

КОПИЛКА

ПОЛЕЗНЫХ СОВЕТОВ

Спасаем
суп от
пересола

Легкий
способ
вырастить
огурцы

Прогоняем
мучнистую
РОСУ

Маленький совет –
большая польза!

Работаем на грядках,
сохраняя здоровье

Продлим жизнь
инструменту

Чем помочь
кроликам в жару

Сочный пирог
с персиками

Подписные
индексы:

ПВ614
«Почта России»

92366
«Почта Крыма»



Одно условие понимать друг друга:
говорить искренно и от полноты душевной...

Владимир Одоевский

Дорогие читатели!

Вы держите в руках новую газету — спасибо, что среди такого многообразия изданий вы выбрали «Копилку полезных советов»! Наша газета объединяет всех нас, жителей сел, поселков, хуторов, деревень и станиц. Неважно, в каком уголке нашей прекрасной Родины живет каждый, — когда встречаются жители разных поселений, им всегда есть что обсудить, сказать друг другу, спросить. Найдутся и общие темы, и интересы, и каждый поймет другого. Ведь все мы похожи: одни заботы и одни радости у жителей глубинки. Среди нас есть садоводы, домохозяйки, любители готовить вкусненькое и делать закатки. У многих во дворе курочки, а у некоторых за оградой пасутся еще и козы с коровами.

И у каждого из нас свои хитрости, которые копились и оттачивались долгие годы, которыми, я уверена, все готовы делиться на страничках нашей новой, по-настоящему народной и теплой газеты «Копилка полезных советов». Спасибо, дорогие, за мудрость, которую вы вложили в свои письма для нашего первого номера. Постараемся вас не разочаровать и в каждом следующем выпуске публиковать самые нужные и интересные статьи. Давайте не будем расставаться!

**С теплом к каждому
из вас, редактор Мария**

Народные приметы

12 июля. Петров день. Сегодня дождь — и сенокос будет с дождем.

15 июля. В лесу кричат сычи — к прекрасному урожаю.

17 июля. Много облаков — скоро станет еще теплее.

20 июля. Пауки везде взяли плести паутину усерднее обычного — к стойкому сухому теплу.

23 июля. Надо смотреть, как желтеют листочки березы: если с верхушки — это к ранним осени и весне, а снизу — наоборот, к поздним грядущим и осени, и весне.

25 июля. Роса и туман предвещают сухое и жаркое лето до сентября.

27 июля. Сухая солнечная погода обещает хорошую теплую осень.

30-31 июля. Говорят, об осени можно судить по двум последним дням июля и первому августа: на каждый день — по осеннему месяцу.

5 августа. На горизонте появились перисто-слоистые облака — к кратковременным дождям и похолоданию. Вечером туман вдоль земли стелется — к жаре и солнечной погоде.

7 августа. Сегодня тепло и светло — будет холодная зима, дождливо — теплая и снежная.

11 августа. Вечером в низинах рек стелется туман — в лесу пошли грибы.



Начать наш номер хотелось бы с самого вкусного рецепта от Татьяны из Краснодарского края.



«Здравствуйте! Работаю я почтальоном в селе, и часто мои любимые пенсионеры приглашают на чай, когда я им пенсию приношу. Вот и недавно зашла, пирогом угостили. Присела я у них на кухне, а пирог еще теплый, ароматный, с капустой. Оказалось — тот самый «быстрый» пирог, когда тесто не надо раскатывать, его просто заливают в форму. Так теперь это любимое блюдо нашей семьи.

Поделюсь и с вами рецептом такого чуда!

✓ 3 яйца, 1,5 стакана сметаны и 0,5 стакана майонеза взбить, сыпав по 1 ч. л. соли и сахара.

✓ Добавить 1 ч. л. гашеной соды, 1,5 стакана муки, всыпать немного разрыхлителя и перемешать вручную.

✓ Хотя тесто не дрожжевое, но надо и ему дать настояться минут 15. За это время как раз можно и начинку приготовить, и духовку поставить греться — на 180 °C.

Меня угощали капустным пирогом, а мы делаем с картошкой и консервированной рыбой.

✓ Картошку режу тонкими кружками.

✓ Тесто выливаю в форму для запекания (лучше разъемную), но не все, а половину.

✓ Накладываю поверх картофель, солю, потом рыбу кладу и снова картошку — не забыть посолить.

✓ Заливаю остатками теста, стараясь распределить по всей поверхности.

✓ Ставлю в духовку, а минут через 40 проверяю начинку. Если она готова, то смотрю на цвет пирога — он должен стать темным. Сам пирог внутри влажный, сочный, поэтому по тесту не надо судить о готовности. У меня обычно около часа уходит, прежде чем достаю из духовки. И минут 30 на то, чтобы от пирога не осталось ни кусочка!

Не надо даже смазывать ничем готовый пирог — он и так мягкий.

Хочу еще попробовать с мясом испечь.

И с колбасой,

и с сыром.

И творожный,

несладкий,

конечно!»



Вот и начинается череда нужных и полезных советов от наших подписчиков! Бережно собрали для вас проверенные и самые популярные — их присылали в редакцию чаще всего. Значит, точно работают!

Спасаем ковры

Уголки ковров у меня со временем загнулись кверху, что очень мешало — все за них вечно запинались. Как-то в гости зашла соседка, тоже чуть не упала и посоветовала кипятком полить загнутые края. Я тут же, при ней, попробовала. Чудеса — края ковра сразу опустились!

А еще я сразу решила на уголки с обратной стороны наклеить двухсторонний скотч, чтобы больше не скатывались. Быстро проблема решилась!

Таисия Юрьевна, Тульская обл.



Пушистые полотенца

Когда идет жесткая вода, минеральные ополаскиватели становятся причиной жесткости полотенца, особенно махровых. Для смягчения лучше прополощите их в горячей воде с нашатырным спиртом: на 5 л — 1 ст. л. Потом обязательно ополосните в чистой воде и развесьте на улице.

Лилия Денисова, г. Орск



Освежить шторы и мягкую мебель

Шторы мы стираем не так уж и часто — все-таки нелегко их каждый раз снимать и вешать. А уж чистку мебели и вовсе трудно проводить.

Мне помогает спирт или водка: заливаю в пульверизатор, обрызгиваю и шторы, и диваны с креслами. Ковры — тоже можно. Запах быстро выветрится, особенно летом, при открытых окнах. Зато спирт убьет грибки, плесень, бактерии. И внешний вид освежит, и затхлость и плесень искоренит.

Алена Валентиновна, Нижегородская обл.

Заменяем дорогое на дешевое

Вместо ароматических саше в ящиках и шкафах распределите по полкам чайные пакетики. Чай впитает неприятные запахи, ароматические добавки дадут оригинальный аромат. Эти пакетики можно даже повесить, прикрепив двухсторонним скотчем, над вещами. Если же хотите положить пакетики между одеждой, то заверните их в марлю, чтобы чаинки не просыпались.

А моя дочь придумала свой способ — из тонкой хлопчатобумажной ткани шьет мешочки и насыпает в них измельченные травы: мяту, лаванду, цветы бузины, в какие-то гвоздику или лавровые листья кладет. Еще интереснее, и аромат дольше сохраняется.

Светлана Зайцева, г. Пермь



Зубная щетка — для всего!

Конечно, многие дарят зубной щетке вторую жизнь. Расскажу про все мои способы.

✓ Мыло для стирки наношу на белую подошву кроссовок и кед, жду минут 10 и активно чищу щеткой. Потом смываю той же щеткой, только промытой от мыла. Она проникает во все щелочки узора, поэтому подошва отмывается равномерно.

✓ Зубные щетки помогают на кухне: очень удобно чистить овощи от грязи и терку после использования.

✓ Краны в труднодоступных местах тоже удобно щеткой очистить — конечно, сначала надо нанести средство от известкового налета, например Азелит, Силлит, Глосс или просто соду.

✓ За плинтусами, между батареей и стеной только зубной щеткой и можно достать пыль.

✓ А еще клавиатуру прекрасно очищает сухая щетка. Перед чисткой не забудьте выключить компьютер.

Маруся Караваяева, Московская обл.



Полезное применение лака для ногтей

В хозяйстве все пригодится! Поделюсь и я своими домашними хитростями про лак:

1. На банки с закатками наклеиваю бумажки с надписями, а поверх прозрачным лаком провожу, чтобы буквы не выцвели.

2. Если нитка или веревка сильно крошится, не вдевается в узкое отверстие, смочите ее кончик в лаке для ногтей и прищипите пальцами со всех сторон. Нитка затвердеет и спокойно пройдет хоть в игольное ушко, хоть в бусинку.

3. Края ленточек тоже можно обработать лаком, чтоб не крошились.

4. Семья у нас большая — 7 человек, столько расцветок зубных щеток пойди еще найди! Поэтому на ручках щеток есть свои метки цветными лаками, и над крючками с полотенцами — эти же цвета. Например, у меня на щетке и крючке розовым лаком сердечко нарисовано, а у мужа — синий кружок.

Ольга Петрова, г. Армавир



А если вы захотите поделиться советом, пишите нам в редакцию! Адрес: 308009, г. Белгород, Главпочтамт, а/я 11, газета «Копилка полезных советов».

Самые полезные и интересные советы обязательно найдете на страницах наших будущих выпусков!

Готовьте красиво!

- Когда готовите суп, на крышку налипает пенка. Чтобы этого не было, перед тем как положить крышку на горячую кастрюлю, ополосните ее в кипятке. Накипь не прилипнет!
- Чтобы масло не брызгало во все стороны при жарке рыбы или котлет, положите прямо в сковороду с ним пергамент для выпечки, подняв края выше бортов сковородки.
- Есть хороший способ сделать так, чтобы картошка не пригорала. Надо сначала насыпать соль на дно горячей сковороды, а потом уже налить масло. Теперь можно и картошечку положить! Она не будет ни прилипать ко дну, ни пригорать.
- Каша будет рассыпчатой, если, перед тем как опустить крупу в кипящую воду, вы растворите в ней кусочек сливочного масла или нальете столовую ложку растительного.

Лидия Александровна, Рязанская обл.

Когда на кухне все под рукой

* Если у вас дома есть прозрачные шапочки для душа, вы можете использовать их в качестве крышек на тарелках и банках. Надевать их на посуду удобно и быстро, а резинка не пропустит запахи и насекомых. Для небольших емкостей вместо шапочек подойдут чистые бахилы.



* Джутовые губки для мытья посуды более натуральные и безопасные, чем поролоновые. И сделать джутовую губку можно самой, если есть навык вязания салфеток. Прослужит это изделие долго и будет хорошо отмывать посуду.

* Когда дома есть фольга, можно не покупать специальные формочки для кексов. Возьмите кусочек фольги 15x15 см и стеклянный стакан. Оберните фольгу вокруг доньшка, подняв уголки, пригладьте снизу вверх. Убираете стакан — остается формочка, в которую можно наливать тесто.

* Зубочистки на кухне тоже пригодятся. Например, можно приколоть отрезанную верхушку лимона обратно к нему, чтобы фрукт не портился и не засыхал.



Виктория Суслова,
Ростовская обл.

ЕСЛИ НЕТ ВЕСОВ

Таблица мер сухих продуктов (в граммах)

Продукты	Стакан граненый	Ст. л.	Ч. л.
Пшеничная мука	140	23	8
Сахар	190	28	10
Овсяные хлопья	80	12	4
Манка	150	25	10
Пшено	180	27	11
Горох	185	26	9
Пшеничная крупа	160	24	7
Гречка	185	25	8
Рис	180	27	10

Идеи хозяйкам на кухне

- ✓ Фольгу можно использовать разной стороной. Чтобы блюдо запеклось быстро, заверните его матовой стороной наружу — она проводит тепло лучше, а значит, и время приготовления сократится. Если же нужно подольше потомить, например, мясо, но и не допустить пригорания, то снаружи должна оказаться блестящая сторона.
- ✓ Хлеб не испортится в жару даже за неделю, если хранить его в холодильнике. Заварку в заварочном чайнике тоже летом лучше убирать туда.
- ✓ Удалить нагар с конфорок просто, если нагреть и прокалить их на большом огне. Чтобы не обжечь руки, возьмите конфорку плоскогубцами. И обязательно делайте это в хорошо проветриваемом помещении!

Виктория Самойлова, Свердловская обл.

Советы от Светы

- Если вы не сразу протерли убежавшее молоко и оно пригорело на плите, посыпьте пятно солью и протрите мокрой тряпкой, затем — сухой. Пятно и запах исчезнут.
- Когда мясо плохо проходит через мясорубку и застревает, налейте туда ложку растительного масла или обвалите в нем каждый кусочек мяса.
- Заточить кухонные ножницы поможет пластиковая бутылка — порежьте ее несколько раз. Первые разрезы будут даваться тяжело, а потом все легче, и в итоге ножницы станут острее.
- Когда надо разморозить мясо быстрее, полейте его уксусом — на 1 кг мяса нужно всего 2 ст. л. 9%-го уксуса. Он еще и нежнее мясо сделает!

Светлана
Бочкарева,
пгт Бисерть





Идеи кулинара

1. Убрать запахи с ножей после резки пахучих продуктов возможно — смоченной в растительном масле или уксусе салфеткой. Или ломтиком лимона, это еще и придаст ножам блеск.
2. Хороший термос всегда нужен хозяйке: в нем можно заваривать целебные настои без крутого кипятка, который убивает все полезные свойства трав. И настой долго будет теплым!
3. Серебряные и посеребренные столовые приборы лучше всего очищать от потемнения водой с растворенным в ней мелом (на 1 стакан — 1 ч. л.) и 3-5 капельками нашатыря. Вам понадобится шерстяная ткань или суконная — смочите ее в растворе и протирайте потемневшее серебро. После ополосните и протрите такой же тряпочкой, только сухой.
4. Собрали много ягод, а что-то с ними делать некогда? Чтобы урожай не заплесневел, промойте его в воде с добавлением 9 %-го уксуса, на 1 л — 1 ч. л. Потом слейте и еще раз промойте уже без уксуса. Так ягоды дольше сохранятся свежими.
5. Быстрый и необычный завтрак получится, если в формочки для запекания вдоль стенок выложить ломтики ветчины или колбасы, а потом вылить по яйцу. Затем поставить в горячую духовку на 15 минут, а после приготовления вынуть силиконовой лопаткой. Почти как яичница с колбасой, только вкуснее!

Татьяна Удалова,
г. Пенза

Вредна ли пластиковая посуда?

Уважаемая редакция, помогите разобраться! Невестка говорит, мол, вредно в пластиковых контейнерах еду хранить. Но ведь это же пищевой пластик, значит, можно?

