дністер та залишки замку Стефана Потоцького, палац тутешнього магната Гнєвоша, особлива природа Дністровського каньйону та каскад водоспадів у селі Русилів. У громаді є близько десятка зелених садиб та дві туристичні бази. Сподіваємося, фестиваль допоможе жителям переоцінити те, що вони насправді мають, і використовувати це для впізнаваності та маркетингу.

У рамках фестивалю жителям села і гостям свята презентували промоційний ролик Золотопотіцької громади, створений за підтримки програми DOBRE. Героями відео стали місцеві жителі, відомий письменник Юрій Андрухович, який згадав Золотий Потік у книзі «Лексикон інтимних міст», Олена Брайченко. Всі вони переконані, що Золотопотіцька громада має велике майбутнє і вже незабаром тут створять цікаві туристичні гастрономічні маршрути, які дивуватимуть автентичними стравами, мальовничими місцями і особливим смаком придністровського краю.

Юля ТОМЧИШИН.

ЯКЩО ТРАВМУВАЛИСЯ НА РОБОТІ: *яку допомогу можна отримати*

ПОТЕРПІЛІ МАЮТЬ ПРАВО НА ВІДШКОДУВАННЯ КОШТІВ, ПОЧИНАЮЧИ ВІД ДІАГНОСТИКИ ДО КУРОРТНОГО ЛІКУВАННЯ

Люблю дорогою на роботу слухати музику на хвилі різних FM-станцій. І от нині поміж музичних композицій в рекламному блоці чую: наше підприємство безкоштовно виготовить для вас протез... Лише довідку принесіть з відповідних установ. Слово «безкоштовно» звучало ще кілька разів. Чомусь здивувала така маркетингова стратегія, бо відомо, що люди реагують на подібні слогани. Але безкоштовно у нашому світі нічого не буває. Тому вирішила уточнити, хто ж платить за допомогу людям, для яких життя обернулося важким періодом після травм.

В управлінні виконавчої дирекції Фонду соціального страхування України в Тернопільській області моє запитання до в. о. начальника управління Федора Бортняка не викликало у нього здивування. Адже відділення цієї установи працює для найрізноманітніших верств населення, більшість з яких – соціально вразливі. І виплачують допомогу як потерпілим на виробництві, так і застрахованим особам в інтенсивному режимі.

- Днями Фонд минув дату – два роки діяльності в новій об'єднаній структурі, - зауважив Федір Бортняк. - Роботи та невідкладних питань надзвичайно багато. Але я завжди кажу: якщо є бажання працювати, то й вихід знайдеться. Несіяне зерно - не зійде. Відтак, головне – не реклама закладу, а довіра та задоволення людей твоєю роботою. Тому акцентуємо найпильнішу увагу в роботі спеціалістів установи на терміновості виплат та безпосередньому контакті зі споживачами послуг, увазі до людей, які потерпіли на виробництві, та їх сімей, і тих, кого на час прикувала до ліжка хвороба.

Як розповів Федір Всеволодович, Фонд фінансує потерпілим на виробництві медичну допомогу, починаючи від оплати діагностики, операцій і до забезпечення необхідними ліками, гігієнічними засобами догляду, медичним наглядом, протезуванням і відновним лікуванням за прямими наслідками нещасного випадку.

- Працівники відділень проводили роботу з оновлення індивідуальних програм реабілітації людей з інвалідністю. – продовжив Федір Бортняк. - Тому спостерігається тенденція до збільшення звернень потерпілих щодо надання медико-соціальних послуг. Постійно роз'яснюють потерпілим на виробництві їх права на забезпечення медико-соціальними послугами. Найчастіше при особистих зустрічах керівників відділень та управління з виїздом за місцем проживання. Цього року вже відвідали 110 осіб в районах.

Забезпечення потерпілих, які стали особами з інвалідністю внаслідок нещасних випадків на виробництві, здійснюється відповідно до висновку МСЕК, за прямими наслідками виробничої травми чи професійного захворювання та потреби потерпілих у санаторно-курортному лікуванні з урахуванням профілю лікування.

У першому півріччі 2019 року укладено 56 тристоронніх договорів з 15 санаторно-курортними закладами України. Вибір санаторно-курортного закладу здійснювався безпосередньо потерпілими на виробництві. Якісне санаторно-курортне лікування вже отримала 21 особа. Для забезпечення потерпілих технічними засобами реабілітації та ортопедичним взуттям управління виконавчої дирекції Фонду в області співпрацює з різними підприємствами, які за кошти Фонду виготовляють протези та інші пристосунки. Також оплачується для цих категорій громадян спеціальний медичний та постійний сторонній догляд, побутове обслуговування.

Загалом, за І півріччя 2019 року профінансовано медичну та соціальну реабілітацію потерпілих на виробництві у Тернопільській області на 2,2 млн. гривень. А також близько 4 млн. грн. - на реабілітацію застрахованих осіб після перенесених захворювань. Виплати населенню області допомоги з тимчасової непрацездатності, допомоги по вагітності та пологах та допомоги на поховання становили майже 93,7 мільйона гривень.

Якщо травмі чи хворобі не вдалося запобігти, в першу чергу потрібна максимальна і ефективна реабілітація для того, аби якнайшвидше повернутися до активного життя. Щодо цього тісно співпрацюють структури виконавчої дирекції Фонду в області з головними лікарями лікувально-профілактичних закладів, докладаючи всіх зусиль, щоб людина не стала інвалідом на все життя, оздоровилася, змогла хоч частково відновити свою працездатність.

Начальник Теребовлянського відділення УВД ФССУ в області Надія Цубера навесні зустрічалася з працівниками Теребовлянської центральної районної клінічної лікарні, розповідаючи їм про переваги профілактики захворювань та виробничого травматизму. 26-літній водій машини швидкої допомоги докладно розпитував, бо мав серйозні проблеми з хребтом. Але тоді не скористався можливістю реабілітації. А коли потрапив до лікарні у важкому стані, працівники Теребовлянського відділення переконали поїхати в санаторій. Вибрав оздоровницю «Карпати». Адже двоє малих дітей потребували здорового татка. Чоловік пролікував хребтові грижі та дуже задоволений ставленням персоналу і турботою працівників Фонду.

Після лікування його стан значно покращився. Тож вдвічі приємніше, коли кошти Фонду допомагають людям поліпшити здоров'я.

Зоряна ЗАМКОВА.

Чи можуть голова правління, директор, гендиректор чи головний бухгалтер бути зареєстровані як ФОП

Пунктом 5 Декрету Кабміну «Про впорядкування діяльності суб'єктів підприємницької діяльності, створених за участю державних підприємств» передбачено: керівникам, заступникам керівників держпідприємств, установ і організацій, їх структурних підрозділів, а також посадовцям державних органів та органів місцевого самоврядування заборонено безпосередньо займатись підприємницькою діяльністю.

Відповідно до п. 4 Положення про умови роботи за сумісництвом працівників державних підприємств, установ, організацій, затвердженого наказом Мінпраці, Мін'юсту і Мінфіну встановлено: керівники держпідприємств, установ, організацій, їхні заступники, керівники структурних підрозділів держпідприємств, установ, організацій (цехів, відділів, лабораторій тощо) та їхні заступники не мають права працювати за сумісництвом (за винятком наукової, викладацької, медичної і творчої діяльності).

Згідно зі ст. 45 Господарського Кодексу України (далі - ГКУ), підприємництво в Україні здійснюється в будь-яких організаційних формах, передбачених законом, на вибір підприємця.

Відповідно до ст. 58 ГКУ, передбачено, що суб'єкт господарювання підлягає держреєстрації як юридична чи фізична особа - підприємець у порядку, визначеному законом.

Згідно із частиною 4 ст. 8 Закону «Про бухгалтерський облік та фінансову звітність в Україні», для забезпечення ведення бухгалтерського обліку підприємство самостійно, з дотриманням вимог цього Закону, може обирати такі форми організації, як користування послугами спеціаліста з бухгалтерського обліку, зареєстрованого як підприємець, що проводить підприємницьку діяльність без створення юридичної особи.

Сектор комунікацій Головного управління ДФС у Тернопільській області.

Ціни на продукти харчування в Україні досягли європейських

Ціни на продукти харчування в Україні зрівнялися з цінами в Польщі й навіть перевищують їх у середньому на 5-7 відсотків. Про це розповів глава Національної Ради економічного розвитку Олексій Дорошенко в інтерв'ю "Оглядачу".

За словами економіста, різниця в ціні лише зростає. В Україні майже немає продуктів, які за вартістю поступалися б представленим у Польщі. У нас все дорожче. Ще одна проблема - якість товарів. Зазвичай, продукти мають проблеми з безпекою. Дорошенко додав, що в Польщі печуть свій хліб з українського борошна і зерна. Незважаючи на це, у нас вартість білого хліба на 30 відсотків вища, ніж у сусідів. І вдвічі дорожче, ніж у сусідів, в Україні коштує молоко.

Одними з чинників такої різниці, каже експерт, є податки. Оподаткування продуктів харчування в Україні вище, ніж у Польщі. Наприклад, там ПДВ - 5 відсотків, а в нас - 20.

Україна

Ситуація з мінами в Україні гірша, ніж у Сирії

3 липня 2014 року піротехніки ДСНС розмінували понад 28300 га землі та 93 га водних об'єктів на Донбасі. А знешкодили понад 173 тисячі вибухонебезпечних предметів. Цю важливу роботу тривалий час здійснює не тільки ДСНС та ЗСУ, але й неурядові міжнародні організації. Зокрема, й Данська група з розмінування. «Впевнений, тільки загальними зусиллями ми зможемо подолати наслідки забруднення територій мінами та іншими боєприпасами», - сказав заступник голови ДСНС Руслан Білошицький. А голова представництва Данської групи з розмінування Кріста Зонголовіч зазначила, що Україна посідає перше місце в антирейтингу кількості жертв від протитранспортних мін. Вона навіть вище за Сирію. Тож очищення Донбасу від мін - одне першочергових завдань.

За кордон може виїхати половина жителів України?

За декілька років в Україні може скластися така ситуація, що за кордон виїде половина працездатного населення. З такою заявою виступив ексголова МЗС Павло Клімкін під час спілкування з ветеранами війни на Донбасі. За словами політика, влада має усвідомити, що власні громадяни є найбільшою цінністю держави і дбати про їхні права та добробут. «Найбільша цінність, яка є в Україні - це не земля і ресурси, а виключно люди. Українці заслуговують на свободу і на справедливість. Звісно, важливий і добробут... Нам потрібне верховенство права, розуміння принципів і зміна нашого патерналізму», - наголосив Клімкін.

Наша країна не сприятлива для автомобілістів

В ЄС асоціації автолюбителів провели дослідження щодо визначення кількості бензину, яку можуть придбати громадяни тієї чи іншої країни на середню зарплату. Україна - в кінці рейтингу. Середньостатистичний українець на середню платню може купити лише 279 літрів бензину, і цей показник найгірший у всій Європі. Приміром, громадяни Люксембургу можуть купити 2,9 тисяч літрів бензину, а норвежці - 2,2 тисячі, пише Автотема. Високі показники в Австрії, Ірландії, Великобританії - жителі цих країн можуть купити більше 1,9 тисяч літрів палива на середню зарплату. В Україні ж - наймінімальніші доходи громадян. Трохи вище в рейтингу розташувалися Болгарія, Румунія, Латвія і Білорусь. Тамтешні громадяни можуть придбати не більше 560 літрів бензину на середню зарплату.

«ВКонтакте» і «Одноклассники» будуть заблокованими

Російські соціальні мережі, які були офіційно заблоковані в Україні в 2017 році, і надалі блокуватимуться. «Є ворожі медіа, в тому числі і соціальні, які не можуть бути дозволені, тому що це зброя ворога. Ми просто не маємо робити дурниць, а захищати наш інформаційний простір повинні», - сказав нардеп Микита Потураєв, передає «Радіо Свобода». Таке повідомлення РНБО оприлюднила у зв'язку із «зростанням кількості повідомлень про ймовірне скасування санкцій».

Сотні тисяч жителів Закарпаття мають угорські паспорти

Близько 300 тисяч жителів Закарпатської області мають громадянство Угорщини. Українці отримали паспорт цієї країни незаконно, адже в нашій державі заборонене подвійне громадянство. Головний військовий прокурор Анатолій Матіос не назвав точну цифру закарпатців з угорським громадянством, оскільки це «розкриє засоби і методи», за допомогою яких військова прокуратура збирає докази, пише «Новий час». Він також зазначив, що дані про наявність подвійного громадянства збираються для ідентифікації тих українців, які мають доступ до державної таємниці або перебувають на офіційних постах.

Без яких щеплень можуть не пустити до школи

Невдовзі діти підуть до школи. Але державні навчальні заклади можуть забороняти відвідувати заняття тим учням, які не отримали необхідні щеплення за календарем профілактичних щеплень. В.о. міністра охорони здоров'я Уляна Супрун нагадала, що дитина повинна бути вакцинована від 10 інфекційних хвороб: гепатиту В, туберкульозу, кору, паротиту, краснухи, дифтерії, правця, кашлюка, поліомієліту, хібінфекції. Вакцини, передбачені календарем щеплень, можна отримати безкоштовно у свого сімейного лікаря, педіатра чи терапевта.

Коли долар суттєво підскочить?

Восени очікується зростання курсу долара, сказав міжнародний економічний експерт, голова ГО «Національний інтерес України» Ігор Гарбарук виданню Факти. «Час, коли варто очікувати цієї ситуації, - третя декада жовтня й перша декада листопада цього року», - прогнозує він. За словами Гарбарука, нинішнє зміцнення гривні має виключно спекулятивне підґрунтя. «На Україну звернули увагу міжнародні валютні спекулянти, які, скориставшись ситуацією, масово скуповували облігації внутрішньої державної позики», - зазначив експерт. Зміцнення української нацвалюти дало можливість спекулянтам обміняти долар на гривні й закупити цінні папери. Наприкінці року почнеться зворотній процес: облігації будуть гасити й обмінювати гривню на долари. Це й стане причиною зростання валюти.

75 відсотків співгромадян не довіряє українським судам

75 відсотків українців не довіряє українським судам. При цьому 46 відсотків опитаних вважають, що саме діяльність суддів найбільш негативно впливає на рівень довіри до них. Такі результати опитування соціологічної групи Центру Розумкова спільно з Фондом «Демократичні ініціативи» імені Ілька Кучеріва на замовлення Центру політико-правових реформ. На думку громадян, саме притягнення корумпованих суддів до кримінальної відповідальності та очищення суддівського корпусу від недоброчесних суддів може найбільш позитивно вплинути на довіру до судів. Так вважає 63 відсотки опитаних. З цього можна зробити висновок, що більше половини українців з нетерпінням чекають належного розслідування справ суддів Окружного адмінсуду міста Києва та відповідного покарання за їх злочинні дії.

Світ

Українців все частіше не пропускають до Польщі

На початку 2019 року кількість відмов у в'їзді до Польщі для громадян України зросла на 12 відсотків. На польському кордоні не пропустили понад 27 тисяч українців. Це на 12,1 відсотка більше, ніж за аналогічний період 2018 року, йдеться на сайті «Європа без бар'єрів» з посиланням на дані Польської прикордонної служби. Головними причинами відмов українцям на польському кордоні залишаються брак документів для підтвердження мети візиту чи умов перебування і нестача коштів. Абсолютна більшість відмов стаються на наземному кордоні.

Яке море найбрудніше в Європі?

Середземне море - найбільш забруднене в Європі. Щільність відходів у ньому подвоїлася за останні 30 років, повідомляє Європейська правда. Усе через збільшення виробництва пластмас та систематичнішим виявленням морських відходів, відповідно до Рамкової директиви морської стратегії ЄС. Сумки, пляшки, банки, упаковка, мотузки, рибальські сітки, одяг - це 60 відсотків відходів, що утворюють так званий «килим» на морському дні Середземного моря. Джерел відходів безліч: комерційні і туристичні судна, рибальство, звалища, промислові або міські райони. Щороку 8 мільйонів тонн пластмас скидається в океани, в тому числі 200 тисяч тонн у Середземне море.

У Гренландії - рекордне танення льодовиків

У Гренландії за один день розтануло 11 мільярдів тонн льоду. Це рекордна кількість за всю історію спостережень, повідомила учена-кліматолог Рут Моттрам із Данського метеорологічного інституту, пише ТСН. Рекордне скорочення гренландського крижаного щита зафіксували 1 серпня. «Через високі температури щит зазвичай починає танути наприкінці травня. Цьогоріч процес стартував ще у квітні й до липня прискорився. Лише за один цей місяць розтануло 197 мільярдів тонн льоду. Це майже втричі більше звичних 60-70 мільярдів тонн», - розповіла вчена. Через це цьогоріч рівень світового океану підвищився на 0,5 мм. До кінця століття позначка може сягнути кількох метрів.

У світі з'явилося перше офіційне місто-парк

Лондон першим у світі здобув статус національного парку-міста. А отримав це звання завдяки великій кількості зелених територій: на 9 мільйонів жителів припадає 8 мільйонів дерев, а парки та сквери займають майже 17 відсотків площі міста. До того ж у Лондоні живуть 15 тисяч видів диких звірів, птахів і комах. Міська влада не збирається зупинятися на досягнутому. До 2050 року зелених просторів у Лондоні стане на 50 відсотків більше, ніж зараз, пише Закон і бізнес.

У Швеції запровадили дозвіл на жебрацтво

Місто Ескільстуна стало першим муніципалітетом у Швеції, який запровадив дозволи на жебракування, повідомляє видання Nyheter24. Щоб отримати відповідний дозвіл, жебраки повинні заповнити електронну форму онлайн або звернутися до відділення поліції. Вартість дозволу - 250 шведських крон (23 євро), крім того буде стягуватися адміністративний збір. Заявник має перебувати на території країни легально і мати шведський номер соціального страхування. За дотриманням правил стежитимуть муніципальні працівники і поліція. Якщо у жебрака не виявлять відповідного документу - оштрафують.

Німеччина - найбільший торговельний партнер РФ серед країн ЄС

Німеччина має найбільші торговельні зв'язки з РФ серед усіх країн-членів Євросоюзу. Як повідомляє Європейська правда, про це свідчать дані Євростату. Торік Німеччина була як найбільшим імпортером товарів з Росії (33 мільярди євро), так і найбільшим експортером до Росії (26 мільярдів євро). В експорті Євросоюзу до РФ переважали машини і транспортні засоби, хімікати та інша продукція, що разом склало 90 відсотків експорту. В імпорті ЄС із Росії переважали первинні товари (72 відсотки), переважно енергетика, сировина, продукти харчування й напої. Крім того, лікарські засоби були найбільш експортованим продуктом ЄС до Росії, тоді як найбільший імпорт із Росії - сира нафта й машинна олива.

Японці створили «літаючі» будинки

В Японії створили будинки, здатні на кілька сантиметрів підніматися над поверхнею землі в разі початку землетрусу і перебувати в такому положенні до закінчення підземних поштовхів. Система, розроблена конструкторами компанії Air Danshin Systems Inc., передбачає наявність потужної повітряної подушки, що дозволяє будинку зависати над землею. Чутливий датчик здатний завчасно зафіксувати початок сейсмічної активності. Він подає сигнал, що активує повітряний компресор. Останньому потрібні лічені секунди, щоб наповнити повітрям спеціальну подушку між самим будинком і фундаментом. Після закінчення поштовхів будинок сідає на спеціальну раму по периметру фундаменту.

У польському селі 9 років народжуються лише дівчата

Село, розташоване на південному заході Польщі, прославилося завдяки демографічному феномену. Там уже протягом 9 років народжуються лише дівчатка. Через це юні представниці прекрасної половини опановують професії, які стереотипно вважалися чоловічими, і роблять це успішно, повідомляє ТСН. Вони тренуються рятувати поранених, опановують професію вогнеборців тощо. Пояснити феномен ніхто не може. Нині наймолодшому представнику сильної статі у Мейсці-Оджаньському - 12 років. Якщо у селі народиться ще один хлопчик, мер обіцяє винагородити його батьків.

Індійські лікарі видалили хлопчикові 526 зайвих зубів

Лікарі з індійського міста Ченнаї знайшли у 7-річного Равіндраната 526 зайвих зубів. Усі вони перебували в зародковому стані. Дитину доправили в лікарню зі скаргою на сильний біль у щелепі. Рентген і МРТ допомогли виявити пухлину з великою кількістю зубів. Хлопчика терміново прооперували. Медики з'ясовують, що стало причиною аномалії. Серед можливих версій розглядається випромінювання від вежі стільникового зв'язку.

