

ПОНЕДІЛОК, 19.10

Іменинники: Гликерія, Лукерія, Макар, Хома, Клавдія, Никанор.
Схід 7.27, захід 17.57, т. д. 10.30.
Схід 10.45, захід 19.39.
Місяць у Скорпіоні, Стрільці

UA: ПЕРШИЙ

06.00, 06.05, 03.45, 04.40 Енеїда
06.30 Книга-мандрівка
06.35 М/с "Чорний пірат"
07.00, 08.00, 09.00, 13.00, 15.00, 18.00, 21.00, 23.00 Новини
07.05, 08.05, 09.05, 12.00, 13.10, 18.20, 00.05 Суспільна студія
09.30 Т/с "Таємниці Борго Ларічі"
10.30 Світова медицина. Корея - люди та вулкани
11.00 Дивовижні сади. Аббатство Сент-Андре - Франція
11.25 Телепродаж
15.10, 21.25, 23.25 Спорт
15.20 UA: Фольк. Спогади
16.25 Т/с "Полдари"
17.30 Д/с "Дика планета"
18.55 Д/с "Вижити в дикій природі"
19.55 Д/с "Світ дивовижних тварин"
21.35, 02.30 Суспільно-політичне ток-шоу "Зворотний відлік"
23.35 Перша шпальта

1+1

06.00 ТСН: "ТСН-Тижень"
06.30, 07.10, 08.10, 09.10 "Сніданок з 1+1"
07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 14.00, 16.45, 19.30, 04.20 ТСН
09.25, 10.25, 03.15 "Життя відомих людей-2020"
11.25, 12.20, 13.00, 14.20, 15.25 "Розмішки коміка"
17.10 Т/с "Жінка"
19.00 "Секретні матеріали-2020"
20.45 Х/ф "Сидоренки-2"
21.45 Т/с "Свати"
22.45 "Гроші-2020"
00.00 "Дубнізми-2020"

ВІВТОРОК, 20.10

Іменинники: Сергій, Юліан, Капітоліна, Микола, Палагна, Леонтій, Марко, Фелікс.
Схід 7.29, захід 17.55, т. д. 10.26.
Схід 12.07, захід 20.18.
Місяць у Стрільці.

UA: ПЕРШИЙ

06.00, 06.05, 03.10 Енеїда
06.30 Книга-мандрівка
06.35 М/с "Чорний пірат"
07.00, 08.00, 09.00, 13.00, 15.00, 18.00, 21.00, 23.35, 01.15, 05.10 Новини
07.05, 08.05, 09.05, 12.00, 13.10, 18.20, 00.25, 02.00 Суспільна студія
09.30 Т/с "Таємниці Борго Ларічі"
10.30 Світова медицина. Південна Африка - цілітелі Зулуси
11.00 Дивовижні сади. Трстено - Хорватія
11.25 Телепродаж
15.10, 21.35, 00.10, 01.50, 05.45 Спорт
15.20 UA: Фольк. Спогади
16.25 Т/с "Полдари"
17.30 Вибори у США: фактор "справи Бігстма"
18.55 Д/с "Вижити в дикій природі"
19.55 Д/с "Світ дивовижних тварин"
22.00 #ВУКРАЇНІ
22.30 Д/с "Дикі тварини"
04.05 Д/с "Одесити на Донбасі"

1+1

06.00 "Гроші 2020"
06.30, 07.10, 08.10, 09.10 "Сніданок з 1+1"
07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 14.00, 16.45, 19.30 ТСН
09.25, 10.25 "Життя відомих людей-2020"
11.25, 12.20, 13.15, 14.15, 14.50 "Міняю жінку"
17.10 Т/с "Жінка"
19.00 "Секретні матеріали-2020"
20.45 Х/ф "Сидоренки-2"
21.45 Т/с "Свати"
22.45, 00.55 "Міняю жінку 15"
02.50 Х/ф "Найгірша подруга"

ІНТЕР

05.30, 22.15 "Слідство вели... з Леонідом Каневським"
07.00, 08.00, 09.00,

ІНТЕР

06.05, 22.15 "Слідство вели... з Леонідом Каневським"
07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 17.40 Новини
07.10, 08.10, 09.20 "Ранок з Інтером"
10.05, 12.25 Т/с "Детектив Ренуар"
15.40 "Чекай на мене. Україна"
18.00, 19.00, 03.10 Ток-шоу "Стосується кожного"
20.00, 02.25 "Подорожі"
21.00 Т/с "Речдок. Особиста справа"
00.15 Т/с "Згадати молодість-3"

УКРАЇНА

06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні
09.30 Зірковий шлях
10.30 Свекруха або невістка
11.30, 03.40 Реальна містика
13.30, 15.30 Агенти справедливості
16.00 Історія одного злочину
20.10 Ток-шоу "Говорить Україна"
21.00 Т/с "Тінь зірки"
23.30, 02.00 Т/с "За полком серця"

НОВИЙ К-Л

06.00, 07.15 Kids' Time
06.05 М/с "Майлз із майбутнього"
07.20 Вар'яти
08.50 Шалена зірка
12.00 Х/ф "Покоївка з Манхеттена"
14.00 Х/ф "Титанік"
18.00 Le Маршрутка
19.00 У кого більше?
21.00 Х/ф "Шалена карта"
23.00 Х/ф "Флот Макхейла"
01.00 Х/ф "Моя дівчина монстр"

УКРАЇНА

06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00, 04.00 Сьогодні
09.30 Зірковий шлях
10.30 Свекруха або невістка
11.30, 04.45 Реальна містика
13.30, 15.30 Агенти справедливості
16.00 Історія одного злочину
20.10 Ток-шоу "Говорить Україна"
21.00 Т/с "Тінь зірки"
23.20 Контролер
00.00, 02.00 Т/с "Мить, укрadena у щастя"
01.30 Телемагазин

УКРАЇНА

06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00, 04.00 Сьогодні
09.30 Зірковий шлях
10.30 Свекруха або невістка
11.30, 04.45 Реальна містика
13.30, 15.30 Агенти справедливості
16.00 Історія одного злочину
20.10 Ток-шоу "Говорить Україна"
21.00 Т/с "Тінь зірки"
23.20 Контролер
00.00, 02.00 Т/с "Мить, укрadena у щастя"
01.30 Телемагазин

НОВИЙ К-Л

06.00, 07.15 Kids' Time
06.05 М/с "Майлз із майбутнього"
07.20 Вар'яти
09.00 Т/с "Мерлін"
11.00 Х/ф "Артур і мініпуті"
13.00 Суперінтуїція
15.00 Хто звернух?
17.00, 19.00 Кохання на виживання
21.00 Х/ф "Професіонал"
23.40 Х/ф "Кров'ю і потом: Анаболіки"

СТБ

05.30, 23.10 Т/с "Доктор Хаус"
07.15 Т/с "Комісар Рекс"
10.20 "МастерШеф - 8"