Яна Юрьевна, Алтайский край

Действительно, долго хранить и разогревать продукты в пластиковой таре нежелательно. При разогревании жиродержащей пищи пластик может выделять в еду токсические вещества. Но лишь тогда, когда вы разогреваете при температуре выше 80 °С. Хранить еду в пластиковой таре следует при температуре не выше 12 °С и вне зоны попадания солнечных лучей. Тогда никакого вреда не будет!

СИЛИКОНОВЫЙ КОВРИК — мой лучший помощник!

- Выдерживает любую температуру в духовке, поэтому печь на нем можно что угодно.
- Мыть коврик проще, чем противень — просто протереть мыльной губкой.
- К нему практически не прилипает тесто, а значит, выпечка будет выглядеть красивее и снимать ее будет легче.
- На силиконовом коврике можно замораживать пельмени, и они тоже потом просто отойдут.
- Тесто на нем можно и просто раскатывать — обычно на таких ковриках есть разметка под круглые лепешки, что упрощает готовку, ведь круги сразу будут ровными.



Вместо коврика, конечно, можно взять и пергамент для выпечки. Но коврик получается гораздо экономнее, использовать его можно много раз, это равносильно покупке 3-4 рулонов пекарской бумаги!

Алисия Степаненко,
г. Усолье-Сибирское

Спасаем суп от пересола!

Пересоленный суп — не такая большая беда, если знать, что делать.

Способ 1: завернуть в марлю горстку риса или макарон и опустить в суп минут на 10. Эти продукты хорошо впитывают в себя соль. Так же действует сырая картофелина — просто положите ее в суп целиком, а после приготовления выньте.

Способ 2: добавить в суп что-то молочное — кефир, сметану или даже молоко, творожный сыр или греческий йогурт.

Александра Иванова, г. Крымск

Как избавиться от пестицидов?

Здравствуйте! У меня в огороде растет многое, но на картошку и морковь сил и времени не хватает, приходится покупать. Заметила, что, после того как поем свежую покупную морковь, начинается небольшой кашель, горло отекает. Наверняка химия какая-то в овощах! Есть ли способ убрать ее?

Агата Безверхова, Воронежская обл.

Уважаемая Агата, на полях овощи могут обрызгивать от вредителей пестицидами. Попадая в организм, они иногда вызывают аллергическую реакцию. Чтобы больше не страдать от неприятных симптомов, замочите очищенные овощи в чистой воде минут на 20, а потом уже приступайте к дальнейшей обработке. Возможно, аллергия не пройдет окончательно от употребления именно свежих овощей, но Вам станет значительно лучше, и блюда будут полезнее.

Наши читательницы – не только хорошие хозяйки, многие еще и искусные кулинары. Спасибо вам, дорогие наши, за эти прекрасные рецепты аппетитных блюд!

Салат «Витаминный» с оригинальной заправкой

- 400 г краснокочанной капусты
- 2 моркови
- 1 пучок зеленого лука
- 2 огурца
- 1 зубчик чеснока
- соль по вкусу
- 0,5 ч. л. горчицы
- 0,5 ч. л. меда
- 2,5 ст. л. растительного масла
- 0,5 ст. л. яблочного уксуса
- 0,5 ст. л. лимонного сока

Приготовление:

1. Капусту нашинкуйте, немного посолите и помните руками. Морковь натрите на терке. Огурцы нарежьте кубиками. Переложите овощи в пиалу, добавьте к ним пропущенный через пресс чеснок и мелко нарезанный зеленый лук.

2. Соедините все ингредиенты для заправки и взбейте вилкой до однородности. Полейте салат, перемешайте и оставьте настояться 15-20 минут.

Екатерина Орлова, Рязанская обл.



Пирог с персиками

Приготовление:

1. Сливочное масло растопите, добавьте в него яйца, сахар, соль и взбейте до однородности.

2. Муку просейте с разрыхлителем, всыпьте в яичную смесь, добавьте ванилин и сметану. Перемешайте тесто, чтобы в нем не осталось комочков. Оно должно получиться довольно густым.

3. Дно формы застелите бумагой для выпечки, вылейте тесто, разровняйте.

4. Из персиков удалите косточки, нарежьте фрукты на тонкие ломтики и распределите их по поверхности в произвольном порядке, слегка вдавливая.

Чем больше поверхности будет занято дольками персиков, тем вкуснее и сочнее в результате будет пирог.

5. Выпекайте его в разогретой до 180 °С духовке 40-45 минут. Готовый пирог остудите и посыпьте сахарной пудрой.

Елена Панова, г. Жердевка

- 3 персика
- 130 г сливочного масла
- 100 г сметаны
- 2 яйца
- 100 г сахара
- 220 г муки
- 1 щепотка ванилина
- 1 ч. л. разрыхлителя
- 2 ч. л. сахарной пудры
- 1 щепотка соли



Пирог с молодой капустой

Для теста

- 200 мл молока
- 3 стакана муки
- 50 г маргарина
- 20 г свежих дрожжей

- 0,5 ст. л. сахара
- 2 яйца
- 1 ч. л. соли

Для начинки

- 400 г капусты
- 1 морковь
- 1 луковица
- растительное масло (для жарки)
- соль, перец по вкусу

Приготовление:

1. Молоко немного подогреейте, растворите в нем сахар, дрожжи и оставьте на 10 минут.

2. Добавьте растопленный теплый маргарин, 1 яйцо, соль, всыпьте муку и замесите тесто. Оставьте его в тепле на 1 час для подъема.

3. Лук нарежьте полукольцами, морковь натрите на терке и слегка обжарьте. Затем добавьте нашинкованную капусту, влейте немного воды и тушите до мягкости овощей. Готовую начинку посолите и поперчите.

4. Тесто разделите на 2 неравные части. Большую раскатайте в пласт и выложите в форму. Сверху равномерно выложите остывшую начинку, заверните на нее бортики теста. Из второй части теста вырежьте полосы и уложите на начинку в виде решетки.

5. Смажьте пирог сырым яйцом и выпекайте в разогретой до 180 °С духовке до золотистого цвета.

Елена Ланская, Нижегородская обл.



- 200 г творога
- 5 ст. л. сметаны
- 1 банан
- 2 ч. л. ванильного сахара
- 1 ст. л. меда



Творожное мороженое с бананом

Приготовление:

1. Творог протрите через сито и перемешайте с медом, сметаной и ванильным сахаром.

2. Банан разомните в пюре, добавьте в творожную массу и взбейте миксером до однородности. По желанию можно добавить нарезанные кубиками абрикосы, сливы или немного черной смородины.

3. Переложите массу в контейнер и отправьте в морозилку до застывания. Каждые 30 минут доставайте контейнер и перемешивайте, чтобы избежать образования ледяных кристалликов.

Приятного аппетита!

Оксана Головина, г. Боровск

Свинина с гречкой и овощами в горшочках

Приготовление:

1. Морковь и сладкий перец нарежьте брусочками, лук — полукольцами. Переложите овощи в разогретое масло и обжарьте в течение 3-4 минут, затем выньте из сковороды.

2. Мясо нарежьте кубиками и обжарьте на сильном огне до румяной корочки.

3. Крупу промойте и разложите по горшочкам. Сверху — мясо, затем — обжаренные овощи. Добавьте по лавровому листику и зубчику чеснока, посолите, поперчите по вкусу, влейте горячую воду и закройте крышкой.

4. Поставьте горшочки в холодную духовку, включите температуру на 200 °С и готовьте блюдо 50-70 минут. Перед подачей посыпьте измельченной зеленью.

Алина Мозговая, Брянская обл.

На 2 горшочка

- 500 г свинины
- 200 г гречневой крупы
- 1 морковь
- 1 сладкий перец
- 1 луковица
- 3 ст. л. растительного масла
- 1 пучок зелени
- 2 лавровых листа
- 600 мл воды
- 2 зубчика чеснока
- соль, перец по вкусу

СОВЕТ! Вынимая горшочки из духовки, не ставьте их на холодную поверхность. Из-за перепада температур они могут треснуть. Лучше всего ставить на деревянные доски или специальные подставки под горячее.

Гуляш из куриного филе

Приготовление:

1. Лук нарежьте полукольцами, морковь натрите на терке и обжарьте в разогретом масле до мягкости.

2. Мясо нарежьте кубиками и обжарьте в отдельной сковороде до золотистого цвета. Затем посыпьте кусочки мукой и перемешайте, чтобы она распределилась равномерно. Переложите к обжаренным овощам, добавьте соль и перец по вкусу.

3. В холодной воде размешайте сметану, томатную пасту, 0,5 ч. л. соли и влейте соус в сковороду. Добавьте измельченный чеснок и лавровый лист для аромата.

4. Тушите гуляш под крышкой 25-30 минут. В конце посыпьте блюдо мелконарезанной зеленью. Подавайте на стол с любым гарниром.

Жанна Маслова,
г. Дзержинск

- 500 г куриного филе
- 1 луковица
- 1 морковь
- 100 г сметаны
- 1 ст. л. томатной пасты
- 1,5 ст. л. муки
- 2 стакана воды
- 2 зубчика чеснока
- 1 лавровый лист
- 1 пучок зелени
- растительное масло (для жарки)
- соль, перец по вкусу



Закуска из сладкого перца с баклажанами

Приготовление:

1. Баклажаны нарежьте кружочками толщиной около 0,5 см. Посолите их и оставьте на 20 минут, затем промойте под холодной водой, обсушите и обжарьте до зарумянивания.

- 2 баклажана
- 5 сладких перцев
- 3 зубчика чеснока
- 1 пучок петрушки
- 2 ст. л. яблочного уксуса
- растительное масло (для жарки)
- соль, перец по вкусу

2. Сладкий перец очистите от семян, нарежьте ломтиками и обжарьте до мягкости.

3. Переложите обжаренные овощи в пиалу, добавьте к ним пропущенный через пресс чеснок и измельченную зелень. Приправьте блюдо солью и перцем по вкусу, влейте яблочный уксус и перемешайте.

4. Отправьте закуску на 1 час в холодильник, затем подавайте на стол.

Нина Гридчина,
Орловская обл.



Пора свежих овощей в самом разгаре, а это значит, что можно начинать делать **вкусные закатки!** Предлагаем несколько интересных рецептов.

Лечо из зеленых помидоров

Вкуснейшая заготовка для застолья — можно есть как отдельную закуску или в качестве соуса к любому блюду.

Приготовление:

1. Морковь и лук очистить, у перцев удалить плодоножки с семенами. Нарезать лук полукольцами, зеленые помидоры и болгарские перцы — крупными дольками, морковь натереть на крупной терке.

2. В кастрюле с толстым дном разогреть масло, выложить овощи, добавить томатный соус и, помешивая, тушить 1,5 часа.

3. Добавить соль, перемешать и тушить еще 10 мин. Горячее лечо разложить по банкам и закатать железными крышками.

**Владлена
Ступникова,
Самарская обл.**

- ✓ 3 кг зеленых помидоров
- ✓ 1,5 кг моркови
- ✓ 1 кг репчатого лука
- ✓ 1 кг болгарских перцев
- ✓ 1 л острого томатного соуса
- ✓ 0,5 л растительного масла
- ✓ 3 ст. л. соли
- ✓ 250 г сахара



Огуречные ролетики с чесноком

Кума подсказала мне невероятно вкусный рецепт закуска — такое и в погреб ставить не захочется, сразу съедается!

Приготовление:

1. Огурцы вымыть, очистить от кожуры и нарезать вдоль пластинами толщиной 2 мм. Зелень укропа измельчить. Чеснок пропустить через пресс, перемешать в тарелке с солью.

2. Уложить огурцы в глубокую миску, прокладывая каждый ряд смесью укропа и чеснока. Залить смесью воды с уксусом. Сверху положить утяжелитель и поставить миску в холод на сутки.

3. На дно банок уложить половину подготовленных листьев смородины. Каждую огуречную пластину свернуть вместе с чесноком и зеленью в виде ролетиков и уложить в банки. Сверху распределить вторую половину листьев смородины, залить получившимся рассолом и закатать крышками.

Ангелина Мироваева, Псковская обл.

- На 2 банки по 0,5 л
- ✓ 1 кг огурцов
 - ✓ 1 головка чеснока
 - ✓ 30 г листьев черной смородины
 - ✓ 50 г зелени укропа
 - ✓ 50 г соли
 - ✓ 50 г яблочного уксуса
 - ✓ 0,5 л воды

На 2 банки по 3 л

- ✓ 30 средних болгарских перцев
- ✓ 2 средних кочана капусты
- ✓ 3 крупных моркови
- ✓ 2 л воды
- ✓ 250 мл 9 %-го уксуса
- ✓ 1 стакан сахара
- ✓ 3 ст. л. соли
- ✓ 3 лавровых листа
- ✓ 10 горошин перца

Фаршированные перцы «Гвоздь сезона»

Приготовление:

1. У перцев удалить семена с плодоножкой и бланшировать плоды 2 минуты в кипящей воде.

2. Капусту тонко нашинковать, морковь натереть на крупной терке, перемешать, начинить перцы и сложить в банки.

3. В воду всыпать сахар, соль, лавровые листья, перец горошком и прокипятить в течение 5 минут. Добавить уксус и залить маринадом перцы в банках.

4. Закатать крышками, дать остыть.

**Елена Егорко,
г. Невьянск**



Хозяйкам на заметку!

Чтобы капуста не стала мягкой и не приобрела неприятный цвет, соблюдайте правила:

- ▶ не используйте для квашения и хранения металлические емкости;
- ▶ не используйте для заготовок ранние сорта и подмороженные кочаны;
- ▶ подготовленную капустную массу протыкайте деревянной палочкой для выхода газов;
- ▶ следите, чтобы капуста всегда была покрыта рассолом;
- ▶ используйте соль без добавок.



Нам в редакцию пришло много писем от домохозяек с рецептами народных средств от различных пятен на одежде. Мы отобрали лучшие советы, которые присылали чаще других, и разместили их в одной статье. Все для вашего удобства!

Пятна от ягод, фруктов и соков



► Лейте кипяток тонкой струей на свежее пятно до тех пор, пока оно не исчезнет. Этот способ не подходит для одежды из деликатных тканей.

► Пятна с деликатной ткани выводят глицерином, смешанным с теплой водой 1:1. Втирающими движениями нанесите на пятно, оставьте на 20 минут, затем постирайте вещь.

► Для борьбы с застарелыми пятнами используйте раствор лимонной кислоты (2 г на 200 мл воды).

► Для белых тканей используйте перекись водорода и нашатырный спирт (по 1 ч. л. на 1 стакан горячей воды).

Пятна от жира



Не ждите, когда жир начнет засыхать, сразу промокните с двух сторон бумажной салфеткой и засыпьте сахаром или солью, которые абсорбируют жир, потом постирайте вещь.