Ольга ЧОРНА.

Фестиваль «Дзвони Лемківщини» об'єднав лемків з усього світу

Колоритне свято протягом трьох днів відвідало понад 25 тисяч людей

Минулих вихідних в урочищі Бичова поблизу Монастириськ відбувся ювілейний фестиваль «Дзвони Лемківщини». Цьогоріч свято офіційно отримало статус міжнародного. Дійство відвідали не лише жителі різних куточків України, а й делегації з Польщі, Сербії, Хорватії, Словаччини, Канади та Сполучених Штатів Америки.

Традиційну лемківську ватру запалили у перший день фестивалю, в п'ятницю. У суботу відбулася урочиста хода Монастириськами, покладання квітів до пам'ятника Тарасу Шевченку, де звучали «Думи мої...» різними мовами, у тому числі й на лемківській говірці.

Учасники ходи вшанували пам'ять лемків, які загинули під час і після депортації.

- Дуже розчулила усіх театралізована сповідь депортованого лемка, який загинув від голоду у Донецькому степу, тримаючи в кишені шматочок черствого хліба для сина, - розповіла директор музейного комплексу «Лемківське село» Віра Дудар. – Також помолилися за полеглих борців за волю України, які віддали власне життя, захищаючи територіальну цілісність нашої держави.

Лемківська ватра – це своєрідне свято єднання. Тут зустрічаються родини, які були примусово роз'єднані, друзі, односельці. Для кожного з них депортація – це частина сімейної історії, трагедія і біль рідних людей. Цьогорічний фестиваль «Дзвони Лемківщини» особливий, адже це ще й сумна дата – 75- річчя з часу депортації українців із їхніх етнічних земель – Надсяння, Підляшшя, Холмщини, Лемківщини.

- Сотні тисяч українців було депортовано у примусовому, позасудовому порядку, - зазначає голова Тернопільської обласної ради Віктор Овчарук. - Депортація супроводжувалася терором, репресіями, конфіскацією майна. Та незважаючи на переслідування, заборони, утиски, страждання у часи тоталітаризму, лемки зуміли зберегти свою самобутню культуру та традиції. І що найголовніше, передали своїм дітям, внукам та правнукам непохитну любов до рідного краю – Лемківщини. Хвала вам, що ревно бережете традиції, що не втрачаєте ідентичності та самобутності.

Фестиваль «Дзвони Лемківщини» об'єднує гостей не лише веселими забавами, а й унікальними лемківськими піснями, говіркою, звичаями та майстер-класами. Тому кожен охочий зміг оглянути тематичні виставки, долучитися до спортивних змагань, навчитися правильно зав'язувати лемківську хустку, молотити зерно на жорнах, розмалювати писанки і пряник, навчитися сікти капусту, гострити ножі, плести з лози.

- Ми дуже хотіли, щоб гості свята на власні очі побачили лемківський побут, культуру, – розповідає Віра Дудар. – Щоб люди хотіли пізнавати минуле своїх предків, досліджували історію свого роду, щоб діти цікавилися, як жили їх бабусі-дідусі. Всі охочі могли навчитися лемківської говірки, приміряти автентичне вбрання і сфотографуватися, побачити, як жили лемки. А ще гостей фестивалю пригощали традиційними лемківськими стравами – киселицею, мастикою, дзядками, бандурками.

Вже цього року в урочищі Бичова планують збудувати музей лемківської культури. На це з держбюджету виділили 13 мільйонів гривень. Також держава передала музею 17 гектарів землі під будівництво скансену у «Лемкіському селі» та ще 6 га – на облаштування стоянки для транспортних засобів під час фестивалю.

Тимофій ВИГОНЯЙЛО, фото Івана ПШОНЯКА.

Справжня молитва там, де серце чисте

Господь говорить: «Сину мій! Віддай мені серце твоє» (Притч.23.26). Це найбільшою мірою стосується молитви. Всяка молитва є насамперед звертанням людини розумом і серцем до Бога. Зовнішні дії при молитві, осіяння себе хресним знаменням, поклони, вимовляння слів молитви напам'ять або з книги, піднесення рук – усе це тільки ознаки внутрішнього стану духу того, хто молиться, зовнішнє вираження молитви.

Отже, вона складається з порухів розуму й серця та тілесної дії. Молитва розумова може бути і без вимовляння слів уголос, але із спрямуванням духу вгору, з теплом у серці, з умиротворенням. Така молитва завжди дійде до Бога.

Молитва ж цілком зовнішня, коли супроводжується вона тільки рухами тіла без участі серця, без духовного змісту, буде мертвою оболонкою і для нашого серця і для слуху Господнього. Та слід пам'ятати, що Його благодать є відповіддю на наші діла і молитви. Коли віруючий обмежує себе зовнішніми проявами релігійності, прагне до кількості, а не до якості молитов, до тривалості, а не до глибини їх, дотримується тільки зовнішнього виконання молитовного правила, - все це зовсім не є свідченням синівського духу молящого перед Богом. Цим така людина віддаляє себе від Царства Небесного, яке за апостолом, всередині нас, і осягається воно «зусиллям і тільки ті, що докладають зусилля, здобувають його» (Мф.11.12).

Зусилля наші не повинні бути тільки зусиллями над тілом без пильності над серцем, без внутрішнього духовного діяння. Зусилля над собою – це бажання одержати дух Божий, внутрішній спокій і умиротворення серця в ньому. І це має бути змістом справжньої молитви. Так молилися подвижники. Справжня молитва привертає до серця благодать Духа Божого, душа християнина стає тоді справжнім храмом Божим, Царством Господа. «Царю Небесний.., прийди і вселися в нас», - так молимося ми. Справжня молитва буде там, де серце чисте, вільне від пристрастей, серце блаженне, яке бачить Бога, віддане Йому.

За словами Спасителя, правдиві віруючі поклоняються Отцеві в дусі та істині, бо саме таких послідовників Отець шукає Собі. «Бог є Дух: і ті, що поклоняються Йому, повинні поклонятися в дусі та істині» (Ів.4.23-24). Тому молитовний труд, угодний Богові, є тільки труд від серця і труд серця.

Всякий, хто знає молитву, розуміє і штучність чисто зовнішнього «відправлення» молитви, однак щось штовхає нас іноді на обхідні шляхи, на холодне стояння перед Господом, на виконання цього найвищого правила без належного прагнення пройнятися світлим і блаженним духом щирої і безустанної молитви, розкрити серце своє перед Богом. Але тільки в справжній молитві можливе спілкування з Господом, тільки через неї Святий Дух приходить до нас.

«Моліться повсякчас» (Євр.6.18),- навчає св. апостол Павло. Найкраща молитва та, в якій зникає межа між зовнішніми діяннями і рухами серця. «Жертва Богові – дух сокрушенний, серцем сокрушенним і смиренним Бог не погордить...» (Пс.50.12).

Тож коли ми принесемо Богові в своїй молитві цей дух сокрушенний і серце смиренне, тобто зробимо свою молитву живою, позбавленою показовості, духовною, істинною, тоді і зовнішня сторона її приємна буде Богові.

о. Богдан ЗІНЧЕНКО, член Національної спілки журналістів України.

Святиня, що зцілює хворих

Неймовірна історія чудотворної ікони Тартаківської Матері Божої

«Наш ДЕНЬ» вже тривалий час провадить рубрику «Чудотворні ікони Тернопільщини». Цього разу ми пропонуємо вашій увазі розповідь нашої стажерки про дивовижну святиню Львівщини.

Ікона Тартаківської Матері Божої відома на весь світ своїми чудесними зціленнями хворих. Зареєстровано сотні фактів та дивовижних історій про оздоровлення і порятунок людей, які щиро молилися до святині і мали сильну віру. Після Другої світової війни реліквію перевезли до Польщі. Цього літа в оновлений костел села Тартаків Сокальського району Львівської області повернули достовірну копію святині, яка століттями оберігала громаду і допомагала людям.

Яка ж історія Ікони Матері Божої Тартаківської? Її подарував тартаківцям монах Єремія, який служив у монастирі отців Василіян. Монах подорожував по Єрусалиму і приніс із цього святого місця ікону Пречистої Діви Марії. З радістю і вдячністю прийняли тартаківці святу ікону та встановили її в дерев'яній новозбудованій каплиці. Довгі роки стояла каплиця, поки не згоріла під час пожежі. Вогонь знищив все, крім святої ікони, котра залишилася недоторканою. З того часу цій чудотворній іконі вірні постійно віддають шану, а на місці каплички збудували велику дерев'яну церкву, в котру і перенесли чудотворний образ.

На підставі висновків авторитетної комісії 5 березня 1777 року оголосили церковний декрет про визнання образу чудотворним. Упродовж трьох століть храм св. арх. Михаїла у Тартакові був місцем паломництва віруючих. Цей образ називали Царицею Надбужанського краю. У "Книзі чудес і ласк" ("Liber memorabilium") із другої половини XVIII кінця XIX ст. зафіксовано 407 чудотворних зцілень і надзвичайних благодатей. Багато фактів задокументовано у книзі костелу.

У спогадах йдеться про німкеню за походженням Марію Ремпертову, син якої впав до глибокої криниці і перебував в ній близько півгодини. Вона молилася до Непорочної Діви Тартаківської і пообіцяла їй, що буде постити у всі середи до кінця життя, якщо син житиме. Люди вийняли дитя здоровим.

Ще один запис про Василя і Агату Сіялкових: дворічний син після довготривалої хвороби помер. Вони вже мали намір поховати дитину, але їм прийшла думка віднести мертве дитя до костелу в Тартакові. Дитина чудом ожила. Свідками цієї події були дуже багато людей разом з парохом храму.

Біля ікони є багато дарів на пам'ять про видужання від хвороб. До прикладу, серце на святині свідчить про видужання семирічної Іринки Омелько, яка в 1930 році важко захворіла. Батьки вже втратили будь-яку надію й лише щиро молилися Тартаківській Матері Божій. І дівчинка одужала. Тоді брат її батька, чернець Крехівського монастиря, поїхав до Почаєва і звідти привіз серце, яке подарував чудотворній іконі Матері Божої на честь обітниці за видужання Іринки.

Після Другої світової війни поляків Тартакова було переселено у Польщу. Коли вони їхали, забрали з собою реліквію і передали на реставрацію. В 1965 році відновлений у Кракові образ привезли до костелу в селі Лукавець на Любачівщині, де осіло багато тартаківців. Оскільки оригінал образу Тартаківської Матері Божої міцно прижився в Лукавці, де для нього звели новий храм, до Тартакова вирішили повернути достовірну копію. Її коронував і освятив у 2004 році Папа Іван Павло II для тартаківського костелу. Через аварійний стан храму ікона зберігалася в Червонограді і лише цього літа її урочисто повернули у Тартаків. Тож тепер щороку у першу суботу липня у цьому селі проходить парафіяльний відпуст на честь Матері Божої Тартаківської Зцілительки хворих. А також цей день буде Архідієцезіальним днем хворого.

Молитва до Пресвятої Діви Марії зцілительки хворих в Тартаківській іконі

О, найулюбленіша в чудотворній Тартаківській іконі Маріє, Ти найбільша моя втіха після Бога, наближаюсь до Тебе з усією довірою, як дитина, до найкращої Матері, падаю недостойний покірно до Твоїх ніг, як жебрак, і благаю: випроси у Сина свого милосердя для мене за безліч моїх гріхів, а також утіш мене у моєму пригніченні та смутку.

Ти стільки чудес вчинила в цьому, вибраному Тобою місці, стільки нещасних хворих вилікувала, стільком стривоженим та пригніченим витерла сльози і в їхні серця влила бальзам утіхи, і через це я також надіюсь, що Ти не покинеш мене в моїх турботах, а тільки як милостива Мати, зцілителька хворих та пристановище для грішників, приймеш мене під Свою святу опіку сьогодні і в годину смерті. Амінь.

Юля СЕМЕНЮК.

Притча

Стілець не був порожній...

Дівчина попросила священика прийти помолитися про здоров'я її хворого лежачого батька. Зайшовши в кімнату, священик побачив біля ліжка стілець і подумав, що до його приходу готувалися.

- Ви мене чекали? - запитав священик.

- Ні, а хто ви? - запитав хворий.

- Я - священик. Ваша дочка запросила мене помолитися з вами про здоров'я. Коли я побачив порожній стілець поруч з вашим ліжком, припустив, що ви знали про мій візит.

- Ах так, стілець ... - сказав хворий і, знизивши голос, продовжив: - Я нікому про це не розповідав... Все свідоме життя я ходив до церкви і чув там постійно, що завжди треба молитися, що молитва багато дає людині, зігріває його серце. Але все молитви входили мені в одне вухо і виходили з іншого. Я не міг їх запам'ятати, можливо, тому, що вони не чіпали мене. А потім я перестав молитися. І тільки пару років тому один хороший друг сказав мені, що молитва - це просто розмова з Богом. Він порадив мені сісти на один стілець, а на іншому, уявити, що сидить Ісус Христос. Адже Він же сказав: «Я з вами по всі дні аж до кінця віку». «А потім розповідай Йому про все, що хвилює тебе, і уважно слухай, як ти слухаєш мене зараз», - сказав він. Я спробував - і мені так сподобалося, що я щодня по дві години став проробляти це. Але тільки так, щоб не бачила моя дочка, яка могла подумати, що я став божевільним.

Священик порадів за недужого, порадив не переставати вести такі розмови з Богом, потім помолився над ним, благословив і пішов. А через кілька днів після цього випадку дочка прийшла знову і сказала, що її батько помер. Священик запитав:

- Як він пішов?

- Була друга година дня, коли батько покликав мене до ліжка, - відповіла дівчина. - Він сказав, що сильно любить мене, і поцілував. Я пішла в магазин, а коли повернулася, то знайшла його бездиханним. Але щось в його смерті здалося мені дивним. В останні хвилини він, мабуть, зібрав всі сили, відірвався від подушок і посунувся до стільця, який стояв поруч з його ліжком, і поклав на нього голову. Саме так я його і знайшла. Як ви думаєте, що б це могло означати?

- Дай Боже кожному так піти, - відповів священик, витираючи сльози. - Стілець не був порожнім...

...Усе починається з мами.
І казочка перша у світі,
І сонячна подорож в літо...
І кроки найперші. І слово...
Усмішка в мами -
тепла і кольорова...

На фото Мирослава КОЛОМІЙЧУКА: Ірина Критюк - працівник управління соціального захисту населення м. Ланівці з сином Дмитриком.

Перстень з рубіном

Сюжети

– Це містика! – сказали поліцейські, коли оглянули місце злочину.

– Це Святий Миколай! Це він заслонив їм очі! – вигукнула Лана, піднявши руки до неба.

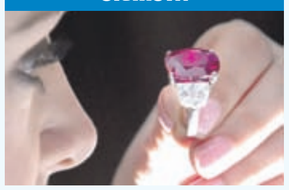
Ні грошей, ні золота, ні банківських карток, ні речей злодії не взяли. Їхні невидимі сліди були в усіх кімнатах великого будинку, куди вони проникли, відваживши відхилене вікно. Пробули там чималий час, але навіть ліжко пом'яте заправили. Усі дивувалися таким діям злочинців. І лише наступного дня Лана побачила на письмовому столі свою розгорнуту книгу поезій...

«Бачить усі наші вчинки
Господа око високе,
Кожну життєву стежинку
Встелить любов нам і спокій...»

....У маленькому селі, де жив Юрій, люди знали один одного, як п'ять своїх пальців. Молодих сімей було мало, одна з них – їхня з Оленою. Дітей у них не було, не хотіла дружина.

– Поживемо для себе, спершу кар'єру збудувати хочу, - говорила переконливо, і чоловік змовкав. Працювала в сільській раді, заочно навчалася. А Юрій мав золоті руки. В школі був переможцем усіх творчих олімпіад. Влаштувався на роботу в місті, в ювелірну майстерню. Гарно заробляв. Та дружині все було мало. А недавно дійшла до Юрія чутка, що коханця завела собі Олена – дільничного інспектора. Не вірив Юрій, не хотів навіть думати про це. Але якось, в полудні, приїхав додому, бо відчув, що йому дуже зле – голова дико боліла, нудило, і сам не знав, що з ним діється. Те, що побачив в хаті, не забуде ніколи. В їхньому ліжку кохалася Олена з Дмитром. Його штани, зі службовим пістолетом на ремні, лежали на кріслі. Не тямлячи себе, Юрій вихватив зброю з кобури і став стріляти. Потім його знайшли в саду. Сидів, обхвативши голову руками, і стогнав, як поранений звір. Олени не зачепив, а ось Дмитро помер від ран дорогою до лікарні.

Лана одержала лист від невідомого з місць позбавлення волі. Він був довгим, написаним акуратним почерком: « Я сиджу за вбивство, та я не вбивця... Ваш вірш я прочитав в газеті, там була адреса, тому й пишу... Тут є час подумати над життям... знаю, що ви мені не відпишете... такі, як я, не потріб-



ні ні людям, ні суспільству... В мене нічого не залишилося, крім вашого вірша...» Лана читала історію двадцятитрьохрічного ув'язненого, попереду в якого було десять років тюрми. Які думки були в неї тоді, зараз не пам'ятає. Тільки те, що зібрала свої книги і відправила до тюрми. Листа не відписала.

– Вони там не мають що робити, то й пишуть жалібні чи любовні листи, може хтось поведеться. Не відписуй, бо пристане, а потім ще й приїде, не дай Бог, - порадила Лані знайома. Той лист зачепив вразливу Ланину душу і вона вирішила хоч щось зробити для незнайомця, відправивши книги.

За десять років життя у Лани сталося багато подій. Вона писала і видавала книги, жила життям, повним радісних і сумних подій. Про лист забула.

Життя Юрія, за цей час, майже не змінилося. Воно проходило за суворим режимом ув'язненого.

– Гей, «мокрушнику», ти вже скоро «відкинешся», - Одноокий складав свої далекоглядні плани в камері, де сиділо троє злочинців.

– Я ж вам сказав, що я не вбивця, – відкусався Юрій.

– Та так, ти святий! – зареготав той. Так і приклеїлася до Юрія кличка «Святий». І ось він уже крокує запиленою польовою дорогою до свого села. В кишені куртки, що вийшла з моди десять років тому, довідка про звільнення. А ось і горбок знайомий, де видно село, як на долоні. Тут не раз з хлопчаками збиралися свої розмови підліткові вести. Юрій сів на зелену траву. Вітер обвівав свободою усе його тіло. Серед хатин поглядом відшукав свою. Щось тяжке і гостре заворушилося в грудях, запекло біля серця. Зрозумів – туди йому шлях заказано. Він встав і пішов назад, навіть не озираючись, лиш три рази плюнув на дорогу... У великому місті хотів загубитися серед шуму та гаму. Влаштувався різноробочим в будівельну компанію. Але «дружки» знайшли його.

– Ти наш, не забувай! Справа є.

–Я на «мокре» не піду, - відрізав Юрій.

– А тебе ніхто і не просить. Пальчики нам твої золоті потрібні, - сказав головний банди. А Юрію тоді було все одно, чим займатися, на житті своєму він поставив хрест.

– На Захід їдемо, там роботи непочатий край. Зажерлися бандерівці.

Кілька хатів взяли без особливих пригод. Цей будинок рожевого кольору усім приглянувся. Потрапили до нього легко – господарі вікно залишили прочиненим. Один стояв на «атасі», а Юрій із Рудим проникли до будинку. Нишпорили недовго, бо наче щось стримувало їх. Рудий ліг на розкішне ліжко у спальні, а Юрій сів у крісло. З фотографії на них дивилася сімейна пара.

– Я б хотів мати такий будинок, - зітхнув Рудий.

– А я таку дружину, - сказав Юрій. - Красива. Дивися, тут її прикраси. Заберемо – буде плакати.

– Нехай поплаче, той ще їй купить, - кивнув на фотографію чоловіка. Юрій відчинив шафу, а Рудий так і лежав на ліжку, заклавши руки за голову. Які чудові сукні! Вона, мабуть, артистка! Візьмемо? Та кому брати? Двоє замовкли, задумавшись кожен про своє. І раптом Юрій побачив на полиці знайому книгу. Став листати, знайшов вірш.