СТБ

05.20, 23.05 Т/с "Доктор Хаус"
06.55 Т/с "Комісар Рекс"
10.05 "МастерШеф - 8"
13.00, 14.50 Т/с "Сліпа"
14.30, 17.30, 22.00 "Вікна-Новини"
15.35 Т/с "Слід"
18.05 "СуперМама 2"
19.05 "Детектор брехні"
20.10, 22.45 Т/с "Мій чоловік, моя жінка"
01.00 "Слідство ведуть екстрасенси"

НТН

07.00, 16.50, 20.50, 02.55 "Видашковий свідок"
07.35 Х/ф "У квадраті 45"
08.55 Х/ф "Летять журавлі"
10.50, 22.30 Т/с "Морський патруль"
12.30, 16.30, 19.00, 22.00, 02.25 "Свідок"
12.50 "Таємниці світу"
14.40 "Запрограмовані долі"
15.35 "Свєррабінні. Просто бізнес"
18.20 "Свідок. Агенти"
19.30 "Легенди карного розшуку"
00.15 Х/ф "Револьвер"

ENTER-ФІЛЬМ

07.10, 07.40, 08.50, 09.00, 09.30, 02.15 "Телемагазин"
08.00 "Невідома версія"
10.20 "Спогади"
11.20, 02.45 "Зіркові долі"
12.10 "Моя правда"
13.00 Х/ф "Веселі Жабкочичі"
14.15 Х/ф "Перстень княгині Ганни"
15.40 Х/ф "Люди в океані"
17.05 Х/ф "Командир

МІСЬКИЙ КОНКУРС ПРОЄКТІВ У СФЕРІ РОБОТИ З ДІТЬМИ ТА МОЛОДІУ У 2021 РОЦІ

1. Інститути громадянського суспільства беруть участь у співфінансуванні проєкту в розмірі не менш як 15% необхідного обсягу фінансування

2. Участь у конкурсі можуть взяти інститути громадянського суспільства

3. Кількість конкурсних пропозицій від одного інституту громадянського суспільства не є обмеженою

4. Термін приймання пропозицій до 01 листопада 2020 року

5. Сума, яку буде ешбілено на реалізацію проєкту, складає 100 тис. грн.

6. Консультації щодо заповнення документів можна отримати за телефоном: 38-22-11

7. Конкурсні пропозиції приймаються: пн-чт: (9:00 - 17:00 год.), пт: (9:00 - 15:45 год.) за адресою: м. Біла Церква, вул. Олесь Гончара, 11

Із Положення про проведення конкурсу можна ознайомитися на офіційному сайті міської ради: bc-rada.gov.ua

13.00, 14.50 Т/с "Сліпа"
14.30, 17.30, 22.00 "Вікна-Новини"
15.35 Т/с "Слід"
18.05 "СуперМама 2"
19.05 "Таємниці ДНК"
20.15, 22.45 Т/с "Мій чоловік, моя жінка"
01.05 "Слідство ведуть екстрасенси"

НТН

07.50, 16.50, 20.50, 02.45 "Видашковий свідок"
08.30, 12.30, 16.30, 19.00, 22.00, 02.15 "Свідок"
09.00 Х/ф "Беремо все на себе"
10.40, 22.30 Т/с "Морський патруль"
12.50 "Свідок. Агенти"
14.40 "Допінг. Фабрика чемпіонів"
15.40 "Місто, яке зрадило. Києву часів окупації присвячується"
18.20 "Будьте здорові"
19.30 "Легенди карного розшуку"
00.15 "Склад злочину"
01.05, 02.50 "Речовий доказ"

ENTER-ФІЛЬМ

07.10, 07.10, 07.40, 08.50, 09.00, 02.30 "Телемагазин"

щасливої "Щуки"
19.00 Х/с "Сутю англійські вбивства"
21.00 Х/с "Загадкові вбивства Агати Крісті"
22.50 Х/ф "Золоте теля"
02.00 "Академія сміху"

ІСТV

08.45 Факти. Ранок
09.15, 19.30 Надзвичайні новини
10.20 Секретний фронт
10.50 Х/ф "Правило бою"
12.45, 15.45 Факти. День
13.30 Х/ф "Викрадена-2"
15.30, 16.15 Х/ф "Паркер"
18.45, 21.10 Факти. Вечір
20.25 Більше ніж правда
21.30 Т/с "Пес"
22.55 Свобода слова
00.15 Х/ф "Наші котики"

ПРЯМИЙ

07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 17.00, 18.00, 19.45 "Репортер". Новини
07.10, 08.10 "Новий день"
09.10, 10.10 "Прямий трафік"
11.10, 12.10 "Деталі на "Прямому"
13.10 "Гаряча тема"
14.15 Ток-шоу "По факту"
16.00 "Година пік"
17.10 Ток-шоу "Ситуація"
18.15 "Ехо України"
20.00 Ток-шоу "Прямий ефір"
22.00 "Прямий контакт"

МЕГА

06.00 Бандитська Одеса
08.45, 01.50 Правда життя
09.55, 00.40 Речовий доказ

11.05, 17.50 Тваринна зброя
12.05, 16.50 Фестивали планети
13.05 Містична Україна
13.55, 19.50 Фантастичні історії
14.55 Таємнича світова війна
15.55, 21.55 Сучасні дива
18.50 Брама часу
20.50 Вирішальні битви Другої світової
22.45 Дика Африка
23.45 Апокаліпсис: Перша світова війна

5 КАНАЛ

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 21.00, 23.00, 00.00, 01.00, 03.00, 04.00, 05.00 Час новин
06.25 На власні очі
07.10, 08.10, 21.25 Актуально: Економіка. Політика. Соціум
07.15, 16.10 Д/с "Повітряні війни"
08.15 Д/с "Світ завтрашнього дня сьогодні"
09.30, 00.30 Машина часу
10.10, 11.10 Д/с "Бойові кораблі"
12.30 Про Військо
13.00 Час. Підсумки тижня з Анною Мірошниченко
14.10 Д/с "Бойові машини"
15.30, 03.10 Час "С"
17.10, 18.10 Ток-шоу "ПОЛІТКЛУБ з Віталієм Портниковим"
19.20, 01.15 Ток-шоу "КОНДРАТЮК У ПОНЕДІЛОК"
21.40 Час-Time
22.00, 05.10 Д/с "Боже вільний світ. Гарантоване взаємознищення"
23.10 Д/с "Друга світова

ПРЯМИЙ

07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 17.00, 18.00, 19.45 "Репортер". Новини
07.10, 08.10 "Новий день"
09.10, 10.10 "Прямий трафік"
11.10, 12.10 "Деталі на "Прямому"
13.10 "Гаряча тема"
14.15 Ток-шоу "По факту"
16.00 "Година пік"
17.10 Ток-шоу "Ситуація"
18.15 "Ехо України"
20.00 Ток-шоу "Прямий ефір"
22.00 "Прямий контакт"

МЕГА

06.00 Бандитська Одеса
08.45, 01.50 Правда життя
09.55, 00.40 Речовий доказ

Робота в Київській та Вінницькій областях
ОХОРОНА
Вахта 14 x 14 діб.
Жінки – до 45 років, чоловіки – до 55 років.
ПРОЇЗД ТА ПРОЖИВАННЯ ЗА РАХУНОК ФІРМИ.
Заробітна плата від 300-400 грн за добу
Запис на співбесіду за телефонами:
м. Біла Церква
067-46-27-064, 050-28-74-856, 094-76-95-174, 063-29-45-617.

