

Суперсоветы для всей семьи

ПЛУС  
ВНУТРИ  
7 ПОЛЕЗНЫХ  
СХЕМ

# Сваты

ТОЛОКА

№ 24 (90), декабрь 2016 г.

**ЖИТЬ ДОЛГО?**

**С МЕДОМ!**

стр. 3

**10 ЧУДЕС**

стр. 11

**аэрозоли**

**ГЛАВНЫЙ**

стр. 21

**УЖИН ДЕКАБРЯ**

- ❖ «Оливье»... с семгой
- ❖ Буженина в рассоле
- ❖ Сладкая «елочка»

**Выгодно!**

Подпишитесь на любимые «Сваты» и сэкономьте деньги!

Наши подписные индексы:

83420 «КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ»;

82621 «Пресса России»;

П1215 «Подписные издания».

Официальный каталог ФГУП «Почта России».

ISSN 2305-5693



16024>

9 772305 569995

## НОВЫЙ ГОД К НАМ МЧИТСЯ!

Готовим подарки близким

стр. 6

*Всегда с вами!*

### **Наши добрые знакомые**



**Чета Шевченко:** Любовь Сергеевна (можно — Любаша) и Михал Михалыч — кулинары и дачники от бога!



**И их сваты Богатыревы:** красotka и рукодельница Маргарита Петровна (Марго) и мастер на все руки Анатолий Степаныч.

### **Сдайте лазер в утиль**

Недавняя новость сначала меня ошарашила. Потом рассмешила. А в итоге убедила: мы с вами, читатель, — гении.

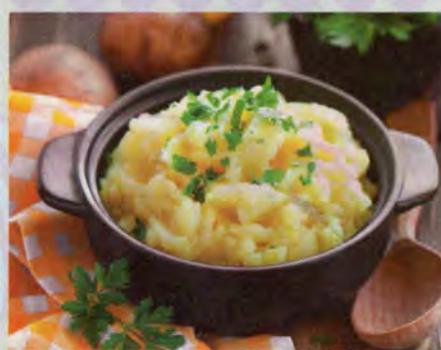
Но обо всем по порядку.

В научном мире сенсация: американские нейрофизиологи научились возвращать людям воспоминания, «барабаня» по нервным клеткам лазером и магнитным стимулятором. Прикиньте, друзья: угрозах миллионы долларов, эти умники пришли к результату, известному нам давным-давно!

Что мы делаем, собираясь за столом дружеской компанией или семьей, как в грядущее Новогодье? Вспоминаем! После первой рюмки — просто все хорошее. После третьей, само собой, — любовь и ее перипетии. После пятой — кто кого уважает. А после седьмой — даже то, чего в жизни не было!

И нафиг нам лазеры и магнитотроны?! Эх, сколько салатов оливье, соленых огурчиков и водки мы бы купили на те миллионы долларов! Хотя 10 лет после «экспериментируй» с воспоминаниями, не вставая из-за стола! Ну и кто гениальнее — мы или американцы? Вспоминайте! О своих надеждах и потерях. О том, как жили, глупили, любили, смеялись, поднимали на ноги детей. Как посреди ночи из-за новогоднего стола выбегали на улицу поиграть в снежки — хватало и снега, и счастья! Роскошь общения будоражит память куда лучше дурацкого лазера. С наступающим вас, читатели! Удачи в Новом году!

*Александр ТОРПАЧЕВ, редактор*



### **Доверяйте толкушке**

Дам дельный совет: готовя картофельное пюре, никогда не пользуйтесь блендером! Его нож на высокой скорости разрушает внутреннюю структуру картошки — в результате выделяется много крахмала, а само пюре становится серым и липким, как клейстер. А моя толкушка делает пюре воздушным!



### **Крутой посол**

Дважды в месяц устраиваю своей коже солевую чистку. Засыпаю 350 г поваренной соли в половину стакана сливок и круговыми движениями энергично втираю в кожный покров. Ополаскиваю под контрастным душем (сначала горячим, потом прохладным), на слегка влажную кожу наношу питательный крем. Отлично омолаживает!



### **Как подмажешь — так поедешь**

Резиновые уплотнители дверей, капота и крышки багажника в автомобиле регулярно обрабатываю жидкой силиконовой смазкой. Во-первых, резиновые детали служат дольше. Во-вторых, лучше обеспечивают герметичность. И, наконец, зимой уплотнители, смазанные силиконом, не схватываются на морозе после мойки.



### **Лаврушка — не только в суп**

Любаша у меня — гипотоник. Научил ее поднимать давление не только таблетками. Этому отлично способствует кагор: 2-3 ст.л. трижды в день — вкусно и надолго забываете о тонометре. А выходя на улицу, жена держит в кармане лавровый листик: если закружилась голова, кладет его под язык — приступ проходит.



## **До встречи в 2017-м!**

**«Сваты» шлют искренние поздравления всем нашим друзьям-читателям с наступающим Новым годом!**

**Пусть он принесет в ваши дома уют и благополучие, а в сердца — свет мудрости и доброту!**

**Здоровья и счастья вам и вашим близким!**



Совет дня



Наш эксперт — валеолог Яна Михаськина, г. Могилев



## Жить долго? С медом!

Еще в глубокой древности мед считали эффективным лекарством. В нем витамины группы В и С, калий, железо, магний, натрий, кальций — природа подарила нам поистине «золотого» врачевателя. Всего одна чайная ложка столь полезного продукта в день — отличная профилактика многих недугов, поддержка иммунитета и жизненного тонуса, способ продлить молодость.

❖ Мед активизирует обменные процессы, улучшает работоспособность, снижает утомляемость, помогает успокоить нервы и избавиться от головной боли.

❖ Благоприятен для деятельности сердечно-сосудистой системы, так как понижает уровень триглицеридов в крови, богат железом и медью, предупреждает развитие анемии.

❖ Помогает унять боль при артрите и подагре. Ежедневно выпивайте

по стакану виноградного (гранатово-яблочного, морковно-шпинатного) сока с 1 ч.л. меда.

❖ Продукты пчеловодства полезны для желудочно-кишечного тракта. Например, боль от изжоги, гастрита и гастродуоденита прогонит смесь равных частей меда и сока алоэ. Съедайте по 1 ч.л. такого лекарства за 40-50 минут до приема пищи 1-2 раза в день. Хорош для желудка и «коктейль» из стакана теплого молока и 1 ст.л. меда, пейте его раз в день за час до еды.

❖ Полезно рассасывать мед при простудных заболеваниях, кашле, использовать для промывания носа при насморке (1 ч.л. на стакан воды). Кроме индивидуальной непереносимости компонентов, у меда практически нет противопоказаний, однако перед приемом средств на его основе все же проконсультируйтесь с врачом.

## Просквозило спину

Зимой это может случиться с каждым. А чтобы облегчить боль, подскажу проверенные на себе рецепты. Проблемное место тонко смажьте медом (если нет аллергии), накройте двумя слоями бумажных полотенец, сверху поставьте 2-3 горчичника, обмотайте сперва полиэтиленом, затем теплым шарфом и полежите 1,5 часа.

Можно сделать и другой компресс. Свежий капустный лист смажьте медом, поверх — смесью взятых в равных пропорциях порошка горчицы, соли, натертого хрена, растительного масла. Приложите к пояснице смазанной стороной, закрепите бинтом и обмотайте шарфом. Держите, пока сможете терпеть.

А днем советую носить специальный пояс из овечьей, верблюжьей или собачьей шерсти.



Впрямь

Любовь МОДЫХ, пос. Бетлица Калужской обл.

## Хна от стоматита

Бесцветная хна помогает справиться и с проблемами в состоянии здоровья.

❖ Готовлю густую смесь хны с водой, настаиваю около 3 минут. Полученную кашку наношу на пленку и прикладываю к растрескавшейся пятке. Фиксирую бинтом, надеваю носок и оставляю на ночь. Трещины быстро затягиваются.

❖ Если начался стоматит, 2 ст.л. хны заливаю на ночь литром воды. Утром процеживаю и использую для полосканий полости рта.

❖ При потливости ног и ладоней держу их 8-10 минут в теплой воде с добавлением хны.

Алевтина Николаевна, г. Москва



## Сила березовых почек

При зубной боли мне помогает такое средство: развожу 1 ст.л. настойки березовых почек в стакане теплой воды и полощу рот несколько раз за день.

Настойку готовлю сама: растираю в ступке горсть березовых почек (продаются в аптеке), заливаю водкой в соотношении 1:2. Выдерживаю в темном месте при комнатной температуре неделю, процеживаю и храню в холодильнике.

Алина СПИРИДОНОВА, г. Казань



## Комментарий специалиста

Настойка березовых почек — прекрасное противовоспалительное средство, подходит при зубной боли, для обработки ран.

Атакует ангина? Запишите рецепт! Стаканом кипятка залейте 1 ст.л. сухой травы зверобоя, подогревайте на водяной бане минут 15. Снимите с огня и дайте средству настояться час под крышкой, затем процедите. Добавьте 30 капель настойки березовых почек и полощите горло 2-3 раза в день до выздоровления. На одно применение хватит и полстакана снадобья.

Ольга ШАБУРОВА, терапевт, г. Могилев

## Хвойный «доктор»

Долго не могла вылечить кашель. По рекомендации соседки вскипятила 1 л молока, уменьшила огонь до минимума и всыпала в жидкость стакан сушеных сосновых почек (заготовила в сезон на даче), потомила на плите 15-20 минут. Перелила в термос и оставила на ночь.

Наутро снова довела молоко до кипения на слабом огне, чуть остудила, слила отвар и отжала сырье. Добавила к жидкости по 1 ст.л. меда и натурального свиного жира. Пила «лекарство» по 100 мл трижды в день. Через несколько дней о кашле забыла!

*Раиса, г. Могилев*

**Впрок**



## Дорогие читатели!

Организм каждого человека индивидуален: что полезно для одного, может не подойти другому. Перед использованием любого народного средства посоветуйтесь с врачом.



## Жжет изжога?

Заливаю 1 ч.л. молотой корицы стаканом кипятка, накрываю чашку крышкой и оставляю на 15 минут. Процеживаю настой в другую емкость через мелкое сито. Выпиваю пряный «чай» в течение часа небольшими глотками. Становится гораздо легче!

*Елена СОЛДАТКИНА, пос. Чамзинка Республики Мордовия*

## Был грибок — и нет грибка!

С ногтевым грибком справился так. Смешал 50 г березового дегтя (продается в аптеке) с равным количеством нерафинированного растительного масла, добавил сырой куриный желток и 50 мл молока. Получившейся мазью с помощью ватки обрабатывал пораженные ногти утром и вечером до полного излечения. Ноги перед процедурой мыл с хозяйственным мылом.

*Геннадий, Московская обл.*

## Поговорим о деликатном



**Стоит ли беспокоиться, если бели меняют оттенок?**

*О.Л., г. Борисов*

— Бели (выделения из половых органов женщины) считаются нормой, если не имеют запаха, не раздражают кожу. Насторожиться стоит, если они причиняют дискомфорт, сопровождаются болью внизу живота, меняют консистенцию и цвет, становятся обильными.

У женщин в период климакса и постменопаузы бели нередко вызваны онкологическими заболеваниями, опущением органов малого таза. Изменение оттенка выделений — повод для визита к гинекологу. Лечение назначается индивидуально: гормональная и физиотерапия, свечи, антибактериальные препараты.

**Отвечает гинеколог**  
*Мargarита Нескородяная, г. Брест*



### Обратите внимание:

- 1) вместо геля для интимной гигиены не используйте мыло, гель для душа — из-за щелочного pH они могут усилить зуд, воспаление;
- 2) выбирайте качественное хлопковое нижнее белье;
- 3) ежедневные прокладки меняйте каждые 3-4 часа, а обычные — 2-3 часа;
- 4) для профилактики заливайте 2 л воды 2-4 ст.л. измельченной травы зверобоя, доводите до кипения и варите на малом огне 20 минут. Процедив, используйте для спринцеваний.



**Опасна ли обильная кровопотеря при менструации?**

*Светлана К., 42 года, г. Норильск*

— Женский организм чувствителен к изменениям: обильную кровопотерю может спровоцировать даже нервно-психическое переутомление или гормональные изменения (например, перед климаксом). Также есть вероятность того, что ваша проблема — следствие таких заболеваний, как эндометриоз, миома матки или гиперплазия эндометрия. Поэтому обязательно сделайте УЗИ области малого таза. Кроме того, необходим анализ крови

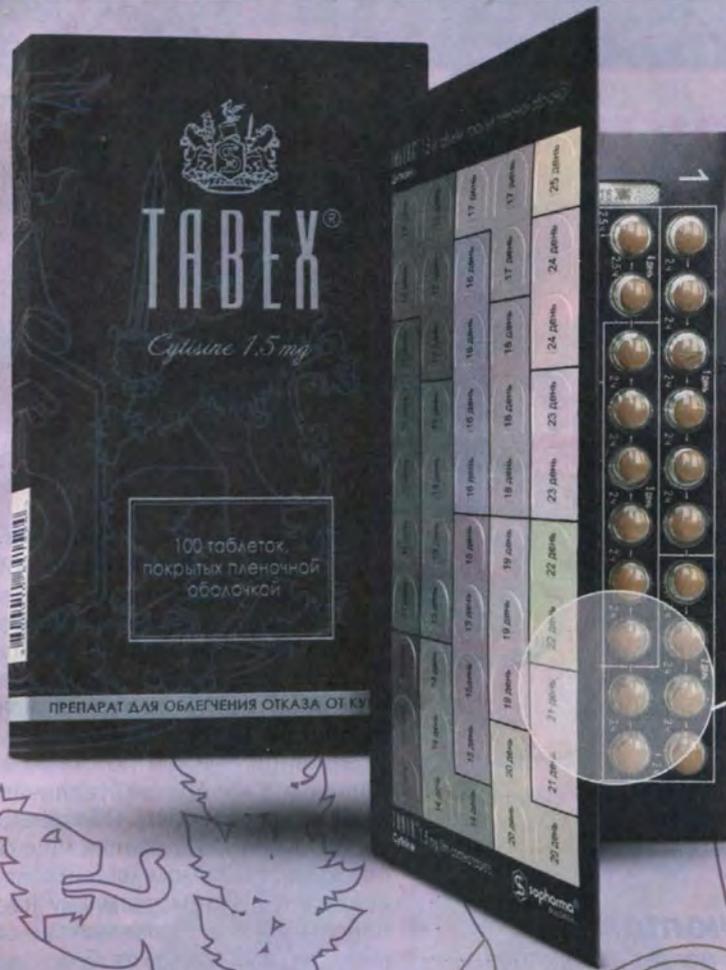
**Наш эксперт — акушер-гинеколог**  
*Камила Хасанова, г. Уфа*



на содержание гемоглобина — при ежемесячных повышенных кровопотерях организм постепенно теряет железо, возможно развитие анемии. При наличии болезни гинеколог назначит лечение. В дополнение к медикаментам эффективно действует настой из сухих листьев крапивы. Заваривайте стаканом кипятка 1 фильтр-пакет аптечного сырья, настаивайте полчаса, процеживайте и пейте дважды в день по полстакана.

*Три-четыре бутона гвоздики заливаю стаканом кипятка, настаиваю под крышкой 20 минут, процеживаю. Выпиваю все средство по 2-3 глотка за день — отлично заряжает бодростью!*





# ТАВЕКС®

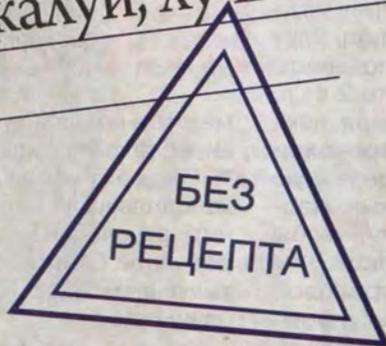
[www.tabex.ru](http://www.tabex.ru)



## СПРАВКА

Быстро. Выгодно. Комфортно.

Пожалуй, лучший способ курить бросить.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

РЕКЛАМА. № РУ П N016219 / 01 от 15.11.2013

# Готовим подарки близким

**Впереди хорошая возможность выразить родственникам любовь и внимание с помощью подарков. Еще приятнее, если они сделаны своими руками. Почувствуйте себя добрыми волшебниками — вместе со «Сватами» изготовьте милые и душевные сувениры, получив которые, никто не останется равнодушным!**



## Магнит «Петушок»

Изготовить этот символ 2017 года быстро и легко.

**Понадобятся:** жесткий фетр разных цветов; магнит; клей «Титан»; глазик для игрушки; красный фломастер; ножницы.

Высота петушка — 12 см.

- 1) Вырезаем шаблоны и выкраиваем детали из фетра.
- 2) Собираем петушка, поочередно склеивая детали.