– Це вона, вона! - вигукнув здивовано. Він став читати напам'ять вірш, а Рудий слухав і мовчав, аж просльозився.

– Ми нічого тут не візьмемо, ти чуєш? Скажемо Одноокому – «голяк». Домовилися? – запитав Юрій.

– Добре, – сумовито мовив Рудий, непомітно прихопивши зі столика перстень з рожевим рубіном...

Лані прийшло повідомлення із Нової пошти.

– Та я нічого не замовляла, - здивувалася.

– Все оплачено. Прийдіть і заберіть...

Коли вона розпакувала бандероль, то у маленькій коробочці побачила свій золотий перстень з рожевим рубіном...

Раїса ОБШАРСЬКА.

Образок

Лист до внука

Подзвони мені, внучку, сьогодні. І ще завтра, і ще колись. У хаті побілений, скромній ми з чеканням удвох обнялись. Порідднились із поглядом вікон – на один і той самий пейзаж... Ось і прожила я вже більш, ніж піввіку, але радості мені ніхто вже не дасть, бо є той ніким не врахований стаж.

Подзвони хоча б на два слова, щоб зраділа, всміхнулася я. Рідко старість бува кольорова, а частіше самотня й сумна. Мені потрібно уже зовсім мало, і у мене немає новин. Та і друзів вже майже не стало – з телефоном один на один.

Я іду на подвір'я із хати, і моя рука його майже не випуска... Подзвони. Просто, без приводу й свята, бо я завжди чекаю твого дзвінка...

Лідія КРОХМАЛЮК.
с. Старий Олексинець Кременецького району.

Невигадане

«Тепер у нас - нове життя»

Її мрії, надії, віра і сподівання розбилися вщент. Сьогодні вона його втратила назавжди. Весела весільна музика, що лунала на іншому кінці вулиці, відлунювала жалобними акордами у її спустошеному серці, яке справляло поминки за їхнім коханням. Дивилась у вікно і світа Божого не бачила. Сльози заливали її обличчя.

...Про таке неземне кохання, яке було у Світлани і Тараса, пишуть вірші і романи. Здавалося, ідеальнішу пару за них годі й пошукати. Дівчина до безтями кохала свого синьоокого красеня-хлопця і була впевнена, що він теж по вуха закоханий у неї. Іноді сама собі дивувалася, як її, тиху, спокійну, звичайну на вроду, покохав Тарас, за яким не одна дівчина сохла. Їхні протилежності у всьому притягувалися, вони доповнювали один одного, як день доповнює ніч, біле – чорне, інь – янь... Та враз на горизонті щастя молодих людей з'явилась та, що звела ці стосунки нанівець. Всі бачили, що Тарас віднедавна щораз частіше почав поглядати у бік струнконогої красуні Наталі, яка приїхала погостювати до родичів. Тільки Світлана не помічала чи не хотіла помічати цього через своє сліпе кохання, поки якось хлопець, як грім серед ясного неба, повідомив їй приголомшливу звістку:

– У нас з Наталею буде дитина. Вибач.

Світлана ще довго стояла у стані закам'яніння. Вже й Тарасова постать сховалася за квітучими садами їхньої вулиці, а дівчина все ніяк не могла поворухнутися від щойно почутого, яке відмовлявся сприймати її розум.

До останнього їй хотілось вірити, що це якийсь страшний сон, котрий скоро закінчиться. Саме нині вона хотіла ощасливити коханого звісткою про свою вагітність.

...Музики гучно грали весільного марша. Веселі і схмелілі гості співали молодятам: «Гірко». Та ніхто не знав і не міг собі уявити, як гірчило на душі у Світлани. У сутінках, не вмикаючи світла, вона так і просиділа усю ніч біля вікна. Спогади про коханого все виринали і виринали в пам'яті, хоч намагалася змусити себе назавжди про нього забути.

Наче чорна хмара, Світлана снувала по кімнаті.. Це тривало декілька тижнів – до тієї миті, коли одного ранку відчула, як під її серцем щось заворушилося.

...Світлана заново поверталася до життя. Пологи у неї пройшли швидко і практично безболісно. Маленьке дитятко ніби знало і відчувало, що його матері і так достатньо болю завдали. Крихітна донечка-красуня зростала у цілковитій любові, яку їй замість двох – мами і тата – заміняла вона одна. Донечка підростала і ставала незамінною маминою помічницею.

Тарасова ж пасія Наталка дедалі частіше дорікала чоловікові: то він грошей мало заробляє, то додому пізно приходить, іноді напідпитку. Далеко не такою, як до заміжжя, була його дружина. Спокусниця і безтурботна дівчина перетворилася у зміюку. А тепер ще й не пропускала нагоди, щоб не дорікнути чоловікові тим, що донечка Світлани дуже схожа на нього. Тарас жодного разу не бачив своєї трирічної донечки. Він вдосвіта ішов на роботу, із сутінками повертався додому. Не знала раніше про існування точної копії свого чоловіка – дівчинки і Наталка, адже зі Світланою вони жили тепер на різних боках містечка. Світлана продала свою невеличку хатинку і купила однокімнатну квартиру якнайдалі від коханого. Дізналася лише декілька днів тому, вперше привівши до дитсадка їхнього із Тарасом синочка. Вона стала на порозі дошкільного закладу і заціпеніла: на неї дивилося двійко блакитних очей світлорусої дівчинки.

Того вечора Наталка «закотила» істерику чоловікові. Він стояв у непорозумінні. Як це може бути? Світлана ж нічого не розповідала йому про дитину. Щоправда, тепер йому пригадалось, як сусіди розповідали про те, що Світлана одразу ж після їхнього весілля поїхала в село до бабусі, а повернулася не більше півроку тому із дитиною. Тепер в його голові почала чіткіше вимальовуватись картинка, а довідавшись, коли день народження дівчинки, усілякі сумніви покинули Тараса: це його донька!

Якось Тарас заявив Наталці, що сьогодні він поведе сина у дитсадок. Вона кричала, була проти, але зрозумівши, що нічого не вдіє, дозволила чоловікові побачити дочку.

Серце Тараса шалено калатало у грудях. Біля дитсадка він побачив Світлану із донечкою. Жінка збентежено опустила погляд, та одразу ж справилася зі своїми хвилюваннями. В ту мить зрозуміла, що колишнім коханим вона уже перехворіла. Тарас просив вибачення, сказав, що залишить свою дружину заради неї і донечки.

– У тебе є син і дружина, яким ти потрібен, – холоднокровно відповіла жінка. – Ти покинув мене і нашу, тоді ще ненароджену донечку, коли нам був дуже потрібний. Тепер у нас є чоловік і батько, якого ми дуже любимо, а він – нас. Тепер у нас – нове життя.

Оля ГЛАДЧУК-ПОПАДЮК.

Сокровенне

ТУР вихідного дня

Емма закінчувала складати валізку. Поміж речами причаїлися смутки. Не тому, що сама вирушала в свою першу мандрівку до Європи. Причина була зовсім в іншому...

- Доброго ранку, Еммо, - привіталася сусідка-пенсіонерка з нижнього поверху, яка вигулювала свого чотирилапого улюбленця. - Куди це ви зібралися?

- У подорож. Туристичну. Путівку на ювілей син подарував.

- Скільки ж то вам, Еммо?

- П'ятдесят.

- Хоч нікому не зізнавайтеся. Гарно виглядаєте. А надовго їдете?

- Та ні. Це - тур вихідного дня називається.

- Чого так мало?

- Робота. І так ледве на п'ятницю й понеділок відпросилася.

- Щасливої дороги, Еммо...

На роботі її відпустили б і на тиждень, і на більше. Але мала якось викрутитись перед допитливою сусідкою. Та й путівку ніхто їй не дарував...

...- Славчику, тато іде від нас, - тихо мовила Емма і погладила чорняве синове волосся.

- Куди, мамо?

- Він буде жити в іншій сім'ї.

- А чому не з нами?

- Маленький ти ще, не розумієш.

- Я вже великий. До школи скоро піду. А тато буде до нас приходити?

- Не знаю, сину...

Емма була не з тих жінок, які нарікають на життя навіть у найскрутніші часи. У неї росте син. Хіба це не радість? І роботу має. І дах над головою - батьки залишили двокімнатну квартиру, а самі перебралися на родинне обійстя в село, що неподалік міста. Звісно, грошей не вистачало. Але Емма навчилася викручуватися.

Славко любив дивитися фільми про мандрівників та цікаві далекі країни.

- От, як би нам, мамо, туди поїхати, - казав мрійливо.

- Хіба я проти? Та за що?

- А ти була за кордоном?

- Ні.

- Коли виросту - подарую тобі мандрівку. Багато мандрівок...

Емма усміхалася і... подумки вирушала у світ разом із сином.

Після закінчення вишу Славко влаштувався менеджером в невелику, але успішну компанію. У нього був хист до цієї роботи. Мав пристойний заробіток. І здобув прихильність власниці компанії.

Альбіна була вдовою. Бізнес дістався від чоловіка. Вона керувала жорстко і вправно. Не любила, коли її кликали по-батькові. Не терпіла плітка́рів і нитиків.

Молодий менеджер тест на виживання, як жартували в компанії, пройшов. Альбіна не зогледілося, як закохалася в Славка. Була старшою за хлопця більш, як на десяток років. Але кохання про вік не запитує...

Славкові імпонувала увага бізнес-леді. А їй імпонував розумний і вродливий молодий чоловік.

Альбіна першою запросила Славка на побачення. Потім запропонувала перебратися жити у її просторий приватний будинок. А згодом - узаконити їхні стосунки.

Еммі все це не подобалось. Відмовляла сина від, на її думку, необдуманих кроків.

- Гадаєш, їй потрібна нормальна сім'я? Діти? Заможній мадам потрібен статус. Кажуть, зараз модно старшим жінкам закохуватися в молодих хлопців. Хоча, яке це кохання?! Вибади. Все у людини є, лише молодого коханця бракує.

- Ми на море з Альбіною їдемо. Ти б пораділа за нас, мамо.

- От якби твоєю нареченою молода дівчина була, то й пораділа б...

Згодом Славко з Еммою таки одружилися. Без гостей і забави. Розписалися і вирушили у закордонну весільну подорож.

Син на хвильку по дорозі в своє нове життя заскочив до матері. Сказати, що їде.

- А твоя... м-м-м... дружина де?

- Альбіна в машині. Чекає мене.

- Чому ж не зайшла? Ми так і не познайомились, як годиться. Я навіть не привітала вас із одруженням. Ви ж не запросили...

- Пізніше, мамо, пізніше. Хіба ці вітання-бажання - головне в житті? Ну, все, я побіг...

Емма дивилася через вікно, як син сідає у розкішне авто. Машина рушила. А на Емму напав такий жаль...

Славко з Альбіною запросили Емму в гості у вихідний. Вона довго перебирала свій гардероб. Не знала, що одягнути. Дорогих брендових речей у неї не було. Хіба дещо із секонду. Як жартувала співробітниця, магазини секонд-хенду - найкрутіші бутики у місті.

Товариство Емми було для Альбіни нудним. Емма нічого не тямила в її бізнесі. В стилі життя. У них - різні інтереси... Альбіні час від часу телефонували чи то ділові партнери, чи знайомі. Вона відчувала полегшення, коли відповідала на дзвінки.

- Піду я, сину. Вдома треба дещо зробити. Бабусю з дідусем провідати. Ти, до речі, коли в них був?

- Роботи багато. Зберуся якось. Ходімо, мамо, на кухню. Я гостинці для тебе маю.

Коли Славко складав у торбинку продукти, до кухні зайшла Альбіна. Глянула. Вийшла. Покликала чоловіка.

- А що це за гуманітарну допомогу ти роздаєш? - запитала.

- Тобто?

- Усе в цьому світі має ціну, мій любий. Я розумію, що це твоя мама, але... Якби вона, наприклад, в будинку прибрала, поки наша хатня робітниця хворіє. Ми б їй віддячили... тими ж продуктами.

- Ти хотіла сказати - заплатили б.

- Хай буде так.

Емма почула цю розмову. Чи то Альбіна не вміла тихо розмовляти. Чи хотіла, аби все долетіло до вух свекрухи. Сахнулася від гостинців. Швиденько видякувалася. Більше до сина в гості не ходила. Та й не запрошували.

Часом забігав Славко. Розповідав, що все у нього гаразд. Довго в матері не затримувався. Емма здогадувалася: Альбіна ревнує свого молодого чоловіка.

...Дехто з її співробітників їздив за кордон в туристичні подорожі. Розповідали про тамтешні принади, шопінг, ціни... Емма зрозуміла: від сина обіцяної мандрівки не дочекається. І обіцяв він те все, коли хлопчиськом був. А тут ще й невгамовна сусідка почала діставати:

- Еммо, де будеш ювілей святкувати? Мусиш щось пристойне організувати. В тебе ж невістка крута. Бізнесменша. Пощастило Славкові. Певно, щось гарне тобі подарують.

От і вирішила Емма спрезентувати собі подорож. Хай люди вважають: це від сина.

Біля Емми в автобусі сиділа приємна дівчина. Марина. Їх і в готелі разом поселили. Це також була її перша коротка подорож за кордон. Марина скидалася на невгамовне дівчисько. Жваво на все реагувала. Це сусідство скрашувало Еммині невеселі думки.

У невеличкій крамничці Марина прицінювалася до шарфиків.

- Правда, гарні? - запитувала Емму. - Мені ось цей подобається. А вам?

- Я також люблю пастельні кольори.

- Куплю на подарунок.

- Для мами?

- Та ні, - хвилька смутку набігла на обличчя дівчини, - для своєї виховательки. Сирота я. А Марія Олександрівна... Ми її дуже любили. Вона була нам, як мама. І, знаєте, їй дуже шарфики подобаються. Якби не Марія Олександрівна, то, може й не було б роботи, яку люблю, і цієї гарної подорожі. Вона нас у спину штовхала, аби вчилися, в люди вибились. Я вам пізніше про неї розкажу...

...Мандрівка видалась цікавою. Екскурсії, трішки шопінгу... Завтра - додому. А сьогодні в Емми день народження. Але вона так і не дочекалася вітального слова від сина. Навіть есемески...

Ольга ЧОРНА.

Веселим рядком

Шведський стіл

Поселився Жмот Михайло
в лондонськім готелі
І вирішив в ресторані
з'їсти фрикаделі.
Увійшов турист до зали,
й довгий стіл побачив.
– Ну й накрили,– швидко
в думці сам собі відзначив.

Взяв стілець, й розсівся
гордо, наче туз козирний –
Метрдотель примружив очі,
шепчучи настирно,
Прагне чітко і доступно
тому пояснити,
Що традиції народні
прийнято цінити.

Бігає навколо нього,
рушником махає,
З відчаю заплаче скоро,
що робить, не знає.
– Із стільця,– сказав Іван, –
я одразу встану,
Як побачу, що зайшов швед
до ресторану.

Примхливий жених

Захотілось удівцеві
знову одружитись
І на гуртових засадах
в шлюбі новім жити.
Жінка щоб була красива,
зналася в коханні,
Гарувала на городі
з вечора до рання.

У бюро знайомств подався
й вирішив дізнатись,
Чи є тут такі дівиці,
щоб в них закохатись.
– В нас асортимент великий,
навіть різнобарвний:
Є розлучені, вдовиці,
панночки забавні.

– На вдовиць не хочу зовсім
витрачати часу,
Зіставлятиме із мужем,
що не буде спасу.
Панночки, не надихають,
надто ще зелені,
У коханні досвід мають,
як водиці в жмені.

А розлучені – загара,
хто зна, що на думці,
З ними женяться нехай хіба
лиш безумці.
– То яку вам жінку треба?–
запитали строго.
– Щоби мала чоловіка
хворого й старого.

Василина ВОВЧАНСЬКА.
м. Тернопіль.

Стартували з перемоги

3 серпня футбольний клуб "Нива" Тернопіль у 2 турі Другої ліги у виїзному поєдинку з рахунком 0:3 обіграв дебютанта ліги — вишгородський "Діназ".

Стартові хвилини зустрічі минули без загострень. Але "Нива" більше контролювала м'яч та намагалася поступово наближатися до воріт суперника. Звісно, що моменти не забарилися. Спочатку Різник, а потім Волохатий не використали перспективні можливості.

Щодо "Діназа", то господарі проявили себе лише у середині тайму. Скориставшись кількома індивідуальними помилками гравців "Ниви" на своїй частині поля, вишгородці створили дві по-справжньому гольові нагоди. Але в обох випадках "Діназу" завадив Максим Механів, який врятував свої ворота.

Усе на свої місця розставили заключні хвилини першого тайму. Багатоходівка "Ниви" на чужій половині поля завершилася вдалим простріл Проціва у район одинадцятиметрової позначки, звідки Скакун без зайвих проблем розстріляв ворота "Діназа" — 0:1.

Не минуло й хвилини, як м'яч вдруге побував у сітці воріт господарів. Цього разу у ролі асистента виступив Роман Волохатий. Його простріл з лівого флангу тепер вдало, у два дотики, завершив Андрій Різник — 0:2.

Забиті м'ячі додали впевненості тернополянам, які після перерви повністю контролювали гру. Відверта перевага по грі та у рахунку дозволила Василю Малику провести усі можливі п'ять замін, випустивши на поле ще трьох дебютантів — Малащука, Тригубу та навіть голкіпера Єрмолова.

На 65-ій хвилині "Нива" відзначилася і втретє. Знову спрацювала зв'язка Волохатий-Різник. Роман вивів партнера на побачення з воротарем і Андрій без проблем оформив дубль.

Вдалий початок сезону, але це лише перший крок у чемпіонаті Другої ліги. За тиждень "Нива" знову зіграє на виїзді. У Чернівцях підопічні Василя Малика протистоятимуть "Буковині". Зустріч відбудеться 11 серпня о 17:00 на місцевому стадіоні "Буковина".

Футбол Тернопілля

* * *

Дві команди з Тернопільщини, які заявилися на чемпіонат України серед аматорів - великогаївський "Агрон-ОТГ" та теребовлянська "Нива" синхронно здобули стартові перемоги в першому турі.

3 серпня "Агрон" у драматичному поєдинку переміг на виїзді "Вотранс" з Луцька – 3:2. Голи у великогаївській команді забили – Назар Процик, Тарас Червонецький та Арсен Кривобедрий.

4 серпня теребовлянська "Нива" на домашньому стадіоні "Колос" за присутності 700 глядачів перемогла "Покуття" з Коломиї (Івано-Франківська область) – 3:1. Що цікаво, нашим землякам довелося відігратися після пропущеного голу на 10-й хвилині. Однак, дубль Ігоря Олексієнка та автогол Дениса Ханція принесли перемогу "Ниві".

Заводська "Агронива" в останній момент відмовилася від участі в чемпіонаті України серед аматорів.

* * *

На адресу Федерації футболу Тернопільської області найшов офіційний лист про зняття з першої ліги чемпіонату Тернопільської області сезону 2019 року ФК "Ланівці ОТГ".

До речі, і в сезоні-2018 ФК "Ланівці-Стандарт" теж не спромігся завершити чемпіонат області в першій лізі, ставши єдиним, хто відмовився взяти участь у турнірі за 7-12 місця. Дуже шкода, що Лановеччина, яка дала українському та тернопільському футболу таких відомих футболістів, як Олег Ящук, Петро Прядун, Михайло Куриляк та інших, залишився без обласної футбольної команди.

* * *

Результати матчів 12-го туру першої ліги чемпіонату Тернопільської області, які відбулися 4 серпня:

"Бастіон-1427" (Горішня Вигнанка) – "Вся Україна – Колос" (Бучач) – 1:4 (1:1)

"Три валети" (Кременець) – ФК "Трибухівці" (Бучацький р-н) – 4:1 (1:1)

"Зоря" (Хоростків) – "Скала-Айва" (Скала-Подільська) – 0:2 (0:0)

"Арсенал" (Білокриниця) – ФК "Вишнівець" – 0:1 (0:1)

"Дністер" (Заліщики) – ФК "Ланівці-ОТГ" – 3:0 (команда з Лановець знялася зі змагань).

Матч ФК "Збараж" – "Нива" (Підгайці) – перенесено.