війна: свідчення війни

ТЕТ
06.00 ТЕТ Мультиранок
08.15, 09.15, 10.15, 18.15, 19.15, 20.15 Одного разу під Полтавою
08.45, 09.45, 18.45, 19.45 Танька і Володька
11.15, 00.30 Країна У
12.15, 17.15 4 весілля
14.15, 01.45 Панянка-селянка
16.15 СуперЖінка
21.15 Х/ф "Так, можливо"
23.30 Казки У
02.45 Щоденники Темного

К-1

06.30 "TOP SHOP"
08.00 М/с "Юху та його друзі"
08.25 "Ух ти show"
09.00 "Орел і Решка. Шопінг"

К-2

06.30, 08.00 Телемагазин
07.30, 08.20, 19.10, 00.40 Ідеї ремонту
08.40 Майстри ремонту
09.40, 17.20 Один за 100 годин
10.30, 19.40 Удачний проєкт
12.10, 15.00 Корисні поради
13.00 Шеф-повар
14.00 Спеція
15.50 Неймовірно історії кохання
16.50 Зіркові долі
18.20 Квартирне питання
20.30 Дачна відповідь
22.20 Готуємо разом

11.00 Т/с "Мисливці за реліквіями"

11.00 Х/ф "Котися!"
13.10 Х/ф "Матриця часу"
15.00 "Орел і Решка. Івлєєва VS Бєдняков"
16.00 "Орел і Решка. Навколо світу"
18.00 "Орел і Решка. Навколосвітня подорож"
21.00 "Орел і Решка. Морський сезон"
22.00 "Орел і Решка. Дива світу 2"
00.10 Х/ф "Основний інстинкт-2: Жага ризику"

К-1

06.30 "TOP SHOP"
08.00 М/с "Юху та його друзі"
08.25 "Ух ти show"
09.00 "Орел і Решка. Шопінг"

К-2

06.30, 08.00 Телемагазин
07.30, 08.20, 19.10, 00.40 Ідеї ремонту
08.40 Майстри ремонту
09.40, 17.20 Один за 100 годин
10.30, 19.40 Удачний проєкт
12.10, 15.00 Корисні поради
13.00 Шеф-повар
14.00 Спеція
15.50 Неймовірно історії кохання
16.50 Зіркові долі
18.20 Квартирне питання
20.30 Дачна відповідь
22.20 Готуємо разом

– Саша, приходь, у мене день народження.
– Мене дружина не пускає.
– Ну, відпросися.
– А наручники як відстебнути?

війна: свідчення війни

ТЕТ
06.00 ТЕТ Мультиранок
08.15, 09.15, 10.15, 18.15, 19.15, 20.15 Одного разу під Полтавою
08.45, 09.45, 18.45, 19.45 Танька і Володька
11.15, 23.15 Казки У
12.15, 17.15 4 весілля
14.15, 01.15 Панянка-селянка
16.15 СуперЖінка
21.15 Х/ф "Двоє: я та моя тінь"
00.15 Країна У
02.30 Щоденники Темного

К-1

06.30 "TOP SHOP"
08.00 М/с "Юху та його друзі"
08.35 "Орел і Решка. Шопінг"
10.30 Т/с "Мисливці за реліквіями"
14.10, 21.00 "Орел і Решка. Морський сезон"
22.30 "Орел і Решка. Дива світу"
16.00, 22.00 "Орел і Решка. Дива світу-2"
17.00 "Орел і Решка. Навколосвітня подорож"
19.25 Т/с "Опер за викликом-3"
20.25, 21.30 Т/с "Брати по крові-2"
22.30, 00.05 Т/с "Кістки-4"
01.45 "Облом.UA."

2+2

06.00, 18.15 "Спецкор"
06.35, 18.50 "Джедаї"
07.10 "Джедаї 2020"
07.55 Т/с "Команда А"
09.45 Х/ф "Проти крові"
11.20, 17.15 "Загублений світ"
13.15 Х/ф "Полісмен з Бєверлі-Хіллз"
15.15 Х/ф "Полісмен з Бєверлі-Хіллз-2"
19.25 Т/с "Опер за викликом-3"
20.25, 21.30 Т/с "Брати по крові-2"
22.30, 00.05 Т/с "Кістки-4"
01.45 "Облом.UA."

БІГУДІ

06.00 Корисні підказки
07.00, 03.00 Посміхніться, вам це личить
09.30, 00.15 Т/с "Тільки кохання"
11.00, 17.50, 21.15 Сімейні мелодрами
12.30, 01.40 Т/с "Друге весілля"
14.15 Пробач мене, моя любове
16.00 Мольфар
19.30 Т/с "Величне століття. Нова володарка"

СТО ПО РЕМОНТУ ВАНТАЖНИХ АВТОМОБІЛІВ
ЗАПРОШУЄ НА РОБОТУ **слюсаря-ремонтника**
з обслуговування вантажних іномарок та напівпричепів.
Досвід роботи від 1-го року.
Заробітна плата **10000-15000 грн.**
Деталі за телефоном:
067-450-26-16 (Ольга).

СЕРЕДА, 21.10

Іменинники: Таїсія, Трифон, Пелагія, Палагна, Олексій, Гнат, Дорофій, Сидір.
Схід 7.31, захід 17.53, т. д. 10.22.
Схід 13.20, захід 21.08.
Місяць у Стрільці, Козерозі.

UA: ПЕРШИЙ

06.00, 06.05, 03.10 Енеїда
06.30 Книга-мандрівка
06.35 М/с "Чорний пірат"
07.00, 08.00, 09.00, 13.00, 15.00, 18.00, 21.00, 23.35, 01.15 Новини
07.05, 08.05, 09.05, 12.00, 13.10, 18.20, 00.25, 02.00 Суспільна студія
09.30 Т/с "Таємниці Борго Ларічі"
10.30 Стильні подорожі 11.00 Дивовижні сади. Аббатство Треско - Англія
11.25 Телепродаж 15.10, 21.35, 00.10, 01.50, 05.45 Спорт 15.20 UA:Фольк. Спогади
16.25 Т/с "Полдари" 17.30 #ВУКРАЇНІ
18.55 Д/ц "Боротьба за виживання"
19.55 Д/с "Світ дивовижних тварин"
22.00 Розважальна програма з Майклом Шуром 22.30 Д/ц "Дикі тварини"
04.05 Д/ф "Висота 3075"

1+1

06.30, 07.10, 08.10, 09.10 "Сніданок з 1+1"
07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 14.00, 16.45, 19.30, 04.35 ТСН
09.25, 10.25 "Життя відомих людей-2020"
11.25, 12.20, 13.15, 14.15, 14.50 "Міння жінку"
17.10 Т/с "Жінка"
19.00 "Секретні матеріали-2020"
20.45 Х/ф "Сидоренки-Сидоренки-2"
21.45 Т/с "Свати"
22.45, 23.55 "Світ навороті 11: Китай"
01.05 Х/ф "Найгірша подруга"

ІНТЕР

05.00 "Телемагазин"
05.30, 22.15 "Слідство вели..." з Леонідом Каневським"
07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 17.40 Новини

ЧЕТВЕР, 22.10

Іменинники: Максим, Яків, Афанасія, Петро, Андроник, Дмитро, Денис, Аврам.
Схід 7.32, захід 17.51, т. д. 10.19.
Схід 14.20, захід 22.08.
Місяць у Козерозі.