3) Крепим клеем глазик, а на обратную сторону поделки — магнит.

4) Фломастером обрабатываем контуры лапок, закрашиваем ножку. Можно ускорить работу, используя фетр с клеевым слоем.

*Людмила БУРОВА,  
г. Томск. Фото автора*



Смотрите схему № 4 на стр. 16

## «Елочка»

**Понадобились:** шерстяная или акриловая пряжа — 40 г зеленой, 20 г белой, 10 г коричневой, а также отстки разных оттенков — для шаров; швейные х/б нитки зеленого цвета, а также в тон шаров на елочке; крючок № 3.

- 1) Зеленой пряжей по схеме выполняем 5 квадратов, увеличивая каждый на один ряд. Обвязываем их белой нитью, добавив еще ряд по схеме. На самом маленьком квадрате делаем петельку на одном из углов, увеличивая количество в. п. между ст. б/н.
- 2) У каждого квадрата загибаем угол до середины и пришиваем нитью.
- 3) Собираем елочку, накладывая один фрагмент на другой, закрепляем нитками.
- 4) Для ствола нитью коричневого цвета набираем 8 в. п., делаем 1 в. п. подъема и вяжем ст. б/н в каждую в. п. предыдущего ряда. Так выполняем 7 рядов ст. б/н. Пришиваем ствол.
- 5) Для каждого шара набираем 3 в. п., вяжем 12 ст. с/н в 1-ю в. п., замыкаем. Пришиваем шары к елочке нитью подходящего цвета.

Смотрите схему № 3 на стр. 16



Смотрите схему № 6 на стр. 17



## «Зигзаг уюта»

Плед не только делает дом уютнее — он еще согреет в холода, пригодится в дороге и станет отличным подарком! Вы — начинающая рукодельница? Предлагаю освоить для изготовления пледа простой, но эффектный узор «зигзаг». Для работы понадобятся пряжа двух или более цветов и спицы подходящего размера.

Перед началом вязания обязательно выполните образец по предложенной схеме — это позволит рассчитать желаемую ширину пледа и количество петель, которые необходимо будет набрать. А дальше — вяжите до нужной длины, меняя цвета пряжи.

*Елена ГЕРАСИМЕНКО,  
г. Химки. Фото автора*

## Два в одном

В новогоднюю ночь собираетесь в гости? Прихватите с собой бутылочку шампанского с оригинальным декором — хозяевам такой презент понравится!

\* Сварите 120 г риса, смешайте с нарезанными финиками (200 г) и курагой (150 г), добавьте мед по вкусу и измельчите блендером до однородности.

\* Подсушите на сковороде 150 г ядер фундука в течение 10-15 минут. Заверните

орехи в полотенце и, растерев между ладонями, очистите от шелухи. Верните фундук в сковороду, посыпьте 1/3 стакана сахара и полейте 2 ст. л. воды. Обжаривайте, помешивая, пока не получится карамель. Переложите орехи на смазанную растительным маслом доску, чтобы не слиплись.

\* Из рисовой массы сформируйте лепешки, на каждую по-

местите по орешку, скатайте шарики, обваляйте в кокосовой стружке.

\* Выдержите конфеты полчаса в холодильнике, затем каждую заверните в фольгу и лепестки из гофрированной бумаги, закрепите на бутылке шампанского скотчем или горячим клеем.

*Оксана СТАВИЦКАЯ,  
г. Запорожье. Фото автора*





### «Невидимая» полочка

Свою коллекцию фильмов на CD храню без специальных подставок. Просверлил в стене два отверстия — расстояние между ними чуть меньше длины бокса от диска. Забил в дырки 2 дюбеля, вкрутил в

каждый по длинному саморезу. Насадил на выступающие части саморезов картонную коробочку от бокса, а на «невидимую» полочку положил упаковки с дисками.

Николай ТЕПЛЯКОВ, по e-mail

## Теплые варежки



Понадобились: пряжа «Подмосковная» (50% шерсть, 50% акрил) — 50 г голубой и около 100 г темно-фиолетовой; спицы (5 штук) № 3; иголка с большим ушком.

Варежки рассчитаны на стандартную женскую кисть (размеры см. на рисунке).

Набрала 48 п. и связала «резинку» 1x1 высотой 5 см. Далее 1 р. лиц., равномерно прибавляя 5 п. Работала по схеме, учитывая, что смена

рядов на ней идет со стороны большого пальца.

Для этого же пальца оставила 16 п., в следующем р. набрала 4 п. Выполнила до конца схемы. Оставшиеся п. сшила трикотажным швом той же темно-фиолетовой пряжей.

Набрала 20 п. для большого пальца, связала до конца. В последнем р. провязала по 2 п. вместе. Стянула. Аналогично выполнила вторую варежку.

Ольга КОБЕЦ,  
г. Давлеканово.

Фото автора



Смотрите схему № 7 на стр. 18

Самое время заготовить пикантную и вкусную приправу к овощным и мясным блюдам. Ягоды рябины перебираю, мою и выкладываю на противень. Сушу в духовке при температуре не выше 50 °С, периодически перемешивая, пока ягоды не перестают слипаться при сдавливании. Храню сухую рябину в бумажных кулках. Перед использованием измельчаю.



Несжигачки

## Мандариновый ликер



По-настоящему зимний напиток!

❖ Срезаю с 7-ми мандаринов цедру, складываю ее в банку, добавляю палочку корицы, заливаю 500 мл водки и оставляю на неделю при комнатной температуре.

❖ Из мандаринов выжимаю сок: разминаю фрукты толкушкой, а затем отжимаю жидкость из мякоти через марлю.

❖ Прогреваю сок на среднем огне вместе со 150 мл воды и 100 г сахара, пока последний не растворится. Остывший сироп переливаю в банку, закрываю крышкой и храню в холодильнике.

❖ Через неделю фильтрую цедрувую настойку через марлю, смешиваю с сиропом. Готовый ликер выдерживаю еще 10-14 дней в холодильнике. При появлении осадка процеживаю.

Ирина ДМИТРИЕВА, г. Казань

## Тайский секрет – мечты сбываются!

### ВОСТОЧНЫЙ ЖАСМИН ИЗБАВИТ ОТ МОРЩИН!

Легко лицо избавит от морщин крем «Тайский секрет. Восточный Жасмин». Отеки быстро уберет, разгладит кожу без проблем великолепный тайский крем!

### МОРЩИНЫ ТОЛЬКО СНЯТСЯ!

За ночь исполнятся мечты - морщины испарятся как виденье и будет крем «Тайский секрет. Сладкий миндаль» твое волшебное спасенье!

### ПУСТЬ В ГЛАЗАХ ЛУЧИТСЯ СЧАСТЬЕ!

Темные круги под глазами и отеки, и сетка морщин? Все исчезнет, разгладится кожа, гарантируем ангельский взгляд, с кремом «Тайский секрет. Цветок райской птицы» глаза наполнятся любовью и словно звезды заблестят!



Испытано на себе

Яблоки очищаю от кожуры и сердцевин, нарезаю слайсами, кладу на решетку и запекаю в духовке с открытой дверцей 1,5 часа при температуре 50 °С. Получаются фруктовые «чипсы» — вкусное дополнение к мороженому или йогурту.



Юлия КОЗЛОВА, г.п. Краснополье



Когда вязала внучке свитер, сбилась со схемы и сделала ошибку в нескольких рядах. Как их распустить, чтобы не испортить «правильные»? Взяла спицу меньшего размера, чем те, которыми работала. Вставила ее под правую дужку петель ряда, расположенного ниже первого из ошибочно набранных. Затем аккуратно распустила верхнюю часть полотна. Можно продолжать вязание!



Галина САРАКАЧ, г. Минск



Приготовить жидкую подкормку для домашних цветов — проще простого. Измельчаю в чаше блендера картофельные очистки, апельсиновую кожуру, яичную скорлупу. После развожу кипяченой водой комнатной температуры и при поливе вношу понемногу под каждое растение.

Анна БОЛЬШАКОВА, г. Воронеж

Если заморозить яйцо, а после разрезать его пополам и поджарить на сковороде — получится глазунья с двумя желтками!



Совет дня



Игрушки из... ничего!

К Новому году решила изготовить елочные игрушки своими руками — магазинные скучны.

Нашла в запасах остатки кружева, гипюра, атласных лент, тюлевых занавесок, бисер, пайетки, старые бижутерию и белую майку. На ткани нарисовала контуры елочки, сапожка, рыбки, птички, звезды, сердечка. Принцип изготовления игрушки прост — вырезала две одинаковые детали, сшила между собой, набив холлофайбером. Украсила по своему вкусу.

Удобнее не кроить детали будущей игрушки, а к сложенной вдвое ткани приколоть булавками вырезанную картинку и прострочить на машинке по бумаге. Особенно такой способ удобен при шитье шелка, тянущихся тканей, сетки. Потом бумагу легко оборвать и вырезать деталь по контуру.

Анна ГАМЗИНА, г. Руза. Фото автора

Милая принцесса

Близится Новый год — пора готовить наряд для утренника!



Понадобятся: примерно 1 м белого креп-сатина и 1,5 м сиреневого; 35 см сиреневой бязи; 5-6 м тесьмы с пайетками; 20 пришитых страз; молния длиной 35 см; атласная лента шириной 6 см.

Для девочки 4-6 лет ростом 110-120 см. Выкройку топа я «сняла» с футболки, сделав прибавки на швы и застежку (рисунок 1). По этому шаблону вырезала 2 комплекта: из креп-сатина и хлопка. Сшила их по отдельности в плечах и по бокам, затем сострочила с изнанки обе горловины (на сгибе сделала несколько надрезов по 2-3 мм) и вывернула. Для рукавов вырезала из основной ткани 2 детали в форме листиков, подогнула с одной стороны край и прошила. Подложила срезы проймы внутрь, закрепила рукава. Примерила топ на девочку, чтобы отметить место для молнии. Подготовила полоску белой ткани размером 230x70 см.

Книзу пристрочила атласную ленту, сшила юбку, затем дважды подогнула подол и закрепила его строчкой. Вырезала из сиреневого креп-сатина 4 детали в форме лепестка (рисунок 2). Из белого материала подготовила цветы (рисунок 3), срезы опалила, чтобы ткань не сыпалась. Лепестки «собрала» в верхнюю юбку, на каждом закрепила декор из цветка, а к низу пристрочила блестящую тесьму с пайетками. Из основной ткани вырезала 2 детали по рисунку 4, края обожгла и обшила тесьмой.

Сшила все три слоя юбки, сделав сборки в поясе (пояса юбки и топа должны быть одинаковой длины). Сострочила верхнюю и нижнюю части платья, вставила молнию, пришила блестящую тесьму к горловине и украсила наряд стразами.

Надевать такое платье нужно на подъюбник с кольцами.

Ольга МАКСИМОВА, г. Екатеринбург. Фото автора

Смотрите схему № 5 на стр. 17





Наш эксперт — Татьяна Алисова, специалист электронного журнала для потребителей «Спрос», г. Москва

### Момент истины

Купил мобильный телефон. У него появились проблемы с программным обеспечением, я хотел сдать аппарат в сервисный центр (гарантия еще не закончилась). Но мне отказали: есть признаки того, что мобильник вскрывали. Также мастер заметил следы попадания внутрь корпуса воды. Я телефон не вскрывал, обращался с ним бережно... Что делать?

Леонид ВАСИЛЬЕВ, Ленинградская обл.

— Вы уверены, что не нарушали условия эксплуатации аппарата, а продавец утверждает обратное?

В случае спора о причинах возникновения недостатков товара в период его гарантийного срока продавец (изготовитель), уполномоченная организация или уполномоченный индивидуальный предприниматель, импортер обязаны провести экспертизу товара за свой счет. Вы вправе присутствовать при ее

проведении и в случае несогласия с результатами оспорить заключение в судебном порядке (п. 5 ст. 18 Закона «О защите прав потребителей»).

Если экспертизой будет установлено, что недостатки телефона возникли по вашей вине, а не вследствие обстоятельств, за которые отвечает продавец (изготовитель), товар назад не примет, а вам придется возместить расходы на проведение такой проверки.



Наш эксперт — Александр Лепендин, директор ООО «Центр по защите прав», г. Тюмень



### Чайная пауза

Попросил в ресторане чашку чая. Но официант сказал, что заказ менее 700 рублей не подлежит выполнению. Вправе ли администрация устанавливать такие ограничения для клиентов?

Виктор МАГЕРОВ, г. Смоленск

— Согласно п. 16 Правил оказания услуг общественного питания, утвержденных Постановлением Правительства РФ № 1036 от 15.08.1997 г. (в редакции от 04.10.2012 г.), сотрудники ресторана не имеют права отказать вам в услуге, если вы ее заказали в соответствии с ценами меню. Выдуманные условия «от 700 рублей» противоречат

не только этому документу, но и Закону «О защите прав потребителей», ущемляя права клиентов.

Таким образом, администрацию ресторана реально привлечь к ответственности: на собственников может быть наложен штраф в соответствии с ч. 2 ст. 14.8 Кодекса об административных правонарушениях.

## ДОБРОКАМ успокоит нервы вам



Давайте проверим — пройдите этот небольшой тест и за каждый утвердительный ответ поставьте себе по баллу.

- ♦ После напряженного дня у меня всегда повышенное артериальное давление.
- ♦ Бывает, что меня беспокоят боли в области сердца и учащенный пульс.
- ♦ Я часто раздражаюсь и кричу на родных. А когда остыну, понимаю, что проблема яйца выеденного не стоила.
- ♦ На работе и дома накопилась куча незавершенных дел. У меня нет на них сил, никак не могу с ними справиться.
- ♦ Вечером чувствую себя обессиленным и измотанным.
- ♦ Я плохо засыпаю и поэтому утром нередко бываю разбитым.

Только с годами понимаешь: в расхожей фразе «все болезни — от нервов» есть немалая доля истины. Думаете, стрессы не портят вам жизнь и здоровье?

### Подсчитайте результаты

Заработали три балла и более? Знайте: стресс прочно прописался в вашей жизни. А ведь такие перегрузки не проходят бесследно для нашего внутреннего «мотора»! Повышенная нервная возбудимость, астения, кардиалгия, тахикардия, лабильность артериального давления — «звоночки» возможных серьезных проблем со здоровьем. Как с этим справиться? Один из способов решения проблемы — разумное использование седативных лекарственных препаратов, например, таких как Доброкам.

**Доброкам — уникальное сочетание** седативного эффекта брома с возбуждающим эффектом камфоры. Это сочетание обеспечивает сбалансированный успокаивающий эффект на нервную систему и тонизирующий эффект на дыхательный центр и сердечно-сосудистую систему одновременно. В результате ваши нервы успокаиваются, сон нормализуется, а утром вы не испытываете чувства разбитости и апатии. Начав полноценно отдыхать, вы будете встречать новое утро полным сил, готовым к решению важных задач!

### Доброкам отпускается в аптеке без рецепта врача:

- ♦ схема применения проста: всего 2 или 3 таблетки в день (по 1 таблетке на прием после еды);
- ♦ курс приема всего 10-15 дней — вам не нужно месяцами пить таблетки, чтобы привести нервы в порядок;
- ♦ Доброкам не вызывает привыкания;
- ♦ Доброкам выигрывает в сравнении с большинством аналогов — он имеет доступную стоимость.



РУ: ЛП — 000141. [www.avexima.ru](http://www.avexima.ru)



### Моя собственность

**Мы с мужем живем в квартире, приобретенной мною задолго до брака. Сейчас хочу обменять жилье на равноценное в другом районе. Сможет ли супруг после совершения сделки претендовать на долю в квартире в случае развода?**

*Екатерина Ивановна,  
г. Петрозаводск*

— Имущество, нажитое супругами во время брака, является их совместной собственностью, если договором между ними не установлен иной режим этого имущества (п. 1 ст. 256 ГК РФ). Вместе с тем, в силу п. 1 ст. 36 Семейного кодекса РФ, имущество, принадлежавшее каждому из супругов до вступления в брак, а также имущество, полученное одним из супругов во время брака в дар, в порядке наследования или по иным безвозмездным сделкам (имущество каждого из супругов), является его собственностью. Постановлением Президиума ВС РФ от 03.03.1999 г. № 132 ПВ-98 предусмотрено, что если предметом договора мены является имущество, не относящееся к общей совместной собственности супругов, то на имущество, приобретенное в результате обмена, право общей совместной собственности также не возникает. Следовательно, ваш муж не вправе претендовать на приобретаемую по договору мены квартиру (при условии, что за нее из общих средств не будет производиться доплата).