Также свежее пятно можно смазать средством для мытья посуды, оставить на 15 минут, затем изделие постирать.

Если же пятно не исчезло, используйте столовый уксус. Это отличный обезжириватель, он справится как со свежими, так и с уже застарелыми пятнами. Разведите уксус водой 1:4, нанесите состав на пятно на 10-15 минут, затем постирайте вещь.

Пятна от пота и дезодоранта

Здесь, как и при выведении любых других пятен, — чем старше пятно, тем сложнее от него избавиться.

● Растворите 1/3 бруска хозяйственного мыла в теплой воде и замочите вещь на 30 минут. Размешайте 1 ст. л. соли в 1 стакане теплой воды, обильно смочите загрязненное место и оставьте на 15 минут. После вещь можно постирать.

● Для избавления от таких пятен на белых тканях нужно замочить вещь в растворе с 3 %-й перекисью водорода (3 ст. л. на 2,5 л воды) на 1 час. Если же пятно застарелое, применяйте перекись в чистом виде. Налейте ее на пятно, дождитесь впитывания, затем постирайте вещь.



Пятна от крови

Свежие капли крови легко отмываются в холодной воде с любым мылом — например, хозяйственным или детским.

Если пятна старые, измельчите 4 таблетки аспирина в порошок и добавьте небольшое количество воды, чтобы получилась каша. Нанесите ее на пятно, предварительно смочив его холодной водой, и оставьте на 30-40 минут, затем вещь можно стирать.

Пятна от травы

Самое важное правило — не дайте травяному пятну засохнуть (для этого, например, периодически прикладывайте к ткани мокрый платок). Засохшие травяные пятна вывести крайне сложно.

✓ Для одежды из цветных тканей — растворите в 1 стакане теплой воды 2 ст. л. соли, смочите в растворе кусочек ткани и положите на загрязненное место на 2 часа. Если ткань будет подсыхать, смачивайте еще. После сполосните водой и постирайте.

✓ Смочите ватку 3 %-й перекисью водорода и аккуратно нанесите на пятно. Через 15 минут постирайте в прохладной воде. Этот способ — только для белых тканей.

✓ Разведите 1 ч. л. нашатырного спирта в 0,5 стакана воды, обильно смочите пятно и оставьте на 30 минут, затем стирайте как обычно.

✓ Для белых вещей подойдет горячая вода с белизной (1:1). Смочите раствором ватный диск и протирайте им след от травы на одежде до тех пор, пока пятно не исчезнет. После смойте раствор холодной водой.

✓ Если ткань шерстяная или шелковая, используйте свежий лимонный сок: разведите его с водой 1:1, смочите им загрязнение и оставьте на 40 минут, затем застирайте.



Важно! Обработку любым средством начинайте вокруг пятна, постепенно перемещаясь к его центру. Так вы предотвратите распространение жира по ткани.



Здоровье – главное в жизни!

Заботьтесь о себе, используя полезные советы наших дорогих читателей.

Одно средство от многих бед



Здравствуйте! Хочу рассказать вам о своей находке — масле чайного дерева. Это такое универсальное средство! В каких случаях я его использую:

1. Если вскочил прыщик или шишка, от герпеса на губах и в носу.
2. Наношу на свежие порезы и маленькие ранки, воспаления.
3. Смазываю места от укусов насекомых.
4. Пару капель масла добавляю в крем для рук — это напитывает его витаминами, руки дольше мягкие, кожа перестает сохнуть, даже когда часто в воде бывает.

А еще это экономия — не нужно много разных средств, когда есть одно для всего!

Лилия Вотинцева, Брянская обл.

Как сохранить пользу?



Многие знают, как хорошо помогает редька с медом от сильного кашля. Есть у меня свой проверенный способ, как дольше

хранить этот полезный состав: редьку надо натереть на терке и залить медом в стеклянной банке 1:1. Буквально пара часов, и смесь можно употреблять от кашля. Причем от любого — хоть сухого, хоть мокрого. Не рекомендуется делать это на ночь и при наличии аллергии на мед. Детям с 5 лет тоже можно. И хранится в холодильнике сколько угодно!

А еще это средство помогает при застоях в желчном пузыре, ведь сок редьки разжижает желчь, отчего та быстрее выводится организмом.

Зинаида Павловна, пос. Уташ



Чай с липой

Средство универсальное и чудодейственное: при головной боли расслабляет, облегчает симптомы простуды, снижает температуру. Заваривать легко.

2-3 цветка липы вместе с листьями или 1 ч. л. аптечного порошка залить горячей, но не кипящей, чуть остывшей водой, около 90 °С. Дать настояться минут 15 в закрытой керамической или металлической кружке (стеклянной банке, можно в термосе). Пить без сахара — настой липы сам по себе приятный на вкус, иногда даже чуть сладковатый.

Помогает быстро, с первого же раза, но можно и повторять до 3 раз в день.

Дарья Новикова, с. Александровское

Народные средства от ожогов

К сожалению, хозяйки на кухне часто обжигаются о горячую плиту или посуду. А действовать надо быстро — смазать ожог, чтобы не было волдыря. Тут и пригодятся народные рецепты!

► Разрежьте пополам картофелину и приложите к месту ожога.

► Кусочек листа алоэ разрежьте вдоль и, приложив мякотью к ожогу или ранке, закрепите пластырем.

► От небольших ожогов и порезов поможет любое растительное масло, какое найдется на кухне: подсолнечное, оливковое. Однако обширный ожог маслом мазать нельзя!

► Мед можно нанести на маленький ожог на 3 минуты, а затем смыть холодной водой.

Кристина Прокопчик, Архангельская обл.

Зубной порошок своими руками

Очень полезно чистить зубы самодельным порошком. Сделать его легко! Пригодятся следующие компоненты: шалфей, ромашка, чабрец, календула, крапива, зверобой, лист земляники, мелисса, чистотел, корень аира, хвощ, мята, хвоя.

1. Возьмите минимум три из предложенных ингредиентов.

2. Перемелите их на кофемолке в равных пропорциях.

3. На тару объемом 100 г добавьте щепотку пищевой соды для дополнительного очищения и отбеливания.

4. Все перемешайте, засыпьте в стеклянную баночку с широким горлышком.

5. Для употребления макайте щетку в эту смесь и чистите зубы.

Если хотите сделать пасту еще полезнее, добавь-



те к травам растительное масло. Лучше льняное или кедровое, конопляное или черного тмина. У каждого из этих масел свое полезное действие, но все они оказывают успокаивающий и обеззараживающий эффект, уменьшают кровоточивость десен. А пастообразная консистенция сделает чистку зубов удобнее.

Есть у меня и другие рецепты, каждый для своей проблемы.

► **Витаминный состав** оздоравливает и дает приятный хвойный вкус, соотношение 1:1:1:3 — хвоя ели, сосны, пихты, цветки ромашки

► **Антибактериальный.** Нормализует кислотность во рту, защищает зубную эмаль. Сочетание древесной золы и трав было популярно в дореволюционные годы в России даже среди знати. Соотношение 3:1 — чабрец, зола коры березы (просеянная пудра).

Анна Березкина, г. Белая Калитва





Проснуться бодрым!

С возрастом я стала с трудом вставать по утрам, все отекает, не двигается. И долго потом надо расхаживаться, чтоб прийти в себя. Приехала ко мне в гости внучка-студентка и рассказала, что по утрам надо разгонять лимфу с помощью простых упражнений, выполнять которые можно даже лежа в постели. И правда, начала я их делать и бодрее как-то стала, активнее даже!

1. Сначала надо растереть ладошки друг об друга и прижать к закрытым глазам на 1 минуту. В это время легко надавливать ладонями на лицо.

2. Потом прижать ладони к ушам и несильно надавить 20 раз.

3. Помассировать крылья носа в течение 1 минуты, а потом точку между бровями.

4. Погладить с нажимом ладонями щеки 20 раз, а потом лоб, положив левую ладонь на правую, тоже 20 раз.

5. Простукивать точку под яремной ямочкой 1-2 минуты легкими движениями кончиками пальцев.

6. Погладить живот по часовой стрелке правой рукой, положив поверх нее левую.

7. Размять пальцы рук по одному, хорошо их сдавливая, помассировать точку в центре каждой ладони 10 раз.

8. Помассировать ступни, насколько это возможно.

9. Лежа на спине, поднять вверх руки и ноги и потрясти ими 1 минуту.

Занимают эти упражнения около 10 минут, их легко запомнить и просто выполнить. Постепенно и муж, смотря на меня, тоже начал делать эту несложную гимнастику. Совместные упражнения это не только полезно, но и настроение поднимает!

**Тамара Кудрявцева,
Саратовская обл.**



Как уснуть?

Дорогая редакция! Что мне делать? За день набегаюсь, устану, а уснуть потом не могу! Верчусь с боку на бок, мысли прогнать не могу. Баранов считать — не помогает.

Василиса Приходько, Приморский край

Эта проблема распространенная, к сожалению. Она чаще бывает у очень эмоциональных людей, которые волнуются обо всем и сразу. Но может быть и знаком, что пора провериться у врача, например, на дефицит магния. Есть несколько простых способов успокоиться, чтобы заснуть было легче.

✓ **Молоко с корицей.** Когда после насыщенного дня тяжело уснуть, поможет стакан теплого молока с 1/4 ч. л. ложки корицы в виде порошка. Можно добавить немного сахара или меда для вкуса. Или заварите какао, а в него положите корицу. Выпейте на ночь. Уснуть станет намного легче, снимется тревожность, расслабятся мышцы.

✓ **Откажитесь от гаджетов и просмотра телевизора** как минимум за час до сна — это приведет в норму нервную систему. Вместо экранов лучше завести какую-то полезную привычку — чтение, рукоделие.

✓ Если вы весь день пробыли в помещении, поможет небольшая спокойная **прогулка** перед сном и проветривание спальни.

✓ **Сушеные веточки лаванды** заверните в марлю в несколько слоев и положите рядом с подушкой. Можно использовать аптечный сбор успокаивающих трав или набрать самостоятельно. Кроме лаванды успокаивающим эффектом обладают пустырник, мята, мелисса, хвоя, ромашка.

✓ **Не ешьте минимум за час до сна** — организму трудно переваривать ночью, могут возникнуть неприятные ощущения, изжога, поэтому и уснуть будет тяжелее. Если очень уж хочется есть, лучше выпить кефир или молоко.

Природа поможет

Когда я чувствую, что плохо работают органы ЖКТ, мучают запоры, то завариваю ветки ежевики. Заливаю кипятком мелко нарезанные веточки — 3 ст. л. на 0,5 л воды, пью по стакану теплого отвара утром натощак, за 15 минут до завтрака. Можно заменить на ветки малины или брусничные листики — они дают похожий целебный эффект.



При болезнях горла и ротовой полости, воспалениях во рту, после удаления зубов поможет настой на дубовых листьях. Я собираю их в июле, когда они уже большие. Завариваю кипятком 5-6 листьев на 1 л воды в стеклянной банке, настаиваю час. Полощу рот и горло. Отвар можно пить как чай, только без сахара. И обязательно посушите на зиму этих целебных листочков!

Анна Бахрушева, Костромская обл.

От редакции

Есть хорошая притча.

Про одного мудреца в народе говорили, что знает он все и может ответить на любой вопрос. Молодой мужчина решил это проверить. Поймал бабочку и пришел к мудрецу. Спрашивает: «Живая бабочка в руке или мертвая?» Решил для себя: если мудрец ответит, что мертвая, — то раскроет ладонь, и из нее выпорхнет живая бабочка. Если ответит, что живая, — сожмет кулак сильнее, и бабочка умрет. Мудрец внимательно посмотрел и ответил: «Все в твоих руках».

Так и здоровье, как та бабочка в зажатой ладони, — нужно бережно к нему относиться. Ведь наше здоровье в наших руках!



ПОДКОРМИМ В ИЮЛЕ!

Для каждого огородника «лук» и «июль» должны стать почти синонимами! Ведь в июле начнут расти головки, зелень пойдет. Кто не поленится и подкормит лук влажной подкормкой, будет вознагражден отменным урожаем. Итак, нужны две подпитки:

1. В 10 л воды размешать по 1 стакану доломитовой муки и золы, а еще 1 ч. л. монофосфата калия. Поливать между грядками. После полива этой подкормкой надо выждать примерно неделю и полить еще раз.

2. Вторая подпитка: 1 ст. л. препарата «Гумат + 7 йод» на 10 л воды. Хорошо смешать и полить раствором грядки. Это уже будет конец июля — начало августа.

Таким же способом хорошо поливать и чеснок.

Андрей Калинин, Красноярский край

С редиской на все лето

Если вы уже посадили редис, обратите внимание, когда у него начали появляться первые листики. Обычно на это уходит около 2 недель. Вот в такой момент и стоит сделать следующий посев, тогда урожай редиса будет бесперебойным.

Последний посев — в первой половине августа. Имейте в виду, в жаркие дни нужен более обильный полив, нельзя допускать засыхания почвы, иначе все уйдет в стрелки, а корнеплоды станут жесткими и горькими. Редис лучше высаживать в местах с рассеянным светом — грядку имеет смысл делать в тени высоких плодовых деревьев. От вредителей лучше всего спасет древесная зола.

Марьяна Портко, Ростовская обл.



БОРЬБА С ТЛЕЙ

От тли избавиться навсегда нельзя, потому что видов ее много, еще и муравьи «помогают». Хуже всего то, что тля переносит вредные споры грибов и вирусы с одних растений на другие.



Конечно, можно проводить обработки химическими средствами, но есть опасность их попадания на урожай, а значит — к нам в организм. Поэтому для начала лучше попробовать народные способы.

• Заварите 100 г ромашки в термосе, через 20 минут разбавьте 10 л воды и поливайте из лейки растения, где поселилась тля. Делать это нужно неделю.

• В 10 л воды разведите 2 ст. л. жидкого мыла, лучше хозяйственного или детского, добавьте 1 ст. л. нашатыря. Распрыскивайте на деревья, кустарники, стебли овощных культур. Повторяйте обработку 5-7 дней.

• Для профилактики появления тли насыпьте под все кусты и деревья древесную золу или табачно-зольную смесь.

• Тля лучше размножается благодаря муравьям. Они защищают ее от естественных врагов. Поэтому, если найдете на участке муравейник, полейте сверху кипятком.

Оксана Андрейченко, г. Артемовск

НОВОЕ НА ГРЯДКЕ: брюссельская капуста

Брюссельская капуста — полезный овощ, она содержит антиоксиданты, которые помогают защитить клетки организма от повреждений и старения, богата клетчаткой, что способствует улучшению работы кишечника. Благодаря наличию калия, этот продукт способствует снижению артериального давления и поддержанию нормального уровня холестерина, что уменьшает риск сердечно-сосудистых заболеваний.