UA: ПЕРШИЙ

06.00, 06.05, 03.10 Енеїда
06.30 Книга-мандрівка
06.35 М/с "Чорний пірат"
07.00, 08.00, 09.00, 13.00, 15.00, 18.00, 21.00, 23.35, 01.15, 05.10 Новини
07.05, 08.05, 09.05, 12.00, 13.10, 18.20, 00.25, 02.00 Суспільна студія
09.30 Т/с "Таємниці Борго Ларічі"
10.30 Стильні подорожі 11.00 Дивовижні сади. Сади Сізінокот - Англія
11.25 Телепродаж 15.10, 21.35, 00.10, 01.50, 05.45 Спорт 15.20 UA: Фольк. Спогади
16.25 Т/с "Полдари" 17.30 Розважальна програма з Майклом Шуром
18.55 Д/ц "Боротьба за виживання"
19.55 Д/с "Світ дивовижних тварин"
22.00 Схеми. Корупція в деталях
22.30 Д/ц "Дикі тварини"
04.05 Д/ф "Перехрестя Балу"

1+1

06.00, 02.35 "Українські сенсації"
06.30, 07.10, 08.10, 09.10 "Сніданок з 1+1"
07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 14.00, 16.45, 19.30, 04.15 ТСН
09.25, 10.25 "Життя відомих людей-2020"
11.25, 12.20, 13.15, 14.15, 15.10 "Одруження наосліп"
17.10 Т/с "Жінка"
19.00 "Секретні матеріали-2020"
20.35 "Чистопевы 2020"
20.45 Х/ф "Сидоренки-Сидоренки-2"

07.10, 08.10, 09.20 "Ранок з Інтером"
10.00 "Корисна програма"
11.00 Т/с "Мене звали Мелек-2"
12.25 Т/с "Пані Фазилет і її доньки"
14.05, 15.10 "Речдок"
16.10 "Речдок. Особливий випадок"
18.00, 19.00, 03.10 Ток-шоу "Стосується кожного"
20.00, 02.25 "Подорожі"
21.00 Т/с "Речдок. Особлива справа"
00.15 Т/с "Згадати молодість-3"

УКРАЇНА

06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00 Сьогодні
09.30 Зірковий шлях
10.30 Свежуха або невістка
11.30, 03.30 Реальна містика
13.30, 15.30 Агенти справедливості
16.00 Історія одного злочину
20.10 Ток-шоу "Говорить Україна"
21.00 Т/с "Тінь зірки"
23.30, 02.00 Т/с "Принцеса-жабка"
01.30 Телемагазин

НОВИЙ К-Л

06.00, 07.15 Kids' Time
06.05 М/с "Майлз із майбутнього"
07.20, 00.30 Вар'яти
09.00 Т/с "Мерлін"
11.10 Х/ф "Артур та помста Вурдалака"
13.00 Хто проти блондинки?
15.10 Хто зверху?
17.10, 19.00 Діти проти зрок
20.40 Х/ф "Механік"
22.45, 23.55 "Світ навороті 11: Китай"
01.25 Т/с "Новенька"
02.25 Служба розшуку дітей
02.30 Зона ночі

СТБ

03.55, 23.05 Т/с "Доктор Хаус"
05.40 Т/с "Комісар Рекс"

08.40 "МастерШеф Професіонали-2"
13.00, 14.50 Т/с "Сліпа"
14.30, 17.30, 22.00 "Вікна-Новини"
15.35 Т/с "Слід"
18.05 "СуперМама 2"
19.05 "Про що мовчать жінки"
20.15, 22.45 Т/с "Мій чоловік, моя жінка"
01.10 "Слідство ведуть екстрасенси"

НТН

07.55, 16.50, 20.50, 02.45 "Випадковий свідок"
08.30, 12.30, 16.30, 19.00, 22.00, 02.15 "Свідок"
09.00 Х/ф "П'ять хвилин страху"
10.45, 22.30 Т/с "Морський патруль"
12.55 "Таємниці кримінального світу"
14.35 "Тюремна казка. В очікуванні дива"
15.30 "1377 спалених заживо"
18.20 "Вартість життя"
19.30 "Легенди карного розшуку"
00.15 "Склад злочину"
01.10, 02.55 "Речовий доказ"

ENTER-ФІЛЬМ

07.10, 07.10, 07.40, 08.50, 09.00, 02.25 "Телемагазин"
08.00 Моя правда
09.30, 02.55 "Зіркові долі"
09.40 "Моя правда"
10.30 Х/ф "Червоний колір Бразилії"
14.15 Х/ф "Чотири нуль на користь Тетянки"
15.50 Х/с "Викликаємо вогонь на себе"
19.00, 00.35 Х/с "Сутю англійські вбивства"
21.00 Х/с "Загадкові вбивства Агати Крісті"
22.50 Х/ф "Беремо все на себе"
00.15 "Академія сміху"

ІСТV

05.35, 10.15 Громадянська оборона
06.30 Ранок у великому місті

08.45 Факти. Ранок
09.15, 19.30 Надзвичайні новини
11.35, 13.15, 22.00 Т/с "Пес"
12.45, 15.45 Факти. День
15.00, 16.15 Х/ф "Штурм Білого дому"
18.45, 21.20 Факти. Вечір
20.30 Секретний фронт
23.25 Т/с "Обмани себе"
01.35 Х/ф "Дівчина з тату дракона"

ПРЯМИЙ

07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 17.00, 18.00, 19.45 "Репортер". Новини
07.10, 08.10 "Новий день"
07.45 "Медексперт"
09.10, 10.10 "Прямий трафік"
11.10, 12.10 "Деталі на "Прямому"
13.10 "Гаряча тема"
14.15 Ток-шоу "По факту"
16.00 "Година пік"
17.10 Ток-шоу "Ситуація"
18.15 "Ехо України"
20.00 Ток-шоу "Прямий ефір"
22.00 "Середмістя"

МЕГА

06.00 Бандитська Одеса
08.30, 01.50 Правда життя
10.05, 00.40 Речовий доказ
11.15, 17.50 Тваринна зброя
12.15, 16.50 Фестивалі планети
13.15 Містична Україна
14.05, 19.50 Фантастичні історії
15.00 Крила війни
15.55, 21.50 Сучасні дива
18.50 Брама часу
20.45 Вирішальні битви Другої світової
22.45 Дика Африка
23.45 Апокаліпсис: Перша світова війна
02.55 Таємниці дефіциту

5 КАНАЛ

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 21.00, 23.00,

Рада ветеранів 10-го мікрорайону (Піщаний масив) щиро сердечно вітає З ДНЕМ НАРОДЖЕННЯ ВАДИМА АНАТОЛІЙОВИЧА МАРШАЛКА!