### Отказаться невозможно

**В собственности моего погибшего сына была комната с подселением. Как я понимаю, наследовать ее могут родители и дети умершего. В нашем случае — это я, мой бывший муж (отец наследодателя) и несовершеннолетняя дочка. Могу ли я передать свое право наследования дочери (родной сестре погибшего)?**

*Роза С., г. Можайск*

— В соответствии со ст. 1142 Гражданского кодекса РФ наследниками первой очереди по закону, помимо детей и родителей, являются супруги наследодателя. Поэтому, если у вашего сына был заключен официальный брак, то его жена также имеет право наследования.

Отказ от наследства в пользу других лиц может быть совершен лишь в отношении наследников по закону той очереди, которая призывается. В связи с этим отказ в пользу сестры (наследника второй очереди) невозможен.



### Кассир, к досмотру!

**Работаю в гипермаркете кассиром. За смену имею право выйти из торгового зала на два перерыва по 30 минут. Каждый раз при этом охранник просит показать содержимое карманов. Он прав?**

*А. К., г. Москва*



— Согласно ст. 9 ТК РФ регулирование трудовых отношений может осуществляться путем заключения, изменения, дополнения работником и работодателем коллективных и трудовых договоров, соглашений. Кроме того, наниматель имеет право принимать локальные нормативно-правовые акты, в частности, правила внутреннего трудового распорядка, где регламентированы обязанности обеих сторон. Таким образом, советую вам внимательно изучить вышеуказанные документы. Подписав договор, вы автоматически согласились исполнять и внутренний трудовой распорядок. Если в нем говорится, что вы согласны на досмотр при выходе из зала, то обязаны исполнять это условие. А охранник — такой же сотрудник, как и вы. Он тоже исполняет распоряжения работодателя.

*У вас проблемы? Начальник нарушает ваши трудовые права? В магазине вам продали некачественный товар? Как быть? Вас проконсультируют юристы-эксперты «Сватов». Присылайте вопросы на e-mail: [svatov@toloka.com](mailto:svatov@toloka.com) или на адрес редакции.*



### Платный «лежачий полицейский»

**В нашем дворе машины ездят с такой скоростью, что страшно внуку отпускать одну в магазин. Установить знак, ограничивающий скорость, в автоинспекции мне отказали. Законно ли?**

*Ирина Дмитриевна, по e-mail*

— Да, законно. Дело в том, что, в соответствии с п. 10.2 Правил дорожного движения на дворовых территориях, скорость движения транспортных средств и так ограничена до 20 км/ч. Поэтому, согласно требованиям ГОСТ Р 52289-2004 «О правилах применения дорожных знаков, разметки, светофоров», техни-

ческие средства регулирования движения во дворах не применяются. Однако жители ближайших жилых домов, при согласии большинства собственников, вправе за свой счет для ограничения скорости автотранспорта во дворе установить искусственную неровность (а также соответствующий дорожный знак и нанести разметку).



# Выручай, «вэдэшка»!

## 10 чудес обычной аэрозоли

У меня всегда в багажнике машины баллончик со спреем WD-40, или с «вэдэшкой», как его еще называют водители. Убедился, что аэрозоль может выручить в разных ситуациях.

**1)** Не удается открутить прикипевшие гайку или болт? Прыскаю «вэдэшкой» на место соединения — и через 2-3 минуты спокойно приступаю к демонтажу. Только после этого хорошенько протираю тряпочкой болт с гайкой и смазываю их солидолом — иначе заржавеют.

**2)** Спрей помогает мне снять нагар с электродов автомобильных свечей.

**3)** Чтобы морозным утром не тратить время на очистку ото льда стекол машины, с вечера обрабатываю их WD-40 — неплохо защищает от наледи.

**4)** Когда внук испачкал автомобильное сиденье жвачкой, удалить ее помогла та же «вэдэшка»: побрызгал из баллончика на резинку, а после снял шпателем.

**5)** Летом очищаю аэрозолем от насекомых лобовое стекло и решетку радиатора автомобиля.

**6)** Использую это нехитрое средство и для того, чтобы снять с кузова машины (да и с любой другой поверхности) старые стикеры, наклейки, убрать следы скотча.

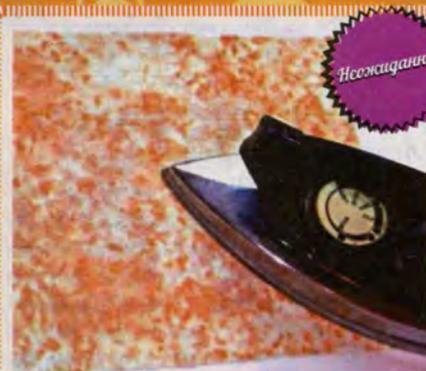
**7)** Нужно удалить известковый налет с поверхности унитаза? Обрабатываю ее спреем, накрываю унитаз крышкой, а через полчаса ершиком счищаю загрязнения.

**8)** Случайно капнул парафиновой свечкой на ковер? Брызгаю на пятно аэрозолем, а когда средство высохнет, удаляю парафин губкой.

**9)** Нагар с наружной поверхности сковородок тоже легко снимается после обработки WD-40.

**10)** И даже заевший замок молния поддается, если аккуратно побрызгать на него спреем.

Александр СУХОВ,  
Волгоградская обл.



Неожиданно

## «Состарил» альбом

Снимки своих бабушек и дедушек в семейном фотоальбоме решил разместить на отдельных страничках — с «колоритом старины». Для этого обработал выбранные картонные страницы ватным диском, смоченным в молоке. А когда оно немного подсохло, прогладил картон горячим утюгом. Чтобы получить живописные «подпалины», на отдельных участках листа использовал разный температурный режим утюга. Получилось эффектно!

Борис АНКУДИН,  
г. Брянск

## НАДЕЖНАЯ ОПОРА

# LyDO X.Auш

## СУСТАВЫ ПОЗВОНОЧНИК



MIRACLE-HUSH

ГЕЛЬ-БАЛЬЗАМ  
С ХОНДРОИТИНОМ  
И МУРАВЬИНЫМ  
СПИРТОМ



8-800-200-53-77

звонок по России  
бесплатный  
Казахстан, Алматы  
тел.: +7-777-747-84-01

**SHUSTER::**  
PHARMACEUTICAL LTD



## ВETERАНЫ СПЕЦНАЗА РЕКОМЕНДУЮТ



СПЕЦМАЗЬ  
крем с пихтой сибирской  
и муравьиным спиртом



8-800-200-53-77

звонок по России  
бесплатный  
Казахстан, Алматы  
тел.: +7-777-747-84-01

**SHUSTER::**  
PHARMACEUTICAL LTD



## «Звездные» байки

## Елка в коммуналке

Александра Маринина,  
писательница:

— С детства мне отчетливо запомнилась елка в нашей громадной коммунальной квартире в центре Ленинграда. Там были высокие — три с лишним метра

— потолки, и отец всегда приносил такой же высоты елку. Наряжали ее с помощью стремянки. Из кладовки доставали ящик с игрушками, мы с бабушкой делали из ниток петельки для всех шаров, сосулек, зверушек и домиков... Подарки под елку не клали — не было тогда еще такой традиции, да и жили все довольно скромно.

Другое яркое воспоминание — когда на Новый год к нам приходили друзья моих родителей и бабушки. Собирались огромная компания, из кладовки доставали тяжелый дубовый стол с резными ножками, раскладывали его на немислимую длину, покрывали тремя скатертями (двух просто не хватало!). Гасили свет, зажигали бенгальские огни. Было очень шумно и весело, был серпантин, конфетти — все, что полагалось в новогоднюю ночь. А главное

— над столом под потолком висел большой серебристый зеркальный шар, который отбрасывал волшебные блики и создавал в комнате иллюзию снегопада. Я понятия не имею, откуда он взялся, — кажется, что был всегда.

А утром после Нового года запомнилась гора посуды, которую мыли в ванной: такое количество в раковину на кухне просто не помещалось...

Записала Ирина БАРЫШЕВА.  
Фото с ресурса [knigi-marinina.ru](http://knigi-marinina.ru)



## Новогоднее чудо

Каких только елочных украшений не найдешь сегодня на магазинных прилавках — на любой вкус и кошелек! Но для моей жены дороже всех игрушек была облупленная стеклянная куколка, которая осталась в память о детстве и родительском доме. И каждый раз, наряжая елку к Новому году, супруга отводила своей обшарпанной красавице самое козырное место.

Но в прошлом году случилось ЧП — наша расшалившаяся Мурка опрокинула елку, стеклянная реликвия упала и разбилась. Про то, как досталось кошке, лучше умолчу. А жена после еще неделю ходила с глазами на мокром месте.

Понимая ее состояние, я подумал: может, к следующему Новому году удастся найти такую же игрушку? Об-

шарил все интернет-магазины, выходил на связь с коллекционерами, предлагал любые деньги, но ни у кого не было даже похожего украшения. А когда уже совсем отчаялся, в Фейсбуке нашел фотографию одноклассницы на фоне нарядной елки с точно такой стеклянной куколкой! Как же я умолял одноклассницу продать мне игрушку! А она расхохоталась в ответ: «Да ладно, не переживай — вышлю я тебе твою сокровище!» По старой дружбе ни копейки с меня не взяла...

Я уже представляю себе глаза жены, когда, торжествуя, достану перед Новым годом ее любимую игрушку и повешу на елке на лучшее место! И кто сказал, что новогодних чудес не бывает?

Олег Н., г. Брест



## «Недостача»

Утром, сразу после открытия магазина, к моей кассе подошел аккуратный старичок в потрепанном полушубке, за рукав которого держалась девчушка лет пяти. Этот дедуля у нас — постоянный покупатель: берет харчи подешевле, а в день пенсии — еще и непременно шоколадку для внучки. Всегда вежливый, улыбочивый. А сейчас что-то сбивчиво толковал мне про деньги.

Ну вот, думаю: беда одна не ходит! Вчера, сдавая вырубку, вдруг недосядалась пять рублей — пришлось свои докладывать. Тогда списала свою рассеянность на мысли о заболевшей дочке. А сегодня выясняется,

что и старичка вдобавок обсчитала! Стыдобище! Красная как рак извиняюсь перед дедом и сую ему в руки банкноту.

— Вы не поняли, — растерянно улыбнулся он. — Это мне вчера на сдачу дали лишние деньги. Вот, возьмите, а то вас начальство заругает! — старик суетливо протянул мне скомканную купюру.

От такой наивной и трогательной дедушкиной честности у меня слезы на глаза навернулись. Пробормотала: «Спасибо!», пробила на кассе дорожную шоколадку и протянула девчушке:

— Держи, малышка, у тебя самый лучший дедушка!

Виктория З., г. Минск

## С добрым годом!

Под праздничной бой курантов принято подводить итоги года. Поймал себя на мысли, что раньше оглядывался на пролетевшие 12 месяцев легко и беззаботно: это удалось сделать на службе, это — в доме, радовали подрастающие детишки. Если же что и не успел — чего горевать: вся жизнь впереди! А теперь? Все меньше старых друзей и новых ожиданий, все больше болячек и причин поворчать, взрослые дети разлетелись из родительского гнезда... Но время научило больше радоваться мелочам. Уходящий год удивил нас с женой небывалым урожаем. На

зависть соседям притащил с рыбалки пудового сома! Внучка-малышка подарила мне на день рождения забавный рисунок с подписью: «Для деда». Летом я достал из подвала свой велосипед и вспомнил, каково это — замирая от веселого ужаса, нестись по зеленому склону! А 31 декабря за столом соберется вся наша большая семья: мы с супругой, дочь с зятем, сын с невесткой, трое внуков — это ли не счастье?! Спасибо тебе, добрый 2016-й! Пусть и следующий станет таким же.

Николай ВАСИЛЬЕВ,  
по электронной почте



Когда иду по городским улицам, часто хочу повторить вслед за актером Киану Ривзом: «Поднимите глаза и выньте наушники! Попробуйте поздороваться с прохожим, предложите свою помощь. Проживайте каждый день так, будто он последний...»



## «Морской кот»

Антон засиделся на дне рождения приятеля, с которым много лет назад служил на флоте. Старые друзья основательно отметили дату, вспомнили за рюмкой былые дальние походы. Домой Антон засобирился, когда уже стемнело.

Проходя мимо залитой водой глубокой придорожной канавы, услышал странные звуки — то ли плакал кто, то ли пищал. Антон посветил зажигалкой, присмотрелся и заметил грязного, обессилевшего котенка, который упорно карабкался вверх по склону. «Надо же, какой живучий! — подумал мужчина. — Видать, кто-то топил котят, а этот — на тебе, выплыл!» Старый моряк подхватил беспомощного малыша, сунул под куртку.

...Гаяля спросонья открыла глаза — муж вернулся домой. Удивилась, что он долго возился в ванной, разговаривая сам с собой. Поморщилась: «Наверное, лишнего выпил муженек». Тут дверь в спальню открылась, Антон на цыпочках подошел к кровати и со словами: «Дорогая, тебе сюрприз!» — сунул под одеяло мокрый шевелящийся клубочек. Женщина взвизгнула от ужаса. «Ты чего, Галчонок? — расхохотался Антон. — Глянь, кого я тебе принес: был у тебя в семье «морской волк», а теперь еще будет и «морской кот» — принимай!»

С тех пор в квартире поселился Круженштерн, а попросту — Кузя. Каждый вечер пушистый прохвост с нетерпением ждет своего спасителя: Антон непременно приносит любимцу что-нибудь вкусненькое. Как не побаловать друга-«моряка»?

Валентина БЫСТРИМОВИЧ, г. Минск

## Акулий жир — АКУЛЬЯ СИЛА!

### ПРИХВАТИЛО ПОЯСНИЦУ ИЛИ СВЕЛО БОЛЬНУЮ МЫШЦУ?

Мышцы скрутило, ногу свело, рука онемела? Крем «Акулий жир и пчелиный яд с муравьиной кислотой» справится с этим быстро и смело! Любую боль и неудобство уберет крем очень просто!

### ЛЮБАЯ ОБУВЬ БЕЗ БОЛИ И СЛЕЗ!

Если косточки достали, туфли лучшие прогнали и болят они и ноят, постоянно беспокоят... Крем «Акулий жир и лавр благородный» — надежный спаситель от шишек народный!



### КОГДА БОЛЯТ НОГИ — БОЛИТ ВСЕ!

Варикоз, больные ноги — вместе Вам не по дороге. С кремом «Акулий жир и троксерутин с конским каштаном» боль и отеки уйдут, как дурной сон!

### НЕ БОЛЯТ СУСТАВЫ ОТ ТАКОЙ ПРИПРАВЫ!

Суставы болят, отекают и скрипят? Крем «Акулий жир и бишофит с хондроитином» поможет снять боль в суставах, как пылинки с пиджака, быстро и надежно!

Заказывайте на сайте **ARTEKA.RU** с бесплатной доставкой в ближайшую аптеку



**СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ:** Москва (495) 585-55-15; (495) 223-32-46; Архангельск 606083; СПб 7034530, 3183310; Барнаул 465464; В. Новгород 645050; Владивосток 404404, 2345201; Вологда 522352; Екатеринбург 2877777; Иваново 290223; Ижевск 505505; Йошкар-Ола 7009421; Кемерово 571310; Махачкала 89674002255; Пермь 2228600; Псков 720275; Самара 88001001112; Ставрополь 246662, 563325; Тамбов 450359; Тольятти 89061283480; Томск 900647; Уфа 2841156; Хабаровск 700888; Челябинск 2323313, 2251010; Минск: 2996585, 2996626; Казахстан 7273543622; Кишинев 22406759 Сайт: [www.luchiks.ru](http://www.luchiks.ru)

Декларации соответствия: ТСР РУД-РУ АГ66 В.03556; ТСР РУД-РУ АН18 В.05381. Реклама

**Хозяйке на заметку**

Никогда не выливаю сироп от консервированных фруктов. Поливаю им мороженое, использую для пропитки домашних бисквитов. Или делаю заготовку впрок: замораживаю сироп в формочках для льда, а полученные кубики внучата обожают бросать в молочные коктейли.

Татьяна ХОРОНЕКО, г. Полоцк



Новогодняя елка будет выглядеть пышнее, если сначала украсить ее «дождиком» под цвет иголок и только потом — игрушками.

Анна ЕВСТРАТОВА, г. Киев

**Совет дня**



Смотрите схему № 2 на стр. 15



**Вяжем... мандаринки!**

Смотрите схему № 1 на стр. 15

**Перед Новогодьем свяжите на елку такие яркие мандаринки — им и падение с ветки не страшно!**

Начинаем работу оранжевой нитью по рисунку 1.

8-15 ряды — без изменений, по 42 ст. б/н в каждом.

16 ряд — 5 ст. б/н, уб. (36).

17 ряд — 4 ст. б/н, уб. (30).

18 ряд — 3 ст. б/н, уб. (24).