Необходимое

Брюссельская капуста любит много света. Устойчива к похолоданию.

Лучше всего урожай будет на среднесуглинистой и тяжелой почве. Если же земля бедная, то удобрение надо вносить дозированно, постепенно. В июле как раз самое время сделать подкормку.

Окучивать подросшие кочанчики не надо, только поливать. Можно слегка рыхлить почву после полива.

Рассада нуждается в тепле, а выращивают ее так же, как и белокочанную капусту. Посев нужно производить в горшочки с дерновой землей, торфом и песком 1:1:1.

Выбираем сорт

Сортов брюссельской капусты создано много, вот самые достойные:

✓ **Геркулес 1342** — подойдет для более холодных регионов благодаря морозостойкости, размер кочанов средний;

✓ **Руднерф** — наоборот, хорош для юга, ранний, с большими кочанами;

✓ **Лонг-Айленд** — среднеранний, надо около 3 месяцев для созревания, подойдет для более поздней посадки;

✓ **Розелла** — любимый сорт садоводов, хорош как для употребления в свежем виде, так и в обработке. Например, приготовление пюре и комбинирование с другими овощами в заготовках.

Уход

Когда стебли вырастут на полметра, прищипните верхушки. Это необходимо для ограничения роста стеблей. Сбор урожая брюссельской капусты начинается с ранней осени — когда верхние листья желтеют и опадают.

Те кочаны, которые вы не собираетесь употреблять сразу, не снимайте со стеблей при сборе, складывайте на хранение прямо с ними.

Анатолий Иванович, Свердловская обл.

Легкий способ вырастить огурцы

Интересный способ, как сделать рассаду огурцов, подсказала соседка. Я попробовала, и правда — получилось! Этот способ подходит для лета, когда на улице уже тепло, т. е. когда вы, скорее всего, уже сняли первый урожай огурцов.

► Нужно взять тонкую полоску газеты и через каждые 2,5 см наклеить на клей ПВА семена огурцов.

► Потом побрызгать на все это водой, когда клей высохнет — а сохнет он быстро, минут 10 достаточно.

► Свернуть рулетиком и положить в банку, накрыв вместо крышки мокрой тряпочкой.

► Каждый день нужно брызгать водой прямо в банку и смачивать тряпку.

► Когда корни вырастут на 2-3 см, просто выкопайте под длину газетной полоски борозду, разверните «рулетик» и уложите в нее. Засыпьте землей и полейте.

Вот так просто! Урожай отменным будет.

Анна Акимова, г. Феодосия



НАТУРАЛЬНО И ПОЛЕЗНО

Наконец-то я нашла лучший способ борьбы с вредителями на плодовых деревьях, совершенно безопасный, поэтому проводить обработку можно когда угодно! Нужны только ветки хвойного дерева, вода и несколько капель жидкого мыла.

► В 3 л банку нарежьте секатором ветки сосны или ели помельче. Залейте горячей водой, но не кипятком.

► Оставьте в теплом темном месте на 3-4 дня.

► На горлышко банки положите марлю, укрепите резинкой и таким образом процедите, перелив раствор без веток в другую емкость. Посмотрите, сколько получилось жидкости, и добавьте еще столько же теплой воды.

► Теперь нужно жидкое мыло или средство для мытья посуды. На 1 л раствора понадобится всего 1 ч. л. Перемешайте, но не взбалтывайте, чтобы не образовалась пена.

► Если же пена получилась, подождите, пока она осядет, залейте в бутыл с распылителем и опрыскивайте деревья и кусты.

Тамара Никитина, г. Самара



Крапива пользу принесет

Здравствуй! Подскажите, так ли полезно удобрение из крапивы, как уверяет меня подруга? Урожай, конечно, у нее хороший, и все же сомневаюсь, что только из-за крапивы.

Елизавета Михайлова, г. Ногинск

Елизавета, Ваша подруга права, но лишь отчасти. Настоя крапивы не заменит полноценные удобрения, но отлично дополнит подкормку любых растений. Можно поливать и опрыскивать им весь сад и огород:

1. Молодую крапиву обдайте кипятком, измельчите на мясорубке.

2. Заполните получившейся смесью 3 л банку, долейте теплой водой, чтобы она скрывала крапиву и прикройте неплотно крышкой.

3. Один раз в день перемешивайте настой деревянной лопаткой.

4. Через неделю процедите через мелкое сито или марлю, чтобы не осталось мелких частиц.

5. Разбавьте водой, на 1 л настоя — 10 л.

6. Залейте в распылитель для обработки листьев или поливайте под корни.

Подкормка из крапивы нужна для обогащения почвы микроэлементами, укрепления корневой системы, профилактики некоторых заболеваний у растений. Крапивный раствор снижает размножение вредителей, хорошо борется с тлей. Полив им достаточно проводить раз в неделю, опрыскивание листьев — раз в месяц.



СОВЕТЫ

ДЛЯ ВАШЕГО САДА

1. В июле обычно уже наступает пора сбора урожая некоторых культур. Черешня, вишня обильно усыпаны ягодами и нуждаются в защите от птиц. Не забудьте укрыть деревья сетками или развесить отпугиватели — полоски фольги, старые компьютерные диски или что-то блестящее.

2. Помните и про летний уход за плодовыми деревьями: обильный полив, рыхление почвы вокруг стволов, подкормки. С августа не вносите азотные удобрения — сейчас не нужны новые побеги, мешающие вызреванию плодов.

3. Июль-август — время, когда можно посеять в междурядья для обогащения почвы горох, горчицу, фацелию, особенно на участках с очень влажной землей. Посадка этих культур делает почву суше и помогает лучше зреть ветвям деревьев и плодам на них.

4. В июле у земляники обязательно удаляйте усы, даже если они вам не нужны для размножения, чтобы те не истощили кустики во время плодоношения.

5. Сбор крыжовника осуществляют в зависимости от того, как планируется его использовать. Для консервации следует собирать плотные ягоды, немного недозрелые. Для еды — чуть мягкий крыжовник.

Антонина Федоровна, г. Сызрань



Важно! Удобрять крапивой можно ягодные, плодовые и овощные культуры, но она совершенно не подходит для бобовых, лука и чеснока.



Умелые рукодельницы не скрывают своих секретов
и охотно делятся ими с вами,
наши дорогие хозяйшкн и мастерицы!

Какую пряжу выбрать в разгар лета

У меня, как и у каждой любительницы вязания, есть всегда пара-тройка задумок. Для их летнего воплощения нужна соответствующая пряжа.

Хлопковые нити

Состоят из тончайших натуральных волокон, которые складывают по 2 и скручивают в одном направлении. Затем 3 пары таких нитей скручивают вместе в противоположном направлении. В результате получается ровная и упругая нить, напоминающая изящный шнурок — крутка «кабле».

Это идеальный материал для вязания крючком и спицами. В работе ведет себя покладисто, ложась в ровные ряды. Из этой пряжи можно создавать гладкие поверхности, рельефные узоры, а также эффектные ажурные.

Мерсеризованный хлопок

Сырье, обладающее высокой плотностью и прочностью. Изделия из такой пряжи хорошо сохраняют форму, не деформируются после стирки и не теряют ни цвета, ни внешнего вида.

Смесь хлопка и блестящей вискозы

Обладает высокой гигроскопичностью и не вызывает аллергических реакций. Трикотажное полотно, изготовленное из этой пряжи, прекрасно драпируется и сохраняет форму.

Другие варианты натуральной пряжи

В продаже можно встретить летние пряжи как зарубежного производства (из них я отдаю предпочтение турецким), так и отечественного производителя. Например, московская фабрика «Пехорский текстиль» предлагает много вариантов:

- ✓ детский хлопок;
- ✓ жемчужная (50 % хлопка, 50 % вискозы);
- ✓ успешная (100 % мерсеризованный хлопок);
- ✓ конопляная, льняная, хлопок натуральный.

Инна Иванова,
Брянская обл.

Хитрости мастерицы

- ✓ Для выпрямления изогнувшихся спиц из пластика нужно окунуть их в кипяток, а после сразу же в холодную воду.
- ✓ Чтобы при вязании край изделия не скручивался, провязывайте с обеих сторон первую петлю лицевой.
- ✓ Покупая пряжу, обращайте внимание на номер партии. Один и тот же цвет из разных партий может иметь различные оттенки.

Ангелина Клименко, г. Ярославль

Нестареющий бабушкин квадрат

Этот мотив, связанный крючком, можно увидеть в основе самых разных изделий — от воротничков, топов, кардиганов до сумок, футляров и даже обложек на блокноты.



Квадрат надо вязать от центра по кругу из столбиков с накидом, обычно сгруппированных по

2-3 штуки, и арок из воздушных петель, которые их разделяют. Вязание начинаем с середины и продолжаем по кругу, при этом углы квадрата формируются за счет добавления дополнительных воздушных петель.

1. Наберем 4 воздушных петли и замкнем в кольцо соединительным столбиком. Это станет основой для нашего бабушкиного квадрата.

2. Затем приступим к первому ряду: наберем 3 воздушные петли, которые будем считать заменой столбика с одним накидом, и провяжем в кольцо 2 столбика с одним накидом.

3. Делаем 3 воздушные петли и 3 столбика с одним накидом, провязывая их в кольцо. Повторяем эти действия 2 раза.

4. Завершаем ряд, связав 3 воздушные петли и соединительный столбик к первым петлям ряда.

5. Далее повторяем по схеме.

Условные обозначения

- - полустолбик без накида
- - воздушная петля
- ⌣ - столбик с 1 накидом

Схема



Алла Соломина, Воронежская обл.

Пляжный топ и шорты для внучки

Вещи, вязанные крючком, очень «летние». Яркий, зеленый мерсеризованный хлопок прямо заставил меня купить себя в магазине! А потом пришла идея летнего комплекта для внучки: топ и шорты для походов на пляж.



Да такой он получился удобный и мягкий для детской кожи, что моя девочка его просто не снимает все лето. Качественный хлопок не выцветает ни от солнца, ни от морской воды. Думаю, в следующем сезоне топ хоть и станет короче, но продолжит служить.

Топ

► В его основе 2 квадрата, которые вязала по схеме нужной длины и ширины.

► Затем сшила боковые швы и привязала 2 бретели столбиками без накида, также требуемой ширины и длины.

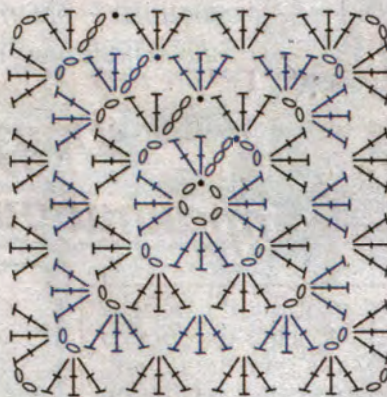
► Я бретели украсила «крылышками» (5 столбиков с накидом в одну петлю, через 2 петли — столбик без накида, через 2 петли — 5 столбиков с накидом и т. д.) и обвязала края черной нитью обратными столбиками («рачьим шагом»).

Важно! При вязании узора каждый столбик с накидом выполнять в арку из воздушных петель или в промежуток между столбиками, но не на самих столбиках.

Шорты

В их основе полуквадрат. Две детали. Начиная вязать с центра. Я брала готовую вещь: трикотажные шор-

Схема топа



ластовицу. Все делается индивидуально, под человека. Боковые вставки можно сделать шире — изделие будет больше похоже на шорты-юбку.

Верхний край обвязала столбиками без накида. Сверху связала столько рядов, чтобы получился пояс со сгибом под резинку. Есть вариант проще — собрать верхний край шорт на вязанный шнурок.

Анна Федотова, Краснодарский край

Схема шорт



Как сделать кисточку из пряжи

Расскажу, как быстро и просто сделать красивую кисточку — классическое украшение вязаных изделий, пледов, портьер и разных аксессуаров.

- ✓ Книгу обмотайте пряжей (рис. 1-2).
- ✓ Концы нитей пропустите с одной стороны и завяжите узлом (рис. 3).
- ✓ Заплетите косичку из этих концов на всю желаемую длину будущего шнурка и закрепите край (рис. 4).
- ✓ Затем разрежьте намотанные нитки с противоположной стороны (рис. 5).
- ✓ Отступите немного от верхнего края и намотайте другую нить поперек (рис. 6-7), можно выбрать контрастный цвет или оттенок в тон.
- ✓ Аккуратно подстригите нижние кончики.

Вот и все, кисточка готова! Сверху останутся нити, которыми можно прикрепить кисточку к изделию.

Наталья Ольховская, Волгоградская обл.



Нашу газету читают не только женщины, но и мужчины — опытные хозяева и мастера. И у них тоже нашлось много полезных и нужных идей для всех подписчиков.

Друзья обзавидовались: практичные вещи из обрезков труб

После ремонта часто остаются обрезки пластиковых труб. Обычно их просто выбрасывают, я и сам так раньше делал. Но потом подключил смекалку, и теперь мой участок украшают оригинальные, практичные, красивые поделки, сделанные из строительных остатков. Делюсь с вами лучшими своими вариантами.

Весь инвентарь в сборе



Самое простое изобретение — это держатель-органайзер для инструмента. Сделать легко, нужны только деревянные бруски и короткие обрезки труб среднего или большого диаметра.

Просто крепим обрезки на расстоянии друг от друга к бруску, прикручиваем конструкцию к стене, вставляем инвентарь в держатели из обрезков.

Опора для растений

Для кустов смородины, крыжовника, малины сделал подпорки из полипропиленовых труб и соединителей. Удобна такая конструкция тем, что ее можно легко разобрать и перенести, при этом стоит прочно, держит хорошо. И, в отличие от деревянных, со временем от погоды не теряет вид и прочность, ни дожди, ни холода не страшны.

Для круглых опор на подставке сойдут самые дешевые тонкостенные трубы, их легко можно согнуть в кольцо. На основу лучше взять трубы с армированием, либо в тонкостенные без армирования вставить куски арматуры для прочности.

Табурет

Моя любимая поделка из кусков полипропиленовых труб (белые, тонкие, которые для системы отопления кладут) — это складной табурет.

Понадобятся куски труб, уголки-соединители, кусок плотной, крепкой ткани, соединительные крепления.

Парящая клумба

Подвесная компактная клумба или грядка из кусков сантехнической трубы имеет ряд преимуществ: простота изготовления, легкий уход за растениями и вариативность. Места займет мало, разместить конструкцию можно даже на небольшом участке. Что самое удобное, в любой момент ее можно переместить в другое место.