Прем'єр ліга, результати двох турів

1 тур:
Ворскла 0 : 1 Зоря
Десна 1 : 2 Львів
Колос 2 : 1 Маріуполь
Дніпро-1 2 : 0 Олімпік
Олександрія 1 : 3 Шахтар
Карпати 0 : 2 Динамо

2 тур:
Маріуполь 2 : 1 Олександрія
Львів 0 : 3 Динамо
Десна 2 : 0 Ворскла
Олімпік 0 : 1 Колос
Шахтар 3 : 0 Карпати
Зоря 1 : 1 Дніпро-1

Тернополяни – у призерах

* * *

У місті Дніпрі проходив чемпіонат України з пауерліфтингу серед паралімпійців. Участь у цих змаганнях брали 105 спортсменів з двадцяти областей України. Тернопіль представляли на цих змаганнях Катерина Кухарчук та Едуард Каськів, які виступили дуже вдало.

Так, Катерина Кухарчук (2003 р.н., м. Ланівці, учениця Тернопільського обласного навчально-реабілітаційного центру), виступаючи у ваговій категорії до 55 кг, виборола третє місце серед жінок та стала переможницею серед юніорок. А майстер спорту України тернополянин Едуард Каськів серед чоловіків у ваговій категорії до 88 кг був п'ятим.

* * *

У Чернігові проходить чемпіонат України з літнього біатлону серед юніорів та юніорок. Дві медалі - срібну і золоту - вже здобув на цих змаганнях тернопільський біатлоніст Руслан Бригадир. Так спортсмен посів друге місце у спринтерській гонці на 10 км серед юніорів та завоював золоту нагороду в гонці переслідування на 12,5 км. Відтак, Руслан Бригадир виборов право виступати на чемпіонаті світу з літнього біатлону, який відбудеться 23-25 серпня 2019 року у Раубічі (Бєлорусь).

* * *

Тернопільський борець греко-римського стилю Володимир Войтович став бронзовим призером чемпіонату світу зі спортивної боротьби серед кадетів. Такі змагання з 29 липня до 4 серпня 2019 року тривали у столиці Болгарії, місті Софії. Бронзову нагороду наш земляк здобув у ваговій категорії 51 кг, у сутичці за третє місце, здолавши спортсмена з Румунії Деніса Флоріна Міхая.

На шляху до фіналу Cadet World Championship Володимиру Войтовичу вдалося перемогти таких суперників, як Артем Катцар (Білорусь), Баріс Ербек (Туреччина), Елмір Елієв (Азербайджан).

Спортивна арена

* * *

Український паралімпієць Олег Іваненко переплив Ла-Манш і встановив світовий рекорд. За 18 годин безперервного запливу він подолав 62 кілометри. Спортсмен подолав майже вдвічі більшу відстань, ніж передбачалося, через негоду.

* * *

Російський важковаговик Олександр Повєткін проведе бій з британцем Х'юі Ф'юрі у андеркарті поєдинку українця Василя Ломаченка. Перемога відкриє обом боксерам шлях до титульних поєдинків.

* * *

Збірна України зі змішаних єдиноборств (ММА) зайняла друге загальнокомандне місце на чемпіонаті світу в Італії. Найвищу нагороду на чемпіонаті світу у Римі здобув Олександр Гуляєв у вазі до 65 кілограмів. Другу сходинку зміг посісти Андрій Стоян (56,7). Бронзу здобули Дмитро Макаров (52,5 кг) та Іван Пасіч (61,2 кг).

* * *

Український плавець Андрій Говоров виграв золото на першому етапі Кубка світу, який проходить в Токіо. Українець став найкращим на дистанції 50 метрів батерфляєм, де він показав результат 23,10. Другим був угорець Себастьян Сабо, який уступив українцю соту частку секунди. Бронза в даному запливі дісталася американцеві Майклу Ендрю - 23,24. Наступний етап кубку світу відбудеться у Китаї 8-10 серпня.

* * *

Понад 15 тисяч спортсменів можуть взяти участь в Олімпійських і Паралімпійських іграх в Токіо-2020. Верхня межа за кількістю спортсменів становить 11090 осіб для Олімпіади і 4400 - для Паралімпіади. Однак, на змагання може приїхати трохи менше спортсменів. Наприклад на Олімпіаді в Ріо 2016-го приїхали 11 238 олімпійців і 4342 паралімпійці.

* * *

Василь Ломаченко є найпопулярнішим українським спортсменом в соціальній мережі Instagram. У нього 1 мільйон 574 тисяч підписників. На другому місці - футболіст збірної України і "Манчестер Сіті" Олександр Зінченко, який вже встиг перевезти в Англію свою дівчину - журналістку каналів "Футбол" Владу Седан. У Саші 779 тисяч підписників. Третім в рейтингу йде боксер Олександр Усик, який після завоювання всіх чемпіонських поясів у першій важкій вазі оголосив про перехід у хевівейт і повинен дебютувати там восени боєм проти камерунця Карлоса Такама. В Усика 697 тисяч підписників. Також цікаво, що на даний момент в списку тих, хто має більше 100 тисяч підписників, значаться 16 українських спортсменів, п'ятеро з яких – дівчата.

* * *

У чеському місті Простейов стартував груповий етап ITF World Junior Tennis Finals. На цих змагання виступають 16 найсильніших юніорських команд (U14) світу. Українські тенісистки грають у групі А разом зі Швейцарією, Бразилією та ПАР. У понеділок, 5 серпня, у першому матчі українки упевнено перемогли суперниць із Бразилії. Дар'я Єсипчук обіграла Кароліну Шав'єр Лайднер, а Аліса Барановська виявилася сильнішою за Аманду де Олівейру.

* * *

Українська студентська збірна перемогла на спортивних змаганнях First European Universities Combat Games у Хорватії. Українці завоювали 16 золотих, 8 срібних та 18 бронзових медалей. Це - найкращий результат у загальнокомандному заліку, де змагалися 1300 учасників з більш ніж 400 університетів 36 європейських країн. Спортсмени змагалися із дзюдо (4 золоті медалі), карате (2 командні золота), кікбоксингу (3 золоті медалі) і тхеквондо (7 золотих медалей).

Поставте ці рослини вдома - і забудьте про стрес

Кімнатні рослини здатні не тільки очистити повітря в приміщенні, але й поліпшити настрій, позбавити від депресії і полегшити головний біль.

ЛАВАНДА - прекрасний природний антидепресант, який використовується для підтримки нервової системи, полегшує головний біль і допомагає впоратися з безсонням. Дослідження показало: запах лаванди заспокоює і знижує пульс при стресових ситуаціях.

АШВАГАНДХА (ФІЗАЛІС) - рослина з яскравими плодами, яка поліпшить настрій одним своїм виглядом, а також допоможе впоратися з безсонням і зніме депресію. У ході досліджень було відмічено зниження депресії у пацієнтів з хронічним стресом на 72-79,2%.

М'ЯТА ПЕРЦЕВА - її аромат підвищує настрій, продуктивність, покращує пам'ять. Після ароматерапії з м'ятою знижується сонливість, зменшується втома і хвилювання.

ТРОЯНДА - досить тільки погляду (протягом кількох хвилин) на троянду, щоб знизити рівень стресу, покращити настрій та психологічне здоров'я.

ЖАСМИН - виділяє аромат, який знижує рівень тривоги і покращує якість сну.

ОРЕГАНО (МАТЕРИНКА ЗВИЧАЙНА) - насамперед цю рослину корисно їсти. Вона містить речовини, які борються з депресією, втомою і тривогою, а також володіє протимікробною і протиракковою дією.

РОЗМАРИН - не тільки покращує якість повітря в приміщенні, але й добре впливає на пам'ять. Рослина також має здатність знімати втому і страх, поліпшує сон за рахунок зниження рівня кортизолу в крові.

БАЗИЛІК - володіє заспокійливою дією на нервову і серцево-судинну системи.

САНСЕВІЄРІЯ ТРЬОХПОЛОСНА - надзвичайно ефективна при лікуванні головного болю, подразненнях очей і респіраторних захворюваннях. Вона також допомагає поліпшити загальне самопочуття.

АПТЕЧКА НА ПІДВІКОННІ

Багато кімнатних рослин можна використовувати і як лікувальні засоби в народній медицині. Беззаперечний лідер серед них - алое (або столітник).

ПАМ'ЯТАЄТЕ ПРИКАЗКУ: "п'єш столітник - живеш сто років"? Це правда, адже алое омолоджує і чистить організм, позитивно впливає на кровообіг, заліковує трофічні виразки на ногах, покращує зір. З лікувальною метою слід використовувати трирічну (а краще п'ятирічну) рослину. Перед тим, як видавити сік зі зрізаного алое, гілки треба сховати в поліетиленовий пакет і покласти на чотири-п'ять днів у холодильник. Саме в цей час виділяється величезна кількість біостимуляторів. Потім рослину треба помити, відтиснутим сік у пропорції 1/1, додати мед і коньяк. Виходить "алоєвий лікер", який можна пити по 1 ст. л. на ніч - він покращує зір, травлення, чистить організм. Побічний ефект - діарея. Також протипоказання -захворювання статевих органів у чоловіків.

ВІД КАПІЛЯРІВ НА ОБЛИЧЧІ. Зрізаємо алое, кладемо в холодильник. Вранці миємо, розрізаємо гілочку збоку і розгортаємо м'ясистою частиною назовні. Протираємо обличчя, даємо висохнути, наносимо свій крем.

ТОП-7 КІМНАТНИХ РОСЛИН, які очищають повітря

Кімнатні квіти в квартирі або будинку роблять інтер'єр красивішим. А ще багато рослин очищають повітря, нейтралізують шкідливі мікроби і токсичні речовини. Деякі діють позитивно на нашу дихальну систему і підвищують захисні сили всього організму, покращують самопочуття і додають бадьорості.

Чому необхідно очищати повітря?

Відкриваючи вікно, щоб впустити трохи «свіжого» повітря, ми часто досягаємо зворотного ефекту. У великих містах, коли квартира в будинку біля проїжджої частини, концентрація шкідливих речовин в повітрі дуже висока, іноді краще не відкривати вікно, а навпаки, прикрити його, щоб токсичні вихлопні гази не проникали всередину. Але без провітрювання не обійтися, а тому вихід – розставити всередині приміщення рослини, які очищають повітря. До того ж, проблема криється не тільки в повітрі з вулиці. Багато будівельних, оздоблювальних матеріалів, а також меблі теж можуть виділяти шкідливі речовини. Ну і, звичайно ж, домашній пил, пилові кліщі, хвороботворні мікроби – все це оточує нас щодня і може викликати різні захворювання.

Тому варто обзавестися кількома ефективними в плані очищення вазонами. Не забувайте вчасно очищати листя кімнатних квітів, адже пил, який осідає на них, блокуватиме фільтрацію повітря, і вони перестануть виконувати свою головну функцію.

Хлорофітум

Ця рослина - чемпіон зі швидкості й ефективності очищення квартирного та офісного повітря. Він здатний очистити його від сигаретного диму і чадного газу (що особливо актуально на кухні), нейтралізувати формальдегіди, що виділяються деякими оздоблювальними матеріалами. Крім того, ця рослина має бактерицидний ефект – її фітонциди знищують шкідливі мікроорганізми й алергени. Хлорофітум невибагливий у догляді, а корисні властивості можна підсилити, якщо в квіткові горщики розкласти активоване вугілля.

Аглаонема

Вона є природним іонізатором повітря. Ця властивість аглаонеми підвищує працездатність і здатність людини чинити опір стресам. Крім цього, вона ще й дуже красива, а тому займає не останнє місце серед декоративних кімнатних рослин.

Англійський плющ (хедера)

Незамінний для тих, хто тримає домашніх тварин: він здатний знищувати алергени, які виділяються їх вовною. Додатково хедера чудово очищає повітря від формальдегідів й інших шкідливих випаровувань.

Кімнатна пальма хамедорея

Маленька пальма, яку ще часто називають бамбуковою, добре виглядає в витонченому горщику, а коли вона виросте великою (зазвичай досягає 1,5-2 метрів), її можна пересадити в діжку і поставити на підлогу. Пам'ятайте: чим більша рослина, тим краще вона справляється з очищенням повітря. Пальма хамедорея дуже любить рясний полив, її грунт завжди повинен бути вологим. За рахунок «вживання» великої кількості води вона дуже добре зволожує повітря в приміщенні, тому підійде для тих кімнат, в яких постійно сухо (тільки не розміщуйте її під прямими сонячними променями і ретельно стежте за регулярністю поливу). До того ж, пальма хамедорея нейтралізує токсини, які можуть виділятися з пластикових меблів і виробів.

Гербера Джеймсона

Як правило, багато людей висаджують її через красиві і великі квіти, що радують око цілий рік. Але не всі знають, що гербера ще й корисна, адже успішно очищає повітря від шкідливих забруднень.

Драцена

Чудово впорається з такими отрутами, як аміак, бензол, ксилол, толуол і формальдегід, видаляючи з повітря до сімдесяти відсотків цих домішок. Має драцена ще й бактерицидні властивості.

Фікус

Різновидів фікусів буває безліч, але які рослини очищають повітря найкраще? Найефективнішими вважаються два сорти: Ficus Benjamina (з великою кількістю дрібного зеленого листя) і Ficus Elastica (каучуконосний фікус, з великим щільним темно-зеленим листям). Незважаючи на те, що ці два види одної і тої ж квітки не схожі одна на одну, вони однаково добре справляються з видаленням з повітря великої кількості відпрацьованого CO_2 і токсичних речовин. Фікус Бенджаміна здатний вирости з невеликого кущика в красиве високе дерево (для цього у нього повинен бути великий горщик). Що стосується каучуконосного фікуса, він зазвичай нижчий, зате більш розгалужений. Теплою весною і влітку рекомендується виносити дорослі рослини на повітря. Але якщо фікус ще зовсім молоденький, краще тримати його в приміщенні, подалі від вітру і протягів. Ці квіти люблять сонце і помірний полив.

Понеділок 12 серпня

УТ-1

07.00 Країна на смак.
08.05 Енеїда.
09.05, 13.45 #ВУкраїні.
09.35, 11.15 Т/с "Галерея Вельвет".
10.55, 14.15 Телепродаж.
12.45, 23.30, 05.40 Своя земля.
13.00, 15.00, 18.00, 21.00, 02.00, 05.15 Новини.
13.10 Бюджетники.
14.30 Д/с "Аромати Греції".
15.15 Х/ф "Грозовий перевал", 1 с.
16.35 Д/с "Особливий загін".
17.30 Перша шпальта.
18.25, 02.25 Тема дня.
19.30 Разом.
20.00 Д/с "Дикі тварини".
21.30 "Зворотній відлік".

Канал "1+1"

06.30, 07.10, 08.10, 09.10 Сніданок з "1+1".
07.00, 08.00, 09.00, 19.30, 05.35 "ТСН".
09.30 "Одруження наосліп".
11.20 "Міняю жінку".
13.45 "Сімейні мелодрами".
14.45 Т/с "Величне століття. Роксолана".
17.20 Т/с "Наречена зі Стамбула".
20.15 "Секретні матеріали".
20.45, 21.45 Т/с "У неділю рано зілля копала".
22.50 Т/с "Байки Мітяя".

Інтер

04.25, 05.05 "Школа доктора Комаровського. Невідкладна допомога".
04.55 "Top Shop".
05.25, 22.05 "Слідство вели..." з Л. Каневським".
07.00, 08.00, 09.00, 17.40 Новини.
07.10, 08.10, 09.20 "Ранок з Інтером".
09.50, 18.00, 19.00, 01.40 "Стосується кожного".
11.40, 12.25 Х/ф "Моє велике грецьке весілля".
12.00 "Новини".
14.00 Х/ф "Закони привабливості".
15.50 "Чекай на мене. Україна".
20.00 "Подробиці".
21.00 Т/с "Слідчий Горчакова".
23.50 Т/с "Птах в клітці".

ICTV

05.35 Громадянська оборона.
06.30 Ранок у великому місті.
08.45 Факти. Ранок.
09.15, 19.20 Надзвичайні новини з К. Стогнієм.
10.10 Не дай себе ошукати.
11.00 Антизомбі.
11.50, 13.20 Х/ф "С.В.О.Т.: Перехресний вогонь".
12.45, 15.45 Факти. День.
14.05 Х/ф "С.В.О.Т.: В облозі".
16.25 Х/ф "С.В.О.Т.: Спецназ міста янголів".
18.45, 21.10 Факти. Вечір.
20.20 Теорія змови.
21.30 Т/с "Контакт".
00.30 Т/с "Таємниця та брехня".

СТБ

09.55 МастерШеф.
13.35 Цієї миті рік потому.
15.40, 18.00 Х/ф "Гора між нами".
17.30, 22.00 Вікна-Новини.
18.40 Х/ф "Вбивство у Східному експресі".
21.00 Т/с "Кріпосна".
22.45 Т/с "Майор і магія".
00.45 Детектор брехні.

Новий канал

03.55 Зона ночі.
04.50 Абзац.
06.25, 07.45 Kids` Time.
06.30 М/с "Том і Джері в дитинстві".
07.50 Х/ф "Монстри".
09.50 Х/ф "Монстри 2. Темний континент".
12.20 Х/ф "Зоряні війни: Пробудження сили".
15.10 Х/ф "Бунтар один".
17.00 Аферисти.
21.10 Х/ф "Полтергейст".
23.10 Х/ф "Дрейф".
01.10 Т/с "Статус відносин: Заплутано".

Канал «Україна»

06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною.
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні.
09.30, 02.15 Зоряний шлях.
11.20, 03.10 Реальна містика.
12.30 Т/с "Черговий лікар 4".
14.30, 15.30 Т/с "Жіночий лікар 3".
19.50 "Говорить Україна".
21.00 Т/с "Віддай мою мрію", 1 і 2 с.
23.30, 04.45 Агенти справедливості.

Канал «2+2»

06.00 М/ф.
08.00 "Помста природи".
10.05, 18.15 "Спецкор".
10.40, 18.50 "ДжеДАІ".
11.15, 19.25 Т/с "Опер за викликом 4".
15.00 Х/ф "В ім`я короля 2".
16.45 Х/ф "В ім`я короля 3".
21.25 Т/с "Касл 5".
23.50 Х/ф "Спис долі".
02.10 "Облом.UA".

НТН

06.00, 13.30, 17.45, 03.00 "Випадковий свідок".
06.45 Х/ф "Грачі".
08.30 Х/ф "Командир щасливої "Щуки".
10.25, 19.30 Т/с "Смерть біля раю".
12.30, 16.30, 19.00, 23.15, 02.30 "Свідок".
12.50 "Таємниці світу".
14.05, 03.45 "Речовий доказ".
14.45, 21.30 Т/с "Хейвен".
16.50 "Легенди бандитської Одеси".
17.20 "Легенди карного розшуку".
18.20 "Свідок. Агенти".
23.45 Т/с "Закон і порядок".
01.25 Т/с "Кулагін та партнери".

МЕГА

08.10, 13.55 Правда життя.
09.20 Замерзла планета.
10.15, 17.00 Цікаво.com.
11.15 Історія українських земель.
12.45, 00.40 Речовий доказ.
15.00, 23.40 Таємнича світова війна.
16.00 Горизонт.
18.00, 22.45 Дикі острови.
18.55 Гучна справа.
19.55, 01.50 Містична Україна.
20.50 Битва цивілізацій.
21.45 Мисливці за торнадо.

Футбол. (Україна)

06.00, 08.00, 11.50, 20.35 Топ-матч.
06.10 Баварія - Ліверпуль. 1/8 фіналу. Ліга чемпіонів УЄФА.
08.10 Колос - Зоря. Чемпіонат України.
10.00 "Великий футбол".
12.00 Монако - Ліон. Чемпіонат Франції.
13.50 Барселона - ПСВ. Ліга чемпіонів УЄФА.
15.40, 22.30 Футбол News.
16.00 Ворскла - Львів. Чемпіонат України.
17.50 Чемпіонат Франції. Огляд туру.
18.45 Марсель - Реймс. Чемпіонат Франції.
20.40 Андерлехт - Мехелен. Чемпіонат Бельгії.
22.50 Александрія - Олімпік. Чемпіонат України.
00.40 Монпельє - Ренн. Чемпіонат Франції.

Вівторок 13 серпня

УТ-1

07.00, 13.10 Країна на смак.
08.00 Енеїда.
09.00, 19.30, 04.20 #ВУкраїні.
09.30, 11.20 Т/с "Галерея Вельвет".
11.05, 14.15 Телепродаж.
13.00, 15.00, 18.00, 21.00, 23.15, 02.00, 05.15 Новини.
14.30 Д/с "Аромати Греції".
15.15 Своя земля.
15.30 Бюджетники.
15.55, 02.25 "Зворотній відлік".
18.25 Тема дня.
20.00 Д/с "Дикі тварини".
21.25, 23.40, 05.40 UA:Спорт.
21.45 Наші гроші. Дайджест.
22.15 Д/с "Тваринна зброя".