19 ряд — 2 ст. б/н, уб. (18).

20 ряд — 1 ст. б/н, уб. (12).

21 ряд и далее — одни уб., закрываем.

Нить обрываем, оставляя хвостик примерно 20 см. Им прошиваем мандарин сверху донизу, стягивая и придавая форму.

Зеленой нитью вяжем веточку: 10 в. п., 10 ст. б/н. Листик выполняем по рисунку 2. Чтобы подвесить игрушку на елку, добавляем петельку из в. п.

Наталья САГУЛИНА, г. Могилев.

Фото автора

**Ангелок на счастье**

Монохромная вышивка, выполненная нитками одного цвета на контрастной канве, смотрится стильно и лаконично.

Потребуется отрез канвы 15x10 см, нитки мулине белого цвета, игла и свободный вечер. Эффектной картинкой можно украсить наволочку. А оформив такую работу в красивую рамочку, вы сможете подарить ее близкому человеку.

Елена ГЕРАСИМЕНКО, г. Химки.

Фото автора

Украсили с внуками елочку снежинками. Нарисовала их на кругах из белого фетра, прострочила контуры на швейной машинке, аккуратно вырезала. Сделала петельки для подвешивания. С двух сторон промазала снежинки клеем и обсыпала мелкой солью.



**Митенки на скорую руку**

Внучка перчатки не хотела надевать — мешают мобильником пользоваться. Сделала ей простые митенки.

От старого свитера отрезала рукава чуть ниже локтя. Прикинула заготовку на внучкину руку, чтобы закрыта была не только ладонь, но и часть пальцев. На месте для большого пальца распорол шов, обработала отверстие нитками по окружности. Прошила и линию реза рукавов. Украсила митенки бусинами и аппликациями.

Лидия ДЕМИНСКАЯ, Быховский р-н

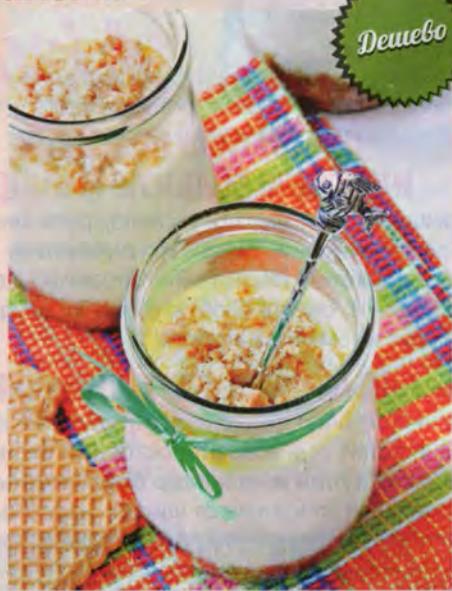


**Баночка с «Чизкейком»**

Если классический рецепт десерта требует потратиться на дорогой сыр (филадельфию или маскарпоне), то моя идея обойдется гораздо дешевле. А порционная подача будет еще эффектнее!

Смесь 50 г растопленного сливочного масла со 100 г измельченного в крошку печенья «К чаю» распределите по дну 200-граммовых стеклянных баночек. Взбейте 300 г творога 5% жирности, 100 мл 20% сметаны, 2 яйца, 100 г обычного и пакетик ванильного сахара, вылейте поверх печенья. Поставьте емкости в форму для выпечки, налейте в нее горячей воды до середины банок. Выпекайте чизкейк в духовке при 160 °С 40 минут. Остудите и отправьте в холодильник на час.

Наталья ИМШЕНЕЦКАЯ, г. Евпатория. Фото автора



Дешево

**1** Вяжем... мандаринки! (стр. 14)

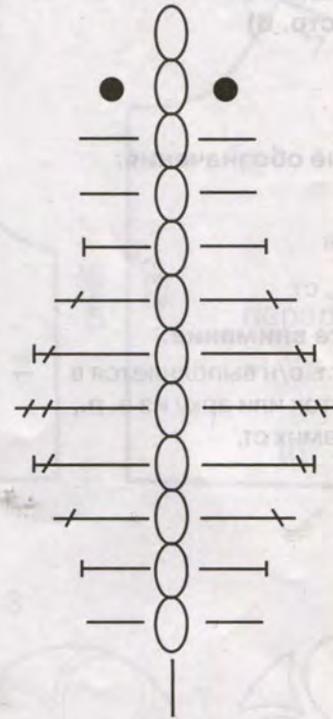


Рисунок 1

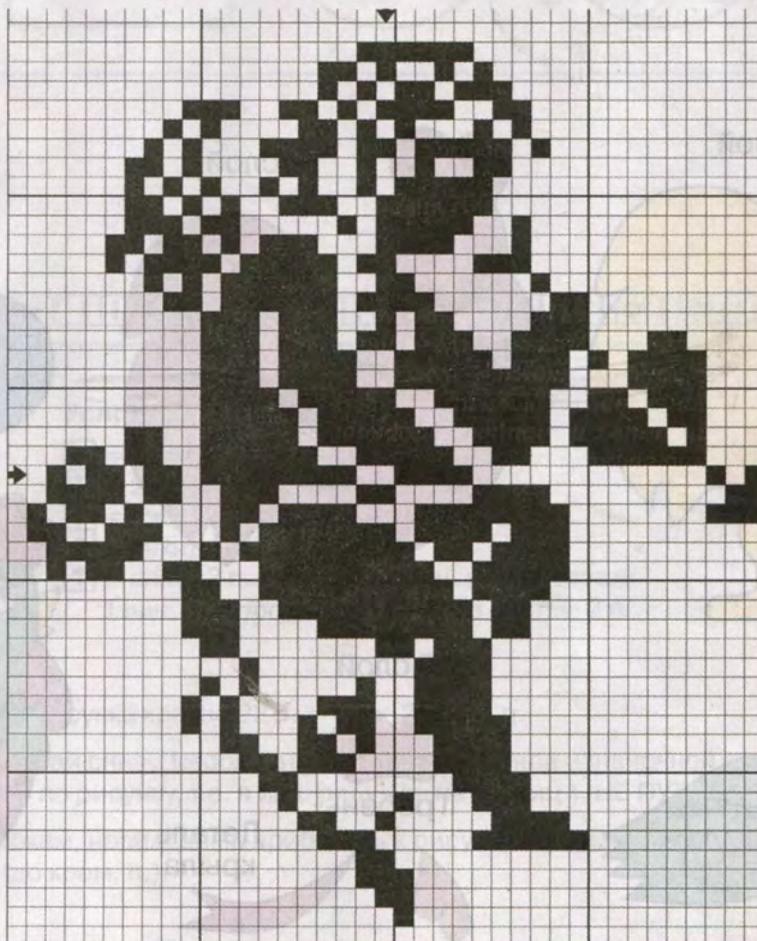
Условные обозначения:

○, 0 = в. п.    +, | = ст. б/н    ● = соед. п.    T = полуст. б/н    F = полуст. с/н    † = ст. с/н    ‡ = ст. с 2/н

Рисунок 2



**2** Ангелок на счастье (стр. 14)



### 3 «Елочка» (стр. 6)

Условные обозначения:

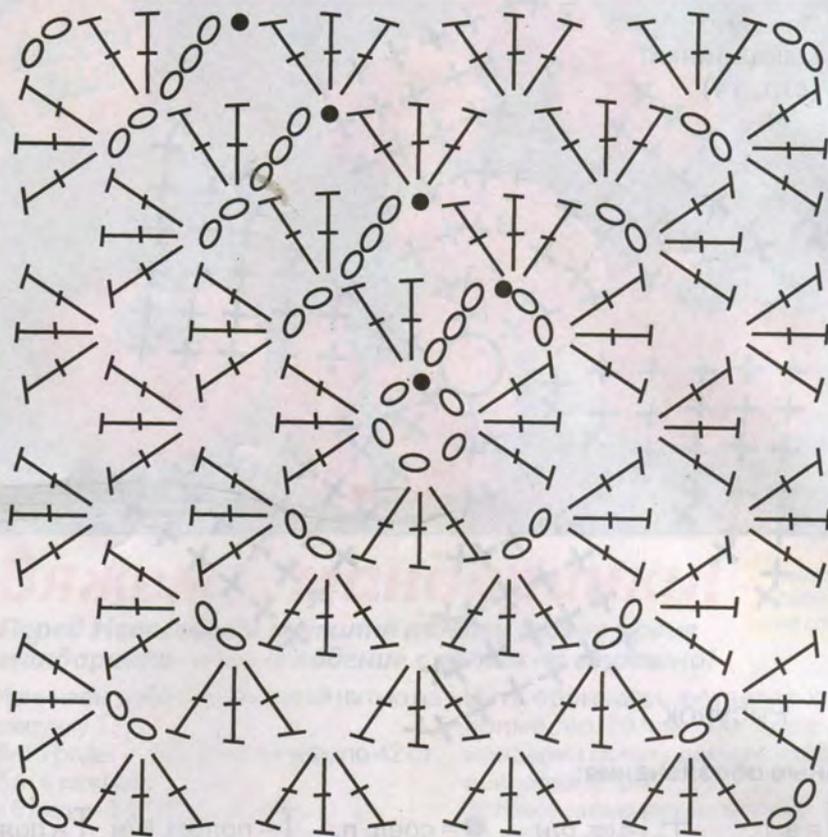
○ = в. п.

┌ = ст. с/н

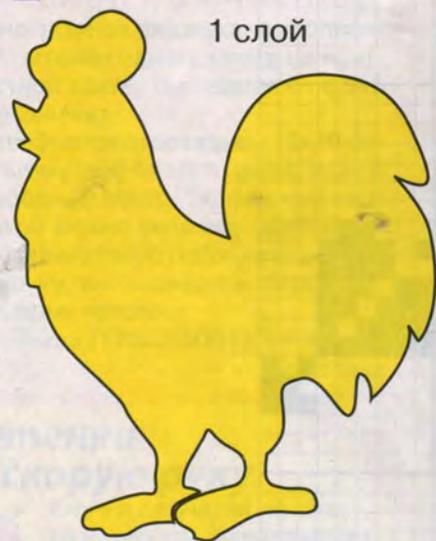
● = соедин. ст.

Обратите внимание:

каждый ст. с/н выполняется в промежуток или арку из в. п., а не на самих ст.



### 4 Магнит «Петушок» (стр. 6)



Бородка



# 5

Милая принцесса (стр. 8), см

Рисунок 4

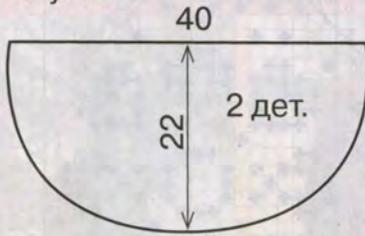


Рисунок 2

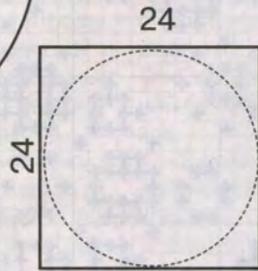
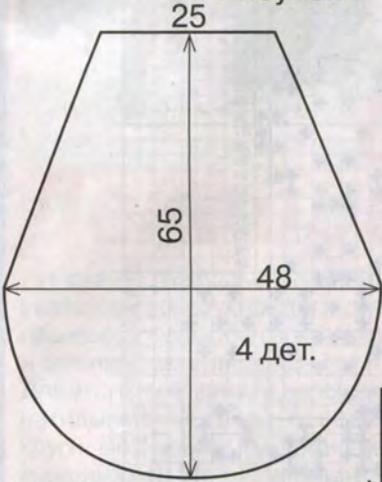
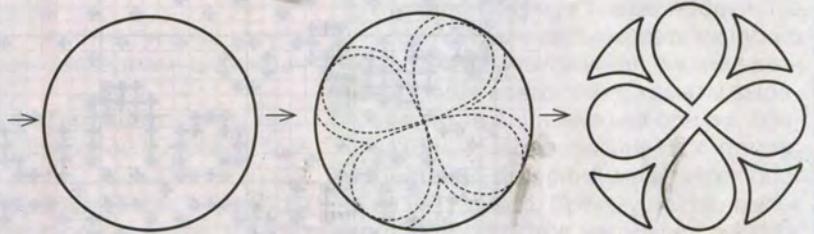


Рисунок 1

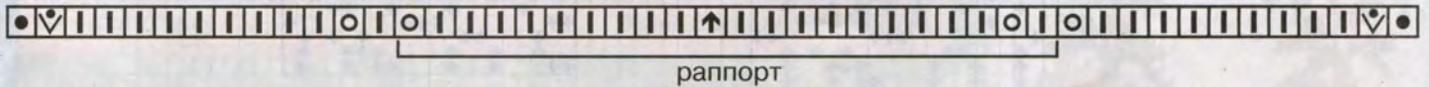


Рисунок 3



# 6

«Зигзаг уюта» (стр. 6)



**Условные обозначения:**

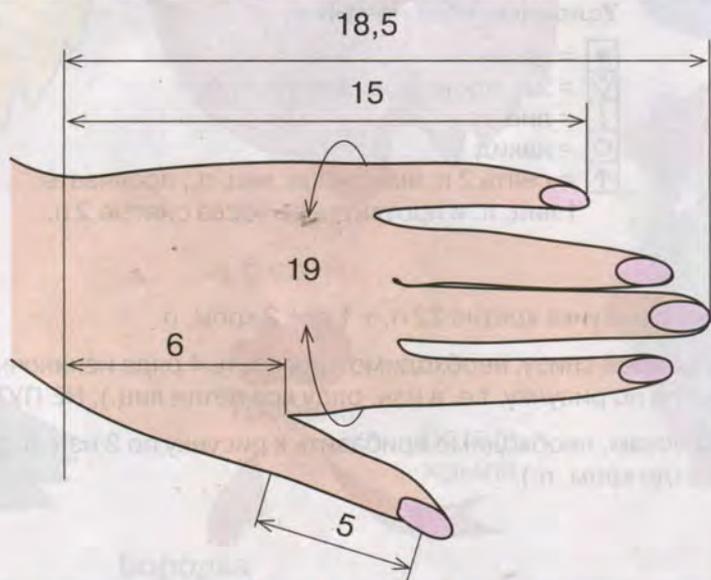
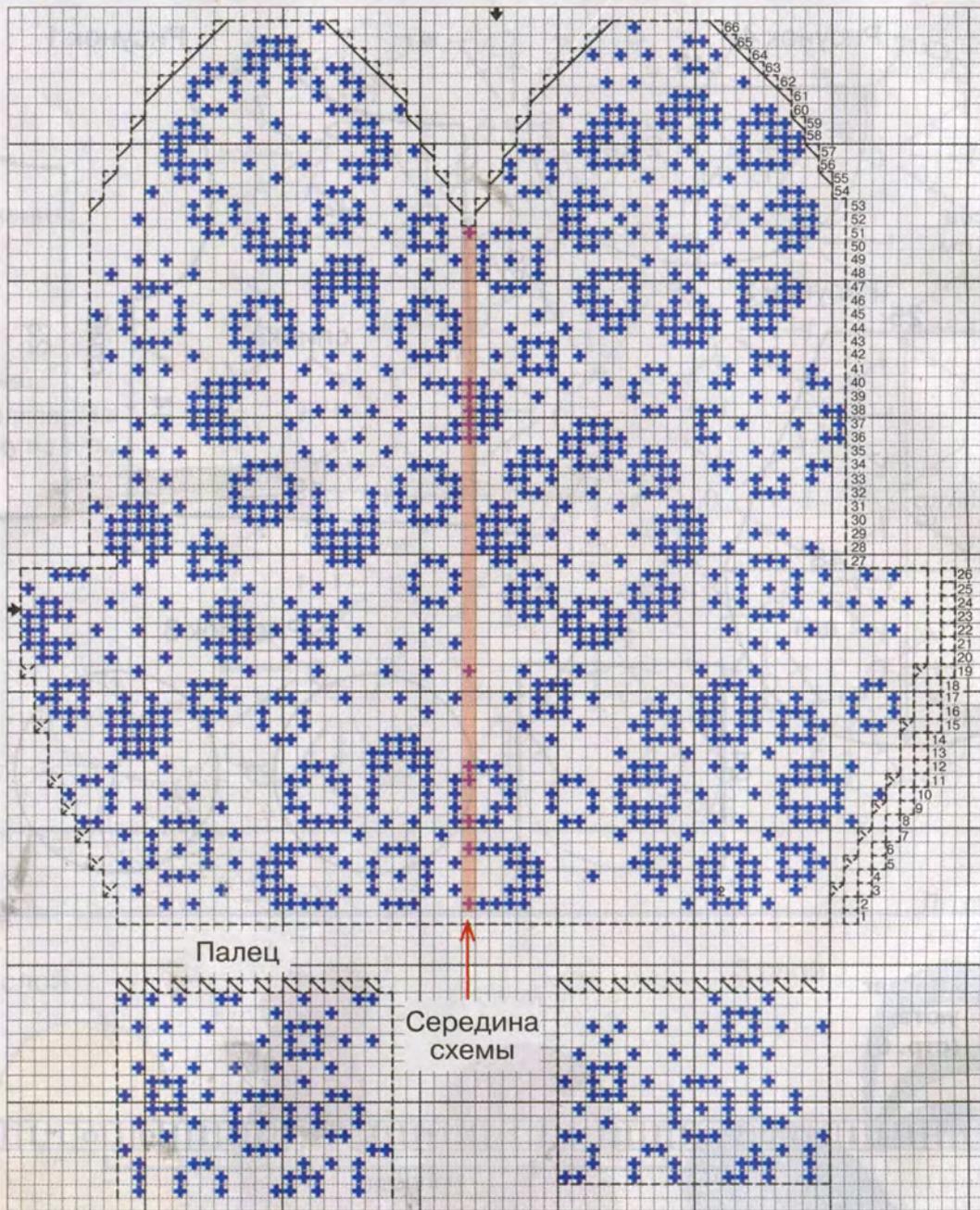
- = кром. п.
- ▼ = 2 п. провязать вместе лиц.
- | = лиц. п.
- = накид
- ▲ = снять 2 п. вместе как лиц. п., провязать 1 лиц. п. и протянуть ее через снятые 2 п.