Делать очень просто: понадобятся крепкие веревки или цепи и несколько отрезков трубы диаметром 110 мм одинаковой длины.

✓ С одной стороны куска трубы в ряд просверливаем несколько отверстий под растения. Можно сделать проще и просто вдоль разрезать трубу пополам, тогда их меньше понадобится — из одной сразу две части клумбы получится.

✓ Собираем вертикальную конструкцию отверстиями под посадки вверх или на лицевую часть, по бокам трубы пропускаем веревки, как бы нанизывая трубы в виде переключенной лестницы, и закрепляем узлами сверху и снизу, чтобы трубы потом под весом не сползли по веревке.

✓ Заполняем клумбы грунтом, закрываем боковины, высаживаем растения: цветы, зелень, рассаду — что пожелаете.

Повесить такую конструкцию можно где угодно, на забор, на стену дома, на сук дерева, куда подскажет фантазия. И легко в любой момент перевесить. Супруга в восторге! Цветы растут хорошо, ухаживать легко — не надо наклоняться постоянно. А я посадил на такой парящей грядке клубнику.



Бережем кафель и стекло

При резке кафеля наклейте на линию реза малярный скотч — это предотвратит сколы. Для сверления стекла используйте смесь скипидара и камфорного спирта (1:1) как охлаждающую жидкость.

Чтобы стекло или кафель не повредились при ударе в финале сверления, наденьте возле крепления сверла войлочную подложку.

Иван Болотов, Респ. Адыгея

Не будет болтаться!

Для сверления маленьких отверстий нужно использовать тонкие сверла, а бытовой инструмент часто не приспособлен под очень маленький диаметр: либо вообще не зажимает, либо сверло бьется, что недопустимо при тонких работах.

Делюсь рабочими способами по фиксации тонких сверл в патроне.

1. Старый рабочий метод: намотать на хвостовик сверла тонкую медную проволоку, виток к витку вплотную. Чем меньше диаметр, тем тоньше проволока.

2. Обернуть маленьким кусочком мелкой наждачки (шевроватой стороной наружу).

3. Надеть кусочек стержня от ручки на хвостовик.

4. На самый крайний случай, обмотать зажимной край полоской газетной бумаги.

Павел Карпов, с. Ивантеево

Рулетка вместо циркуля

Когда понадобится начертить окружность, а циркуля под рукой не окажется, может помочь рулетка.

● Вбиваем небольшой гвоздик или вкручиваем саморез в центре намеченной окружности.

● На рулетке отмеряем необходимый радиус (длина от центра до края) и фиксируем.

● Упираем рулетку в гвоздик, зацеп края измерительной ленты будет идти по краю окружности.

● Вставляем карандаш в отверстие зацепа, слегка натягиваем, чтобы рулетка плотно упиралась, и ведем карандашом.

● Основание рулетки, упертое в гвоздь, будет вращаться вокруг оси, и у вас получится окружность любого нужного диаметра, сколько выставите на ленте.

Олег Самойлов, пос. Дружный

Вмятины на древесине

Испробовала такую уловку, которую муж подсказал, для устранения небольших вмятин на чистой древесине: нужно просто положить мокрую ткань на место вмятин и пропарить утюгом. Получается ровная поверхность, без изъянов.

Галина Первородова, Владимирская обл.

Продлим жизнь инструменту: советы опытных мастеров

Засохший герметик — в пользу

После ремонта остались флаконы с засохшим силиконовым герметиком? Разрежьте тубу и достаньте застывший материал, досушите при необходимости. У вас получится прекрасный материал для очистки, например, забитой шлифовальной бумаги. Просто потрите ее засохшим силиконом, она снова будет готова к использованию. Так же можно почистить шлифовальные круги.

Федор Яковлев, с. Красное

Обновляем режущую кромку

Смешайте зубной порошок с суперклеем 1:1 и нанесите на затупленный край ножниц или стамески. После высыхания отшлифуйте напильником — кромка станет острее фабричной. Для сверл по бетону подержите их 30 минут в растворе уксуса (1 стакан на 1 л воды).

Иван Моисеев, с. Ивановка

Реанимируем сверла

Чтобы оживить старое сверло и удалить микротрещины на победитовом наконечнике, погрузите его в раствор лимонной кислоты (1:4 с водой) на 2 часа. Сверла по металлу при работе лучше всего охлаждать в масле и затачивать под углом 135°, повысится точность отверстий, и сверло прослужит дольше.

Юрий Рябченко, г. Астрахань

Удобная рукоятка без скольжения

Обмотайте молоток медицинским бинтом, пропитанным клеем ПВА. После высыхания получится противоскользящая рукоятка, которая гасит вибрацию.

Для отверток используйте велосипедную грипсу (втулка с руля) — наденьте ее на металлическое основание и зафиксируйте феном.

Сергей Костин, Амурская обл.

Маленькая хитрость

Если резина рукояти инструмента стала липкой, можно протереть ее ватным диском, смоченным димексидом — аптечным лекарством, затем хорошо промыть водой.

Павел Морошкин, г. Пермь

ПОСМОТРЮ Я В ЗЕРКАЛО...

Много домашних секретов передала мне бабушка, поделюсь теми, в которых говорится о зеркалах и стеклах.

● Моете окна — добавьте в ведро с водой 1-2 ст. л. крахмала на 1 л воды, стекла засверкают.

● Пятна со стекла удаляют с помощью уксуса и воды, смешанных 1:1.

● Очищает зеркала слабый раствор заварки. После нанесения раствора поверхность следует протереть насухо.

● Окна будут блестеть от воды, в которую добавили немного синьки — буквально на кончике ножа.

● Если нет под рукой вышеперечисленного, протрите стекла спиртом, нанес его на хлопковую ткань. Спирт не обязательно брать в чистом виде, подойдут спиртосодержащие одеколоны, лосьоны или просто водка.

Желаю вам чистых окон, из которых виднеется счастье!

Карина Горенюк, г. Новосибирск



КОГДА ТРУДНО ПОМЫТЬ ПОТОЛКИ

Раньше я никак не могла хорошо отмыть потолки. Разводы, пятна, да просто тяжело и неудобно. Подруга рассказала несколько хитростей, как облегчить эту работу!

1) Если потолок не моющийся, его можно... пропылесосить! Поставьте пылесос на стул или даже на стол, застелив газеткой. Выдвиньте на максимум трубу и поставьте насадку для чистки мебели — узкую щетку. Сначала пройдите по углам и вдоль плинтусов, потом — по всему остальному потолку. Даже если этого не видно, на потолках оседает много пыли и паутины. Стены с обоями тоже можно пропылесосить — на них пыли не меньше.

2) Моющиеся потолки лучше обрабатывать шваброй или моющим скребком для окон на длинной ручке. Для начала обрызгайте потолок средством для мытья стекол или просто мыльной водой. На швабре закрепите сухую ткань и протрите весь потолок. Когда тряпка намокнет и начнет оставлять разводы, замените ее на сухую и пройдите по вымытой части, высушив ее. Потом домойте оставшееся пространство.

3) Беленый потолок будет выглядеть лучше, если летом замазывать следы от насекомых и другие пятна белой извести. После высыхания замазанные места будут незаметны.

4) Пятна, оставленные мухами на моющемся потолке, легче всего убирать металлической губкой для посуды.

Екатерина Авдеева, Ставропольский край



ИЗБАВЛЯЕМСЯ ОТ ПЛЕСЕНИ

Уважаемая редакция, подскажите, как правильно удалить плесень со стен? Слышала, что она очень опасна для здоровья, а у нас после затяжных дождей вся стена в частном доме покрылась пятнами плесени.

Раиса Городбина, г. Березовский

Вопрос хороший! Плесень и правда вредит здоровью, если ее не убирать. Человек вдыхает ее микроспоры, и это служит источником многих неприятностей со здоровьем. Поэтому важна не только своевременная обработка, но правильная подготовка к уборке плесени.

✓ Одежду для проведения работ выбирайте такую, чтобы она полностью закрывала кожу. На лицо наденьте одноразовую маску или респиратор. Используйте резиновые перчатки.

✓ Укройте мягкую мебель, уберите продукты, откройте окна.

✓ Жесткой щеткой или металлической губкой для посуды счистите плесень со стен.

✓ Обработайте всю стену (не только пораженные участки) валиком, смоченным в хлорке с водой, смешанных 1:3.

✓ Подождите 15 минут и протрите стену влажной тряпочкой.

✓ Если у вас есть средство от плесени, набрызгайте его на всю стену и оставьте высыхать, если нет, просто протрите насухо.

К сожалению, хлорку можно использовать не на всех поверхностях. Пористые, такие как гипсокартон или дерево, испортятся. Для этих стен лучше взять другие средства. Есть несколько вариантов:

1. 5 ч. л. соды растворите в 5 л воды и нанесите на пораженные участки любого из видов настенных покрытий.

2. Если пятна маленькие и их немного, то малярной кистью промажьте пораженные участки 9 %-м уксусом.

3. Для обширных участков залейте в распылитель 6 %-ю перекись водорода и опрыскайте стены полностью, чтобы они стали влажными. Через 10 минут протрите насухо.



ХОЛОДИЛЬНЫЕ ДЕЛА

Холодильники обычно служат долго своим хозяевам, но бывают и у них мелкие «недуги». Например, дверца перестала плотно закрываться. Чтобы найти место зазора, возьмите развернутую газету, хватит одного разворота, поместите поперек уплотнителя и закройте. Начните вытягивать, потянув легко на себя, постепенно сдвигая. Там, где бумага поддается, и есть проблема.

Если это обширный зазор, ослабьте винты крепления сверху и снизу дверцы. Когда зазор небольшой и только в одном месте, ослабьте только с той стороны, где возникла проблема.

К сожалению, бывает и так, что уплотнитель просто пришел уже в негодность, тогда от покупки нового не отвертеться.

Александр Гарбуз, Тюменская обл.



ЕСТЬ ЛИ СПАСЕНИЕ ОТ МУРАВЬЕВ?

Как лето, так у нас нашествие муравьев! В одних и тех же местах всегда селятся. И не знаем уже, что делать и как избавиться от этой напасти. Конечно, частный дом, старый, но и соседствовать с этими мелкими пакостниками не хочется! Что же делать?

Василиса Аверкова, Красноярский край



Муравьи приходят неспроста — их привлекает запах продуктов питания. Поэтому в то время, когда они обычно появляются, старайтесь не оставлять нигде крошек да и самой еды в открытом виде. Если же они уже поселились, перед любыми обработками проведите генеральную уборку, чтобы убрать все следы продуктов с открытых поверхностей. Далее используйте одно из средств:

1. 1 ч. л. уксуса или нашатыря смешайте с 1 л воды, залейте в пульверизатор и опрыскайте плинтуса, особенно тщательно — места, откуда обычно появляются муравьи.

2. Если нашли выход из муравейника, залейте туда кипяток тонкой струйкой. Потом протрите насухо пол.

3. Отраву для муравьев можно приготовить самостоятельно: возьмите на 0,5 ч. л. раствора борной кислоты 2 ч. л. меда или варенья. Разложите по маленьким открытым баночкам. Муравьи будут идти на запах и приклеиваться.

4. Другой вариант отравы — смешать сахар, воду и соду в пропорциях 1:1:1. Нанесите тонкой кисточкой вдоль плинтуса. Это аналог карандаша от тараканов и муравьев. Вместо соды можно использовать дрожжи.

5. Острым молотым перцем посыпьте в предполагаемых местах скопления муравьев и входов в муравейники. Это их отпугнет.



Особый совет! Мытье пола с хлорсодержащими средствами отпугивает муравьев и убирает уже проложенные ими дорожки, по которым они передвигаются, ориентируясь на запах.

КРАСИВЫЙ ПОЛ

За линолеумом тоже нужно ухаживать, чтобы он сохранил свой вид подольше. Муж у меня строитель, поэтому мы знаем, как не только красивый ремонт организовать, но и уберечь его от разрушения.

► Отмывать линолеум лучше всего раствором хозяйственного мыла. Натрите на терке мыло, добавьте 1 ст. л. мыльной стружки в 2 л воды. После мытья раствором пол нужно еще раз промыть чистой водой без добавок.



► Для ухода за линолеумом существуют специальные средства. Но экономнее смазывать полы натуральной олифой раз в пару месяцев, после чего обязательно насухо протирать. Вместо олифы можно смешать нагретые воск, парафин и скипидар в соотношении 1:1:5. Смазывать удобно широкой кистью или валиком.

► Линолеум дольше сохранится, если ежедневно протирать его чуть влажной тряпкой. Любые пятна на линолеуме необходимо убирать сразу. Пятно от йода смочите молоком на несколько минут, потом уберите мыльной губкой.

Памятка

Пятна от ручки оттираются спиртом. От зеленки — 5 %-м раствором соляной кислоты. Темные полосы от обуви протирают бензином, а от ржавчины — керосином.

Важно! Для мытья линолеума не подойдет горячая или ледяная вода — он потускнеет и может начать трескаться. Лучше использовать теплую.

Алла Дымко, г. Нижний Новгород

Маленький совет — БОЛЬШАЯ ПОЛЬЗА!

► Будет хорошей привычкой оставлять дверцу стиральной машинки и отсек для порошка приоткрытыми после каждой стирки. Это поможет дольше сохранить машинку без ржавчины и плесени.

► Раз в неделю протирайте дверные ручки и выключатели во всем доме со спиртом — это хорошая профилактика многих инфекций.

► Летом воздух пересушен, поэтому нужно увлажнять его, чтобы чувствовать себя лучше: брызгать водой из пульверизатора, расставлять емкости с водой, развешивать мокрое белье.

Валентина Зареченко, г. Феодосия

Покупаем вентилятор



Когда у нас сгорел старенький вентилятор, решили мы с мужем после получения пенсии купить себе новый. Все же без вентилятора летом очень тяжело, особенно мне на кухне. Она у нас светлая, просторная, но и нагревается легко, да еще без конца то варю что-то, то жарю, то банки закатываю.

Обошли мы несколько магазинов и приобрели то, что и хотели. Расскажу, на что стоит обращать внимание при покупке.

✓ Вентиляторы делятся на несколько типов: настенные, напольные, настольные, потолочные, портативные. Мы остановились на напольном. Его можно поставить в любом месте и без проблем переносить.

✓ Нужно обратить внимание на наличие поворотного механизма, благодаря которому прибор обдувает все помещение.

✓ Смотрите на мощность: вентиляторы от 30 до 50 Вт — оптимальный вариант для комнат до 30 кв. м.

✓ Нас уговаривали купить вентилятор мощнее (и подороже), но, когда его включили, я поняла, что он слишком шумный. Если поставить этот прибор в спальне ночью, уснуть будет трудно. Поэтому обязательно проверяйте уровень шума техники.