Канал "1+1"

06.30, 07.10, 08.10, 09.10 Сніданок з "1+1".
07.00, 08.00, 09.00, 19.30, 05.35 "ТСН".
09.30 "Одруження наосліп".
11.00 "Міняю жінку".
13.45 "Сімейні мелодрами".
14.45 Т/с "Величне століття. Роксолана".
17.20 Т/с "Наречена зі Стамбула".
20.15 "Секретні матеріали".
20.45, 21.45 Т/с "У неділю рано зілля копала".
22.50 Т/с "Байки Мітяя".

Інтер

05.25, 22.00 "Слідство вели..." з Л. Каневським".
07.00, 08.00, 09.00, 17.40 Новини.
07.10, 08.10, 09.20 "Ранок з Інтером".
10.00 Т/с "Тягар істини".
10.50, 12.25 Х/ф "007: Спектр".
12.00 "Новини".
14.00 Т/с "Вірний засіб".
15.50, 16.45, 00.40 "Речдок".
18.00, 19.00, 01.40 "Стосується кожного".
20.00 "Подробиці".
21.00 Т/с "Слідчий Горчакова".
23.45 Т/с "Птах в клітці".

ICTV

05.35, 20.15 Громадянська оборона.
06.30 Ранок у великому місті.
08.45 Факти. Ранок.
09.15, 19.20 Надзвичайні новини з К. Стогнієм.
10.10 Теорія змови.
11.10, 13.20, 21.25 Т/с "Контакт".
12.45, 15.45 Факти. День.
13.40 Х/ф "Індіана Джонс: У пошуках загубленого ковчега".
16.30 Х/ф "Індіана Джонс і Храм Долі".
18.45, 21.00 Факти. Вечір.
00.25 Т/с "Таємниці та брехня".

СТБ

09.35 МастерШеф.
13.45 Цієї миті рік потому.
15.45, 18.00 Х/ф "Вбивство у Східному експресі".
17.30, 22.00 Вікна-Новини.
18.50 Х/ф "Фокус".
21.00 Т/с "Кріпосна".
22.45 Т/с "Майор і магія".
00.45 Детектор брехні.

Новий канал

03.30 Служба розшуку дітей.
03.35 Зона ночі.
05.00 Абзац.
06.45, 08.05 Kids` Time.
06.50 М/с "Сімейка Крудс".
07.50 М/с "Том і Джері в дитинстві".
08.10, 19.00 Хто зверху? (12+).
10.10 Т/с "Цілком таємне".
12.50 Гастарбайтери.
16.50 "Вар`яти".
21.00 Х/ф "Знамення".
23.20 Х/ф "Синя безодня".
01.10 Т/с "Статус відносин: Заплутано".

Канал «Україна»

06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною.
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні.
09.30, 02.30 Зоряний шлях.
11.20, 03.15 Реальна містика.
12.30 Т/с "Черговий лікар 4".
14.30, 15.30 Т/с "Жіночий лікар 3".
19.50 "Говорить Україна".
21.00 Т/с "Віддай мою мрію", 3 і 4 с.
23.20 Контролер.
00.00, 02.15, 04.45 Агенти справедливості.

Канал «2+2»

06.00 М/ф.
08.00 Т/с "Величний Джо".
09.40, 18.15 "Спецкор".
10.20, 18.50 "ДжеДАІ".
11.00, 17.20 "Загублений світ".
13.50 Х/ф "Меч дракона".
15.45 Х/ф "100 градусів нижче нуля".
19.20 Т/с "Опер за викликом 4".
20.25 Кваліфікація ЛЧ. "Динамо" - "Брюгге".
22.25 Т/с "Касл 5".
23.15 Т/с "Касл 4".
01.00 "Облом.UA".

НТН

08.30 Ранковий "Свідок".
09.00 Х/ф "Навіки - 19".
10.30, 19.30 Т/с "Смерть біля раю".
12.30, 16.30, 19.00, 23.15, 02.40 "Свідок".
12.50 "Свідок. Агенти".
13.30, 17.45, 03.10 "Випадковий свідок".
14.05, 03.30 "Речовий доказ".
14.45, 21.30 Т/с "Хейвен".
16.50 "Легенди бандитської Одеси".
17.20 "Легенди карного розшуку".
18.20 "Будьте здорові".
23.45 Т/с "Закон і порядок".
01.30 Т/с "Кулагін та партнери".

МЕГА

08.00, 14.05 Правда життя.
09.00, 18.05, 22.45 Дикі острови.
09.55, 17.05 Цікаво.com.
10.55 Код доступу.
12.55, 00.40 Речовий доказ.
15.05, 23.40 Таємнича світова війна.
16.05, 21.45 Горизонт.
19.00 Гучна справа.
20.00, 01.50 Містична Україна.
20.50 Битва цивілізацій.

Футбол. (Україна)

06.00, 08.00, 20.35 Топ-матч.
06.10 Ліверпуль - Порту. 1/4 фіналу. Ліга чемпіонів УЄФА.
08.10 Андерлехт - Мехелен. Чемпіонат Бельгії.
10.00, 15.40, 22.30 Футбол News.
10.20 Ворскла - Львів. Чемпіонат України.
12.05 "Великий футбол".
13.50 Шахтар - Хоффенхайм. Ліга чемпіонів УЄФА.
16.00 Передмова до сезону. Чемпіонат Іспанії.
16.55 Александрія - Олімпік. Чемпіонат України.
18.45 Монпельє - Ренн. Чемпіонат Франції.
20.40 Шарлеруа - Антверпен. Чемпіонат Бельгії.
22.50 Колос - Зоря. Чемпіонат України.
00.40 Лілль - Нант. Чемпіонат Франції.

Середа 14 серпня

УТ-1

06.00 М/с "Ведмеді-сусіди".
06.30 М/с "Вруміз".
06.40 Додолики.
07.00, 15.15 Країна на смак.
08.00, 13.10 Енеїда.
09.00 #ВУкраїні.
09.30, 11.15 Т/с "Галерея Вельвет".
12.45, 04.55 Своя земля.
13.00, 15.00, 18.00, 21.00, 23.15, 02.00, 05.15 Новини.
14.30 Д/с "Аромати Перу".
16.15 Д/с "Особливий загін".
17.15 Погода.
17.30 Наші гроші.
18.25, 02.35 Тема дня.
19.30, 04.30 Спільно.
20.00 Д/с "Дикі тварини".
20.25 Д/с "Боротьба за виживання".
21.25, 23.40, 02.25, 05.40 UA:Спорт.
21.45 Бюджетники.
22.15 Д/с "Тваринна зброя".

Канал "1+1"

06.30, 07.10, 08.10, 09.10 Сніданок з "1+1".
07.00, 08.00, 09.00, 19.30, 05.35 "ТСН".
09.30 "Одруження наосліп".
11.00 "Міняю жінку".
13.45 "Сімейні мелодрами".
14.45 Т/с "Величне століття. Роксолана".
17.20 Т/с "Наречена зі Стамбула".
20.15 "Секретні матеріали".
20.45, 21.45 Т/с "У неділю рано зілля копала".
22.50 Т/с "Байки Мітяя".

Інтер

05.25, 22.05 "Слідство вели..." з Л. Каневським".
07.00, 08.00, 09.00, 17.40 Новини.
07.10, 08.10, 09.20 "Ранок з Інтером".
10.00 Т/с "Тягар істини".
11.15, 12.25 Х/ф "007: Доктор Ноу".
12.00 "Новини".
14.00 Т/с "Вірний засіб".
15.50, 16.45, 00.45 "Речдок".
18.00, 19.00, 01.40 "Стосується кожного".
20.00 "Подробиці".
21.00 Т/с "Слідчий Горчакова".
23.50 Т/с "Птах в клітці".
02.25 "Орел і решка. Шопінг".

ICTV

04.30 Факти.
04.50 Т/с "Відділ 44".
05.35, 10.10 Громадянська оборона.
06.30 Ранок у великому місті.
08.45 Факти. Ранок.
09.15, 19.20 Надзвичайні новини з К. Стогнієм.
11.25, 13.20, 21.25 Т/с "Контакт".
12.45, 15.45 Факти. День.
13.55 Х/ф "Машина часу".
16.20 Х/ф "Індіана Джонс і останній хрестовий похід".
18.45, 21.05 Факти. Вечір.
20.20 Секретний фронт.
00.25 Т/с "Таємниці та брехня".
03.00 Стоп-10.

СТБ

06.50 Т/с "Коли ми вдома".
09.50 МастерШеф.
13.50 Цієї миті рік потому.
15.50, 18.00 Х/ф "Фокус".
17.30, 22.00 Вікна-Новини.
18.40 Х/ф "Чесна куртизанка".
21.00 Т/с "Кріпосна".
22.45 Т/с "Майор і магія".
00.45 Детектор брехні.

Новий канал

03.25 Зона ночі.
04.30 Абзац.
06.05, 08.05 Kids` Time.
06.10 М/с "Сімейка Крудс".
07.10 М/с "Том і Джері в дитинстві".
08.10, 16.50 Хто зверху? (12+).
09.50 Т/с "Цілком таємне".
12.40 Гастарбайтери.
20.50 Х/ф "2:22".
23.00 Х/ф "Цунамі".
00.50 Т/с "Статус відносин: Заплутано".
02.55 Служба розшуку дітей.

Канал «Україна»

06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною.
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні.
09.30, 02.30 Зоряний шлях.
11.20, 03.15 Реальна містика.
12.30 Т/с "Черговий лікар 4".
14.30, 15.30 Т/с "Жіночий лікар 3".
19.50 "Говорить Україна".
21.00 Т/с "Віддай мою мрію", 5 і 6 с.
23.20 Гучна справа.
00.00, 02.15, 04.45 Агенти справедливості.

Канал «2+2»

06.00 М/ф.
08.00 Т/с "Величний Джо".
09.40, 18.15 "Спецкор".
10.20, 18.50 "ДжеДАІ".
11.00, 17.20 "Загублений світ".
13.00 "Помста природи".
13.30 Х/ф "Мисливці за реліквіями".
19.25 Т/с "Опер за викликом 4".
21.40, 00.10 Т/с "Касл 5".
01.05 "Облом.UA".
04.15 1 тур ЧУ з футболу. "Дніпро-1" - "Десна".

НТН

06.55 Х/ф "Останній гейм".
08.30 Ранковий "Свідок".
09.00 Х/ф "Навіки - 19".
10.45, 19.30 Т/с "Смерть біля раю".
12.30, 16.30, 19.00, 23.15, 02.35 "Свідок".
12.50 "Будьте здорові".
13.25, 17.45, 03.05 "Випадковий свідок".
14.05, 03.30 "Речовий доказ".
14.45, 21.30 Т/с "Хейвен".
16.50 "Легенди бандитської Одеси".
17.20 "Легенди карного розшуку".
18.20 "Вартість життя".
23.45 Т/с "Закон і порядок".
01.30 Т/с "Кулагін та партнери".
04.00 "Професії".
05.00 "Top Shop".

МЕГА

06.00 Бандитська Одеса.
07.45, 13.50, 02.40 Правда життя.
08.45, 18.00, 22.45 Дикі острови.
09.40 Фестивалі планети.
10.40 Код доступу.
12.40, 00.40 Речовий доказ.
15.00, 23.40 Таємнича світова війна.
16.00, 21.45 Горизонт.
17.00 Цікаво.com.
18.55, 20.50 Битва цивілізацій.
19.50 Скарб.ua.
01.50 Містична Україна.

Футбол. (Україна)

06.00, 08.00, 16.00, 18.00, 01.00, 03.20, 05.25 Топ-матч.
06.10 Порту - Ліверпуль. 1/4 фіналу. Ліга чемпіонів УЄФА.
08.10 Шарлеруа - Антверпен. Чемпіонат Бельгії.
10.00, 15.40, 22.45 Футбол News.
10.20 Александрія - Олімпік. Чемпіонат України.
12.05 Марсель - Реймс. Чемпіонат Франції.
13.50 ПСЖ - Црвена Звезда. Ліга чемпіонів УЄФА.
16.10 Колос - Зоря. Чемпіонат України.
18.15 Лілль - Нант. Чемпіонат Франції.
20.05 Чемпіонат Франції. Огляд туру.
21.00 "Передматчева студія".
21.45 Live. Ліверпуль - Челсі. Суперкубок УЄФА 2019.
00.15 "Післяматчева студія".
01.30 ПСЖ - Нім. Чемпіонат Франції.
03.35 Андерлехт - Мехелен. Чемпіонат Бельгії.

Четвер 15 серпня

УТ-1

06.00, 06.05 М/с "Ведмеді-сусіди".
06.30 М/с "Вруміз".
06.40 Додолики.
07.00 Країна на смак.
08.05, 15.15 Енеїда.
09.05, 17.30, 03.55 #ВУкраїні.
09.35, 11.20 Т/с "Галерея Вельвет".
11.00, 14.15 Телепродаж.
12.45, 04.55 Своя земля.
13.00, 15.00, 18.00, 21.00, 23.15, 02.00, 05.15 Новини.
13.10 UA:Фольк. Спогади.
14.30 Д/с "Аромати Перу".
16.15 Д/с "Особливий загін".
17.15 Погода.
18.25, 02.35 Тема дня.
19.30 Перший на селі.
20.00 Д/с "Боротьба за виживання".
21.25, 23.40, 02.25, 05.40 UA:Спорт.
21.45 Схеми. Корупція в деталях.
22.15 Д/с "Тваринна зброя".

Канал "1+1"

06.30, 07.10, 08.10, 09.10 Сніданок з "1+1".
07.00, 08.00, 09.00, 19.30, 05.35 "ТСН".
09.30 "Одруження наосліп".
11.00 "Міняю жінку".
13.45 "Сімейні мелодрами 6".
14.45 Т/с "Величне століття. Роксолана".
17.20 Т/с "Наречена зі Стамбула".
20.15 "Секретні матеріали".
20.45, 21.45 Т/с "У неділю рано зілля копала".
22.50 Т/с "Байки Мітяя".

Інтер

05.25, 22.00 "Слідство вели..." з Л. Каневським".
07.00, 08.00, 09.00, 17.40 Новини.
07.10, 08.10, 09.20 "Ранок з Інтером".
10.00 Т/с "Тягар істини".
11.00, 12.25 Х/ф "007: З Росії з любов`ю".
12.00 "Новини".
14.00 Т/с "Вірний засіб".
15.50, 16.45, 00.40 "Речдок".
18.00, 19.00, 01.40 "Стосується кожного".
20.00 "Подробиці".
21.00 Т/с "Слідчий Горчакова".
23.50 Т/с "Птах в клітці".

ICTV

04.10 Скарб нації.
04.20 Еврика!
04.25 Студія Вашингтон.
04.30 Факти.
04.50 Т/с "Відділ 44".
05.35 Громадянська оборона.
06.30 Ранок у великому місті.
08.45 Факти. Ранок.
09.15, 19.20 Надзвичайні новини з К. Стогнієм.
10.05 Секретний фронт.
11.35, 13.15, 21.25 Т/с "Контакт".
12.45, 15.45 Факти. День.
16.20 Х/ф "Індіана Джонс і королівство кришталевого черепа".
18.45, 21.05 Факти. Вечір.
20.20 Антизомбі. Дайджест.
00.25 Т/с "Таємниці та брехня".

СТБ

09.15 МастерШеф.
13.10 Цієї миті рік потому.
15.25, 18.00 Х/ф "Чесна куртизанка".
17.30, 22.00 Вікна-Новини.
18.10 Х/ф "Єсенія".
21.00 Т/с "Кріпосна".
22.45 Т/с "Майор і магія".
00.45 Детектор брехні.

Новий канал

03.00, 02.45 Зона ночі.
04.20 Абзац.
06.15, 08.05 Kids` Time.
06.20 М/с "Сімейка Крудс".
07.20 М/с "Том і Джері в дитинстві".
08.10, 17.00 Хто зверху? (12+).
10.10 Т/с "Цілком таємне".
12.50 Гастарбайтери.
20.50 Х/ф "Пункт призначення".
22.50 Х/ф "Пункт призначення 2".
00.50 Т/с "Клініка".
02.40 Служба розшуку дітей.

Канал «Україна»

06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною.
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні.
09.30, 02.30 Зоряний шлях.
11.20, 03.10 Реальна містика.
12.30 Т/с "Черговий лікар 4".
14.30, 15.30 Т/с "Жіночий лікар 3".
19.50 "Говорить Україна".
21.00 Т/с "Віддай мою мрію", 7 і 8 с.
23.20 По слідах.
00.00, 02.15 Агенти справедливості.

Канал «2+2»

06.00 М/ф.
08.00 Т/с "Величний Джо".
09.40, 18.15 "Спецкор".
10.20, 18.50 "ДжеДАІ".
11.00, 17.20 "Загублений світ".
14.00 Х/ф "Ураган 500 миль на годину".
15.30 Х/ф "Останній легіон".
19.25 Т/с "Опер за викликом 4".
21.30, 23.05 Т/с "Касл 5".
00.50 "Облом.UA".
04.15 Кваліфікація ЛЄ. "ЦСКА" (Софія) - "Зоря".

НТН

08.30 Ранковий "Свідок".
09.00 Х/ф "Дикий пляж".
10.30, 19.30 Т/с "Смерть біля раю".
12.30, 16.30, 19.00, 23.15, 02.40 "Свідок".
12.50 "Вартість життя".
13.30, 17.45, 03.10 "Випадковий свідок".
14.05, 03.30 "Речовий доказ".
14.45, 21.30 Т/с "Хейвен".
16.50 "Легенди бандитської Одеси".
17.20 "Легенди карного розшуку".
18.20 "Правда життя".
23.45 Т/с "Закон і порядок".

МЕГА

08.10, 14.15 Правда життя.
09.10, 18.10 Дикі острови.
10.05, 17.10 Цікаво.com.
11.05 Код доступу.
13.05, 00.40 Речовий доказ.
15.10, 23.40 Таємнича світова війна.
16.10 Мисливці за торнадо.
19.05 Битва цивілізацій.
20.00 Скарб.ua.
20.50 Гучна справа.
21.45 Горизонт.
22.45 Галапагоси.

Футбол. (Україна)

06.00, 08.00, 19.45, 23.55, 02.00 Топ-матч.
06.10 Барселона - Ліверпуль. 1/2 фіналу. Ліга чемпіонів УЄФА.
08.10 Александрія - Олімпік. Чемпіонат України.
10.00, 15.40, 22.15 Футбол News.
10.20 Колос - Зоря. Чемпіонат України.
12.05 Лілль - Нант. Чемпіонат Франції.
13.50 Атлетіко - Брюгге. Ліга чемпіонів УЄФА.
16.00 "Передматчева студія".
16.50 Ліверпуль - Челсі. Суперкубок УЄФА 2019.
19.00 "Післяматчева студія".
20.05 Передмова до сезону. Чемпіонат Іспанії.
21.00, 23.25 "Студія".
21.25 Матч.
00.10 Монако - Ліон. Чемпіонат Франції.

П'ятниця 16 серпня

УТ-1

07.00 Країна на смак.
08.05 Енеїда.
09.05, 03.30 #ВУкраїні.
09.35, 11.15 Т/с "Галерея Вельвет".
11.00, 14.15 Телепродаж.
12.45, 04.55 Своя земля.
13.00, 15.00, 18.00, 21.00, 01.35, 05.10 Новини.
13.10 Д/с "Браво, шеф!"
14.30 Д/с "Аромати Перу".
15.15 UA:Фольк. Спогади.
16.15 Д/с "Особливий загін".
17.15, 03.20 Погода.
17.25 Схеми. Корупція в деталях.
17.55 VoxCheck.
18.25, 02.25 Тема дня.
19.30 Розсекречена історія.
20.30 Д/с "Боротьба за виживання".
21.25, 02.00, 05.30 UA:Спорт.
21.55 Перша шпальта.
22.30 Як дивитися кіно.
23.00 Х/ф "Сільвіо та інші".