- ❖ Число петель для расчета рисунка кратно 22 п. + 1 п. + 2 кром. п.
- ❖ Чтобы сделать красивый край снизу, необходимо провязать 4 ряда изнаночной гладью (в лиц. ряду все петли изн., в изн. ряду петли по рисунку, т.е. в изн. ряду все петли лиц.), НЕ ПУТАТЬ с платочной вязкой.
- ❖ Чтобы сделать край по бокам, необходимо прибавить к рисунку по 3 изн. п. с каждой стороны: в начале (после кром. п.) и в конце (до кром. п.).

# 7

Теплые  
варежки  
(стр. 7), см

Условные  
обозначения:  
+ = голубой



ДАЧНЫЕ ХЛОПОТЫ



Наш эксперт — агроном  
Ольга Исакова, г. Сергиев Посад



# Декабрь-январь

1) Пока не грянули сильные морозы, утепляем корневую систему плодовых деревьев, посадки чеснока, лука-севка и земляники, виноградники и розы. Для этого собираем с дорожек снег и накидываем на гряды, приствольные круги. Под деревья укрывание насыпаем конусом и утрамбовываем.

2) Убираем с веток деревьев и кустарников и сжигаем вредителей:

- 2-3 листочка, скрепленные паутинкой и раскачивающиеся на ветру, — это гнезда боярышниц;
- златогузки зимуют в большом количестве листочков, также спутанных паутиной;
- яйца кольчатого шелкопряда располагаются на веточках матово-серебристым кольцом;
- на молодых побегах груши, черешни, сливы и вишни можно обнаружить зимующую щитовку или ложнощитовку.

3) Обновляем садовую аптечку. Для борьбы с вредителями эффективны:

- «Актара» и «Конфидор» — справятся с паутинным клещом, тлей, колорадским жуком;
- «Семпай» — против гусениц капустной белянки, листоверток и пилильщиков;
- «Землин», «Террадокс» — от проволочника, морковной и луковой мух, хрущей;
- шашка «Мухояр» — для обработки теплиц после уборки урожая, уничтожения на растениях тли, белокрылки и паутинного клеща;
- «Фитоверм» — против тли и паутинного клеща.

Об эффективных удобрениях и препаратах от заболеваний растений читайте в «Сватах» № 2 за 2017 год. Готовимся к новому дачному сезону вместе!

Фото Александра ЛИТИНА

## Пионы из семян

Пионы относятся к группе растений с замедленным прорастанием семян. Поэтому всходы могут появиться лишь спустя 2 года после посева. Как ускорить процесс?

- **Купленные** в декабре-январе семена замочите в воде комнатной температуры на сутки. В плошку насыпьте песок и хорошенько его увлажните. Заглубите семена на 4-5 см. В течение 60 дней проводите чередование температуры содержания: днем — +30 °С, ночью — +15 °С. За это время должны образоваться корешки. Затем на протяжении 45 дней держите плошку при +5-10 °С для развития первых листочков. Этот этап можно сократить, обработав небольшой участок стебля 0,01% гибберелли-

новой кислотой. Маленький кусочек ватки смочите в растворе и наложите на подсемядольное колено. Сеянцы накройте стеклянной банкой. Через неделю на них образуются почки. Тогда снимите емкость и увеличьте температуру содержания до +18 °С.

- Если хотите получать собственные семена, то учтите: период их созревания — август-сентябрь. Собирайте, когда они приобретут светлорыжевую окраску с желтыми пятнами, а листовки начнут трескаться по шву. Лучшая всхожесть семян пионов (40-50%) — посеянных сразу же после сбора в ящики с плодородной рыхлой почвой.

Наталья МАКЕДОНСКАЯ,  
цветовод, г. Минск

## Помидоры бывают разные



На упаковках с семенами томатов часто вижу надпись «детерминантные». Что это означает?

Людмила Николаевна, Брянская обл.  
— По характеру ветвления томаты бывают детерминантными (рис. 1) и индетерминантными (рис. 2).

На первых после достижения определенной высоты прекращается рост как главного стебля, так и боковых побегов. Пасынки у них начинают появляться из пазух нижних листьев. Удалять их обычно не приходится. Первая цветочная кисть формируется уже после 5-7 листа. Данные экземпляры начинают плодоносить рано, созревание плодов происходит дружно. Кусты компакты и не создают «джунглей» в парнике.

Индетерминантные сорта растут до тех пор, пока позволяют условия, постоянно образуя новые побеги. По этой причине пасынковать их нужно регулярно, выламывая лишние ветви. Чаще всего такие томаты выращивают в один или два стебля, обязательно подвязывая их к опоре. Цветение растений начинается после 9-12 листа. Преимущество высокорослых сортов заключается в растянутости плодоношения в течение всего сезона. При должном уходе с каждого куста можно получить одно-два ведра помидоров.

Впрок



Елена ДОРОХОВА,  
кандидат химических наук, г. Москва

## Лунный календарь садовода-огородника с 20.12 по 09.01

- Запасаем почвогрунт для выращивания рассады: **20.**
- Заготавливаем черенки для весенней прививки плодовых деревьев: **26, 27, 28.**
- Приступаем к стратификации семян земляники садовой: **5, 6, 9.**

Советовал Валерий МАТВЕЕВ, астролог

### Полезный «колпак»

Не спешите выбрасывать упаковку от купленного фаленопсиса. Из нее впоследствии можно сделать удобную мини-тепличку, которая легко натягивается на горшок. Сооружения из коробок и банок неудобны в этом плане — их надо регулярно открывать, чтобы проветрить растение. Упаковка от орхидеи сверху имеет прорезь для доступа воздуха, поэтому риск загнивания сводится к нулю. И что еще важно — несмотря на гибкость, этот прозрачный конус отлично держит форму. Если листья фаленопсиса потеряли тургор, принудительно поднимаю их вверх и надеваю на растение фиксирующий «колпак». Цветок восстанавливается гораздо быстрее!

Елена ШУСТИКОВА,  
коллекционер эпифитных растений



### Мой друг — кофе

Три года я выращивал стройное кофейное деревце с крупными кожистыми листьями. И, наконец, его украсили белые ароматные цветки (увы, «живут» они 1-2 дня), а затем — ягоды, похожие на вишни, но несколько вытянутой формы. Вызревали плоды долго — около полугода.

В почву для своего питомца я добавлял сфагнум для поддержания влажности. Контролировал кислотность грунта, раз в месяц посыпая его поверхность сухим коровяком. Помещение регулярно проветривал, но при этом не допускал сквозняков.

Листья растения опрыскивал. Формировать крону не пришлось — она развивалась симметрично. За время выращивания заметил, какое необычное одревеснение ствола у кофе: зеленый цвет коры сменялся на белесый через коричневый.



Владимир КОЗЛОВ,  
г. Могилев

### Зимний секрет опунции

Немногие знают, что опунция — довольно холодостойкий кактус, способный выдерживать морозы до -10 °С! Конечно, с приближением зимы опунция теряет декоративность: перестает цвести и подсушивает ствол, чтобы уменьшить количество влаги в нем. Но именно такая подготовка и позволяет ей продержаться до весны. С первыми апрельскими лучами солнца кактус просыпается и быстро начинает разрастаться. Новые побеги появляются из стволов, прикопанных в земле. Цветет

растение красиво и долго, практически до осени. Уместно смотреться на альпийских горках, возле камней, да и просто посреди лужайки на гравийной насыпи. Если зима в вашем регионе суровая, лучше опунцию выставлять на улицу в горшке, а поздней осенью вносить в помещение.

Татьяна ЧЕРЕПКО,

ландшафтный дизайнер, г. Минск

**А как использовать опунцию для лечения больных суставов, бронхита, при отеках рук и ног, читайте в «Народном докторе» № 24.**



### Пусть зацветет лимон

Раскидистые ветви домашнего лимона — настоящий Эдем. А чтобы citrusовое деревце радовало и ярко-желтыми плодами, необходимо придерживаться некоторых правил в уходе за ним.

#### Освещение

Зимой досвечивайте растение люминесцентной лампой. Поворачивать деревце разными сторонами к свету не советую — листья могут опасть. Делать это лучше весной или летом, когда лимон активно вегетирует. В теплое время года, вынося его на улицу или на балкон, притеняйте от прямых солнечных лучей.

#### Влажность

В опрыскивании citrus не нуждается, зато протирание листьев влажной губкой стимулирует его рост. Важно, чтобы земляной ком в горшке не пересыхал. Воду из поддонов после полива обязательно удаляйте.

#### Температура

Самые короткие дни в году лимону легче прожить при +3-5 °С. Можно держать его в лоджии. Мое деревце переносило даже кратковременные морозы до -4 °С. Летняя жара растению не страшна.

#### Почва и пересадка

Грунт должен состоять из дерновой земли, перегноя и песка в равных час-

тях. Пересаживают лимон методом перевалки. До четырехлетнего возраста — дважды в год, взрослые экземпляры — через 1-2 года. Каждый раз диаметр горшка увеличивают на 3-5 см.

#### Подкормка

В период роста можно удобрять растение еженедельно, чередуя комплексную минеральную смесь с органикой (например, водным раствором коровяка — 10:1). Полезно подкормить лимон раз в месяц по листу гуминовым препаратом.

#### Формирование кроны

Когда у ростка уже есть 5-6 хорошо развитых почек, острым ножом срежьте верхушку. Место среза присыпьте толченым древесным или активированным углем. Через некоторое время появятся боковые побеги. При образовании на них 3-4 почек прищипните веточки и присыпьте срезы угольным порошком. Так же сформируйте ветви 3 и 4 рядов. Трех-четырёхлетний экземпляр цветет достаточно обильно. Но, чтобы завязались плоды, большинство бутонов удаляйте, оставив самые крупные. Запомните: на 10-15 листьев в кроне должен приходиться один плод лимона.

Виктория ТИЩЕНКО,  
цветовод, г. Киев

# Главный ужин декабря

Без сомнения, у каждой хозяйки для праздничного новогоднего стола есть фирменный кулинарный шедевр. Но удивлять близких тоже нужно. Возможно, из сегодняшних рецептов читательниц «Сватов» вы почерпнете оригинальную идею для главного ужина декабря.



## Буженина в рассоле

Вскипятите 1,5 л воды с 1 ст.л. прованских трав, 2 ст.л. соли и 1-2 лавровыми листиками, остудите до комнатной температуры. Положите в рассол 700-800 г мякоти свинины (шея, окорок или задняя часть), чтобы жидкость полностью покрыла кусок, и оставьте в холодильнике на ночь. Наутро обсушите мясо бумажными полотенцами, обмажьте пряноста-

ми (я беру 2 ст.л. готовой смеси для мяса и 1 ч.л. сушеного чеснока). Плотнo заверните свинину в два слоя фольги, чтобы не вытекал сок. Запекайте буженину 1-1,5 часа в духовке при 200 °С. Если планируете подавать мясо холодным, остужайте, не разворачивая фольгу.

Наталья ИМШЕНЕЦКАЯ,  
г. Евпатория

## «Оливье»... с семгой

В этот салат гости влюбляются после первой пробы! 100 г слабосоленой семги, 1-2 маринованных огурчика, авокадо и вареную морковь нарежьте мелкими кубиками. 2 вареных яйца разомните вилкой. Полстакана замороженного зеленого го-

рошка проварите минуты 2, промойте холодной водой. Смешайте все компоненты, заправьте салат 3 ст.л. майонеза.

Подавайте в порционных стаканчиках, украсив икрой, — эффектно!

Татьяна ЛАТЫШЕВА,  
г. Санкт-Петербург

## Сладкая «елочка»

Взбейте 4 охлажденных яичных белка со щепоткой соли в пышную пену. Продолжая работать миксером, постепенно всыпьте 200 г сахара. Масса должна стать блестящей, плотной и хорошо держать форму. Отсадите бэзе из кондитерского мешка с фигурной насадкой на застеленный пергаментом противень. Поставьте в чуть теплую духовку. Готовьте 1,5-2 часа при 140-150 °С, затем выключите огонь и, не вынимая, дайте десер-



ту полностью остыть. Из плотной бумаги сделайте конус, оберните его пищевой фольгой. Растопите 50 г белого шоколада на водяной бане. Обмакивая в него основания пирожных, «приклейте» их к конусу-каркасу. Поставьте «елочку» в холодильник на полчаса, затем (в промежутках между бэзе) украсьте десерт шоколадными шариками, мармеладом или сухофруктами, посыпьте какао.

Вероника КРАМАРЬ,  
по e-mail. Фото автора

## «Звездный» стол

Известные личности тоже чтут новогодние традиции и стараются встретить главный праздник в кругу любимых. Интересно, чем же они угощают семью?

### Александр Песков, пародист:

— Для меня лучшее новогоднее блюдо — хрустящие соленые грузди по фирменному рецепту моей мамы. А если к ним подать еще и горячую, посыпанную укропом картошечку... Никаких деликатесов не нужно!

### Александра Маринина, писательница:

— Однажды на Новый год мы с мужем решили удивить гостей молочным поросенком с гречневой кашей. Готовили по кулинарной книге, сверяясь с каждой буквой рецепта. Блюдо, вопреки опасениям, получилось очень вкусным! С тех пор мы не раз повторяли его для друзей «на бис».

### Оксана Федорова, телеведущая:

— К новому году мы запекаем в духовке бедра индейки с яблоками, гречкой или черносливом и пряностями (я люблю добавлять тимьян и карри). А еще папа у нас — охотник, поэтому к празднику мы нередко готовим в горшочках ребрышки кабана с черносливом или медом.

### Надежда Чепрага, певица:

— Мой праздничный стол немислим без мандаринов, грецких орехов и красного вина. Ну и, разумеется, — хорошего настроения!

Подготовила Ирина БАРЫШЕВА

### Торт «Все в шоколаде»

По 200 г муки и сахара, 6 яиц, 100 г молочного шоколада, 500 мл сливок (35%), 10 г разрыхлителя, щепотка ванилина.

Яйца (из холодильника) взбейте миксером на большой скорости. Всыпьте сахар и ванилин. Взбивайте еще 3-5 минут. Аккуратно (методом складывания) вмешайте венчиком просеянную муку и разрыхлитель. В небольшую форму (лучше силиконовую или разъемную) выложите 3-4 ст.л. теста, распределите по дну. При температуре 180 °С испеките 5-6 коржей до румяного верха. Для крема взбейте до пиков охлажденные сливки, подмешайте растопленный шоколад. Промажьте кремом коржи, бока и верх торта; с помощью кондитерского мешка сделайте бортики. Посыпьте тертым шоколадом. Дайте тарту постоять при комнатной температуре и уберите в холодильник.



Тамара ШЕПЕЛЕВА,  
г. Саратов.  
Фото автора



Вкусная закуска под шампанское — канapé. Обжариваю на растительном масле очищенные креветки, сбрызгиваю их лимонным соком и насаживаю на зубочистки вместе с виноградом.

### Рыбный террин

500 г филе красной рыбы и 200 г белой отправьте в морозилку на 15 минут. По отдельности измельчите блендером, как и 100 г вареного риса. Подмешайте последний к белой рыбе, добавьте натертую половинку луковицы и 50 мл сливок, посолите и поперчите.