✓ Также я обратила внимание, что вентиляторы с большим кольцом и широкими лопастями работают более плавно и создают меньше звуков, чем небольшие модели с маленькими лопастями.

✓ Советую уточнять способы управления вентилятором. Лично меня вполне устроил механический. Электронный с помощью пульта мне не подошел. Когда к нам приезжают внуки, они и от телевизора пульт умудряются терять, а уж от вентилятора и подавно.

✓ Очень важно еще в магазине проверить качество сборки — модель должна устойчиво стоять на полу. Вентиляторы с круглым основанием намного устойчивее, чем с крестообразным.

✓ Хочу посоветовать обращать внимание на решетку, защищающую лопасти. Она должна быть мелкой, чтобы ребенок не мог просунуть пальцы внутрь.



Важно! Прежде всего смотрите на пожаробезопасность. Вентилятор — электрический прибор, а значит, случайное замыкание или неосторожное обращение может привести к серьезным проблемам. Очень важна защита двигателя от перегрева — информация об этом должна быть в сопроводительной документации.

Лилия Иванова, Респ. Крым

В нашей по-настоящему народной газете читатели делятся своим опытом выбора различных бытовых предметов, продуктов и прочих вещей. Очень удобно прочитать все в одной статье, чтобы потом быстрее взять действительно хорошее и полезное.

Удачного выбора!



Как выбрать сыр?

Цены на сыр в последнее время, конечно, не радуют, но и исключать его из своего рациона я не хочу. На праздничный стол сыр обязательно покупаю, да и просто на завтрак. Если отказываться от этого продукта не хочется, нужно очень внимательно подходить к выбору.

В составе качественного сыра должны быть:

- ▶ натуральное молоко, закваска, сычужный фермент, хлористый кальций и соль;
- ▶ могут варьироваться различные добавки (грибы, паприка, орехи, травы и т. д.), натуральный пищевой краситель.

Если в составе вы обнаружили растительный жир, сою, крахмал, сухое молоко, загустители, глутамат натрия или Е-добавки — смело кладите такой товар обратно на прилавок. Это не сыр, а сырный продукт.

Отличить настоящий сыр от сырного продукта можно и по внешнему виду.

- ▶ На разрезе у него ровный рисунок, состоящий из дырочек круглой, овальной или угловатой формы.
- ▶ Не должно быть трещин и неровностей.
- ▶ Корочка ровная, тонкая, без повреждений, окраска равномерная, цвет может варьироваться от белого до светло-желтого. Если сыр неравномерного цвета с пятнышками — значит, он не созрел.
- ▶ На ощупь продукт должен быть плотным, ни в коем случае не рыхлым. Влага на поверхности не допускается.

Конечно, нужно понимать, что качественный сыр слишком дешевым быть просто не может. Ведь для изготовления 1 кг сыра необходимо около 10-11 л молока. Кроме того, в отличие от сырного продукта, сыру требуется еще и время для созревания.



Важно! Качественный сыр при нарезании не должен крошиться и прилипать к ножу.

Эльвира Шестакова, г. Ижевск

Не просто так замечено, что в жаркую погоду кожа и волосы нуждаются в особенном уходе. Не хватает влаги, пересушивает солнце, после огорода на руки вообще смотреть больно. Чтобы помочь коже и волосам, нужно убрать из обихода все очищающие средства на основе щелочей. Лучше использовать самодельные из натуральных продуктов. Ведь на огороде столько полезных помощников — давайте познакомимся с ними.

Возрастной коже — особый гель



Смешайте 150 мл жидкого детского мыла с 60 мл меда и 2 ч. л. нерафинированного растительного масла. По желанию добавьте 50 капель вашего любимого эфирного масла.

Перед использованием средство нужно взбалтывать. Умывайтесь этим гелем утром и вечером, смывая теплой водой.

Вероника Зылко, Воронежская обл.

Молочко для снятия макияжа с глаз



Нежная кожа век требует особой заботы. Смешайте по 1 ч. л. репейного и касторового масел, добавьте 40 мл масла абрикосовых косточек и 2-3 ст. л. отвара ромашки.

Перед употреблением баночку со средством нужно встряхивать.

Алла Капитонова, Хабаровский край

Уход за поврежденными волосами летом

Чтобы кожа головы и волосы не пересыхали, всегда носите головной убор, когда выходите на солнце. Для ухода за слабыми, окрашенными и седыми волосами используйте домашние маски. Они позволяют не только поддерживать красоту и здоровье волос, но и значительно сэкономить.

- Добавьте в 100 мл репейного масла по 1 ст. л. яблочного и черносмородинового сока. Распределите состав по коже головы и волосам, сверху наденьте пакет и обмотайте голову полотенцем. Через 1 час вымойте голову.

- Натрите на терке 1 средний огурец и выжмите из него сок. Смешайте его с репейным маслом в пропорции 2:1 и нанесите на кожу головы. Спустя час промойте волосы.

- Смешайте 2 ст. л. кефира с 1 ст. л. коньяка, 1 ст. л. меда и яичным желтком. Вотрите смесь в кожу головы, слегка помассируйте, затем оберните волосы полиэтиленом и махровым полотенцем. Через полчаса голову можно вымыть.

**Ирина Валишина,
г. Арамил**



Как правильно увлажнить и напитать ЛИЦО

В жару наше тело теряет больше жидкости, поэтому регулярное питье поможет избежать обезвоживания кожи и сохранить ее упругость. Но не забывайте и об увлажняющих масках! Они очищают кожу, наполняют ее витаминами и предотвращают появление новых морщинок и пигментных пятен.

- ✓ Залейте по 1 веточке мяты и цветов шалфея 500 мл кипятка и оставьте на 30-40 минут, процедите. Марлю сложите в несколько слоев, смочите в травяном настое и наложите на лицо. Процедуру проводите 15-20 минут, после чего протрите лицо сухим полотенцем.

- ✓ Измельчите в муку 2-3 ст. л. овсяных хлопьев, добавьте к ним сок одного большого огурца, чтобы получился состав пастообразной консистенции. Маску распределите по коже лица тонким слоем и оставьте на 15 минут, затем смойте водой. Если на коже имеются воспаления, огуречный сок замените крепким отваром календулы — 2 ч. л. на стакан кипятка, настоять 15 минут.

Серафима Потява, Пензенская обл.



Восстанавливаем ручки после огорода

- Чтобы избавиться от шелушения и сухости на коже рук, после работы в огороде смешайте 1 ст. л. сахара с 2 ст. л. растительного масла и потрите смесью руки, смойте теплой водой. Потом обязательно смажьте руки жирным кремом.

- Немногие знают, что ревень тоже великолепно очищает кожу. Просто сорвите немного зелени и помните, чтобы выделился сок. Протрите им руки, особое внимание уделяя загрязненным местам, потом просто ополосните водой.

- По вечерам несколько раз в неделю делайте теплые ванночки с молоком и содой (на 1 л воды 1 стакан молока и 1 ч. л. соды). Затем нанесите на кожу увлажняющую и питательную маску. Для ее приготовления смешайте 1 ч. л. размягченного сливочного масла с 1 ч. л. меда, вотрите в кожу рук. Лучше такую маску подержать подольше, около получаса, после руки необходимо вымыть и смазать кремом.

Дарья Маточкина, г. Томск



Сейчас на огородах и грядках горячая пора: растения активно плодоносят и требуют вложения большого труда и нашей заботы. С возрастом работа на огороде дается все тяжелее, вроде и пренебрегать ею нельзя, но и здоровье хочется уберечь.



**КОММЕНТАРИЙ
ВРАЧА-ТРАВМАТОЛОГА**
Олега Михайлова,
Свердловская обл.

— Летом и осенью всегда увеличивается число пациентов-пенсионеров, которые жалуются на боли и обострение заболеваний опорно-двигательного аппарата, связывая их с перенапряжением при работе на участке. Не стоит забывать, что грядки и огород — это место активной физической работы, сравнимой со спортзалом или станком на заводе.

Неправильное выполнение работ, несоблюдение подготовки и невнимательное отношение к себе могут привести к серьезным проблемам со здоровьем. Чаще всего это приводит к обострению остеохондроза, прострелам в спине, зажимам мышц, обострению радикулита. Дам некоторые рекомендации читателям.

Начните с разминки

Именно небольшая разминка поможет подготовить суставы к работе, разогреть мышцы, улучшить кровообращение. Достаточно выполнения простых упражнений в течение 10 минут:

1. Наклоны головой в разные стороны — по 4 раза в каждую.
2. Активные вращения локтевыми и плечевыми суставами, запястьями — по 10 раз.
3. Наклоны туловищем влево-вправо, вперед-назад — по 5 раз.
4. Махи ногами в стороны — по 5-7 раз каждой ногой.
5. Встать на носочки, поднять руки вверх, потянуться.



Работаем на грядках, сохраняя здоровье

Иногда после одного трудового дня несколько дней прихожу в себя: болит спина, ноги, голова. Хотя и стараюсь все делать не спеша, но результат всегда один. Хотелось бы обратиться за помощью к специалисту: травматологу или остеопату, чтобы получить рекомендации, как обезопасить себя от ухудшения самочувствия при огородных работах.

Валентина Макарова, с. Каликино, Липецкая обл.

Для каждой работы — своя безопасная поза

✓ Держите спину прямо.

Выполняя различные виды работ, старайтесь всегда следовать этому правилу. При необходимости присядьте на корточки или опуститесь на колени, выполняя действия у земли, но не сгибайте спину. При перекопке грядок или переборки почвы старайтесь направлять движения вперед или вбок, не скручивая позвоночник.



Важно! Выбирайте для работы хороший инвентарь.

Длина ручки лопаты, вил, тяпок должна быть достаточной, чтобы не заставлять вас сгибаться.

✓ На коленях. Поливать низкие кусты, пропалывать, собирать урожай удобно стоя на коленях, подложив под них старую подушку или скамейку, перевернутую ножками вверх. Однако колени быстро устают, поэтому периодически меняйте позу.

✓ **На корточках.** Посадку и подкормку лучше проводить в положении сидя на корточках с прямой спиной, при этом поднимаясь и поднимая грузы, делайте упор на ноги, а не на спину, чтобы разгрузить поясничные позвонки.

Совет: если у вас варикоз, работать на корточках нельзя! Делайте работу на четвереньках, подложив под колени подстилку. Носите компрессионные чулки или оборачивайте ноги эластичным бинтом. Это поможет избежать обострения тромбоза.

Очень важно! Не забывайте про отдых! Каждые 30 минут давайте себе передышку хотя бы на 5-7 минут, меняя в это время положение тела. Если чувствуете скованность в спине, сделайте несколько наклонов вперед, затем в стороны.

Подъем тяжестей — будьте осторожны!

Для переноса тяжелых предметов обязательно используйте вспомогательный инвентарь, например тачку. Если есть возможность, перенесите груз по частям. Во время работы с тяжестями используйте бандаж для спины и фиксирующие повязки на лучезапястные суставы. Это разгрузит спину и зафиксирует мышцы в правильном положении, поможет избежать травм.

Не пытайтесь поднимать тяжести, наклонившись вперед, иначе вы надорвете мышцы. Сделайте так: расставьте ноги на ширину плеч, немного присядьте с прямой спиной, поднимите груз. Основная нагрузка придется на ноги, а не на спину.

Желаем вам богатого урожая и крепкого здоровья!



Прогоняем мучнистую росу

Здравствуйте, подскажите, пожалуйста, что делать, если листья розовых кустов покрылись чем-то белым? Сосед говорит, это мучнистая роса, и спасу от нее нет!

Кристина Федорова,
Владимирская обл.

Доброго дня, Кристина! К сожалению, это и правда мучнистая роса. Но Ваш сосед не прав, спасение от этого недуга существует. Возникает мучнистая роса или от переизбытка влажности, или от частого и сильного перепада температур.

Для запущенных случаев или обширного поражения многих растений лучше использовать покупные средства на основе фунгицидов. Самые известные: Топаз, Ордан, Оксихом, Консенто, Алирин-Б, Фундазол, Ридомил Голд. Любые химические препараты после разведения по инструкции нужно настоять 2 часа. Обработка должна проводиться ближе к заходу солнца.

Если вы вовремя заметили мучнистую росу, когда поражены только нижние листья, попробуйте до покупки химических средств раствор из жидкого хозяйственного мыла, 1 ч. л. на 3 л воды. Добавьте 1 ст. л. соды и смешайте. Подождите, когда спадет пена и опрыскайте все растение, не только пораженные листья. Этим же раствором можно обрабатывать любые цветочные культуры и ягодные кусты для профилактики.



На заметку! Чтобы минимизировать риск возникновения мучнистой росы, не высаживайте растения слишком плотно и близко друг к другу. Не переливайте грядки — избыток влаги бывает еще хуже ее недостатка!

Пересадим правильно!

Уважаемая редакция, подскажите, как правильно пересадить золотой ус? Слышала, если неправильно что-то сделать, он может погибнуть! А я уже на него планы имею — лечебное же растение.

Вероника Андреева,
Амурская обл.

Вероника, на самом деле ничего сложного тут нет. Каллизия душистая, известная в народе как золотой ус, не требует особых условий. Однако лучше соблюдать некоторые правила:



1. Выбирать горшок из керамики. В такой емкости вообще все растения чувствуют себя лучше. И размер для пересадки берите в два раза больше предыдущего.

2. Четверть горшка нужно заполнить дренажем. Необязательно именно керамзитом, можете взять мелкую гальку, только хорошо ее



промойте без мыла и обдайте кипятком.

3. Сверху насыпьте песок и перегной 1:1. Этот слой должен занимать не более четверти горшка. Если перегноя нет, насыпайте больше песка. Присыпьте сверху тонким слоем земли

4. Аккуратно выньте растение из старого горшка раскачивающими движениями, опустите в новый и засыпьте землей, не доходя 1 см до края.

5. Если вы взяли для пересадки садовый грунт, а не покупной, обязательно удобрите растение. Доступные варианты — дерн и перегной. Еще каллизию полезно поливать водой с молоком (на 1 л — 2 ст. л.).



Важно! Золотой ус не любит перелива больше, чем сухости, поэтому поливайте умеренно. Лучше пусть почва будет чуть подсушена. Перед пересадкой не поливайте растение минимум 2 дня.

Волжанка-красавица

Хочу поделиться с подписчиками своей находкой — волжанкой двудомной, или арункусом. Такое ароматное и красивое растение станет украшением любого места. Я и в саду посадила, и перед домом, и все соседки уже себе взяли отростки. А кто пчел разводит, тому вообще необходимо такие кустики высаживать! Ведь это прекрасный медонос, и пчелы с радостью летят на волшебный аромат. При этом за арункусом легко ухаживать, да и очень долго он цветет.