Канал "1+1"

06.30, 07.10, 08.10, 09.10 Сніданок з "1+1".
07.00, 08.00, 09.00, 19.30, 05.00 "ТСН".
09.30 "Одруження наосліп".
11.00 "Міняю жінку".
13.45 "Сімейні мелодрами 6".
14.45 Т/с "Величне століття. Роксолана".
17.20 Т/с "Наречена зі Стамбула".
20.20, 22.25 "Ліга сміху".
00.30, 02.00 "Київ Вечірній".

Інтер

07.00, 08.00, 09.00, 17.40 Новини.
07.10, 08.10, 09.20 "Ранок з Інтером".
10.00 Т/с "Тягар істини".
11.20, 12.25 Х/ф "007: Голдфінгер".
12.00 "Новини".
14.00 Т/с "Вірний засіб".
15.50, 16.45, 23.35 "Речдок".
18.00, 02.10 "Стосується кожного".
20.00 "Подробиці".
21.00 Х/ф "Справа хоробрих".

ICTV

08.45 Факти. Ранок.
09.15, 19.25 Надзвичайні новини з К. Стогнієм.
10.10 Антизомбі. Дайджест.
11.05, 13.20, 16.20, 22.55, 01.50 "На трьох".
12.45, 15.45 Факти. День.
14.10, 23.50 Т/с "Марк+Наталка".
18.45 Факти. Вечір.
20.10 Дизель шоу.

СТБ

14.30 Х/ф "Операція "И" та інші пригоди Шурика".
16.25, 18.00 Х/ф "Єсенія".
17.30, 22.00 Вікна-Новини.
19.45 Х/ф "Неймовірні пригоди Адель Блан-Сек".
22.45 Х/ф "Із 13 в 30".

Новий канал

03.00, 02.30 Зона ночі.
04.00 Абзац.
05.35, 07.55 Kids` Time.
05.40 М/с "Сімейка Крудс".
07.00 М/с "Том і Джері в дитинстві".
08.00 Хто зверху? (12+).
09.50 Половинки.
15.40 Х/ф "Прокляття фараона Тута".
19.00 Х/ф "Пункт призначення".
21.00 Х/ф "Пункт призначення 3".
22.50 Х/ф "Пункт призначення 4".
00.30 Т/с Клініка.
02.25 Служба розшуку дітей.

Канал «Україна»

06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною.
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні.
09.30, 05.30 Зоряний шлях.
10.45 Т/с "Відкрите вікно".
14.30, 15.30 Т/с "Жіночий лікар 3".
19.50 "Говорить Україна".
22.00 Т/с "Веселка в небі", 1 с.
23.30 Т/с "Веселка в небі", 2 і 3 с.
01.40 Телемагазин.
02.10 Т/с "Веселка в небі".
03.00 Реальна містика.

Канал «2+2»

06.00 М/ф.
08.00 Т/с "Величний Джо".
09.40, 18.15 "Спецкор".
10.20, 18.50 "ДжеДАІ".
11.00, 17.20 "Загублений світ".
13.55 "Помста природи".
14.05 Х/ф "Земний Апокаліпсис".
15.35 Х/ф "Астероїд проти Землі".
19.25 Х/ф "Вулкан".
21.20 Х/ф "Висота".
23.00 Х/ф "Відсіч".
00.50 "Облом.UA".
02.35 3 тур ЧУ з футболу. "Карпати" - "Маріуполь".
04.20 "Цілком таємно-2017".

НТН

07.05 Х/ф "Ні пуху, ні пера".
08.30 Ранковий "Свідок".
09.00 Х/ф "Невиправний брехун".
10.30, 19.30 Т/с "Смерть біля раю".
12.30, 16.30, 19.00, 23.15, 02.05 "Свідок".
12.50 "Правда життя".
13.25, 17.45, 02.40 "Випадковий свідок".
14.05, 02.50 "Речовий доказ".
14.45, 21.30 Т/с "Хейвен".
16.50 "Легенди бандитської Одеси".
17.20 "Легенди карного розшуку".
18.20 "Таємниці світу".
23.45 "ІнтерФільмФест 2019". Справа Бейліса.
00.15 Т/с "Я - охоронець".

МЕГА

07.50, 14.00 Правда життя.
08.55 Дикі острови. Філіппіни.
09.50 Цікаво.com.
10.50 Код доступу.
12.50, 00.40 Речовий доказ.
15.10, 23.40 Таємнича світова війна.
16.10, 21.45 Горизонт.
17.10 Фестивалі планети.
18.10 Дикі острови.
19.05 Битва цивілізацій.
20.00 Скарб.ua.
20.50 Гучна справа.
22.45 Галапагоси.

Футбол. (Україна)

07.50 Ліверпуль - Челсі. Суперкубок УЄФА 2019.
10.00, 15.40, 22.15 Футбол News.
10.20 Передмова до сезону. Чемпіонат Іспанії.
11.15 ПСЖ - Нім. Чемпіонат Франції.
13.00 Чемпіонат Франції. Огляд туру.
13.55 Тоттенхем - Барселона. Ліга чемпіонів УЄФА.
16.00, 18.15 "Студія".
16.25 Матч.
18.45 Чемпіонат Франції. Передмова до туру.
19.15 Монако - Ліон. Чемпіонат Франції.
21.00 Чемпіонат Німеччини. Передмова до туру.
21.25 Live. Баварія - Герта. Чемпіонат Німеччини.

Субота 17 серпня

УТ-1

06.00 М/с "Ведмеді-сусіди".
06.27 Гімн України.
06.30 М/с "Вруміз".
06.40 Додолики.
07.00 Д/с "Дешевий відпочинок".
08.00 Бюджетники.
09.00 #ВУкраїні.
09.30 Країна на смак.
10.40 Енеїда.
11.40, 14.50 Телепродаж.
12.00 М/с "Дуда і Дада".
12.10 М/с "Марин та його друзі. Підводні історії".
13.00 Х/ф "Грозовий перевал", 2 с.
14.15 Д/с "Мальовничі села".
15.10 Д/с "Фестивалі планети".
15.40 Д/с "Браво, шеф!"
16.35 Разом.
17.05, 05.25 Спільно.
17.35 Д/ф "Патагонія. Від Камаронес до гори Дарвіна".
18.35 Д/с "Мегаполіси".
19.00 Д/с "Суперчуття".
20.00 Розсекречена історія.
21.00, 23.20, 02.00, 03.45, 05.00 Новини.
21.25 UA:Бокс.
22.20 Т/с "Монро".

Канал "1+1"

06.00, 23.30, 00.30 "Світське життя".
06.50 "Гроші".
08.00 "Сніданок. Вихідний".
10.00, 11.15, 12.20, 13.20, 14.25 "Світ навиворіт 5".
16.05 "Жіночий квартал".
18.30 "Розсміши коміка. Діти".
19.30 "ТСН".
20.15 "Українські сенсації".
21.30 "Вечірній квартал".
01.30 "Ліга сміху".

Інтер

07.15 "Слово Предстоятеля".
07.25 Х/ф "Поживемо - побачимо".
09.00 "Шість соток".
10.00 "Готуємо разом".
11.00 Х/ф "Полин - трава гірка".
13.00 Х/ф "Калина червона".
15.00 Х/ф "Поклич мене в далечінь світлу".
17.00, 20.30 Т/с "Слідчий Горчакова".
20.00 "Подробиці".
22.00 Х/ф "Танго любові".
00.00 Х/ф "Навіщо ти пішов".
01.55 "Орел і решка. Шопінг".
03.10 "Подробиці" - "Час".
03.40 "Орел і решка. Перезавантаження 3".

ICTV

07.45 Я зняв!
09.35 Дизель шоу.
10.55 Особливості національної роботи.
12.45 Факти. День.
13.00 Т/с "Обмани себе".
14.05 Х/ф "Ковбої проти прибульців".
16.25 Х/ф "Блейд".
18.45 Факти. Вечір.
19.10 Х/ф "Блейд 2".
21.25 Х/ф "Блейд 3: Трійця".
23.30 Т/с "Контакт".

СТБ

06.15 Т/с "Коли ми вдома".
07.15 Х/ф "Іван Бровкін на цілині".
09.10 Х/ф "Людина-амфібія".
11.10 Т/с "Тінь кохання".
15.05 Т/с "Кріпосна".
19.00 Т/с "Трава під снігом".
23.00 Х/ф "Неймовірні пригоди Адель Блан-Сек".
01.25 Я соромлюсь свого тіла.

Новий канал

03.00, 02.40 Зона ночі.
05.45, 07.35 Kids` Time.
05.50 М/с "Лунтік".
06.40 М/с "Том і Джері в дитинстві".
07.40 Подіум.
09.40 Хто зверху? (12+).
15.40 Х/ф "Дев`ять життів".
17.30 М/ф "Гноми в будинку".
19.00 Х/ф "Аксель".
21.00 Х/ф "Відьмина гора".
22.50 Х/ф "Пункт призначення 5".
00.50 Т/с "Клініка".

Канал «Україна»

07.00, 15.00, 19.00, 03.10 Сьогодні.
07.30, 05.30 Зоряний шлях.
09.00 Т/с "Віддай мою мрію", 1-6 с.
15.20 Т/с "Віддай мою мрію", 7 і 8 с.
17.10 Т/с "Лист помилково", 1 і 2 с.
20.00 Головна тема.
21.00 Т/с "Лист помилково".
23.00 Шоу Братів Шумахерів.
01.00, 02.15 Х/ф "Це мій собака".
01.45 Телемагазин.
04.00 Реальна містика.

Канал «2+2»

06.00 М/ф.
08.00 "ДжеДАІ. Дайджест".
09.00 "Загублений світ".
14.00 Х/ф "Вулкан".
15.55 Х/ф "Ураган 500 миль на годину".
17.25 Х/ф "Подвійний дракон".
19.15 Х/ф "Подвійний удар".
21.15 Х/ф "Морська пригода".
23.05 Х/ф "Мега-акула проти Колоса".
00.50 "Облом.UA".
04.20 "Цілком таємно-2017".

НТН

07.25 Х/ф "Через Гобі та Хінган".
10.30 Х/ф "Чекайте на зв`язкового".
12.00 Т/с "Спецзагін "Кобра 11".
15.45, 03.20 "Випадковий свідок".
17.00 "Таємниці світу".
18.05 "Круті 90-ті".
19.00, 02.50 "Свідок".
19.30 Х/ф "Суєта суєт".
21.15 Х/ф "Горбун".
23.50 Х/ф "Планетаріум".

МЕГА

07.15, 23.55 Містична Україна.
08.05, 18.00 Правда життя.
09.05 Речовий доказ.
11.25 Таємнича світова війна.
12.25 Цукор.
14.10 Чужинці всередині нас.
15.10 Фестивалі планети.
16.10 Дикі острови.
17.05 Галапагоси.
21.15 Сміття.
23.00 Втрачена фреска да Вінчі.
00.45 Війна всередині нас.

Футбол. (Україна)

08.10 Наполі - Інтер. Чемпіонат Італії.
10.00, 15.40, 22.45 Футбол News.
10.20 Баварія - Герта. Чемпіонат Німеччини.
12.05 "Передматчева студія".
12.50 Ліверпуль - Челсі. Суперкубок УЄФА 2019.
14.55 "Післяматчева студія".
15.55 Чемпіонат Німеччини. Передмова до туру.
16.25 Live. Боруссія (Д) - Аугсбург. Чемпіонат Німеччини.
18.25 Live. Сельта - Реал. Чемпіонат Іспанії.
19.55 Live. Валенсія - Сосьєдад. Чемпіонат Іспанії.
20.45 Футбол Tables.
21.55 Live. Вільярреал - Гранада. Чемпіонат Іспанії.
23.55, 02.00 Топ-матч.

Неділя 18 серпня

УТ-1

06.05, 06.30 М/с "Вруміз".
06.27 Гімн України.
06.40 Додолики.
07.00 Д/с "Дешевий відпочинок".
08.00, 03.15 Своя земля.
08.30 Разом.
09.05 #ВУкраїні.
09.30, 02.20 Енеїда.
10.30 Країна на смак.
11.40, 14.15 Телепродаж.
12.00 М/с "Марин та його друзі. Підводні історії".
13.00 Х/ф "Шестеро мандрують світом".
14.35 Д/с "Тайська кухня".
15.25, 21.25 Бюджетники.
15.55 UA:Фольк. Спогади.
16.55 Перший на селі.
17.25 Д/ф "Індія. Національний парк Канха".
18.25 Д/с "Фестивалі планети".
18.55 Д/с "Мегаполіси".
19.20 Д/с "Суперчуття".
19.50 Д/ф "Останній шанс побачити".
21.00, 02.00, 03.45, 05.00 Новини.
22.00 UA:Бокс.
22.50 Т/с "Монро".

Канал "1+1"

06.00, 19.30, 05.35 "ТСН".
06.35 М/ф.
06.45 "Українські сенсації".
08.00 "Сніданок. Вихідний".
09.00 "Лото-Забава".
09.45, 02.15 "Світ навиворіт 5".
10.30 Т/с "Байки Мітяя".
20.15 "Голос. Найкраще".
23.10 "Ліга сміху".

Інтер

08.00 "Вдалий проект".
09.00 "Готуємо разом".
10.00 "Орел і решка. Перезавантаження 3".
11.00, 04.25 "Орел і решка. Морський сезон 3".
12.00, 03.45 "Орел і решка. Морський сезон 2".
13.40 Т/с "Тягар істини", 6-10 с.
18.10 Х/ф "Золото Флінна".
20.00 "Подробиці".
20.30 Х/ф "007: Казино Рояль".
23.25 Х/ф "Випадковий запис".

ICTV

06.20 Громадянська оборона.
07.15 Антизомбі. Дайджест.
08.10 Т/с "Відділ 44".
12.45 Факти. День.
13.05 Х/ф "Блейд".
15.20 Х/ф "Блейд 2".
17.30, 19.10 Х/ф "Блейд 3: Трійця".
18.45 Факти. Вечір.
20.05 Х/ф "Оселя зла 6: Фінальна битва".
22.00 Х/ф "Оселя зла 5: Відплата".
23.50 Х/ф "Оселя зла 4: Життя після смерті".
01.40 Т/с "Контакт".

СТБ

05.30, 09.45 Хата на тата.
07.40 Страва честі.
18.00 Слідство ведуть екстрасенси.
19.55 Один за всіх.
21.05 Х/ф "Кардіограма кохання".
23.00 Я соромлюсь свого тіла.

Новий канал

03.00 Зона ночі.
05.40 СтендАп шоу.
06.35, 09.15 Kids` Time.
06.40 М/с "Том і Джері в дитинстві".
07.40 М/с "Том і Джері шоу".
09.20 М/ф "Гноми в будинку".
11.00 Х/ф "Прокляття фараона Тута".
14.30 Х/ф "Аксель".
16.20 Х/ф "Відьмина гора".
18.20 Х/ф "Стартрек".
21.00 Х/ф "Стартрек: Відплата".
23.40 Х/ф "Пункт призначення 2".
01.30 Т/с "Клініка".

Канал «Україна»

06.30, 19.00 Сьогодні.
07.30 Зоряний шлях.
09.10 Т/с "Лист помилково".
13.00 Т/с "Веселка в небі".
17.00 Т/с "Серце слідчого", 1 і 2 с.
20.00 Т/с "Серце слідчого".
22.00 Т/с "Провінціалка".
01.45 Телемагазин.
02.15 Х/ф "Перевірка на любов".
03.50 Х/ф "Це мій собака".
05.30 Реальна містика.

Канал «2+2»

06.00 М/ф.
08.00 "ДжеДАІ".
08.35 "ДжеДАІ. Дайджест".
09.35 Т/с "Опер за викликом 4".
12.30 Х/ф "Ласкаво просимо у Гамбург".
14.10 Х/ф "Нікова помста".
16.00 Х/ф "Нестерпний біль".
17.50 Х/ф "Чистилище".
19.40 Х/ф "Інферно".
21.15 Х/ф "Захисник".
23.00 "ПроФутбол".
00.20 "Облом.UA".

НТН

05.50 Х/ф "Прощавайте, фараони!"
07.20 "Страх у твоєму домі".
11.00 Х/ф "Наречений з того світу".
11.55 Х/ф "Суєта суєт".
13.35 Х/ф "Я помщуся".
16.30 Х/ф "Горбун".
19.00 Х/ф "Міцний горішок".
20.30 Х/ф "Акція".
22.15 Х/ф "Дот".
00.05 Х/ф "Планетаріум".
02.10, 03.30 "Речовий доказ".
03.05 "Випадковий свідок".
04.00 "Професії".

МЕГА

06.00 Бандитська Одеса.
06.55, 23.45 Містична Україна.
07.45, 17.40 Правда життя.
08.50 Речовий доказ.
11.10 Таємнича світова війна.
12.10 Сміття.
13.55 Втрачена фреска да Вінчі.
14.50 Фестивалі планети.
15.50 Галапагоси.
21.00 Цукор.
22.45 Чужинці всередині нас.

Футбол. (Україна)

06.00, 08.00, 18.55, 23.55, 02.00 Топ-матч.
06.10 Бордо - Монпельє. Чемпіонат Франції.
08.10 Баварія - Герта. Чемпіонат Німеччини.
10.00, 15.40, 20.15 Футбол News.
10.20 Сельта - Реал. Чемпіонат Іспанії.
12.05 Боруссія (Д) - Аугсбург. Чемпіонат Німеччини.
13.50 Матч.
16.00 Огляд вівторка. Ліга чемпіонів УЄФА.
16.55 Live. Олімпік - Карпати. Чемпіонат України.
17.45 Футбол Tables.
19.25 Live. Львів - Шахтар. Чемпіонат України.
21.20 "Великий футбол".
23.00 Live. Атлетіко - Хетафе. Чемпіонат Іспанії. 2-й тайм.