Взбейте до устойчивых пиков 3 яичных белка с щепоткой соли. Третью добавьте к рыбно-рисовой массе. Большую ее часть переложите в форму, застеленную смазанным растительным маслом пергаментом. К пасте из красной рыбы подмешайте

150 мл сливок и оставшиеся белки, посыпьте солью, перцем, мускатным орехом. Выложите массу в форму, поверх распределите отложенную предыдущую смесь. Поместите емкость в наполненный водой глубокий противень. Запекайте террин в духовке 1 час при 180 °С. Охладите, не вынимая из формы, в ней же поставьте в холодильник на ночь, а перед подачей переверните на блюдо.

Лариса ХАРЧЕНКО,  
г. Черкассы. Фото автора

### ВКУСНЕЕ ВКУСНОГО



Наш эксперт — шеф-повар  
Наталья Беглингер



### Рождественское полено

Напомню рецепт традиционного десерта к празднику: воздушный бисквит с нежнейшим кремом.

Для бисквита: 4 яйца, по 110 г сахарной пудры и муки, 60 мл заваренного кофе.

Для сиропа: 150 мл кофе, 2-3 ст.л. ликера или бренди.

Для крема: 250 г маскарпоне, 3 яичных желтка, 100 г сахара.

Белки отделите от желтков и взбейте с сахарной пудрой до устойчивых пиков. Добавьте к массе желтки и еще раз взбейте. Всыпьте просеянную муку, влейте кофе, перемешайте. Выложите тесто на застеленный

пергаментом противень и разровняйте, распределив тонким слоем по всей поверхности. Выпекайте основу в духовке при 220 °С до готовности — 7-8 минут. Горячий бисквит отделите от бумаги, положите на решетку, как остынет — пропитайте смесью кофе и ликера. Взбейте желтки с сахаром, добавьте маскарпоне и еще раз взбейте. Выложите большую часть крема на основу, сверните ее рулетом, украсьте десерт оставшейся сырной массой.

### Мои подсказки

1) Перед взбиванием белков протрите стенки миски и венчик долькой лимона: сок ускорит работу.

2) Взбивайте белки комнатной температуры: в отличие от тех, что достали прямо из холодиль-

ника, они получатся более устойчивыми.

3) До подачи выдержите десерт в холодильнике 12 часов, чтобы основа хорошенько пропиталась кремом.



## И зимой с лопухом

Раньше у меня сильно болели колени, а летом соседка по даче посоветовала привязывать к беспокоящим местам листья лопуха и оставлять такие компрессы на всю ночь. Наутро действительно становилось гораздо легче!

Решила сделать лопуховую «заготовку» на зиму: пропустила листья и стебли через мясорубку, смешала с равным количеством несоленого нут-

ряного свиного сала. Подогрела в утятнице (не кипятила), горячим процедила через сложенную в несколько слоев марлю и перелила в баночку. Храню мазь в холодильнике, плотно закрыв крышкой. Перед сном тонким слоем наношу на колени, обматываю их сначала полиэтиленом, затем шерстяным шарфом. Эффектом довольна!

Алина СПИРИДОНОВА, по e-mail

## Испытано на себе

Если разболелось горло, завариваю стаканом кипятка 1 ст.л. смеси трав чистотела и цветков ромашки аптечной, взятых в равных количествах. Настаиваю 15 минут, процеживаю. Полощу этим средством горло несколько раз за день — становится гораздо лучше.

Наталья СУЛИМА, г. Минск

\*\*\*

Для очищения организма раз в полгода провожу такое лечение. Пропускаю через мясорубку 1 кг размороженной (если есть — свежей) клюквы и 200 г чеснока, добавляю 100 г меда и тщательно перемешиваю, храню в холодильнике в плотно закрытой баночке. Принимаю по 1 дес.л. средства трижды в день до еды, пока емкость не опустеет. После такого курса чувствую себя помолодевшей!

Галина ЩЕТНИКОВА, Ленинградская обл.

\*\*\*

Самый полезный для сердца чай — из плодов шиповника и боярышника. Беру по 3 ст.л. сырья, заливаю на ночь в термосе 1 л кипятка, выпиваю за день. Повторяю раз в неделю — «внутренний мотор» не шалит!

Наталья Александровна, г. Москва

\*\*\*



## Лапчатка белая — в лечении умелая

Вещества, содержащиеся в лапчатке белой, устраняют хрупкость кровеносных сосудов, снижают артериальное давление и уровень холестерина в крови, стабилизируют выработку гормонов щитовидной железы, улучшают состояние кожи и работу пищеварительного тракта, повышают иммунитет, помогают при дисфункции яичников и других расстройствах гормонального фона женщины. Готовить средство можно разными способами. Более эффективны — настойки на водке. А пока выдерживаете заготовку, начните прием настоя сухого измельченного листа или корня лапчатки. 1 ст.л. сырья на ночь залейте в термосе 0,4 л кипятка. Пейте за 15-20 минут 3 раза в день в течение месяца. Сделайте недельный перерыв и мо-



жете переходить на одну из настоек. На 50 г сухой измельченной травы берите 0,7 л водки, а на 100 г корня — 1 л. Настаивайте 4 недели в темном месте, периодически взбалтывайте. Процедите. Разведите 30 капель настойки травы или 15-30 капель настойки корня 50 мл кипяченой воды и принимайте в таком же режиме, как и ранее. Общий курс лечения — 3-4 месяца (с обязательным перерывом после каждого месяца).

Джанета ГАДЖИЕВА, травница, г. Чебоксары. Фото автора

## Хмельной рецепт

При первых признаках простуды лечусь светлым пивом. Нагреваю (до кипения не довожу) в кастрюльке стакан напитка вместе со щепоткой корицы, цедрой 1/2 лимона, 1-2 палочками гвоздики. Добавляю взбитый до густой пены яичный желток с 1 ст.л. сахара. Помешивая, томлю на малом огне до тех пор, пока не растворится сахарный песок. Выпиваю на ночь терпимо горячее пиво, надеваю шерстяные носки и укутываюсь в одеяло, чтобы пропотеть. Простуду прогоняет моментально.

Олег КОЖУШКО, Херсонская обл.

## Поможет изюм

Быстрее вылечиться от бронхита мне помог вкусный «чай». Каждое утро в течение получаса настаивал в термосе 100 г темного изюма, залитого стаканом кипятка. Процедив, принимал настой в течение дня за 3-4 приема незадолго до еды. Повторял, пока кашель не перестал беспокоить.

Павел ВИНОГРАДОВ, Брестская обл.



## Комментарий специалиста

Содержащиеся в изюме органические кислоты обладают антиоксидантными и антибактериальными свойствами, поэтому такой настой эффективен при сильном кашле и заболеваниях дыхательной системы. Этим же рецептом можно пользоваться, чтобы снизить кровяное давление, справиться с анемией, поддержать сердце, укрепить нервную систему. Курс лечения посоветую ограничить месяцем, затем сделать равный перерыв — и возобновить употребление настоя. Но помните: людям с ожирением, язвенной болезнью двенадцатиперстной кишки и желудка, острой сердечной недостаточностью, диабетом подобное лечение не подходит.

Ольга ШАБУРОВА, терапевт, г. Могилев



Наш эксперт — психолог  
Мария Вишнякова,  
г. Омск

### «Бабушка, я боюсь!»

Каждый раз, как собираюсь укладывать внука спать, сталкиваюсь с капризами: не хочет оставаться один в комнате, плачет, когда выключаю свет. Ему уже 7 лет, а ведет себя, как карапуз!

Надежда К., г. Казань

— Детский страх темноты довольно распространенный. Чаще всего его причины — бурная фантазия и повышенная впечатлительность. В силу возраста вашему внуку сложно отделить вымысел от реальности. И сейчас вам важно уделить малышу максимум внимания.

● Не стыдите и не ругайте ребенка («Что ты, как маленький!») — это усугубит ситуацию, внук будет чувствовать себя неполноценным, станет еще неувереннее в себе.

● Нельзя недооценивать детские чувства («Трусишка, как можно было этого испугаться?»): то, что в представлении взрослого — пустяк, может вызвать настоящее потрясение у малыша.

● Не игнорируйте поведение ребенка — одни страхи со временем проходят, а другие укореняются и мешают даже взрослым.

○○○

### Как помочь внуку справиться с негативными эмоциями?

1) Проявите чуткость: обнимите внука, расспросите, что именно его пугает, выясните причину таких переживаний.

2) Установите в комнате ребенка ночник, пускай родители или бабушка посидят у кровати малыша, пока он не уснет, не списывая это на капризы.

3) Вместе с ребенком нарисуйте его страх, а потом разорвите лист бумаги в клочья. Ночью пусть малыша охраняет любимая игрушка, а также закрепленные у изголовья кровати изображения сильных и добрых героев сказок или мультфильмов. Одолев страх в своем воображении, ребенок быстрее распрощается с ним в действительности.



Советует психолог  
Виктория Баурина, г. Пенза



## Не прогнуться под годами



После 50 лет особенно чувствуешь свой возраст. А так хочется сохранить молодость души!

Людмила, г. Москва

— Если мужчины оценивают возраст в категориях собственной успешности, то для женщин на первый план выходит степень красоты и привлекательности. И важно научиться достойно принимать свои годы, а не пытаться любой ценой вернуть молодость, демонстрируя комплекс Дориана Грея.

Английский профессор М. Мармот утверждает: чем выше человек продвинулся по карьерной лестнице, тем крепче у него здоровье и продолжительнее жизнь. Признание окружающих, положительные эмоции «молодят» организм лучше всяких диет!

А возможности для самореализации есть в любом возрасте, если чело-

век сохранил интерес к жизни, тягу к новым знаниям и умениям. Джорджио Армани создал первую именную коллекцию, которая принесла ему успех, в 40 лет. Известный ученый Игорь Гольдман в 65 лет увлекся штангой, а в 71 год стал мировым рекордсменом в своей возрастной категории!

Выделите среди знакомых или найдите в социальных сетях людей, кому годы пошли на пользу, — начните общаться с ними, отыщите в их судьбе вдохновляющие примеры для себя. И самое важное — научитесь ставить перед собой цели и достигать их. А помогут в этом приобретенные с возрастом мудрость суждений и взвешенность поступков.

## Исповедь везунчика

Как же достало меня это шушуканье за спиной: «Везет мужику! Ему сам черт люльку качает!» Сначала — отшучивался, потом — злился, а теперь в глаза сплетникам говорю: «Да, я — везунчик! Завидуете? Мне плевать: значит, на большее вы не способны». К 50-ти годам у меня — счастливая семья, хорошие квартира и машина, престижная должность с приличной зарплатой. Мне это что — с неба упало?! Пока вас душила жаба, пока вы точили лясы в курилке и дремали дома на диване, я с молодости вкалывал как проклятый, брал подработки, ночами штудировал спецлитературу и «вылизывал» проекты. При этом никогда не выставлял напоказ ни свою «пахоту», ни мешки под гла-

зами от бессонницы, ни гастрит от вечных перекусов на бегу, ни неуют съемных квартир, по которым поначалу мыкались с женой. Поэтому вам и кажется, что я — баловень судьбы, а все мои достижения и авторитет у начальства — презент Фортуны. Очнитесь! Хватит ныть про «все-ленскую несправедливость» и «несчастливую карму» — дайте себе пинка под зад и займитесь делом! Мне повезло лишь в том, что не привык полагаться на судьбу, — предпочитаю прокладывать ей дорогу. А вы наивно ждете, что счастье само в руки упадет. Что ж, ждите. Мне — дальше, к успеху.

Андрей Л., г. Санкт-Петербург



Наш эксперт — психолог  
Богдана Валигура, г. Киев

### Почему одна?



После развода я не обделена мужским вниманием. Кавалеров хватает, но спустя какое-то время они словно... бегут от меня. Может, проблема — во мне?

Майя В., 43 года, по e-mail

— Не исключено, что вы выстраиваете новые отношения по одному из заведомо бесперспективных сценариев.

#### «Я его слепила...»

Пытаться изменить своего избранника — большая ошибка. Тут уж — как в магазине: в торговом зале мы свободны в выборе — можем взять с полки хоть шоколад, хоть баночку маринованных огурчиков. Но после покупки попытки превратить один товар в другой — бессмысленны. В отношениях с состоявшимся мужчиной такой подход чреват взаимным разочарованием.

#### «Кто главный?»

Привыкли со всеми состязаться — в умении зарабатывать, вкусно готовить, водить машину? Не исключено, что невольно вы переносите дух конкуренции и на отношения с ухажером. В небольших дозах это может добавить флирту остроты. Только вот в мужчинах и без того живет ген конкуренции, а рядом с любимой они ищут все же умиротворения и уюта.

#### «Мисс независимость»

Самостоятельные и успешные леди притягивают

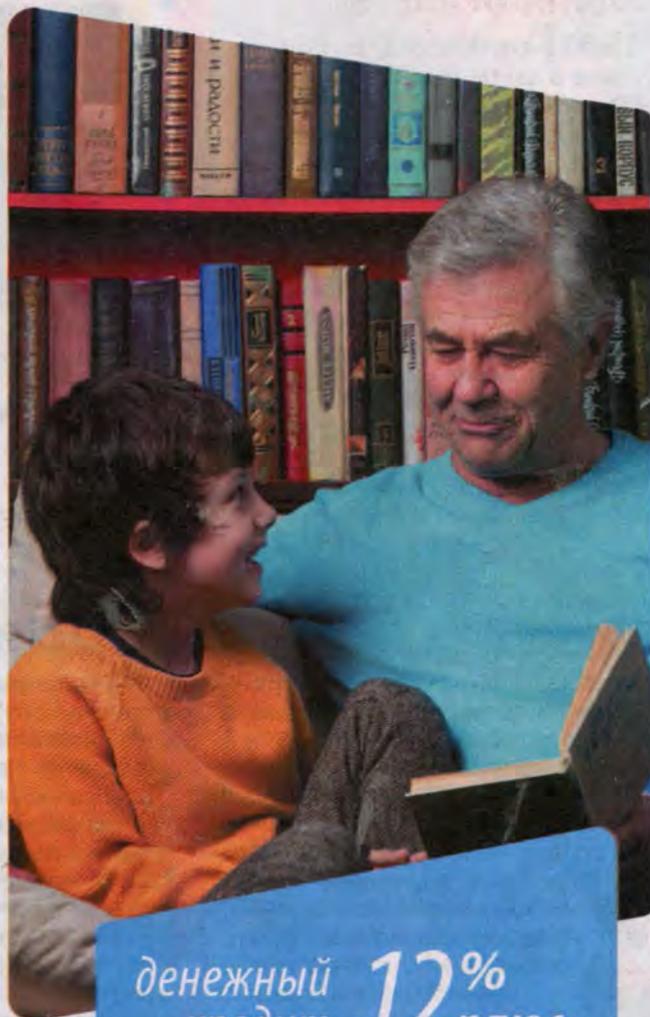
мужчин, а излишне властные и неспособные к компромиссу — отталкивают. Превосходно, если вы способны сами оплатить ресторанный счет, дотащить тяжелые сумки и починить водопроводный кран. Но стоит ли при любом удобном случае это демонстрировать?

#### «Багаж прошлого»

Если вы в разговорах часто вспоминаете бывшего мужа, «сидите» на его страничке в соцсетях или держите на рабочем столе ваш общий фотоснимок, не удивляйтесь, что остаетесь одна. Мало кого прельщает перспектива быть для вас запасным игроком и по совместительству личным психологом. Отпустите былое и смело взгляните в будущее.



Мужчины чаще «западают» на женщин, умеющих ставить приоритетом свои желания. И разочаровываются, когда за красивой внешностью скрывается «серая мышка» в выцветшем халатике, погрязшая в домашних хлопотах. Каждый мужчина в душе — охотник, и самый верный способ удержать его внимание — быть желанной.



денежный кредит «12% плюс»

**ВЫ ПЕНСИОНЕР?  
ДАДИМ ВАМ 12%**

звонок по России бесплатный  
**8 800 350 51 52**  
[www.sovcombank.ru](http://www.sovcombank.ru)

## ПОМОГАЕМ ПОМОГАТЬ

[www.sovcombank.ru](http://www.sovcombank.ru). 100 000 руб. на 12 месяцев по «Денежному кредиту «12% плюс» клиентам 20-85 лет. 12% годовых при соблюдении условия: безналичное расходование за первые 25 дней договора от 80% суммы кредита, 17% годовых — при несоблюдении условия. Выдается по паспорту, второму документу и справке 2-НДФЛ (пенсионерам не требуется) по усмотрению ПАО «Совкомбанк». Генеральная лицензия Банка России №963. На правах рекламы.