Советы по уходу

✓ Обильные поливы не обязательны, но надо хорошо полить первые дни после посадки.

✓ Волжанка двудомная редко подвергается болезням и нападению вредителей. Если же это слу-

чалось, пораженные части растения следует удалить секатором и уничтожить.

✓ Разведение проще всего осуществлять делением кустов в межсезонье. Но также хорошо размножать растение черенками или семенами даже в летний период.

✓ Когда волжанка отцветает, необходимо срезать засохшие соцветия.

✓ Хотя это растение многолетнее, осенью следует обрезать кусты полностью, оставляя не более 10 см над землей.

✓ Для удобрения можно взять обычный перегной, смешанный с землей 1:1.

Берите себе на заметку!
Яна Шелкаева, г. Пенза



Как кошка с собакой

Жизнь в деревне спокойной не назовешь — соседи то громко ругаются, то шумно мирятся. Случаются и неожиданные повороты. По соседству с нами произошла одна любопытная история, принявшая очень неожиданный поворот.



Утро в Ивановке началось, как всегда, «весело».
— А я вам говорю: вы на мою территорию поставили эту часть забора! — раздалось неподалеку. — Кнопка, фу!

Тонкий и звонкий женский голос пытался перекрычать оглушительный лай собаки.

— Отставить! Ваша яблоня мне все помидоры затеняет, а куры вытаптывают посадки, это компенсация за неудобства, — отвечал не менее раздраженный низкий мужской голос с хрипотцой.

— Убирайте! Ничего не знаю, мои куры на месте!

— Стой, руки вверх! — ответил тот же голос. — Обратно шагом марш!

— Да вы что? Солдафон...

— Молчать!

Бах! — грохнул выстрел. Собака взвизгнула, и все стихло.

Дома Лидии Семеновны и Ивана Петровича стояли рядом. Живя бок о бок больше года, они никак не могли найти общий язык и грызлись, как кошка с собакой. Но чтобы пустить в дело ружье — такого еще не было.

— Вы в своем уме?! — послышался испуганный женский голос, когда дым рассеялся. — Я на вас в полицию пожалуюсь! И в БТИ!

— Отставить! И угомоните свой личный состав!

— Кого? — растерялась Лидия.

— Собаку и курей. Иначе приму меры посерьезнее ваших.

— Да вы... да я... — растерялась женщина.

— Кругом марш! — рявкнул Иван Петрович, оставив ошалевшую женщину одну.

Новые распри

— Изверги! Убийцы! — верещала Лидия и бегала по участку с круглыми от ужаса глазами, останавливаясь лишь для того, чтобы разрыдаться в платок.

На крики выглянул Иван Петрович и недовольно сморщился.

— Отставить шум! — сказал он громко, подойдя к забору. — Докладывайте.

— Курицу... ваш кот... — прерываясь всхлипываниями, бормотала Лидия.

— По уставу. Четко. Что случилось?

— Курицу мою задушил кот ваш, — наконец выдавила из себя Лидия Семеновна, вытирая слезы.

Иван Петрович нахмурился и замер.

— Тэк-с... — он осмотрелся, но нигде кота не уви-

дел. — А с чего вы взяли, что это Генерал сделал?

— А кто еще? Кроме вашего кота-бандита, больше никому. Возместите!

— Чего?.. — протянул мужчина.

— Я говорю, верните стоимость курицы. Ваш кот — значит, вам и рассчитываться.

— Отставить! И не подумаю, — он развернулся и направился к дому.

— Ах так?! Тогда пеняйте на себя! Я отраву рассыплю, и пусть только попробует сунуться.

— Отбой! — крикнул бывший военный и скрылся в дверях.

Около часа Лидия рассыпала по земле какой-то порошок. Особенно густо покрыла траву у курятника, а кур заперла. Свою таксу посадила дома под замок, чтобы ненароком не наглоталась, и села у окна — наблюдать и предотвращать поползновения врагов. О том, что это обычный перец, решила никому не говорить.

Иван Петрович на удивление вел себя тихо, да и по участку ни у Лидии, ни у него никто не ходил. Зевая, женщина покинула пост наблюдения и легла спать. Утром, как обычно, собралась на работу, вот только с замком совладать не смогла.

Женщина раздражалась все сильнее, и вдруг ключ обломился прямо в руках.

Послышалось удовлетворенное хмыканье, и она обернулась. Бритая макушка соседа скользнула вдоль забора и скрылась в зарослях. Лидия рванула туда и крикнула:

— Ваших рук дело, да?

Решили так мне отомстить, вместо того чтобы извиниться и вернуть деньги?

Иван Петрович выпрямился и, выпятив нижнюю челюсть, сказал:

— Вот когда Генерал вернется, тогда и поговорим.

— А как мне до этого дом закрывать?

— Не мои проблемы, — буркнул сосед и развернулся.

Лидия тихо выругалась и швырнула в него остатком ключа. Иван даже не обернулся.

Пришлось вызывать мастера, который сменил замок полностью. Личинка была залита клеем и ремонту не подлежала. Лидия снова с ненавистью глянула в сторону противного соседа и побежала на работу.



Помощь пришла откуда не ждали

Через неделю вечером, по дороге домой, Лида с удивлением увидела, как Иван Петрович клеит объявления на столбы, с любовью разглаживая фото кота. Увидев соседку, он смущенно провел рукой по глазам и резко нагнулся к ведерку с клеем. Вдруг она услышала, как сосед крикнул и застыл в согнутом положении, а изо рта его вырвался громкий стон.

— Довыдελывался? Так тебе и надо, — бросила она и пошла дальше. — Чтоб тебе век не разогнуться за твою вредность, изверг! — плюнув в его сторону, Лида вошла в дом.

Однако чувство тревоги заставило ее выглянуть за дверь: Иван Петрович так и стоял, согнувшись пополам.

— Чего это он? Правда, что ли, плохо? — сказала она себе под нос и нашла в аптечке самодельную мазь от радикулита.

Уже подходя к столбу, увидела, как сосед медленно, со стоном, стал заваливаться на бок и, рухнув на землю, громко взвыл. Багровое лицо его было мокрым, губы дрожали, и Лида поняла — Ивану очень больно. Она глубоко вздохнула и, сдвинув брови, сказала тихо:

— Дайте руку, — он сжал губы, недоверчиво глядя на соседку. — Я не кусаюсь. Хочу помочь.

Иван протянул ладонь, и Лидия Семеновна, забросив тяжелую мускулистую руку себе за шею, медленно подняла мужчину с земли и тяжело пошла с ним до дома.

Уже в доме, когда сосед с криком приземлился на диван, она спросила:

— Где ваш телефон?

Он показал на стол, и Лида быстро набрала номер скорой, а потом скомандовала:

— Рубашку поднимите.

— Зачем это? — испуганно спросил Иван Петрович.

— Укол сделаю, — соврала Лида и усмехнулась, держа руку в кармане.

Лицо мужчины из багрового мгновенно стало желтым, а потом и белым. Сухими губами он спросил:

— Какой укол? Н-не надо...

Лидия захохотала:

— Вот так вояка! Грозный и страшный, а уколов боится!

— Так я не уколов, а вас боюсь. Вам ведь ничего не стоит меня отравить. Если уж вам кота не жалко...

— Не трогала я вашего кота, — ответила Лида и достала баночку с мазью.

Когда она открыла крышечку, в нос ударила жуткая смесь из запахов скипидара и лаванды. Иван простонал:

— Вы точно меня прикончить хотите! Лучше пристрелите сразу, как честного гусара! — он спрятал нос в подушку.

— Молчите. Скажите спасибо, что не бросила вас, хотя стоило бы за вашу вредность.

— Это я вредный?! — он дернулся, но, заскулив от боли, рухнул обратно. — Кто бы говорил...

— Отставить разговоры! — скомандовала Лида и накрыла мужчину пледом. — Лежите, я скорую встречу.

Когда она вернулась, то испуганно замерла на пороге: лицо соседа разнесло так, что половина превратилась в бесформенную массу, глаз заплыл, а из горла вырывался хрип.

— Что это?.. — только и смогла выдавить Лида.

В этот миг в комнату зашли врачи.

— Что вы дали ему?! — возмущенно выкрикнула одна из них.

— В-вот... — заикаясь, ответила Лида и показала банку с мазью.

— Вы с ума сошли! Это же аллергия!

Врачи быстро сделали несколько уколов, потом выписали рецепт и уехали, оставив указания по лечению.

Лидия сжала ладони и замерла. В полной тишине желудок Ивана заурчал от голода. Он смущенно зажмурился незаплывшим глазом.

— Вы ели сегодня что-нибудь? — спросила Лидия Семеновна.

— Не до этого. Я кота искал, — смущенно ответил мужчина.

— Никуда не уходите, — попыталась пошутить она и убежала к себе.

Пришлось кормить Ивана с ложечки. Глядя, как умело женщина орудует столовым прибором, он выдал:

— Наслаждаетесь своей властью надо мной, да?

— Когда я ем, я глух и нем. Вас этому не учили в детстве?

Иван Петрович сдвинул брови:

— Суп не отравлен?

— Еще одна инсинуация, и я все брошу. Потом придется катафалк вызывать.

— Зачем?

— Для вас. Окочуритесь тут без еды, — она фыркнула.

— И вы позволите? И не екнет ничего? — прищурив незаплывший глаз, спросил Иван.

— С чего бы? Вы наверняка меня бы бросили.

— Не говорите за других, — ответил Иван Петрович и будто невзначай коснулся пальцами ее руки. Потом взглянул Лидии в лицо и прошептал: — Спасибо...

Через две недели, когда Иван почти поправился, они сидели на веранде и пили чай. Генерал вернулся спустя неделю, худой, но гордый. Кнопка сначала боязливо косилась на него, а потом так привыкла, что позволяла коту спать на своей подстилке.

Через месяц Иван преподнес Лидии кольцо. Она долго его рассматривала и спросила:

— Не пойму, из чего оно?

— Помнишь ключ, который ты бросила в меня?

— Да.

— Это он, — Иван взял женщину за руку и внимательно посмотрел в глаза. — Выходи за меня, Лида.

Яна Корякова,
с. Ивановка



Спасти ПОРОСЯТ!

В процессе разведения свиней случаются ситуации, когда маленькие поросята остаются без материнского молока. Бывает, что мать гибнет или потомства слишком

много, и некоторым просто не хватает молока. Если не принять меры, то самые слабые поросята погибнут.

● Прежде всего их нужно поместить в теплое помещение (28-32 °C).

● Детенышей нужно беречь от сквозняков.

● Кормить поросят можно молоком, предпочтительно козьим, поскольку оно более питательное, через соску, продукт должен быть подогретым до 37-40 °C.

● Обычно поросята сосут матку по 20-22 раза в сутки, поэтому в первые 3 дня кормить их нужно 18-20 раз в сутки, но понемногу, не более 50 мл за раз. Перекорм вызовет поносы или запоры, так как на первых порах у детенышей плохо развиты желудок и кишечник.

● Примерно с 5-7-го дня число кормлений нужно постепенно сокращать до 10-12 раз, после следует потихоньку убирать ночные кормления.

● Также не рекомендуется долго кормить поросят из соски. Нужно приучать их пить из блюдечка, постепенно добавляя к молоку жидкую кашу.

● С 5-6-го дня можно понемногу давать сухие подкормки — обжаренные зерна ячменя или пшеницы. Так они со временем научатся есть твердую пищу.

● Постепенно вводите в рацион поросят каши, тертую морковь, зелень, отруби. За один день — только один новый продукт. Например, дали по 2 ст. л. моркови, посмотрели, что все хорошо, на другой день — чуть больше. 3-4 дня, и можно вводить еще что-то новое.

● Обязательна подкормка дробленным мелом. Он нужен для пополнения запасов кальция в крови.

● Посуда и подстилки всегда должны быть чистыми — это обязательное условие. Расстройства стула чаще всего возникают из-за грязной посуды или некачественных кормов.

Василиса Семенгина, Пермский край



Чем помочь КРОЛИКАМ в жару

В прошлом году недосмотрели и потеряли нескольких крупных кроликов из-за жары. Зверьки перегрелись, и помочь мы им уже не смогли, поскольку не знали, что нужно делать. Подскажите, как помочь зверькам при тепловом ударе? И как избежать перегрева в будущем?

Галина Шестакова, Ивановская обл.

Кролики очень тяжело переносят жару. Тепловой удар может наступить очень быстро, если животное будет находиться под действием прямого солнечного света без доступа к тени.

✓ Заметили симптомы теплового удара у кролика? Немедленно перенесите питомца в прохладное место.

✓ Обрызгайте его затем прохладной (не ледяной) водой и приложите к голове влажную тряпку, ее необходимо менять каждые 3-5 минут.

✓ Либо поставьте кро-



лика в таз с едва теплой водой. Ее уровень не должен быть выше 3-5 см.

✓ Напоите животное, поскольку нужно как можно скорее начать восстанавливать водный баланс. Если пить кролик отказывается, поите принудительно из шприца или пипетки.

Важно! Избегайте слишком

быстрого охлаждения питомца при признаках перегрева. Не давайте ему ледяную воду, так как она может вызвать у него шок.

Если по прогнозу погоды обещают жару, а вы собираетесь на время покинуть дом, не оставляйте своих питомцев без дополнительных мер защиты. Прежде всего наполните пластиковые бутылки водой, заморозьте в морозилке и кладите в клетки перед тем, как уйти из дома. Они будут охлаждать воздух.

Положите на пол клетки холодный кафель или гранитный булыжник. Это хоть немного, но поможет кроликам противостоять жаре.

Давайте животным больше свежей травы и овощей, особенно капусты. Поставьте в вольеры неглубокие емкости с водой, чтобы кролики могли в них охладиться. Естественно, клетки должны находиться в тени, и вода в поилках должна присутствовать всегда! Менять воду и в поилках, и в емкостях для купания нужно регулярно.



Как правильно содержать БРОЙЛЕРОВ?



Планируем выращивать бройлеров, но до этого у нас были только обычные курочки-несушки. Остался просторный курятник, а вот двор для выгула совсем маленький. Мне хотелось бы узнать, нужен ли бройлерам простор, или же в этом нет необходимости?

Екатерина Васильева, Воронежская обл.

Бройлеры — это быстрорастущий вид, им выгул не понадобится, достаточно и того, что они смогут перемещаться по курятнику. Чем меньше двигается бройлер, тем быстрее он растет и тем мягче будет мясо. У свободно гуляющих бройлеров мясо жестче.

Небольшой дворик для выгула, конечно, сделать можно. Есть несколько советов для организации правильного пространства.