Програма місцевих телеканалів

TV-4

Понеділок, 12 серпня

07.00, 16.00, 19.00, 22.00 Провінційні вісті
08.00, 20.00 Єдина країна
08.30, 17.00 Відкрита зона
09.00 Час-Тайм
09.30 Справжня ціна
09.45 Про кіно
10.00, 18.00 Т.с. «Травма» +16
11.00, 16.10 Година для дитини
12.10 Межа правди
13.00 Хіт-парад
14.00 Х.ф. «Так вона знайшла мене»
17.30 Про нас
19.30, 21.00 Наші вітання
20.40 Shift. Життя в цифрі
21.30 Сільський календар
22.40 Х.ф. «Святі і солдати»

Вівторок, 13 серпня

07.00, 09.30, 16.00, 19.00, 22.00 Провінційні вісті
07.35 Сільський календар
08.00 Єдина країна
08.30, 17.00 Відкрита зона
09.00 Час-Тайм
10.00, 18.00 Т.с. «Травма» +16
11.00, 16.10 Година для дитини
11.50 «Кіндер ШОУ»
12.15 Shift. Життя в цифрі
12.30 Завтра-сьогодні
13.00 Хіт-парад
14.00 Х.ф. «Змова»
17.30 Смачна мандрівка
19.20, 22.20 На гарячому
19.30, 21.00 Наші вітання
20.00 У фокусі Європа
20.30 Євромакс
22.35 Х.ф. «Спокута» +16

Середа, 14 серпня

07.00, 09.30, 16.00, 19.00, 22.00 Провінційні вісті
07.20, 09.50, 19.20, 22.20 На гарячому
07.35 У фокусі Європа
08.00 Євромакс
08.30, 17.00 Відкрита зона
09.00 Час-Тайм
10.00, 18.00 Т.с. «Травма» +16
11.00, 16.10 Година для дитини
12.40 Shift. Життя в цифрі
13.00 Хіт-парад
14.00 Х.ф.«Хліб і троянди»
16.40 «Кіндер ШОУ»
17.30 Українські традиції
19.30, 21.00 Наші вітання
20.00 Формула здоров'я
21.30 Смачна мандрівка
22.40 Х.ф.«Відбір» +16

Четвер, 15 серпня

07.00, 09.30, 16.00, 19.00, 22.00 Провінційні вісті
07.20, 09.50, 19.20, 22.20 На гарячому
07.35 Формула здоров'я
08.30 Смачна мандрівка
09.00 Час-Тайм
10.00, 18.00 Т.с. «Травма» +16
11.00, 16.10 Година для дитини
12.10 ПроОбраз із Наталкою Фіцич
12.30, 17.00 Відкрита зона
13.00 Хіт-парад
14.00 Х.ф. «Гарна жінка» +12
19.30 Наші вітання
20.00 Реальні справи
21.35 ПроОбраз із Наталкою Фіцич
22.35 Х.ф. «Тут палять» +16

П'ятниця, 16 серпня

07.00, 09.30, 16.00, 19.00, 22.00 Провінційні вісті
07.20, 09.50, 19.20, 22.20 На гарячому
07.35 Реальні справи
09.00 Час-Тайм
10.00, 18.00 Т.с. «Травма» +16
11.00, 16.20 Година для дитини
11.50 «Кіндер ШОУ»
12.40 Сім'я від А до Я
13.00 Хіт-парад
14.00 Х.ф.«Все, чого вона хотіла»
16.10 «Кіндер ШОУ»
17.00 Відкрита зона
17.30 ПроОбраз із Наталкою Фіцич
19.30, 21.00 Наші вітання
20.10 Сільський календар
20.40 Shift. Життя в цифрі
21.30 Єдина країна
22.35 Х.ф. «Затемнення» +16

Субота, 17 серпня

07.00, 09.30 Провінційні вісті
07.20, 09.50 На гарячому
07.35 Х.ф.«Москаль-чарівник»
09.00 Час-Тайм
10.00, 19.00 Єдина країна
10.30 У фокусі Європа
11.00 Про нас
11.30 ПроОбраз із Наталкою Фіцич
12.00 Shift. Життя в цифрі
12.15 Х.ф. «А тепер, пані та панове»
14.30 «Кіндер ШОУ»
14.50 Мультфільми
15.00 М.ф.«Острів динозаврів»
16.30 Сім'я від А до Я
17.00 Хіт-парад
18.00 Наші вітання
19.30 Євромакс
20.10 Х.ф. «Мій єдиний» +16
22.00 Єдина країна
22.30 «Ні обіцянок, ні пробачень», В.Павлік

Неділя, 18 серпня

08.00, 22.00 Єдина країна
09.00 Завтра-сьогодні
09.30 Справжня ціна
09.50 Українські традиції
10.15 Пряма трансляція Божественної Святої Літургії з Архикатедрального Собору УГКЦ м.Тернополя
11.45 Про кіно
12.00 «Кіндер ШОУ»
12.20 Мультфільм
14.30 Формула здоров'я
15.30 Shift. Життя в цифрі
16.00 Реальні справи
17.30, 20.30 Про нас
18.00 Наші вітання
19.00 Провінційні вісті
20.00 Огляд світових подій
21.30 Shift. Життя в цифрі
22.40 Х.ф. «Ще одна шалена п'ятниця»

ТТБ

Понеділок, 12 серпня

7.00 "Файний ранок"
7.30, 13.30, 17.00, 19.00, 20.30 Новини
9.05 "Енеїда"
10.00 "UA: Фольк"
11.00 "Ранковий гість"
11.15 М/с "Вруміз"
12.05 "Лайфхак українською"
12.15 Д/ц "Аромати Греції"
12.40 "Візитівки Полтавщини"
12.45 100 років історії за 100 хвилин
13.00 Д/ц "Суперчуття"
13.40, 19.20, 21.20 "Тема дня"
14.05 "Розсекречена історія"
15.00 Д/ц "Цікаво.com"
15.30 :РадіоДень "Модуль знань"
16.10, 22.05 "Сильна доля"
17.15 "Двоколісні хроніки"
17.40 Д/ц "Дикі тварини"
18.05 Т/с "Еліза"
19.45 #ВУКРАЇНІ
20.10, 21.45 "Своя земля"
20.51 "Наші гроші"

Вівторок , 13 серпня

7.00 "Файний ранок"
7.30, 13.30, 17.00, 19.00, 20.30 Новини
9.05 "Енеїда"
10.00 UA: Фольк
11.00 Ранковий гість
11.15 М/с "Вруміз"
12.05 "Лайфхак українською"
12.15 Д/ц "Аромати Греції"
12.40 "Візитівки Полтавщини"
12.45 100 років історії за 100 хвилин
13.00 Д/ц "Суперчуття"
13.40, 19.20, 21.20 "Тема дня"
14.05 "Розсекречена історія"
15.00 Д/ц "Цікаво.com"
15.30 :РадіоДень "Модуль знань"
16.10, 22.05 "Сильна доля"
17.15 "Двоколісні хроніки"
17.40 Д/ц "Дикі тварини"
18.05 Т/с "Еліза"
19.45 "Спільно"
20.10, 21.45 "Своя земля"
20.51 Схеми. Корупція в деталях

Середа, 14 серпня

7.00 "Файний ранок"
7.30, 13.30, 17.00, 19.00, 20.30 Новини
9.00 Ток-шоу "Зворотний відлік"
11.00 "Ранковий гість"
11.15 М/с "Вруміз"
12.05 "Лайфхак українською"
12.15 Д/ц "Аромати Греції"
12.40 "Візитівки Карпат"
12.45 "100 років української літератури за 100 хвилин"
13.00 Д/ц "Суперчуття"
13.40, 19.20, 21.20 "Тема дня"
14.05 "Розсекречена історія"
15.00 Д/ц "Цікаво.com"
15.30 :РадіоДень «Модуль знань»
16.10, 22.05 "Сильна доля"
17.15 "Двоколісні хроніки"
17.40 Д/ц "Дикі тварини"
18.05 Т/с "Еліза"
19.45 #ВУКРАЇНІ
20.10 "StopFakeNews"
20.51 Фільм-розслідування «Два трактори за межами Рівного, Україна»
21.45 "Своя земля"

Четвер, 15 серпня

7.00 "Файний ранок"
7.30, 13.30, 17.00, 19.00, 20.30 Новини
9.05 "Енеїда"
9.30 :РадіоДень «Життя+»
9.50, 12.05 "Лайфхак українською"
10.00 UA: Фольк
11.00 "Ранковий гість"
11.15 М/с "Вруміз"
12.15 Д/ц "Аромати Греції"
12.40 "Візитівки Полтавщини"
12.45 100 років мистецтва за 100 хвилин
13.00 "Двоколісні хроніки"
13.40, 19.20, 21.20 "Тема дня"
14.05 Д/ц "Ігри імперій"
14.55 "Розсекречена історія"
15.50 "100 років української літератури за 100 хвилин"
16.10, 22.05 Сильна доля
17.15 "Двоколісні хроніки"
17.40 Д/ц "Дикі тварини"
18.05 Т/с "Еліза"
19.45 #ВУКРАЇНІ
20.10, 21.45 "Своя земля"
20.52 "Наші гроші"

П'ятниця, 16 серпня

7.00 "Файний ранок"
7.30, 13.30, 17.00, 19.00, 20.30 Новини
9.05 "Енеїда"
9.30 :РадіоДень «Життя+»
9.50 "Лайфхак українською"
10.00 UA: Фольк.Спогади
11.00 Ранковий гість
11.15 М/с "Вруміз"
12.05 "Лайфхак українською"
12.15 Д/ц "Аромати Греції"
12.40 "Візитівки Карпат"
12.45 "100 років мистецтва за 100 хвилин"
13.00 "Двоколісні хроніки"
13.40, 19.20, 21.20 "Тема дня"
14.05 Д/ц "Ігри імперій"
14.55 "Розсекречена історія"
15.50 "100 років української літератури за 100 хвилин"
16.05 Сильна доля
17.15 "Двоколісні хроніки"
17.40 Д/ц "Дикі тварини"
18.05 Т/с "Еліза"
19.45 "Разом"
20.10 "Пліч-о-пліч"
20.51 "Схеми. Корупція в деталях"
21.15 «VoxCheck»
21.45 "Своя земля"
22.05 Сильна доля

Субота, 17 серпня

7.00 "Додолики"
7.25 "Казки Лірника Сашка"
7.45 М/с "Дуда і Дада"
8.00 "Файний ранок"
9.30 Енеїда
10.25 Д/ц "Аромати Чилі"
10.50 UA: Фольк.Спогади
11.45, 18.30, 22.45 "Своя земля"
11.55, 22.05 Лайфхак українською
12.05 :РадіоДень «Модуль знань»
12.45 Д/ц "Боротьба за виживання"
13.15 #ВУКРАЇНІ
13.40, 19.10, 22.15 "Тема дня"
14.10 100 років мистецтва за 100 хвилин
14.30 "Розсекречена історія"
15.20 :РадіоДень. «Книжкова лавка. ТОП 7»
16.20 Сильна доля
17.10 Бюджетники
17.40 UA: Фольк
19.00 "Новини"
19.30 Спільно
20.05 #ВУКРАЇНІ
20.35 Х/ф "Йосип Прекрасний. Намісник фараона" 1 с.

Неділя, 18 серпня

7.00 "Додолики"
7.10 "Казки Лірника Сашка"
7.30 М/с "Дуда і Дада"
7.40 "Чудова гра"
8.10, 11.55, 16.10, 22.05 Лайфхак українською
8.30 "Файний ранок"
9.30 "Країна на смак"
10.25 Д/ц "Аромати Чилі"
10.50, 17.40 UA: Фольк.Спогади
11.45, 13.40, 18.30 "Своя земля"
12.05 :РадіоДень «Модуль знань»
12.45 Д/ц "Боротьба за виживання "
13.15, 20.05 #ВУКРАЇНІ
14.10 100 років історії за 100 хвилин
14.20 StopFakeNews
14.30 "Розсекречена історія"
15.20 Д/с "Секрети замків Великобританії"
16.20 Сильна доля
17.15 Бюджетники
19.10 Разом
19.40 Спільно
20.35 Х/ф "Йосип Прекрасний. Намісник фараона" 2 с.
22.25 Мистецький фестиваль Ї. Макс Кідрук

Що готувати в СЕРПНІ: рецепти страв із сезонних продуктів

Серпень - місяць ароматних динь, соковитих персиків, різнобарвної квасолі, цвітної капусти і справжніх помідорів (соковитих, без вати всередині замість м'якоті). Ми продовжуємо розповідати про смачні та нескладні страви, які можна приготувати з сезонних продуктів.

ПОМІДОРИ

Окрім того, що в цих овочах міститься величезна кількість корисних речовин і мінералів, вони ще й допомагають регулювати роботу нервової системи. Томати вважають прекрасними антидепресантами, оскільки в них міститься серотонін, який ще називають "гормоном радості". Крім того, помідори мають антибактеріальні та протизапальні властивості. Науково доведено, що вживання помідорів допомагає справитися з патологічними процесами в організмі. Більше того, свої корисні властивості помідори не втрачають ні в якому вигляді: ні у вареному, ні у смаженому, ні в консервованому.

Ну, а найочевидніша користь помідорів - у тому, що вони містять потужний антиоксидант лікопін, який, у свою чергу, виявляє протиракову дію, запобігаючи мутації ДНК і ростові ракових клітин.

В'ялені помідори

ПОТРІБНО: помідори невеликого розміру (чері або невеликі сливочки), сіль, цукор, пряні трави, олія, часник.

ПРИГОТУВАННЯ: помідори миємо, витираємо насухо і ріжемо на половинки або четвертинки (залежно від розміру). Якщо м'якоть у них дуже водяниста - видаляємо її. Для в'ялення ідеально підходять плоди з "тугою" серединкою. Не такою, як волокниста вата, але й не занадто соковитою - щоб соку забагато не було. Деко застеляємо пергаментом і розкладаємо на ньому помідорні шматочки. Вкладаємо їх щільно один до одного, зрізом вгору. Посипаємо сіллю і цукром (цукор потрібен обов'язково - при висиханні помідори стають набагато кислішими) і ставимо в нагріту до 220 градусів духовку.

Духовку відразу вимикаємо, прочиняємо дверцята сантиметрів на десять і йдемо спати. Поки ви будете дивитися сни, духовка буде поступово вистигати, а помідори - висушуватися. Тільки обов'язково прослідкуйте, щоб духовка не зачинилася, інакше отримаєте помідорні вуглинки. Вранці прокидаємося, розкладаємо помідори в невеликі баночки, присипаємо улюбленим травами (розмарин, чебрець, орегано, базилік), укладаємо в кожну банку зубчик-два часнику і заливаємо олією.

ДИНЯ

Незважаючи на те, що основні складники дині - це цукор і вода, корисних властивостей у цього фрукта (чи овоча - суперечки з цього приводу не припиняються!) дуже багато. По-перше, дині містять багато аскорбінової і фолієвої кислоти. Аскорбінова кислота - це всім відомий вітамін С, який захищає організм від застуд і зміцнює імунітет. А фолієва кислота необхідна, перш за все, людям з низьким вмістом заліза в організмі. По-друге, в дині дуже багато кальцію та йоду. Кальцій, як відомо, вельми корисний для кісток і зубів. А йод стимулює мозкову діяльність і пам'ять. А ще - диня чудово заспокоює нервову систему.

Шейк із дині та вина

ПОТРІБНО: диня - 2 шматочки, морозиво - 50 г, вино - 0,5 склянки, лід - скільки забажаєте.

ПРИГОТУВАННЯ: зважте, що смак коктейлю буде залежати від вина. Якщо вино сухе або напівсолодке, то в коктейлі переважає смак дині, а якщо десертне або мускатне, то більше відчувається вино, а диня лише додає ароматну нотку. Диню чистимо, ріжемо на невеликі шматочки. Складаємо в блендер, додаємо вино і морозиво. Збиваємо. Переливаємо у склянку з льодом.

КВАСОЛЯ

Про те, що квасоля - рослинний аналог м'яса, думаємо, нагадувати не треба. Це й так давно відомий усім факт. Скажемо тільки, що крім білка квасоля містить багато заліза, яке зміцнює імунітет, а також магній і кальцій, які дуже корисні для наших зубів і кісток.

Ідеальна норма споживання квасолі - три склянки на тиждень.

Лобіо

ПОТРІБНО: червона квасоля - 200 г, цибуля - 2 шт., часник - 3-4 зубчики, томатна паста - 1 ст. л., винний оцет - 1 ст. л., кінза - невеликий жмуток, сіль, перець - за смаком, хмелі-сунелі.

ПРИГОТУВАННЯ: квасолю складаємо в каструлю, заливаємо водою і залишаємо на ніч. Води потрібно налити стільки, щоб вона добре покривала квасолю - бобові мають властивість вбирати багато рідини. Вранці зливаємо залишки води, промиваємо квасолю і знову заливаємо водою. Ставимо на сильний вогонь. Після закипання вогонь притишуємо і варимо близько двох годин. Наглядайте за рівнем води: її треба періодично підливати. Готова квасоля має бути повністю м'якою. Поки квасоля вариться, дрібно кришимо цибулю і обсмажуємо її на олії до золотистого кольору. Додаємо до цибулі подрібнений часник, томатну пасту і винний оцет. Перемішуємо. Одержаний соус вливаємо в каструлю з вареною квасолею. Воду, до речі, не зливаємо - в ній будемо тушкувати наше лобіо. Додаємо сіль, перець, хмелі-сунелі за смаком і подрібнену кінзу. Доводимо квасолю до кипіння і варимо, помішуючи, аж поки рідини стане удвічі менше. Готову страву злегка перетираємо ложкою чи товкачкою для пюре. Перетираємо не повністю - третина квасолин повинні залишитися цілими.

ПЕРСИКИ

Ну, а персики стануть справжньою знахідкою для тих, хто стежить за фігурою. По-перше, калорійність цього фрукта вкрай низька. По-друге, персики стимулюють роботу шлунково-кишкового тракту - це означає, що якщо ви з'їли персик, у вас швидше настає відчуття ситості і ви не біжите знову до холодильника. По-третє, персики дають організму дуже багато вологи. А волога в свою чергу розгладжує зморшки і надає шкірі здорового вигляду в будь-якому віці. Ну і по-четверте, персики підвищують тонус організму і просто покращують настрій - теж науково доведений факт, до речі.

Салат з куркою і персиками

ПОТРІБНО: куряча грудка - 1 шт., персики - 2 шт., синя цибуля - 1 шт., улюблений салат - 1 жмуток, фета або домашній сир - 1 ст. л., горішки - 1 ст. л., сіль, перець - за смаком, олія для смаження.

ДЛЯ ЗАПРАВКИ: олія - 1/3 склянки, винний або бальзамічний оцет - 3 ч. л., мед - 1 ч. л., гірчиця - 1 ч. л., сіль, мелений перець.

ПРИГОТУВАННЯ: курку миємо, натираємо сіллю і перцем, смажимо на невеликому вогні під кришкою, поки не підрум'яниться. Персики і листя салату миємо, витираємо насухо. Персики ріжемо на шматочки, салат рвемо руками. Цибулю чистимо і нарізаємо півкільцями. Робимо заправку для салату: всі інгредієнти складаємо в банку, закриваємо кришкою і гарненько трясемо секунд десять-п'ятнадцять. У глибоку миску викладаємо листя салату, додаємо цибулю, персики, горішки і фету чи сир. Смажену курку ріжемо на шматочки, додаємо до салату. Поливаємо салатною заправкою, добре перемішуємо.

ЦВІТНА КАПУСТА

Цвітна капуста - чудове джерело корисних речовин, мінералів і вітамінів. У порівнянні з білокачанною капустою в "кучерявій" міститься приблизно удвічі більше білків. Крім того, у цвітній капусті приблизно в два-три рази більше аскорбінової кислоти: за вмістом вітаміну С цей овоч не поступається цитрусовим. Цвітна капуста багата на вітаміни групи В, а також містить багато магнію, натрію, калію, фосфору, кальцію, заліза.

Смакота із запеченої капусти

ПОТРІБНО: цвітна капуста - 1 шт., сіль і перець - за смаком, часник - 3 зубчики, олія, лимон - половинка.

ПОТРІБНО: ми пропонуємо запекти цвітну капусту цілком. Це гарний варіант вечері для тих, хто не любить возитися з каструлями і сковорідками. Цвітну капусту миємо, очищаємо від нижніх листочків і зрізаємо ніжку - так, щоб вона стояла, не падаючи. Посипаємо капусту з усіх боків сіллю. У глибокій мисці змішуємо олію, сіль, перець, видавлюємо трохи лимонного соку і туди ж видавлюємо три зубчики часнику. Добре перемішуємо. Отриманою пікантною олією змащуємо капусту. Можна змастити силіконовим пензликом, а можна просто полити капусту з усіх боків - так, щоб олія затекла між суцвіття. Викладаємо капусту в змащену маслом форму і відправляємо в нагріту до 180 градусів духовку. Випікаємо близько години. Якщо побачите, що зверху капуста почала сильно підрум'янюватися, можна прикрити її фольгою. Готовність перевіряємо зубочисткою - капуста має бути м'якою і добре протикатися. При подачі нарізати шматочками, як торт.

ГРУШІ

У грушах багато фолієвої кислоти, а ще вона дуже корисна для серця взагалі і при порушеннях серцевого ритму, зокрема. Це пов'язано з тим, що груша містить багато калію. Стиглі соковиті й солодкі груші сприяють перетравленню їжі, мають закріплювальні властивості і тому корисні при розладах кишечника. При захворюваннях печінки, холециститі, гастриті груші позбавлять від болю і печії, ліквідують дискомфорт у кишечнику. Крім того, груші бадьорять, освіжають і веселять, покращують настрій.

Тарт-татен з грушами від Джеймі Олівера

ПОТРІБНО (НА 4 ПОРЦІЇ): 100 г дуже дрібного цукру, ваніль, 3 міцні, трохи недостиглі груші (очищені, без серцевини, натерті лимонним соком), 20 г масла, ½ чайної ложки тертого імбиру, жменя підсмажених мигдалевих пластівців, 250 г замороженого листкового тіста, 1 велике яйце, 1 чайна ложка молока, кілька листочків свіжого чебрецю.

ПРИГОТУВАННЯ: спробуйте смаколик від відомого британського кулінара. Поміщаємо цукор, ваніль і 100 мл води у 20-сантиметрову жаростійку сковорідку з товстим дном і доводимо до кипіння. Тримаємо на вогні, доки сироп загусне і перетвориться на гарну темно-брунатну карамель. (Готуючи карамель, в жодному разі не перемішуйте її: це може змінити властивості цукру). Розрізаємо кожну грушу на 6 клинців. Кладемо їх у карамель і струшуємо сковорідку, щоб груші добре вкрилися сумішшю. Вмішуємо масло і тримаємо на вогні ще 5 хвилин, щоб одержати густий масляно-карамельний соус. Обережно знімаємо з вогню і посипаємо згори імбиром і мигдалем.