## Аптечная формула молодости

**Когда в следующий раз будете в аптеке, обратите внимание на недорогие и эффективные препараты, которые работают ничуть не хуже разрекламированных косметических средств.**

После педикюра всегда смазываю ступни салициловой мазью и даю ей впитаться. Кожа остается нежной намного дольше. А на выскочивший прыщик на ночь накладываю небольшое количество цинковой мази. Она подсушивает воспаление — наутро от него не видно и следа!

Юлия БАБУШКИНА, г. Пенза

\*\*\*

«Аевит» — отличное средство против мелких морщин! Наносу содержимое капсулы вечером на кожу вокруг глаз, через час излишки промакиваю салфеткой. Курс — 2 недели, затем равный перерыв, и можно повторить. Витамины А и Е делают кожу свежее.

Елена БОЖКОВА, по e-mail

\*\*\*

На основе настойки календулы делаю тоник для лица — он отлично снимает воспаления. Развожу средство (1:1) с остывшей кипяченой водой и вечером, смыв макияж, наношу на кожу ватным диском.

Екатерина Л., г. Осиповичи



**Совет дня**

## Прическа «Изящность»

- 1) Отделяем зону челки (чтобы заплести косу). Остальную массу волос делим на 2 части: теменную и затылочную. На теменной делаем хороший начес у корней, сверху все аккуратно выглаживаем расческой с частыми зубчиками, закрепляем лаком.
- 2) Соединяем волосы теменной и затылочной частей, собираем в низкий хвост и делим его пополам. Отступаем от основания хвоста примерно 10 см и перевязываем обе половинки силиконовыми резинками. Получилось два хвостика.
- 3) Берем за кончики первый хвостик и, словно выворачивая его наизнан-

ку, пропускаем через резинку. Слегка вытягиваем звенья, создавая объем. Из остатка волос (если позволяет длина) этого же хвостика делаем то же самое. Аналогично работаем со вторым хвостиком. Оба красиво укладываем и крепим невидимками.

4) Из оставленных волос зоны челки плетем трехпрядную косу, растягиваем звенья в стороны, укладываем набок, фиксируем невидимкой и всю прическу сбрызгиваем лаком сильной фиксации.

Марина ЧУКОВА,  
Подольский р-н Московской обл.  
Фото автора



В косметичке не оказалось средства для смягчения кутикулы? Его вполне заменит любой бальзам для волос! Вмассировала немного в кожу пальцев — уже через минуту можно удалять размягченную кутикулу.



## Крем «Зимняя сказка»

Хорош для нанесения на ночь на обветренные губы, сухие руки и пяточки. Растапливаю на водяной бане по 50 г пчелиного воска и масла ши (либо другого твердого: кокоса, какао), добавляю 100 мл облепихового масла, даю немного остыть (чтобы воск не схватился коркой). Миксером, на самой низкой скорости, взбиваю массу, чтобы не осталось комочков воска. Постепенно добавляю 25 г жидкого меда, содержимое

2-3 капсул витамина Е, по 10-15 капель эфирных масел корицы и апельсина и немного экстракта облепихи (или арники, ромашки). Раскладываю крем по баночкам от детского питания, бальзамницам для губ.

Женщинам с жирным типом кожи не советую наносить это средство на лицо — может спровоцировать образование комедонов.

Татьяна ЗЕНЕВА,  
г. Воронеж.  
Фото автора



## Нежное очищение

Нежное молочко для снятия макияжа витамин F Librederm не только идеально и деликатно очистит даже самую сухую и чувствительную кожу, но и успокоит ее, снимет раздражение и шелушение, восстановит естественный защитный барьер кожи. После очищения молочком кожа становится мягкой и бархатистой, приобретает здоровый цвет, наполняется свежестью. В составе молочка для снятия макияжа Librederm используется витамин F природного происхождения, полученный из натуральных масел арганы, миндаля, виноградной косточки, подсолнечника и примулы вечерней.

Продается в аптеках.



Реклама

Валерия Ланская:

# «Я никогда не опускала руки!»

**Несмотря на молодость, она уже многое успела. На счету Ланской ведущие роли в спектаклях театров им. Вахтангова, «Сатирикон» и «Театра Луны», премия «Ромашка», участие в ледовых проектах и мюзиклах, съемки более чем в 10 фильмах: «Есенин», «Кадетство», «Принцесса цирка», «Мой жаркий лед»... А однажды Лера стала самой настоящей волшебницей, примерив роль сказочной няни Мэри Поппинс в одноименном спектакле!**

— Валерия, в жизни вам часто говорят такие слова, как Мэри Поппинс: «Вы — само совершенство»?

— Не сказала бы, что часто. Конечно, есть люди, которые говорят какие-то приятные слова и выражают эмоции. Но не могу к этому привыкнуть, это для меня — не норма.

— Вы в детстве занимались фигурным катанием, художественной гимнастикой, музыкой... Как все успевали?

— Спасибо маме и бабушке! Кроме занятий спортом, успела выучиться игре на гитаре, брала уроки вокала. Моя мама, Елена Станиславовна Масленникова, — хореограф-постановщик, тренер по фигурному катанию, сценарист и актриса. Если бы она в свое время не заставляла меня заниматься, не водила на тренировки, то я бы не достигла ничего, о чем мечтала.

— Занятия спортом помогают сейчас в профессии?

— Практически все мои спектакли — музыкальные, динамичные, где нужно танцевать, много двигаться, поэтому физическая подготовка очень помогает. Я легче запоминаю новые движения, сложный ритмический рисунок. Шпагаты, мостики и прочие трюки спокойно могу выполнить, если это нужно для спектакля или фильма.

— В проект «Ледниковый период-2» вас пригласили благодаря вашему «фигурному» прошлому?

— Нет, Илюша Авербух позвал меня, потому что по телевизору уже более полугодом в прайм-тайм шел сериал «Принцесса цирка», зрители знали мое лицо. И только потом проведаль о моем спортивном детстве и что я — дочка Елены Масленниковой, хореографа на «Ледниковом периоде». Разговоры о том, что «мама пропихнула меня в проект», — полный бред.

— А почему решились на участие?

— Захотелось встретиться с друзьями-

спортсменами, пообщаться и покататься с ними, ведь многих фигуристов я знаю с детства (их тренировала моя мама). И потом, мне как актрисе было интересно каждую неделю создавать новые образы на льду.

— Согласились бы участвовать в более экстремальных проектах — например, на острове с крокодилами пожить?

— Не задумывалась над этим. Скорее всего, нет. Это не мое, лучше буду заниматься своей профессией.

— Фигурное катание, да и работа на сцене порой не обходятся без ушибов, растяжений. Как и чем лечитесь, если что-то случается?

— Это зависит от серьезности травмы. Иногда применяю народные средства, а бывает, без вмешательства медицины не обойтись. Был период, когда я играла в театре на обезболивающих: вкалывала диклофенак — и на сцену. Закачала себе мышечный корсет и благодаря этому двигаюсь. Многие врачи говорили: «Девочка, меняй профессию, пока не поздно: максимум, что ты можешь делать, — это стоять у микрофона и петь, а о танцах вообще забудь!»

— Что же с вами случилось?

— После перелома позвоночника (на съемках упала с лошади) я должна была лежать 4 месяца. Однако уже через неделю играла премьерный спектакль, танцевала... В корсете, правда, и довольно осторожно, но все равно двигалась. Наверное, меня спасло именно то, что я работала, несмотря на запреты врачей!

— В фильме «Глупая звезда» вы сыграли роль этакой стервы, которая оболгала на музыкальном конкурсе подругу, чтобы самой выйти в финал. В жизни вам приходилось интриговать?

— Никогда! Может быть, на пробах такое и было, но не со мной. Всегда участвую в кастингах, нет ни одной роли,



которую я получила бы просто так, ничего с неба мне не падало. А вот на театральной сцене сталкивалась и с интригами, и со слухами, завистью, ревностью. Было много всяких пакостей и подлостей...

— Как удалось все это пережить?

— Желание опустить руки возникало не раз, но я понимала: если обращать внимание на подобные вещи, то не стоит заниматься этой профессией вообще. Человек успешный всегда будет вызывать негативные эмоции у тех, кто такого не достиг. Я же стараюсь не замечать плохого: никаких нервов не хватает, если переживать и плакать по каждому поводу. Научилась принимать это как часть профессии и работать, выкладываясь по максимуму.

— При таком жестком графике остается время на себя — на отдых, фитнес, уход за собой?

— Каждый мой спектакль по количеству физических нагрузок лучше любого фитнеса! Я трачу гораздо больше калорий на сцене, чем в спортзале. Насчет ухода за собой — в принципе, ничего такого особенного не делаю. Единственное, из-за ежедневного профессионального грима устает и сохнет кожа лица. Поэтому каждое утро обязательно умываюсь холодной водой, чтобы проснуться и взбодриться. И по минимуму пользуюсь увлажняющими кремами днем и восстанавливающими на ночь.

Беседовала Ирина БАРЫШЕВА.  
Фото с ресурса kino-teatr.ru



## Астрологический прогноз на январь

Большая часть января проходит под влиянием солнечного Козерога, а этот знак требует самодисциплины. Необходимо задуматься, чего вы достигли в жизни, что имеете и сколько отдали другим людям. В то же время январь — месяц позитивных перемен, которые будут сказываться весь последующий год.



### Овен

(21 марта — 20 апреля)

Несмотря на затянувшееся праздничное настроение,

Овнам придется в этом месяце брать на себя дополнительную ответственность. Вопросы, связанные с домом, будут решаться в вашу пользу, но рассчитывать на чужую помощь нереально. Вместе с тем не следует отказывать себе во встречах с друзьями, посещениях театра, концертов, выставок.



### Лев

(23 июля — 23 августа)

Вы окажетесь в центре внимания как дома, так и на работе. Причем дело не ограничится консультациями или советами. Придется всем заняться самому. Если необходимо оформить какие-либо официальные документы, то январь для этого — самое благоприятное время.



### Стрелец

(22 ноября — 21 декабря)

Начало года для Стрельцов — благоприятный период. Нет особых препятствий и сложностей, а значит, сетовать не на что. Отрицательным моментом месяца может стать ваша излишняя прямолинейность. Если поняли, что погорячились, не тяните с извинениями.



### Телец

(21 апреля — 20 мая)

Мужчина вы или женщина, но в семейных отношениях у вас есть шанс стать «шеей», которая вращает голову супруга (-и) в нужную сторону. Пользуйтесь моментом, но не забывайте, что у членов семьи может быть свое мнение или видение ситуации. Сначала переубедите, потом давайте указания.



### Дева

(24 августа — 23 сентября)

Представители этого знака склонны планировать все до мелочей. И если свой план на январь вы составили правильно, то останется только «снимать сливки» и наслаждаться результатом. Однако прекращайте нравоучения и не вступайте в споры. Выиграв в чем-то одном, вы рискуете проиграть в целом.



### Козерог

(22 декабря — 20 января)

Ваши домашние всегда ценили все, что вы для них делаете, но именно в январе их признательность проявится более явно и конкретно. В результате Козероги получат то, на что рассчитывали, но, к сожалению, не более. Потерпите — и звезды будут к вам благосклонны.



### Близнецы

(21 мая — 21 июня)

В личной жизни январь обещает стать сложным месяцем. Спрятаться от событий или предугадать их не удастся. Поэтому на первом месте у вас должна быть осмоторительность. Прежде чем предпринимать активные действия, обдумайте, что может помешать и как будете использовать результат.



### Весы

(24 сентября — 23 октября)

Своей семейной жизнью Весы будут довольны. Правда, для этого надо научиться не только просить, но и отказывать. Просить — вежливо, порой спрятав подальше чувство собственного достоинства. Отказывать — спокойно, сославшись на другие срочные дела или просто на плохое настроение. И никаких длинных монологов.



### Водолей

(21 января — 18 февраля)

Характер у Водолеев совсем не домашний, но январь — хорошее время для того, чтобы сделать свою семейную жизнь комфортнее. Можно использовать начало года для прощания со старыми привычками или знакомствами, которые не имеют перспектив развития. Выстраивайте свое будущее сами.



### Рак

(22 июня — 22 июля)

Надежда на то, что с этого месяца вы начнете новую жизнь, освободившись от рутинных семейных забот, вряд ли сбудется. Скорее всего, изменения коснутся только увеличения объема домашней нагрузки. Но что интересно: от этих новых обязанностей вы испытаете удовольствие.



### Скорпион

(24 октября — 22 ноября)

Энергетика января не способствует волевым усилиям Скорпиона. Поэтому в семейной жизни вы будете больше присутствовать, чем участвовать. Если вас не устраивает то, что творится в доме, временно смиритесь, иначе рискуете проиграть. В общении придерживайтесь такой позиции: не ввязываться в выяснение отношений, не занимать ничью сторону.



### Рыбы

(19 февраля — 20 марта)

От серьезных перемен в семейной жизни Рыбам в январе лучше отказаться. Будьте осторожны с высказываниями и выводами по поводу услышанного. Вообще, разговоры на повышенных тонах в этом месяце противопоказаны — они могут стать доступны тем, кому не предназначены.

**ДОМАШНИЕ ВСЕГДА ЦЕНИЛИ ВСЕ, ЧТО ДЕЛАЮТ ДЛЯ НИХ КОЗЕРОГИ, НО ИМЕННО В ЯНВАРЕ ИХ ПРИЗНАТЕЛЬНОСТЬ ПРОЯВИТСЯ БОЛЕЕ ЯВНО И КОНКРЕТНО. В РЕЗУЛЬТАТЕ КОЗЕРОГИ ПОЛУЧАТ ТО, НА ЧТО РАССЧИТЫВАЛИ.**

# ВЫБЕРИТЕ 2 КНИГИ ПО 129 РУБ. И ПОЛУЧИТЕ КНИГУ В ПОДАРОК\*

**1+1=3**  
**+ ШАНС**  
**ВЫИГРАТЬ**  
**100 000 РУБ.**



розыгрыш 100 000 рублей проводится среди клиентов, сделавших и оплативших заказ с 16.10.2016 по 31.12.2016. Покупая книги из данного объявления, Вы даете согласие ООО «Книжный клуб «Клуб семейного досуга» на обработку данных в маркетинговых целях, связанных с дистанционной торговлей (хранение, использование, передача). Стоимость доставки согласно тарифам ФГУП «Почта России», сервисный сбор 59 рублей.

**16+**  
**Мои любимые рецепты**  
 6865  
 395 р. -  
**129 р.**

Мои любимые рецепты. Книга для записи

**16+**  
**Пельмени**  
 6273  
 269 р. -  
**129 р.**

Пельмени, вареники, манты, зразы с мясом, рыбными, овощными начинками

**16+**  
**Воздушные блинчики**  
 6600  
 309 р. -  
**129 р.**

Воздушные блинчики, оладьи, вафли. С мясом, творогом, ягодами, шоколадом, кремом

**16+**  
**Закусочные рулеты**  
 6631  
 395 р. -  
**129 р.**

Закусочные рулеты и фаршированные блюда

**16+**  
**Энциклопедия разумного огорода**  
 6839  
 340 р. -  
**129 р.**

Энциклопедия разумного огорода

**16+**  
**Умный виноградник**  
 6840  
 285 р. -  
**129 р.**

Умный виноградник без хлопот

**16+**  
**Практическая обрезка**  
 6875  
 450 р. -  
**129 р.**

Практическая обрезка и формирование деревьев, декоративных и фруктовых кустарников