Від щирого серця Вам щастя бажаємо, Хай Бог Вам здоров'я пошле і добра, Любов'ю і ласкою хай зігрівають Всі рідні і друзі ще довгі літа. Хай радість поселиться в Вашому домі, І ліку не буде щасливим рокам. Міцного здоров'я, удачі в усьому Щиро бажаємо Вам!

Рада ветеранів-учителів вітає з ювілеями своїх колег, які народилися у жовтні:

С.В. Антипова, М.В. Макачук, О.С. Трошина, Г.І. Тимошенко.

Здоров'я, щастя та добра, Наснаги, успіхів, тепла. І повсякденно, повсякчас Хай буде все у вас гаразд!



З повагою - Г.І. Гашинська, голова ради ветеранів-учителів

00.00, 01.00, 03.00, 04.00, 05.00 Час новин
06.25 Стоп Реванш
07.10, 08.10, 21.25 Актуально: Економіка. Політика. Соціум
07.15, 16.10 Д/с "Повітряні війни"
08.15 Д/с "Світ завтрашнього дня сьогодні"
09.30, 00.30 Машина часу
10.10, 11.10 Д/с "Бойові кораблі"
12.30 Спостерігач
13.10, 14.10 Д/с "Бойові машини"
15.30, 03.10 Час "Ч"
17.10, 18.10 Ток-шоу "КРАІНА"
19.20, 01.15 Ток-шоу "ВЕЛИКА ПОЛІТИКА"
21.40 Час-Time
22.00, 05.10 Д/с "Божевільний світ. Гарантоване взаємознищення"
23.10 Д/с "Друга світова війна: свідчення війни"

ТЕТ

06.00 ТЕТ Мультиранок
08.15, 09.15, 10.15, 18.15, 19.15, 20.15 Одного разу під Полтавою
08.45, 09.45, 18.45, 19.45 Танька і Володька
11.15, 23.35 Казки У
12.15, 17.15 4 весілля
14.15, 01.50 Панянка-селянка
16.15 СуперЖінка
21.15 Х/ф "Родина за хвилину"
00.35 Країна У

К-1

06.30 "TOP SHOP"
08.00 М/с "Юху та його друзі"
08.35 "Орел і Решка. Шопінг"
10.30, 00.10 Т/с "Мисливці за реліквіями"

К-2

06.30, 08.00 Телемагазин
07.30, 08.20, 19.10, 00.40 Ідеї ремонту
08.40 Майстри ремонту
09.40, 17.20 Один за 100 годин
10.30, 19.40 Удачний проект
12.10, 15.00 Корисні поради
13.00 Шеф-повар
14.00 Спеція
15.50, 01.40 Неймовірні історії кохання
16.50 Зіркові долі
18.20 Квартирне питання
20.30 Дачна відповідь
22.20 Готуємо разом
02.30 Формула любові

2+2

06.00, 18.15 "Спецкор"



Одеське подружжя свариться: - Сарочка, тебе таки тільки гроші хвилюють!
- Моня, мене гроші не хвилюють! Вони мене заспокоюють!

14.55 Крила війни
15.55, 21.50 Сучасні дива
17.45, 22.45 Дика Африка
18.45 Брама часу
20.45 Вирішальні битви Другої світової
23.45 Апокаліпсис: Перша світова війна

14.00, 21.00, 00.10 "Орел і Решка. Морський сезон"
15.00 "Орел і Решка. Дива світу"
16.00, 22.00 "Орел і Решка. Дива світу 2"
17.00 "Орел і Решка. Навколосвітня подорож"
01.00 Т/с "Доктор Хто"

5 КАНАЛ

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 21.00, 23.00, 00.00, 01.00, 03.00, 04.00, 05.00 Час новин
06.25 Спостерігач
07.10, 08.10, 21.25 Актуально: Економіка. Політика. Соціум
07.15 Д/с "Повітряні війни"
08.15 Д/с "Світ завтрашнього дня сьогодні"
09.30, 00.30 Машина часу
10.10, 11.10 Д/с "Бойові кораблі"
12.30 Невигадані історії
13.10, 14.10 Д/с "Бойові машини"
15.30, 03.10 Час "Ч"
16.20 Таємниці війни
17.10, 18.10 Ток-шоу "ВЕЛИКА ПОЛІТИКА"
19.20, 01.15 Ток-шоу #НЕБАЙДУЖА
21.40 Час-Time
22.00, 05.10 Д/с "Божевільний світ. Гарантоване взаємознищення"
23.10 Д/с "Друга світова війна: свідчення війни"

К-2

06.30, 08.00 Телемагазин
07.30, 08.20, 19.10, 00.40 Ідеї ремонту
08.40 Майстри ремонту
09.40, 17.20 Один за 100 годин
10.30, 19.40 Удачний проект
12.10, 15.00 Корисні поради
13.00 Шеф-повар
14.00 Спеція
15.50, 01.40 Неймовірні історії кохання
16.50 Зіркові долі
18.20 Квартирне питання
20.30 Дачна відповідь
22.20 Готуємо разом
02.30 Формула любові

2+2

06.00, 18.15 "Спецкор"
06.35, 18.50 "Джедаї"
07.10 Т/с "Команда А"
09.10 Х/ф "Спогад"
10.55, 17.15 "Загублений світ"
13.55 Х/ф "В'язень"
15.30 Х/ф "Захисник"
19.25 Т/с "Опер за викликом-2"
20.25, 21.30 Т/с "Брати по крові-2"
22.35, 00.10 Т/с "Кістки-4"

ТЕТ

06.00 ТЕТ Мультиранок
08.15, 09.15, 10.15, 18.15, 19.15, 20.15 Одного разу під Полтавою
08.45, 09.45, 18.45, 19.45 Танька і Володька
11.15, 23.45 Казки У
12.15, 17.15 4 весілля
14.15, 02.00 Панянка-селянка
16.15 СуперЖінка
21.15 Х/ф "Божевільна парочка"
00.45 Країна У

К-1

08.00 М/с "Юху та його друзі"
08.35 "Орел і Решка. Шопінг"
10.30 Т/с "Мисливці за реліквіями"