Розкачуємо листкове тісто до товщини монети й вирізаємо з нього круг приблизно такого ж розміру, як сковорідка, щоб він затишно влігся в неї. Змішуємо яйця з молоком, кладемо тісто на груші, підтикаємо з боків і змащуємо його зверху яєчно-молочною сумішшю. Розігріваємо духовку до 190°С. Вміщуємо сковорідку в розігріту пічку приблизно на 20 хвилин, доки тісто стане золотистим згори, відтак витягуємо з пічки й відставляємо вбік для охолодження. Щоб перевернути тарт-татен, обережно накриваємо його зверху тарілкою і, надівши кухонну рукавицю, кладемо на тарілку руку. З максимальною обережністю (внизу сковорідки багато гарячої рідкої карамелі!) швидко перевертаємо всю «конструкцію» тарілкою донизу. Подаємо одразу ж, посипавши листками чебрецю.

ГОРОСКОП

з 7 до 13 серпня

ОВЕН

Щоб не зіпсувати стосунки з коханою людиною, частіше йдіть на компроміси. Поступайтеся в дрібницях, ваше взаємне почуття від цього тільки виграє.

ТЕЛЕЦЬ

У вас з'явиться можливість поїхати у відпустку або відрядження. Саме в подорожах ви зустрінете людину, що змінить ваше життя на краще.

БЛИЗНЮКИ

Ні в дружбі, ні в справах, ні в любові ви не схильні шукати простих шляхів. Найкращий шлях для вас - не найкоротший, а найвірніший і безпечний, тобто прихований від чужих очей.

РАК

Раки - енергійні та спритні люди. Вони знають, чого хочуть від життя, і мають у своєму арсеналі всі інструменти для того, щоб із часом цього домогтися.

ЛЕВ

У компанії ви не харизматичний лідер, що кличе до невідомих обріїв, а людина, чиє слово має велику вагу і чий авторитет не викликає сумніву. Радійте цьому і насолоджуйтеся тим, що є.

ДІВА

Завдяки розсудливості і самостійності вам будуть під силу будь-які справи. Ви звикли грати першу скрипку, а не підлаштовуватися під чиїсь закони. А от рідні чекають від вас більше уваги.

ТЕРЕЗИ

Практично все, за що візьметеся, робитимете серйозно і ґрунтовно. Ви сповнені рішучості довести справу до кінця. При цьому зазвичай надаєте перевагу перевіреній інформації.

СКОРПІОН

Будучи консерватором по натурі, ви не схвалюєте будь-які нововведення, вважаючи їх не дуже надійними. Вам до душі не одномоментні віяння сьогодення, а все міцне та надійне. Врешті це принесе вам успіх.

СТРІЛЕЦЬ

Ваші рухи розмірені, а слова зважені й точні. Оточуючі потягнуться до вас, відчуваючи внутрішню міць і цілісність вашої самобутньої натури. Самотніх чекає цікаве знайомство.

КОЗЕРІГ

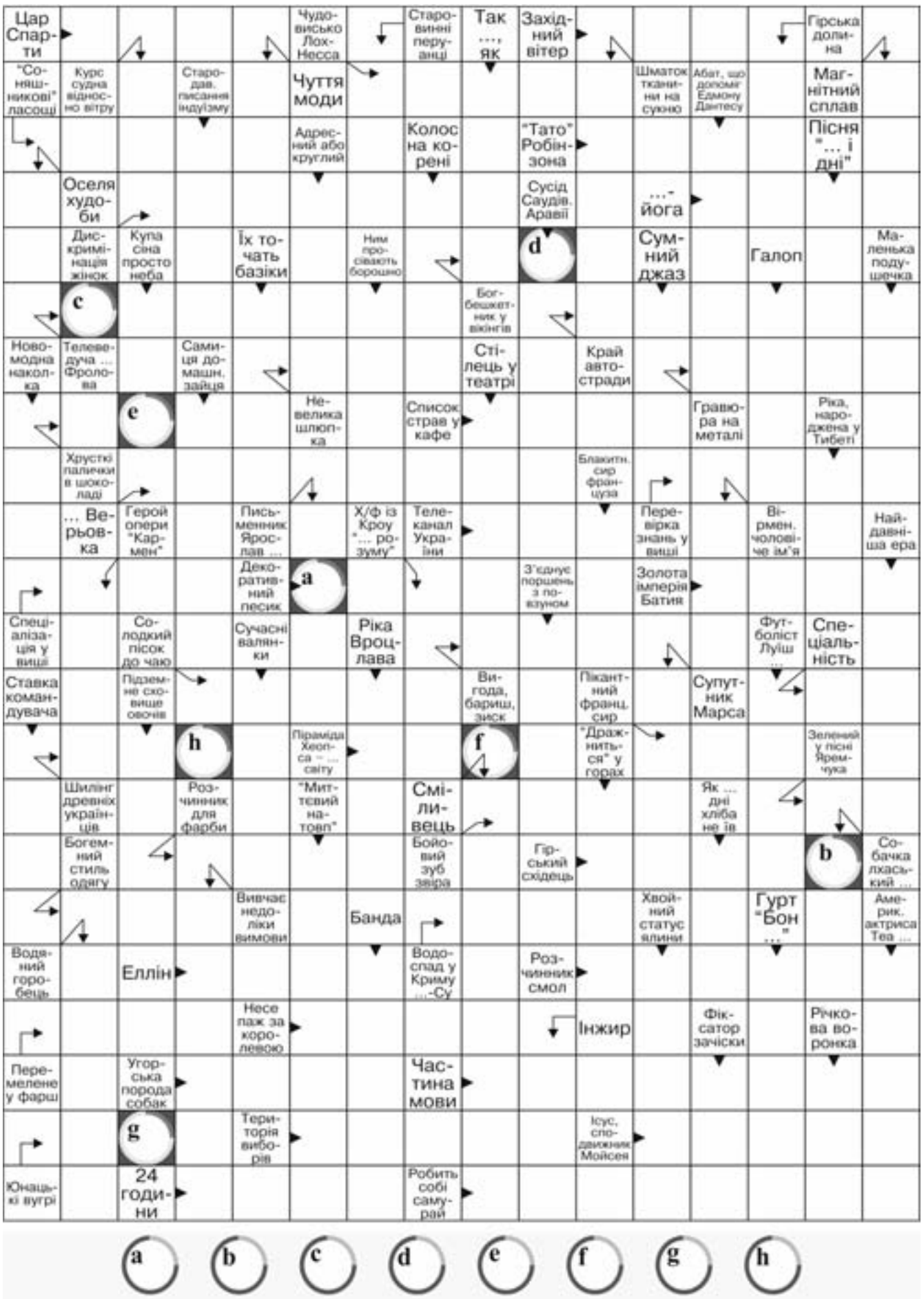
Ви не любите компаній, але одинаком вас не назвеш. У вас практичний розум, який принесе успіх у справах. Ви вмієте вислухати, підтримати розмову і можете без особливих зусиль завоювати довіру співрозмовника.

ВОДОЛІЙ

Ви практик, не схильний витати у хмарах, а готовий методично й наполегливо домагатися свого. Поставивши перед собою мету, дійдете до неї, незважаючи ні на які перешкоди.

РИБИ

Ви не вмієте економити сили і правильно організовувати працю, часто йдучи напролом. Проте ваші фантастична завзятість і працездатність здатні забезпечити успіх. Однак і відпочинок вам не завадить.



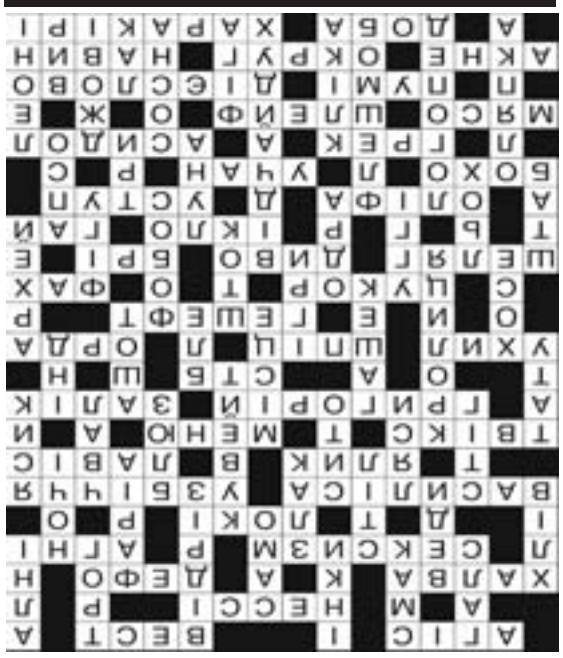
ДП «СЕТАМ» оголошує про проведення електронних торгів з продажу предмету іпотеки:

1.Зем.діл. пл. 0.161 га, К/№6122486700:02:002:0072 і розміщ. на ній житл.будинок пл. 183.4кв.м. з господ. будівлями та спорудами, за адресою: Тернопільська обл., Збаразький р-н, с. Нижчі Луб'янки, вул. Л. Українки, 9. Дата торгів: 27.08.2019 09:00. Дод. інформація: https://setam.net.ua. Лот №365340.

Населення краю боргує сотні мільйонів за компослуги

Заборгованість населення Тернопільщини за постачання природного газу на кінець червня цього року становила 487 млн. грн. За централізоване опалення та постачання гарячої води - 76,4 млн. грн. За утримання будинків і споруд та прибудинкових територій - 42,9 млн. грн. За централізоване постачання холодної води та водовідведення - 21,7 млн. грн. За вивезення побутових відходів - 9,9 млн. грн. За постачання електроенергії - 86,9 млн грн. Про це повідомляє Головне управління статистики в області.

Відповіді



Наш ДЕНЬ
Громадсько-політичний тижневик.
Свідоцтво про державну реєстрацію ТР № 601- 201Р, видане 17 травня 2013 р.
Індекс видання – 68710.
Засновник і видавець Кушнірук З.А.

Головний редактор - Зіна КУШНІРУК.
Адреса редакції: м.Тернопіль, вул. Крушельницької, 18, офіс 409, індекс 46400;
тел./факс (0352) 40-77-60;
http://nday.te.ua. e-mail nday-te@ukr.net

Банківські реквізити: отримувач – ФОП Кушнірук Зіна Антонівна, р/р №26006010939623, в ПАТ «Укрсоцбанк» м. Київ, МФО 300023, код 2265003402
Друк: ПП Зволейко А. Л., м.Чернівці, вул. Героїв Майдану, 65/8
тел./факс (0372) 54-45-46
Тираж 15013

Думки авторів можуть не збігатися з позицією редакції. Редакція залишає за собою право редагувати та скорочувати тексти. Оригінали не рецензуються і не повертаються. Відповідальність за зміст реклами несе рекламодавець.

Вітаємо!

Директора Копичинецької школи №2

Наталію Станіславівну Хорощак

з ювілеєм!

Хай рясніють літа, колосяться жита,
Зеленіють луги, вміло скошені,
Хай радіє земля, хай сміється душа
І далеко хай буде до осені.
Хай майбутні літа, мов
у казці, пливуть,
Сумувати за цим не годиться,
Хай все гарне вони і добро принесуть,
І задумане все хай здійсниться!
Небесна Ненька хай святим покровом
Освятить кожну мить життя,
Нехай Господь дарує ласку
На многії і благії літа!

З повагою - Конгрес ділових жінок України.

Вітаємо!

Сьогодні святкує свій перший День ангела

Анюта Дячина із с. Кривчики Збаразького району, якій 27 липня виповнився рочок!

Ніжне, миле й дороге,
Сонечко-малятко,
З першим рочком Тебе,
Наше янголятко!
Свят у світі є багато,
Лиш в Анюти нині свято,
Наймиліша від усіх:
Привітання й дружній сміх -
Все Тобі, усе для Тебе,
Поглядає ангел з неба
На Твоє веселе свято,
Ніби хоче нагадати:
Що заступник в Тебе є,
А ім'я, як і Твоє.
Він Тебе оберігає,
Любить і ніжно обіймає.

З любов'ю - хресний Назар, бабуся Оксана, дідусь Сергій та дві прабабусі Галини.

Вітаємо!

Любого внука і синочка, гарного племінника і похресника, милого братика

Іллю Шведа

з Вікнин на Збаражчині

з Днем народження та з Днем ангела!

З цими святами Тебе ми вітаєм,
Всього найкращого бажаєм,
Твій настрій буде хай казковим,
Життя цікавим і чудовим.
Бажаєм успіхів в навчанні
І перемог в усіх змаганнях,
Пригод веселих, друзів гарних,
Багато світлих днів безхмарних.
Бажаєм сонечка й здоров'я,
Нехай Тобі завжди щастить,
Приносить тільки щиру радість
Тобі дитинства кожна мить.

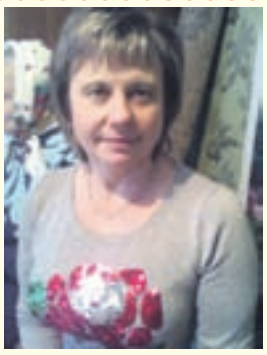
З любов'ю – дідусь Дмитро, бабуся Тетяна, тьотя Валя і хресна мама Світлана з сім'ями, тато Андрій і мама Люда, сестричка Анастасія.

Вітаємо!

Старшу медсестру травматологічного відділення КНП «Лановецька ЦРЛ»

Любов Анатоліївну Луцишин

з 50-річчям, яке вона відзначатиме 9 серпня!



Хай квітує добро на життєвому полі,
Хай світанки дарують наснагу щодня,
Хай крізь хмари
й туман посміхається доля,
Килимами дорогу встеляє весна.
Щасливі Ви, бо Вас шанують люди
За труд, за чуйність, за тепло душі,
Нехай здоров'я й сил до Вас прибуде,
Нехай до серця осінь не спішить!
Хай роки цвітуть під мирним небом
У добрі і спокої – до ста,
Хай дає Господь усе, що треба,
Душу благодаттю огорта!

З повагою - колектив працівників травматологічного відділення.

Вітаємо!

Дорога наша сестричка

Любов Анатоліївна Луцишин

із с. Нападівка Лановецького району відзначатиме свій золотий ювілей!

Сестро наша – доросла й красива,
Струнка фігура, очі – справжнє диво.
І дуже мудра, хоч і молода,
З душі і серця ллється доброта.
Ми щиро з Днем народження вітаєм,
Міцною бути і здоровою бажаєм,
Щоб на роботі гарно цінували,
І пташку щастя Ти свою впіймала.
Твоє життя цвіте, як мак,
Тобі ще мріяти й творити,
І розрізняти «ні» і «так»,
Тобі любити і дружити.
Коли розійдемося ми
На серці в Тебе буде туга,
Ти приходи і приїзди,
Бо у сестер знайдеш Ти друга.

З любов'ю – сестра Оксана із с. Бодаки на Збаражчині та сестра Марійка із с. Кушлин Кременецького району.

Вітаємо!

Дорогу донечку

Любов Анатоліївну Луцишин

з с. Нападівка Лановецького району із золотим ювілеєм!

Святкового дня Ти народилась,
Наче зіронька з'явилась,
У наш дім принесла
Багато радості й тепла.
І, як маків цвіт, Ти розцвіла.
Нехай в цей день завжди Тобі дають
Дарунків й квітів море,
І щоб ніхто й ніколи не завдав Тобі
Ні кривди, ані горя.
Хай Божа Матінка Тебе охороняє,
А Господь міцне здоров'я посилає.
І довго-довго віку прожити,
А ми, Твоя родина, любимо і будемо любити.
Рідна моя, донечко, кровиночка мила,
Я щасливою була, як Тебе родила,
А тепер ще щасливіша, бо Ти – моя доня,
Віддаю я своє серце у Твої долоні.

З найкращими побажаннями - мама Галя із с. Бодаки Збаразького району.

До привітань приєднуються рідні, швагри Сергій та Анатолій і всі племінники.

Радості, щастя і щедрої долі,
Хай Бог посилає на довгі роки,
Бажаєм прожити у силій здоров'ї,
Многії літа, з роси і води!

Вітаємо!

Начальника ЦВПЗ Козова-1

Світлану Олександрівну Лашкевич

з Днем народження!

За роком рік життя невпинно лине,
Дарує весен веселковий час,
У цю прекрасну літню днину
Вітання щирі Ви прийміть від нас.
Хай доля шле Вам лиш добро і щастя,
Міцне здоров'я, море благ земних,
А щедрі дні, мов рушники квітчасті,
Нехай ще довго стеляться до ніг!

З повагою - колектив ЦВПЗ Козова-1.

До цих щирих побажань приєднується і колектив «Нашого ДНЯ».

Хай б'ється джерело життя бурхливо,
Хай буде рівним Ваш життєвий шлях,
Прекрасним, щедрим, наче хлібна нива,
Чарівним, як мелодія в піснях!

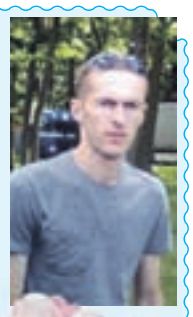
Вітаємо!

Дорого сина і брата

Ярослава Васильовича Марущака

із с. Жовнівка Бережанського району

з Днем народження!



День такий – це особливий день!
І коли щороку він приходить
Серце наче сповнене пісень,
Світ, здається сповнений мелодій.
Хай ніколи в лагідних очах
Чиста й тепла радість не згасає,
Щоб не було горя навіть в снах,
Хай Господь здоров'я посилає.
Береже від болю і біди,
Посилає щастя й долю світлу,
Щоб життя прекрасне назавжди
Ніжною трояндою розквітло...

З любов'ю – тато Василь, брати Андрій і Павло, сестри Зоряна і Галина з сім'ями.

Вітаємо!

Оксану Іванівну Коровець

з с. Вікнини Збаразького району

з 30-річчям!

Бажаємо щастя цілий оберемок,
Усмішок радісних трояндовий букет,
Надійних друзів – щирих і веселих,
Солодкого життя, як зрілий мед!
Щоб Ти завжди раділа будням-святам,
Втішалася красою почуттів,
Щоб мала у житті всього багато
І кожен день щоб сонечком зігрів!
Удачі й миру зичим в цю годину,
Надії, сонця, радості, добра,
Хай Бог благословить усю родину,
Тобі дарує многії літа!

З любов'ю – хресний тато Дмитро, тьотя Тетяна, сестри Люда, Світлана, Валя, швагри Андрій, Ігор, Сергій, племінники і похресники Ілля, Анастасія, Антоніна, Юра, Діма, Злата, Аліна.

Вітаємо!

Кохану дружину, люблячу маму, донечку та сестричку, добру племінницю і тьотю

Оксану Іванівну Коровець

із с. Великі Вікнини Збаразького району

з 30-річчям!

Сьогодні Твій день, не сумуй – усміхнись.
Бажаєм веселого свята!
Щоб всі Твої мрії чимшвидше збулись!
Щоб запам'яталась ця дата!
Хай багато ще весен, багато ще літ
Злинуть в радості, мирі й спокої.
Хай ще довго сія Твоя зірка вгорі,
Дні проходять у щасті й здоров'ї.
Життя хай квітне лиш яскравим цвітом,
Дарує мир, сердечність і тепло,
Щоб кожен день було чому радіти,
А смутку у душі ніколи не було!

З любов'ю – чоловік Віктор, діти Юля, Саша, Єва, мама Марія з чоловіком Миколою, бабуся Надя, брат Руслан з дружиною Оксаною, племінники Андрій, Олексій, Таня, дядько Григорій.

Вітаємо!

Добру племінницю і похресницю, дорогу сестричку, люблячу тьотю

Оксану Іванівну Коровець

з Вікнин Збаразького району

з 30-річним ювілеєм!

Цей ювілей – весела, гарна дата,
І сумніватись тут не слід,
Отож прийми найкращі побажання
Благополуччя, щастя на багато літ.
Хай квітує добро на життєвому полі,
Хай світанки дарують наснагу щодня,
Хай крізь хмари й туман посміхається доля,
Килимами дорогу встеляє весна.
Хай дім Твій наповниться світлом,
Цілющі джерела здоров'я дають,
На многії літа з калиною й хлібом
Зозулі хай спокій і мир накують.

З любов'ю - хресна мама Оля, брат Михайло з дружиною Мирославою, сестра Наталя з чоловіком Миколою, племінники Сергій і Ваня.

Замовити вітання для своїх рідних, близьких та друзів можна безпосередньо у редакції тижневика "Наш ДЕНЬ", або за телефоном (068) 364-08-54.

Ціна привітання - від 100 грн.

Для передплатників "Нашого ДНЯ" - знижки.