**16+**  
**Роскошные прически**  
 5140  
 250 р. -  
**129 р.**

Роскошные прически из кос, жгутов, улово и хвостиков. 35 новых идей

**16+**  
**555+ увлекательных кроссвордов**  
 6991  
 439 р. -  
**129 р.**

555+ увлекательных кроссвордов, сканвордов, ребусов, загадок

**16+**  
**Кровати, диваны, канале, тумбочки**  
 6986  
 267 р. -  
**129 р.**

Кровати, диваны, канале, тумбочки, столики и другая мебель для детской и спальни

**12+**  
**Собираем животных**  
 6989  
 439 р. -  
**129 р.**

Собираем животных в техника модульное оригами

**12+**  
**Вяжем крючком мягкие игрушки**  
 6566  
 250 р. -  
**129 р.**

Вяжем крючком мягкие игрушки

**12+**  
**Красивые браслеты**  
 6214  
 239 р. -  
**129 р.**

Красивые браслеты своими руками

**12+**  
**Волшебные снежинки**  
 6992  
 499 р. -  
**129 р.**

Волшебные снежинки, звезды, гирлянды

**16+**  
**Узоры для вязания**  
 6471  
 489 р. -  
**129 р.**

Узоры для вязания спицами и крючком. Более 700 рисунков, узоров и мотивов

**12+**  
**Сказочная фея**  
 6944  
 235 р. -  
**129 р.**

Сказочная фея. Техника и пошаговые описания

**12+**  
**Сказочные деревья**  
 6883  
 259 р. -  
**129 р.**

Сказочные деревья из бисера

**0+**  
**Собаки и щенки**  
 6969  
 269 р. -  
**129 р.**

Собаки и щенки. Самая первая энциклопедия

**0+**  
**В лесу**  
 6970  
 269 р. -  
**129 р.**

В лесу. Самая первая энциклопедия

**3+**  
**Моя азбука**  
 6109  
 299 р. -  
**129 р.**

Моя азбука. Алфавит в рисунках и стихах

**3+**  
**Лучшие народные сказки**  
 6414  
 370 р. -  
**129 р.**

Лучшие народные сказки

**16+**  
**Новейший справочник лекарственных препаратов**  
 6217  
 299 р. -  
**129 р.**

Новейший справочник лекарственных препаратов. 5000 наименований

**16+**  
**Настольная книга диабетика**  
 6978  
 239 р. -  
**129 р.**

Настольная книга диабетика: 6-е издание

**16+**  
**Массаж**  
 5178  
 200 р. -  
**129 р.**

Массаж. 20 основных техник

**16+**  
**Ю. Семенов Петровка**  
 6130  
 350 р. -  
**129 р.**

Ю. Семенов Петровка, 38. Огарева, 6. Противостояние

**16+**  
**Б. Гурион Дом темных загадок**  
 6262  
 279 р. -  
**129 р.**

Б. Гурион Дом темных загадок

**16+**  
**С. Майдуков Смертельный воюж**  
 6597  
 329 р. -  
**129 р.**

С. Майдуков Смертельный воюж

**16+**  
**Т. Валько Арабская принцесса**  
 6708  
 390 р. -  
**129 р.**

Т. Валько Арабская принцесса

**16+**  
**М. Панке Выживший. Роман о мести**  
 6613  
 415 р. -  
**129 р.**

М. Панке Выживший. Роман о мести

**16+**  
**Ч. Мартин Женщина без имени**  
 6668  
 375 р. -  
**129 р.**

Ч. Мартин Женщина без имени

**16+**  
**Э.М. Ремарк Станция на горизонте**  
 6942  
 440 р. -  
**129 р.**

Э.М. Ремарк Станция на горизонте

**16+**  
**Т. Доленга-Москвич Три сердца**  
 6616  
 349 р. -  
**129 р.**

Т. Доленга-Москвич Три сердца

**16+**  
**Л. Белаго Под сенью апельсиновых деревьев**  
 5813  
 499 р. -  
**129 р.**

Л. Белаго Под сенью апельсиновых деревьев

**16+**  
**С. Витар Паладин. Тень меча**  
 6135  
 249 р. -  
**129 р.**

С. Витар Паладин. Тень меча

**16+**  
**Теории заговоров**  
 6946  
 430 р. -  
**129 р.**

Теории заговоров. Кто правит миром?

**16+**  
**100 захватывающих историй любви**  
 6209  
 398 р. -  
**129 р.**

100 захватывающих историй любви

**16+**  
**Империя Кремль**  
 6972  
 299 р. -  
**129 р.**

«Империя Кремль. Крепость или крепостная система?»

**16+**  
**Спасибо Матроне Московской**  
 6679  
 455 р. -  
**129 р.**

Спасибо Матроне Московской

**16+**  
**Настоящая помощь в трудный час**  
 5312  
 439 р. -  
**129 р.**

Настоящая помощь в трудный час

**16+**  
**Секрет притяжения здоровья**  
 6977  
 270 р. -  
**129 р.**

Секрет притяжения здоровья

**16+**  
**Энциклопедия огнестрельного оружия**  
 6478  
 389 р. -  
**129 р.**

Энциклопедия огнестрельного оружия. Пистолеты, автоматы, пулеметы, винтовки

## 3 ПРОСТЫХ ШАГА

**ВЫБЕРИТЕ** 2 книги по 129 руб. каждая и книгу в подарок на выбор

**СДЕЛАЙТЕ ЗАКАЗ** удобным для вас способом:

- по телефону: **8 800 250-93-70** (звонок по России бесплатный)
- по e-mail: [order@ksdbook.ru](mailto:order@ksdbook.ru)
- на сайте: [www.129.ksdbook.ru](http://www.129.ksdbook.ru)
- по почте: «Клуб семейного досуга», а/я 4, г. Белгород, 308961

**ПОЛУЧИТЕ** по почте наложенным платежом свой заказ, подарок\*, карту члена Клуба и клубный каталог.

\*Под подарком подразумевается приобретение товара за 1 руб.

## Отзовитесь

**Брюнетка**, 62 года, среднего роста. Есть крыша над головой. Ищу надежного, доброго и одинокого мужчину. **Адрес: 634050, г. Томск, Главпочтамт, до востребования. Лебедевой Н.В.**

\*\*\*

**Светлана**, 49/160/65. По гороскопу — Овен, глаза серо-голубые, волосы русые. Живу в Подмоскovie. Была замужем, детей нет. Люблю домашний уют, природу, животных. Ищу непьющего мужчину 50-60 лет, доброго, внимательного, самостоятельного. **Тел.: 8-968-785-70-89.**

\*\*\*

**Ирина**, 22 года, среднего роста, полненькая. Для серьезных отношений хочу познакомиться с мужчиной 23-26 лет, без в/п, несудимым. **Адрес: 346846, Ростовская обл., Неклиновский р-н, с. Беглица, ул. Садовая, д. 56.**

\*\*\*

**Татьяна**, 51/164. Ищу спутника жизни 47-55 лет из Новосибирской обл. **Тел.: 8-953-864-21-82. Адрес: 633520, Новосибирская обл., г. Черепаново, Главпочтамт, до востребования предъявителю паспорта 5009 587519.**

\*\*\*  
**Надежда**, 60 лет. Приятная, с пышными формами. Ищу друга, желательно целителя или военного пенсионера, с жильем и машиной, 57-65 лет, можно с 3-й группой инвалидности. **Тел.: 8-922-632-48-64 (звоните до 21.00).**

\*\*\*

**Юлия**, 39/175/80. Живу в сельской местности, воспитываю сыновей 16 и 12 лет. Хорошая хозяйка. Познакомлюсь с добрым, заботливым, любящим мужчиной. Отвечу на письма с фото. **Адрес: 172089, Тверская обл., Торжокский р-н, п/о Таложня, д. Подольцы, 64. Тихоновой Юлии Николаевне.**

\*\*\*

**Елена**, 58/167, по гороскопу — Овен. Вдова, спокойная, добрая, люблю кулинарию и домашний уют. Хочу познакомиться с добрым мужчиной с легким характером. Согласна на переезд. Отвечу на SMS и MMS. **Тел.: 8-908-858-64-66.**

\*\*\*

**Галина**, 57 лет, москвичка. Спокойная, хозяйственная, умею понимать и любить. Рукодельница, хорошо готовлю, люблю уют и домашнее тепло. Есть квартира и дача. Надоело одиночество, для создания семьи хочу найти мужчину от 57 лет — красивого, голубоглазого, доброго. **Тел.: 8-915-459-71-20.**

\*\*\*  
**Татьяна**, за 50 лет, средней полноты, рост — 165 см. Живу на юге Краснодарского края. Для создания семьи познакомлюсь с порядочным, работающим, нежным и нежным мужчиной 55-63 лет, желающим сменить место жительства и имеющим авто. Алкоголиков, альфонсов и лиц из МЛС прошу не беспокоить. **Тел.: 8-918-183-26-75.**

\*\*\*

**Мужчина**, 33 года, инвалид 2-й группы. Для создания семьи познакомлюсь с одинокой женщиной 30-33 лет, желательно из Ярославля. Отвечу только на SMS и MMS. **Тел.: 8-903-827-42-34.**

\*\*\*

**Мужчина**, без в/п. Для создания семьи познакомлюсь с порядочной, трудолюбивой женщиной до 37 лет, согласной на переезд. **Тел.: 8-987-324-25-98.**

\*\*\*

**Женщина**, 45/167/60. Без в/п, приятной внешности. Живу в своем доме в поселке Тамбовской обл. Для создания семьи познакомлюсь с порядочным, спокойным, хозяйственным мужчиной 45-55 лет, как и я, уставшим от одиночества. **Тел.: 8-900-495-74-48.**

## Знакомства

18+



Услуга предоставляется ООО "Микрофон". Лиц. 99154. ОГРН 1022301204221. Стоимость в руб. с НДС: SMS на 7001/7001х МегаФон - 16,00 МТС - 11,86; Билайн - 13,50; Tele2 - 13,99; Мотив - 8,00. Сл. поддержки: тел. 8-918-446-1-666. e-mail: smena@smskl.ru. РЕКЛАМА

Письма в «Клуб друзей по переписке» присылайте на адрес редакции: 214000, г. Смоленск, Главпочтамт, а/я 200. E-mail: svaty@toloka.com  
Адрес или телефон для публикации в объявлении указывать обязательно, редакция рассылкой контактных данных не занимается.



## Дерева

Музыка и слова Евгения Бачурина

Дерева вы мои, деревья,  
Что вам головы гнуть-горевать.  
До беды, до поры Шумны ваши шатры,  
Терема, терема, терема.

Говорят, как под ветром трава,  
Не поникнет моя голова,  
Я и верить бы рад  
В то, о чем говорят,  
Да слова, все слова, все слова.

Я волнуем и вечно томим  
Колыханьем-дыханьем твоим,  
Что ни день — то весна,  
Что ни ночь — то без сна,  
Зелено, зелено, зеленым!

За резным, за дубовым  
столом  
Помянут нас недобрым вином,  
А как станут качать,  
Да начнут величать  
Топором, топором,  
топором!

Мне бы броситься  
в ваши леса,  
Убежать от судьбы колеса,  
Где внутри ваших крон  
Все малиновый звон,  
Голоса, голоса, голоса.

Ах вы, рощи мои, деревья,  
Не рубили бы вас на дрова.  
Не чернели бы пни,  
Как прошедшие дни,  
Дерева вы мои, деревья!



				Антенна сверчка		Брак ДРСУ		И кровный, и названный		Комическая пьеса
								Ребячья утеха		Воровское дело
				Песок в чашке чая		Аппетит на игру				
										Финский бог
				Прибрежное судоходство		Смотри фото		Деревянное крошево		
								Солома для шляп		«Ряса» аббата
										Аэропорт в Токио
				Винная посуда встарь		Люди в раннем возрасте		Синтетическая ткань		
Дорога для Саши с сушкой	Его метут венником			Святое сияние				Кит с бивнем	«... мой — враг мой»	
				Ведьма в Диканьке		Бумага для стен	Союз государств			Двор дома эллина
										Народный художник СССР
В городе он главный				Ниша между колоннами				Иероглифы на скалах		
										Единица яркости
				7 футов под ним		Искусство запоминания		Буква кириллицы		
Основа любого герба				Город в Армении				Берестяная тара	Мечеть в Мекке	
										Недруг Дездемоны
				Богиня победы					Право в исламе	Едкая жидкость
										Народное название паука
Аромат во флаконе				«20000 ... под водой»		Девочка, ставшая Яло			Герой пьесы «Власть тьмы»	
				Российский космонавт		Вожь в Шушенском		Гвидоново «судно»		Мзда с члена партии
Лекарство из тюбика	Легкое умопомрачение			Тушеные овощи						«Кон-...» Т.Хейрдала
										Роды на ферме
				В него палят салюту					Вещи в ломбарде	
Наша бывшая Родина	Комнатная печь					Большая бочка				Река в Гане
				Горный баран						«Бабушка удава» (автор)
Копна сена	Связка пойманных рыб									Гангстер Капоне
						Телефонная станция				

**По горизонтали:** Сахар, Азарт, Каботаж, Бава, Дети, Шоссе, Лавсан, Нимб, Аула, Мэр, Уния, Солоха, Знаки, Щит, Рцы, Нит, Камо, Кааба, Духи, Ника, Лье, Оля, Аким, Мазь, Тики, Жолобов, СССР, Небо, Залог, Камин, Чан, Оти, Стог, Киик, Остер, Кукан, АТС, Аль.

**По вертикали:** Усик, Ухаб, Брат, Кража, Шутка, Забава, Авербух, Опилки, Ваал, Сор, Ендова, Сутана, Нарита, Эдикула, Нарвал, Язык, Обои, Кибрик, Киль, Мнемоника, Адап, Короб, Яго, Кислота, Мизгирь, Заскок, Ленин, Бочка, Взнос, Рагу, Отел.

**СЕГОДНЯ ТАКЖЕ ВЫШЛИ:**

- «Сваты на даче»
- «Сваты на кухне»
- «Сваты на пенсии»
- «Цветок»
- «Народный доктор»
- «Домашний»
- «Садовод и огородник»
- «Золотые рецепты наших читателей»
- «Делаем сами»
- «Волшебный»
- «Счастливая и красивая»
- «Саша и Маша: 1000 приключений»
- «Санта Барбара. Советы и секреты»

Следующий номер выйдет 10 января

Журнал «Сваты» № 24 (90), декабрь 2016 г. 16+  
 Издается с апреля 2013 г. Выходит два раза в месяц  
**Шеф-редактор** Татьяна Иванова САНЧУК  
 Приемная: т/факс 8-10-375-222-77-09-19  
**Редактор** Александр Иванович ТОРПАЧЕВ  
 тел. 8-10-375-222-77-58-98  
**Учредитель и издатель** — ООО «ИД «Толока»  
 Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-51460 от 19.10.2012 г.  
**Адрес редакции:** 214000, г. Смоленск, ул. Тенишевой, 4-а. Тел. (8-4812) 64-75-65; 64-75-64; т/ф 64-75-47.  
 E-mail: ru@toloka.com  
**АДРЕС ДЛЯ ПИСЕМ:** РФ, 214000, г. Смоленск, Главпочтамт, а/я 200. E-mail: svaty@toloka.com

Юридический адрес: 214000, г. Смоленск, ул. Тенишевой, д. 4-а.  
 Номер подписан в печать 9.12.2016 г. в 20.00  
 Тираж: 253 200 экз. отпечатан в ООО «Возрождение» РФ, 214000, г. Смоленск, ул. Октябрьской революции, 38-54  
**По вопросам рекламы обращаться по тел.:**  
 (8-4992) 53-44-28; (8-9036) 15-56-07  
 E-mail: reklama\_ru@toloka.com  
**Распространитель:** ООО «Толока в России», тел. (8-4812) 61-19-80; тел./факс (8-4812) 64-74-54.  
 E-mail: ru@toloka.com  
**По вопросам доставки и качества изданий** — (8-4812) 64-75-47  
**Вы можете оформить подписку с любого месяца по индексам:** 83420 «КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ»; 82621 «Пресса России»; П1215 «Подписные издания». Официальный каталог ФГУП «Почта России».

Набран и сверстан в компьютерном центре «Толока»  
 В связи с вводом в действие Налогового, Трудового кодексов гонорар и призы вы сможете получить только при указании номера страхового свидетельства по пенсионному фонду, даты рождения, паспортных данных, адреса прописки  
 Предоставление своих персональных данных (ФИО, паспортные данные, адрес регистрации, ИНН, номер страхового пенсионного свидетельства) субъект персональных данных выражает свое согласие на сбор, хранение и обработку его персональных данных для достижения целей, установленных действующим законодательством РФ  
 Логотип (товарный знак) защищен. По всем вопросам его использования обращаться в редакцию. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений и имеет право оповестить об этом публикуемых рекламных объявлений имеет право редактировать и опубликовать любые присланные в свой адрес иллюстрации и письма читателей. Факт пересылки означает согласие их автора на передачу редакции прав на использование произведения в любой форме и любым способом на территории стран СНГ, Литвы, Латвии.  
 Рукописи не рецензируются и не возвращаются  
 Цена свободная  
 Использованы фото 123rf.com и Shutterstock.com

САМЫЙ ЖЕЛАННЫЙ ПОДАРОК К НОВОМУ ГОДУ ЭТО КРЕМ БУРЕНКА!  
СИЯЮЩАЯ И УПРУГАЯ КОЖА В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ!

# КРЕМ Буренка с Фитофлораном



■ крем для лица питательный БУРЕНКА



■ крем для рук, тела и пяточек питательный БУРЕНКА

## УНИКАЛЬНЫЙ ПИТАТЕЛЬНЫЙ КРЕМ «БУРЕНКА» ДЛЯ ЛИЦА

- Значительно уменьшает глубину морщин
- Повышает упругость и тонус кожи
- Стимулирует активную выработку собственного коллагена
- Содержит рекордное количество омолаживающих пептидов
- ПОКУПАЙТЕ В АПТЕКАХ!

ТАТЬЯНА ВАСИЛЬЕВА,  
НАРОДНАЯ АРТИСТКА РФСФР

«Каждая женщина обязательно должна позволить себе этот крем хотя бы раз в жизни...»