Пам'ятка з питань пожежної та техногенної безпеки на виборчій дільниці

У ПРИМІЩЕННЯХ ВИБОРЧИХ ДІЛЬНИЦЬ ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ
- застосування не сертифікованих електронагрівальних приладів;
- самовільне владштування додаткових електромереж;
- куріння поза спеціально відведеними для цього місцями;
- зачинення наглухо дверей на шляхах евакуації під час проведення виборів.
ПОРЯДОК ДІЙ ПРИ ВИНИКНЕННІ ПОЖЕЖІ
- негайно повідомити пожежно-рятувальну службу за телефоном 101, вказавши точну адресу закладу, місце виникнення пожежі, обстановку на пожежі, а також повідомити своє прізвище;
- вжити заходів з евакуації людей, гасіння (локалізації) пожежі та збереження матеріальних цінностей, скриньок та бюлетенів для голосування;
- повідомити про пожежу керівника чи відповідну компетентну особу, чергового на об'єкті.
ДІЙ ПРИ ВИЯВЛЕННІ ПІДОЗРИЛОГО ПРЕДМЕТА
Категорично забороняється:
- торкатися предмета і пересувати його;
- користуватися засобами радіозв'язку, мобільними телефонами (вони можуть спровокувати вибух);
- заливати його рідинами, засипати ґрунтом або чимось його накривати;
- торкатися підозрілого пристрою та здійснювати на нього звуковий, світловий, тепловий чи механічний вплив, адже практично всі вибухові речовини отруйні та чутливі до механічних, звукових впливів та нагрівання.
При виявленні підозрілого предмета телефонуйте 101 або 102.
Відповідальність за протипожежний та техногенний стан приміщень виборчих дільниць покладається на керівників підприємств та організацій, де вони розміщуються, та голів виборчих комісій, які зобов'язані:
- забезпечити дотримання протипожежного режиму;
- слідувати за станом шляхів евакуації, не допускати їхнього захаращення;
- забезпечити приміщення необхідними засобами пожегогасіння (вогнегасниками);
- для аварійного освітлення забезпечити приміщення не менш ніж двома електричними ліхтарями;
- забезпечити приміщення сертифікованими подовжувачами;
- лампи розжарення замінити на економні (LED);
- не допускати утворення натопу в приміщенні виборчої дільниці;
- чітко визначити порядок входу та виходу людей на виборчій дільниці;
- відповідальні посадові особи та обслуговуючий персонал об'єкта повинні пройти інструктаж з питань дотримання заходів безпеки та порядку дій на випадок загрози або виникнення надзвичайної ситуації.

Білоцерківський РВ ГУ ДСНС України у Київській області

11.00 Х/ф "Артур і війна двох світів"
15.00, 19.00 Хто зверху?
21.10 Х/ф "Викрадена"
23.10 Х/ф "Здохни"
01.30 Т/с "Новенька"

СТБ

04.50, 23.05 Т/с "Доктор Хаус"
06.55 Т/с "Комісар Рекс"
10.00 "МастерШеф Професіонали-2"
13.00, 14.50 Т/с "Сліпа"
14.30, 17.30, 22.00 "Вікна-Новини"
15.35 Т/с "Слід"
18.05 "СуперМама-2"
19.05 "Один за всіх"
20.15, 22.45 Т/с "Мій чоловік, моя жінка"
01.05 "Слідство ведуть екстрасенси"

НТН

07.50, 16.50, 20.50, 02.50 "Випадковий свідок"
08.30, 12.30, 16.30, 19.00,

22.00, 02.20 "Свідок"
09.00 Х/ф "Старий знайомий"
10.45, 22.30 Т/с "Морський патруль"
12.50 "Вартість життя"
14.40 "Доктор Хайм. Експерименти на людях"
15.30 "Назад дороги немає"
18.20, 03.55 "Правда життя"
19.30 "Легенди карного розшуку"
00.15 "Склад злочину"
01.15, 02.55 "Речовий доказ"

ІСТV

06.30 Ранок у великому місті
08.45 Факти. Ранок
09.15, 19.30 Надзвичайні новини
10.20 Секретний фронт
12.45, 15.45 Факти. День
13.15, 16.35, 22.00 Т/с "Пес"
16.40 Х/ф "Викрадена-2"
18.45, 21.20 Факти. Вечір
20.35 Анти-зомбі
23.25 Х/ф "Без компромісів"
01.15 Х/ф "Гри кілерів"

ENTER-ФІЛЬМ

07.10, 07.40, 08.50, 09.00, 02.25 "Телемагазин"
08.00, 09.40 "Моя правда"
09.30, 02.55 "Зіркові долі"
10.30 Х/ф "Ромео і Джульєтта"
14.45 Х/ф "Одинокі з обманом"
16.05 Х/с "Викликаємо вогонь на себе"

19.00, 00.35 Х/с "Сутю англійські вбивства"
21.00 Х/с "Загадкові вбивства Агати Крісті"
22.50 Х/ф "Іх знали тільки в обличчя"
00.15 "Академія сміху"

ІСТV

06.30 Ранок у великому місті
08.45 Факти. Ранок
09.15, 19.30 Надзвичайні новини
10.20 Секретний фронт
12.45, 15.45 Факти. День
13.15, 16.35, 22.00 Т/с "Пес"
16.40 Х/ф "Викрадена-2"
18.45, 21.20 Факти. Вечір
20.35 Анти-зомбі
23.25 Х/ф "Без компромісів"
01.15 Х/ф "Гри кілерів"


ПРЯМИЙ

07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00,

НЕДІЛЯ, 25.10
 Іменинники: Кузьма, Мартин, Домна, Домініка, Пров, Андроник, Андрон, Іван, Макар.
День автомобіліста і дорожника.
 Схід 6.37, захід 16.46, т. д. 10.09.
 Захід 0.25, схід 15.08.
 Місяць у Водолії, Рибах.

21.00 X/ф "Росомаха: Початок"
23.30 X/ф "Здохни"
СТВ
04.30 X/ф "Вас чекає громадянка Ніканорова"
06.05 X/ф "Гусарська балада"
 08.05 "МастерШеф - 10"
 12.05 "Хата на тата"
 14.55 "СуперМама-2"
 19.00 "Слідство ведуть екстрасенси"
 20.00 "Один за всіх"
 21.10 "Я соромлюсь свого тіла-7"
 23.10 "Детектор брехні"

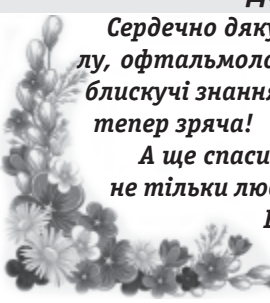
ВІТАЄМО!
Щиро поздоровляємо активістів ради ветеранів 3-го мікрорайону, які свої дні народження святкують у жовтні:
А.П. Бадзюх, А.Ф. Донець, Л.М. Мангуська.
Також вітаємо наших ветеранів, які відзначають ювілей:
Е.М. Горобець, Т.В. Дячкіна, Л.В. Корнєєва, Л.Я. Новічкаускас, О.С. Пилипенко, Г.Ф. Свібак, Г.П. Хадченко.
 Життя хай дарує вам довгого віку,
 Здоров'я і радості мати без ліку.
 Сонечка теплого, друзів у хату,
 А горя й печалі ніколи не знати.
З повагою – рада ветеранів 3-го мікрорайону



UA: ПЕРШИЙ
 06.00, 06.00, 03.05 Енеїда
 07.00, 08.00, 08.55, 13.30, 15.45, 18.00, 21.00, 23.00, 02.30, 03.55 Новини
 07.15 М/с "Кмітливий Сяодзі"
 08.05 Д/ц "Суперчуття. Особливий загін"
 09.00 Божественна Літургія Православної Церкви України
 11.00 Недільна Літургія Української Греко-Католицької Церкви
 12.30 Недільна Свята Меса Римсько-Католицької Церкви в Україні
13.40 Т/с "Таємний код віри"
 14.40 Країна пісень
15.55 Т/с "Модус"
 18.10 Д/ц "Історії вулканів"
 18.45 Д/ц "Всі на море. Марокко"
 19.35 Д/с "Дика планета"
 20.00, 21.35, 23.35 "Суспільна Студія. Місцеві"
 02.00, 04.30 #ВУК-РАІНІ

НТН
 07.20 "Слово Предстоятеля"
 07.25 "Будьте здорові"
08.00 Т/с "Вогнем і мечем"
12.15 X/ф "За двома зайцями"
13.45 X/ф "Вийти заміж за капітана"
15.25 X/ф "Ті, що зійшли з небес"
17.05 X/ф "Його собаке діло"
19.00 X/ф "Загін особливого призначення"
20.30 X/ф "Акція"
22.10 X/ф "Кривава помста"
00.15 X/ф "Остаточний рахунок"
 02.25 "Речовий доказ"

ДОЗЕМНИЙ УКЛІН ВАМ, ЛІКАРЮ!
 Сердечно дякую прекрасній, добрій людині, досвідченому професіоналу, офтальмологу Людмилі Володимирівні Фенченко за її чуйне серце, блискучі знання і вміння, за щире прагнення допомогти. Завдяки Вам я тепер зряча!
 А ще спасибі Вам за сина, Андрія Володимировича, якому передали не тільки любов до професії, а й до людей.
 Бажаю, щоби років аж до ста збереглася доброта, слава множилась з роками й крокувала разом з Вами!
З повагою – Ніна Круть



УКРАЇНА
 06.30 Зірковий шлях
07.50, 09.10, 11.10 Т/с "Дочки"
 09.00, 11.00, 13.00, 15.00, 17.00 Сьогодні
12.00, 13.10, 15.10 Т/с "Інша я"
16.45, 17.10, 21.00 Т/с "Авантюра"
 19.00 Сьогодні. Підсумки з Олегом Пантюком
23.00, 02.15 Т/с "Аметистова сережка"
 01.45 Телемагазин
 03.00 Історія одного злочину

ЕНТЕР-ФІЛЬМ
 05.20 Кінотрейлери
06.05 X/ф "Людина у зеленому кімоно"
 07.10, 07.10, 07.40, 08.50, 09.00, 02.15 "Телемагазин"
 08.00, 02.45 "Зіркові долі"
 09.30 "Моя правда"
10.25 X/ф "Собор Паризької Богоматері"
12.35 X/ф "Граф Монте Крісто"
16.00 X/ф "Очікування полковника Шалигіна"
17.30 X/ф "Загін особливого призначення"
19.00 X/с "Суто англійські вбивства"
22.00 X/ф "Тривожна неділя"
23.30 X/ф "Тегеран-43"

5 КАНАЛ
 06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 15.00, 16.00, 17.00, 19.00, 20.00, 21.00, 02.00, 03.00, 04.00, 05.00 Час новин
 06.10, 07.10, 16.10, 17.10 Д/с "Повітряні воїни"
 07.50 Актуально: Економіка. Політика. Соціум
 08.15, 15.25 Невигадані історії
 08.35, 15.45 Воїн - це я!
 08.45 Натхнення
 09.25 Хроніка тижня
 10.10, 11.10 Д/с "Бойові машини"
 12.25 Індійський фільм
 18.00, 01.00 Час. Підсумки тижня з Анною Мірошниченко
 19.15 Спостерегач
 19.35 Стоп Реванш
 20.10, 02.15 Машина часу
 21.25 Вечірній прєЗедент
 21.30 Вечір з Яніною Соколовою

К-1
 06.30 "TOP SHOP"
 08.00 М/с "Кротик і Панда"
 08.35 "Ух ти show"
 09.50 М/ф "Комашки. Пригода в Долині Мурах"
11.20 X/ф "Хлопчик-мізинчик"
 13.10 "Орел і Решка. Івлєєва VS Бедняков"
00.00 X/ф "Обережно! Двері зачиняються"
 02.00 "Бійцівський клуб"
 02.40 "Нічне життя"
К-2
 06.30 Телемагазин
 07.30 Квадратний метр
 09.20, 00.20 Ідеї ремонту
 10.20 Один за 100 годин
 12.20 Корисні поради
 14.10 Правила життя
 16.00, 22.20 Удачний проект
 18.00 Дачна відповідь
 20.30 Квартирне питання
 01.40 Формула любові

1+1
 06.00, 07.00 "Життя відомих людей"
 08.00 "Сніданок. Вихідний"
 09.00 "Лото-забава"
 09.25 "Світ навиворіт-11: Китай"
 10.35, 01.55 "Світ навиворіт"
 16.10 "Маскарад"
 18.15 "Українські сенсації-2020"
 19.30, 05.00 ТСН: "ТСН-Тиждень"
 21.00 "Танці з зірками-2020"
00.05 X/ф "Усе заради кохання"

МЕГА
 06.00 Бандитська Одеса
 07.20, 00.55 Містична Україна
 08.20 Ролан Біков
 09.10 Володимир Басов. Бігун на довгі дистанції
 10.10 Речовий доказ
 11.10, 23.05 Фантастичні історії
 12.10 Бойові машини
 14.10, 21.00 Народжені континентів
 16.10 Дика Африка
 18.10 Леонід Біков. Зустрічна смуга
 19.05 Володимир Івасюк
 20.10 Прокляття Че Гевари
 00.05 Тварина зброя
 01.55 Війна всередині нас

ТЕТ
 06.00 ТЕТ Мультиранок
 10.45 М/ф "Перната банда"
 12.30 М/ф "Клара та Чарівний Дракон"
14.15 X/ф "Родина за хвилину"
16.30 X/ф "Божевільна парочка"
 19.00, 20.00, 21.00, 22.00 Одного разу під Полтавою
 19.30, 20.30, 21.30 Танька і Володька
22.30 X/ф "Свінгери 2"
 00.15 Панянка-селянка
01.15 Щоденники Темного
 03.00 Віталька

2+2
 09.30, 00.45 "Забулений світ"
14.00 X/ф "Вуличний боєць"
17.00 X/ф "Людина листопаду"
19.00 X/ф "Вціліла"
20.45 X/ф "Співучасник"
23.00 X/ф "Ласкаво просимо до раю-2: Риф"
БІГУДІ
 07.00, 03.00 Пощиніться, вам це личить
09.30, 00.15 Т/с "Тільки кохання"
 11.00, 17.50, 21.15 Сімейні мелодрами
12.30, 01.40 Т/с "Друге весілля"
 14.15 Пробач мене, моя любов
 16.00 Мольфар
19.30 Т/с "Величне століття. Нова володарка"

Гороскоп
 19 – 25 жовтня

ОВЕН. Зберігайте спокій і впевненість, навіть якщо почуєте не надто приємні новини. Зараз добре аналізувати ситуацію й налагоджувати ділові зв'язки.

ТЕЛЕЦЬ. Тиждень краще присвятити підготовці до рішучих дій, які незабаром очікуються. Важливо не вплутуватися в авантюри, що нібито обіцяють чудові перспективи.

БЛИЗНЮКИ. Ви будете сповнені сил і налаштовані на творчу хвилю. Вам щаститиме на потрібних людей, а особисте життя зміниться на краще.

РАК. Ваші знання та вміння багато й з азартом працювати, а також оптимізм, витримка та дисципліна дозволять проявити себе найкраще на діловій та професійній ніві.

ЛЕВ. Будьте обережні з новою інформацією. Ваші досягнення – це дуже добре, але прийшов час рухатися вперед, до нового і більш прогресивного.

ДІВА. Вам знадобляться передбачливість і вміння швидко ухвалювати рішення. У взаєминах з начальством ймовірно претензії та гострі кути, які треба згладити.

ТЕРЕЗИ. Вам до снаги вирішити не тільки свої завдання, а й деякі проблеми оточуючих. Щоб отримати до себе прихильність людей, щиро посміхайтесь їй будьте активніші.

СКОРПІОН. Налаштуйтеся на позитив. Ставтеся спокійніше до раптових змін. Усе, що не робиться, – до кращого. Ви зможете багато чого досягнути.

СТРІЛЕЦЬ. Якщо не будете квапити події або проявляти зайву нервозність і нетерплячість, тиждень видається спокійним. Родина та друзі підтримають і допоможуть.

КОЗЕРІГ. Нагадайте про себе питання, які ви, здавалося б, вже вирішили. На вас можуть звалитися і проблеми, й успіхи одночасно. Це може трохи заплутати.

ВОДОЛІЙ. Відчувши неабиякий приплив енергії, не варто хпатися за багато справ відразу, краще зупинитися на чомусь одному, але для вас найважливішому.

РИБИ. Досить напружений тиждень, доведеться справлятися з незнайомими досі завданнями. Через необережне слово можуть ускладнитися стосунки з близькими.

НЕСПРИЯТЛИВІ ДНІ ТИЖНЯ: 17 жовтня.

Від п'ятниці до п'ятниці П'ятниця 16 ЖОВТНЯ

Корисні властивості молочної сироватки

Перед застосуванням тих чи інших методів народної медицини – порадьтеся з лікарем!

Багато з нас просто недооцінюють всю користь молочної сироватки, а в ній міститься величезна кількість поживних речовин та вітамінів, які необхідні кожному організму. Дослідження показали, що за своїм складом сироватка дуже нагадує молоко матері.

Незважаючи на те, що сироватка – це продукт, який отриманий після переробки молока, всі корисні компоненти, що присутні в молоці, в ній залишаються. Крім того, до складу сироватки входять вітаміни А, С, Е і групи В. Також в ній є велика кількість лактози, яка добре засвоюється організмом і не відкладається у вигляді шлаків або жиру. Як і всі молочні продукти, сироватка містить багато кальцію. Якщо випити 1 літр сироватки в день, це поповнить організм добогим запасом кальцію. Крім цього, в її склад входять і інші компоненти: магній, калій, фосфор, мінеральні солі, кислото-молочні бактерії, молочний жир тощо.

Молочна сироватка багата і на вітамін під назвою біотин. Він відіграє важливу роль в організмі, оскільки бере активну участь у регуляції білкового та жирового балансу та добре впливає на мікрофлору кишечника.

Молочна сироватка вважається відмінним загальнозмцнювальним засобом. Щоденне її вживання допоможе зміцнити імунітет. Коли організм страждає від авітамінозу, сироватка – це перші ліки.

Якщо жінка під час вагітності має набряки, то сироватка допоможе позбутися цієї проблеми. Адже набряки з'являються від неправильної роботи нирок, що сприяє затриманню рідини в організмі. Молочна сироватка допомагає нормалізувати роботу нирок, тим самим виводячи з організму всю зайву рідину.

Сироватка допомагає також позбутися зайвої ваги, оскільки відмінно виводить з організму шлаки та токсини, покращує обмін речовин. Крім того, її часто вживають під час розвантажувальних днів, адже вона не тільки очищає організм, але і забезпечує його поживними речовинами. Всі кислото-молочні продукти позитивно впливають на травлення. Що стосується молочної сироватки, то вона налагоджує мікрофлору кишечника, допомагає при закрепах, а також покращує стан при гастриті та коліті.

Сироватка поліпшує роботу серцево-судинної системи. Особливо її рекомендують людям із гіпертонією, адже вона добре чистить кров, що запобігає утворенню так званих бляшок, які закупорюють судини. Радять її пити й при запальних захворюваннях дихальних шляхів (бронхит, гайморит, пневмонія), оскільки вона має властивість нейтралізувати хвороботворні бактерії та запальний процес.

Сироватка лікує депресію і стреси, тому що в ній є компоненти, які сприяють підвищенню гормонів радості – ендорфінів. У косметології молочну сироватку використовують з метою відбілювання. А ще вона чудово допомагає лікувати вугрі, пігментацію і навіть усуває плями від пріщів.

Якщо ви обгоріли на сонці, сироватка допоможе прибрати почервоніння і в майбутньому пухирі. Для цього додайте кілька літрів сироватки у ванну та полейте в ній, а також сироваткою можна періодично змачувати почервонілу шкіру. Допоможе сироватка і для волосося, яке сильно посічене, випадає та втратило свій природний блиск. Для цього після природного блиск. Для цього після потрібно обполоснути теплою сироваткою і висушити, не використовуючи фен. Таку процедуру слід робити кілька разів на тиждень. В результаті ваше волосося стане «живим», міцним та здоровим.

І, звичайно ж, не обійтися без молочної сироватки в кулінарії, оскільки вона призначена в першу чергу саме для цього. З нею роблять смачні оладки, використовують для випічки, супів, коктейлів тощо.

ЗАПІКАНКА З МАКАРОНАМИ І ФАРШЕМ В ДУХОВЦІ
 Інгредієнти: макарони – близько 250 г, фарш – 500 г, томатна паста – 2 ч. л. (або свіжий помідор), цибулина, улюблені спеції, вершки 10% (або сметана) – 200 мл, яйце, сир – 100 г.
 Форму для запікання змастіть маслом або іншим жиром. Викладіть на дно шар варених макаронів.
 Дрібно наріжте цибулю, обсмажте. Додайте фарш і томат, посипте спеціями і тримайте на сковороді 5-7 хвилин. Викладіть другим шаром на макарони.
 Збийте яйце з вершками і натертим сиром. Залийте страву, поставте в духовку, попередньо розігріту до 180 градусів, на 20-30 хвилин.
ВІВСЯНЕ ПЕЧИВО З ГОРІХАМИ
 5 яєчних білків, 150 г цукру, 150 г горіхів, 100 г вівсяних пластівців.
 Білки з цукром збиваємо в пишну піну, додаємо подрібнені та підсмажені горіхи й сухі вівсяні пластівці. Акуратно вимішуємо, щоб не порушити текстуру білка.
 Печиво ложкою викладаємо на пергамент і випікаємо при 170 градусах 30-40 хвилин. Після випікання вівсяному печиву потрібно дати вистигнути, тоді воно легко відставатиме від пергаменту.

П'ятниця, 16.10	Субота, 17.10	Неділя, 18.10	Понеділок, 19.10	Вівторок, 20.10	Середа, 21.10	Четвер, 22.10
ніч +9	ніч +8	ніч +5	ніч +5	ніч +5	ніч +4	ніч +5
день +13	день +9	день +8	день +8	день +8	день +9	день +9

Вітуйтеся радіми без алкоголю, мріями без наркотиків, спілкуватися без інтернету.