► Дворик должен находиться в тени, поскольку бройлеры очень тяжело переносят жару.

► Огородите двор со всех сторон сеткой, иначе к вам дикие птицы смогут залететь.

Так вы избежите распространения болезней, и корм достанется именно вашим курам.

► Места должно хватать всем птицам, чтобы они могли спокойно подойти к поилке или кормушке.

► Выносить бройлеров на уличное содержание можно при стабильных ночных температурах: 15 °C — для возраста от 20 дней, 10 °C — от 35 дней.

► Если на улице похолодало, не выпускайте бройлеров гулять, пусть сидят в отапливаемом помещении. Иначе они замерзнут, и может начаться падеж, либо заболеют и будут плохо набирать вес.



Увеличить удой у КОЗОЧЕК



Наши козы стали меньше давать молока. Пасутся так же, кормим и ухаживаем как обычно. Вроде бы ничего не изменилось, а удой хуже! Подскажите, в чем может быть причина и как ее устранить?

Елена Авдеева, Самарская обл.

Очень часто удои снижаются из-за болезней. В первую очередь это — заболевания молочной железы: *скрытый мастит, травмы вымени, кисты железы*. Животное становится тревожным, беспокойным либо, наоборот, вялым и апатичным.

Внимательно осмотрите вымя, не появились ли на нем узелки или уплотнения, сыпь, нет ли следов травм. При воспалении вымя горячее, напряженное, кожа сухая, а в молоке появляются посторонние вкрапления — сгустки, возможны следы крови, оно становится слишком жидким, расслаивается. В этом случае

пригласите ветеринара, чтобы тот назначил соответствующие препараты.

Удои могут понижаться из-за нарушения микроклимата в козлятнике. Когда там холодно, сыро, наблюдается высокая скученность, удойность падает.

✓ Лучше всего козы себя чувствуют при температуре 18-20 °C.

✓ Необходимо, чтобы помещение хорошо проветривалось.

✓ Очень важно отсутствие сквозняков.

✓ Подстилка должна быть чистой и сухой.

✓ Если козлятник не утеплен, делайте слой подстилки толстым, это позволит удержать тепло.

✓ Козам всегда нужно иметь доступ к чистой воде. Чтобы молоко хорошо вырабатывалось, в организм животного должно поступать достаточно жидкости.

✓ Если в козлятнике холодно, воду лучше давать подогретой, особенно котным козам, так как ледяная вода может спровоцировать выкидыш.

Важно! Для повышения удоя добавьте в рацион сочные корма, витамины и добавки. К сочным относят фрукты (нужно вынуть косточки) и овощи: кормовая свекла, капуста, морковь, топинамбур, вареный картофель. Обязательно включите в рацион коз поваренную соль (15-20 г в день) и смесь из мела и костной муки (по 10-12 г).



ИНДЮКИ для разведения

Выращивание индюков становится все более популярным. Это очень прибыльное дело, потому что в среднем взрослый самец весит около 20 кг, а самка — 10-13 кг. И такой вес они набирают при относительно небольших затратах по содержанию и кормлению.

Птицеводы останавливают свой выбор на тех породах, которые могут быстро набрать большой вес за небольшой промежуток времени. Одна из них — тяжелый мясной кросс Биг-6.

Самцы данного вида могут набирать вес до 30 кг, а самки — до 16-18 кг. Птица легко переносит российский климат, не требует сложного ухода. Мясо у них диетическое, очень нежное и вкусное. Забивают птицу, как правило, в 5-6 месяцев, пока она не начала набирать жир.

Маленьким индюшатам дают стартовый комбикорм, постепенно добавляя в рацион зелень, особенно зеленый лук. После месяца в рацион вводят рыбную и мясокостную муку, молотые бобовые (горох, сою), зерновые смеси, творог, пахту и сыворотку, подсолнечный жмых.

Когда же птица подрастет, при хорошей погоде ее можно будет выпускать на свободный выгул. Индюки очень любят свежую траву, так что дополнительный подножный корм им просто необходим.

Следует учесть, что молодняк индеек плохо переносит сырость, поэтому содержать их нужно только в теплом помещении, где нет сквозняков.

Петр Алексеев, Московская обл.



Воцерквленному человеку очень важно понимать, какие дела от Бога, а какие — нет. На вопросы наших читателей отвечает протоиерей П. И. Орлов из Ивановской области.



ОТЧЕ НАШ...

Нужно ли каждый день читать утренние и вечерние молитвы из молитвослова? Читаю я их давно, выучила многие наизусть и частенько замечаю, что во время молитвы думаю о другом, особенно если тороплюсь по делам. Может, нужно поменять молитвенное правило?

Дарья Сергеева, Ивановская обл.

В утренних и вечерних молитвах есть все необходимое для человека: благодарение Бога, исповедание веры, прошения, которые выражают все нужды нашей души. Их составили люди, которые имели смиренномудрие, сам Дух Божий вразумил их, как и о чем просить Бога.

Чтобы не отвлекаться во время молитвы, никогда нельзя торопиться. Если у человека есть 10 минут на молитву, то не надо пытаться уложиться именно в это время. Лучше все прочитать по частям в течение дня. Главное — не забыть! От утренних и вечерних молитв зависит, как мы проведем дневное и ночное время. В свою очередь, от того, как мы проведем день, будет зависеть, как будем мы молиться утром и вечером.

КРЕСТИК ПРЯТАТЬ?

Я ездила в паломническую поездку и в церковной лавке приобрела красивый нательный крестик. Сестра, которая мне его продала, сказала, что крест нужно носить только под одеждой, а почему — не объяснила. Обязательно ли прятать крестик под одежду?

Дина Хвостова, г. Новотроицк

Такая уж сложилась традиция, что нательные кресты носят под одеждой, то есть на теле. Это хороший, благочестивый обычай. Нарочито показательное ношение православного крестика Церковью не одобряется. Ведь в Писании сказано: «Помолись Богу тайно — и Он воздаст тебе явно! А кто молится Богу явно, показывая это другим, тот лицемер и уже получает награду свою!» Крестик не является украшением и недаром называется нательным. Но если он просто виден из-под одежды, то ничего нет в этом плохого.



ВЕРИТЬ ЛИ В ПРЕДСКАЗАНИЯ

В последнее время буквально в каждой газете натыкаюсь на статью о различных предсказаниях. Часто в них ссылаются на старцев или отшельников. Можно ли верить таким предсказаниям? Честно говоря, о большинстве старцев, о которых идет речь в подобных статьях, я даже и не слышала никогда.

Екатерина Зуборова, Орловская обл.

Сейчас столько «старцев» и «отшельников» развелось, что невольно задаешься вопросом: откуда их столько взялось? Многие себя сами в старцы возводят и предсказания выдают по пуду на день. Пророчество немислимо без других добродетелей. Одна из них — смирение. Святой Паисий Святоторец хорошо знал, что каждый может допустить ошибку. Говоря о событиях будущего, он имел обыкновение начинать со слов «помысел говорит мне». Он не определял конкретные сроки. Он верил, что, если изменится человек, может изменить ход событий и Бог, как это происходило в Ветхом Завете.

Я бы не советовал вам увлекаться пророчествами, тем более изложенными от имени первоисточника через вторых и третьих лиц. Это не принесет вам пользы, введет в смущение и отвлечет от духовной жизни. На мой взгляд, нужно больше читать Библию и творения святых отцов, а то, что нам дано пережить, от нас никуда не денется.



МОЖНО ЗАРАНЕЕ ПОКУПАТЬ ВЕЩИ НОВОРОЖДЕННОМУ?

Моя невестка ожидает ребенка. Я потихоньку покупаю вещи для будущего малыша, недавно сшила нарядное одеяло, связала несколько пинеток и шапочек. Когда это увидела сватья, разразился скандал. Она уверена, что до рождения ребенка нельзя ничего ни покупать, ни вообще подготавливать, мол, так можно накликать беду на ее дочь и внука. Правда ли это?

Галина Уварова, Ярославская обл.

Конечно, покупать и готовить вещи можно! Не забивайте голову пустыми суевериями. Вспомните, на Руси женщины всегда сами пряли, ткали, шили, вязали. Отложить это дело до рождения ребенка значило оставить его попросту голым. А в советские времена не так-то и легко было собрать приданое для малыша за пару дней, поэтому все готовили заранее. Так что совершенно очевидно, что это суеверие возникло в последнее время, когда все можно приобрести очень быстро.

Лучшее, что я могу посоветовать — пусть ваша невестка молится Божией Матерью, почаще исповедуется и причащается. Положитесь на волю Божию, а от приготовления детского приданого получайте лишь положительные эмоции.



**На вопросы подписчиков
отвечает юрист В. И. ВЛАСОВ**



Возможна ли прибавка к пенсии после смерти супруга?

Недавно скончался мой супруг. Мы оба на пенсии, но поскольку я была домохозяйкой, пенсию получаю совсем небольшую. Супруг всегда достаточно зарабатывал и обеспечивал семью, а я занималась детьми и хозяйством. Могу ли я рассчитывать на какую-либо прибавку к своей пенсии после смерти мужа? Его пенсия была в разы больше моей.

Екатерина Маслова, Рязанская обл.

Согласно статье 10 Закона «О страховых пенсиях», право на пенсию по случаю потери кормильца возникает у овдовевшего супруга, если он достиг пенсионного возраста или признан инвалидом (иными словами, является нетрудоспособным). Здесь необходимо иметь в виду, что это не полный перевод выплат скончавшегося мужа его жене, а новый вид пенсии со своими правилами расчета. Вдова не будет полностью получать выплаты, которые ранее причитались ее супругу.

Пенсия по случаю потери кормильца состоит из 2 частей: фиксированной выплаты и страховой части. Размер фиксированной выплаты одинаков для всех, страховая же часть у каждого своя: ее размер зависит от количества пенсионных баллов, заработанных скончавшимся супругом. Также нужно учитывать, что в эту пенсию не входят различные доплаты и надбавки. Так, если муж получал выплаты за «северный» или «сельский» стаж, в связи с инвалидностью или 80-летним возрастом, вдове они начисляться не будут. Таким образом, переход будет выгоден, в случае если супруг имел длительный стаж и высокие заработки.

Как выписать дебошира

У бабушки в частном доме прописан ее сожитель и живет там уже довольно давно. Поначалу все было нормально, но теперь он сильно пьет, ведет себя ужасно. Можем ли мы его выписать и выселить принудительно? Добровольно покидать дом он отказывается. Собственником дома является бабушка.

Нина Орлова, Калининградская обл.

Как только этот человек начнет дебоширить, вызывайте полицию и пишите заявление. Также необходимо будет подать заявление в суд. Снятие с регистрационного учета без согласия лица возможно, только если данное лицо не имеет долю в праве собственности на жилье. Но и при отсутствии доли это возможно только в судебном порядке. Чтобы суд принял решение в вашу пользу, необходимо заручиться свидетелями и доказательствами того, что поведение такого граж-

данина угрожает безопасности, приводит к порче имущества и т. д. В таком случае суд может принять решение не только о выписке, но и о принудительном выселении такого жильца.



Границы участков с соседями

У меня в собственности земельный участок. При определении границ обнаружил, что соседские постройки (часть гаража и баня) заходят на мой земельный участок. Как мне действовать в такой ситуации?

Петр Попов, Ставропольский край

Если гараж и баня находятся в собственности вашего соседа, то перед проведением межевания вам необходимо провести согласование границ. Это необходимо, чтобы впоследствии избежать судебных тяжб со стороны соседа.

Если у соседа проведено межевание и границы его земельного участка уже определены на местности, при этом края ваших участков пересекаются, вам необходимо будет обратиться в суд с исковым заявлением об установлении границы смежных земельных участков. При этом будет назначена судом и проведена судебная землеустроительная экспертиза. Ходатайствовать о ее проведении будете вы, как и первоначально оплачивать ее стоимость. В дальнейшем стоимость экспертизы будет отнесена к судебным издержкам, которые будут взысканы с проигравшей стороны.

Законен ли отказ в рецепте?..

Участковый врач не выписывает мне рецепт на льготный препарат, мол, его все равно нет в наличии. Прав ли он?

Ульяна Васильева, Ярославская обл.

Этот отказ является незаконным, т. к. даже если препарата нет в данный момент в аптеке, при получении рецепта аптека обязана в десятидневный срок закупить то, что в нем указано. Без рецепта и никаких обязательств у аптеки нет, и лекарства вы не дождетесь. Настаивайте, а если врач продолжает отказывать в выписке рецепта, напишите жалобу на имя главного врача медицинского учреждения или позвоните по горячей линии министерства здравоохранения вашей области.



Пусть поет душа!

В такие моменты хочется думать только о хорошем, приятном. Обязательно песня какая-то вспомнится из того

Линная астрожка **18 лет**

Лунная дорожка

Автор текста: С. Алиханов
Композитор и исполнитель:
Ю. Антонов

Вновь восходит луна
 над моею судьбой
И идет по извечному кругу.
И покажется мне,
 снова шепчет прибой
То, что мы говорили друг другу.
А когда проходили вдали корабли,
Мы сжимали сильней наши руки,
Вдаль по лунной дорожке
 незаметно ушли
Наши встречи и наши разлуки.

Припев:

/Лунная дорожка блистает серебром,
Она идет за мной, как след за кораблем./ 2 раза

Колдовскую дорожку
выстилает луна,
И чтоб прошлое мы не забыли,
Вдаль по темной воде убегает она
В те года, где мы счастливы были.
Припев (2 раза)

Вновь восходит луна
над моею судьбой
И идет по извечному
кругу.

И покажется мне,
снова шепчет
прибой
То, что мы
говорили
друг другу.

Припев
(2 раза)



18 лет

Из к/ф «Ваш сын и брат»
Автор текста: В. Застрожный
Композитор: О. Гришин
Исполнитель:
Пензенский русский народ-
ный хор им. О. В. Гришина

За рекой, за лесом
солнышко садится.
Что-то мне, подружки,
дома не сидится!
Сладкая истома,
черемухи цвет...
Усидишь ли дома
в восемнадцать лет?!

Звездочки, росинки
на лугах мерцают.
Сердце ждет чего-то,
бьется, замирает.
Шорохи ночные, мягкий
лунный свет,
Зори золотые,
восемнадцать лет.

Паренек кудрявый
прошептал три слова
И увел девчонку
от крыльца родного.
Мята луговая уронила цвет.
Радость молодая
в восемнадцать лет.

За рекой, за лесом
солнышко садится.
Мне теперь, подружки,
дома не сидится.
С ветки облетает
черемухи цвет.
В жизни раз бывает
восемнадцать лет.



Поручение



Из к/ф «Испытание верности»
Автор текста: М. Матусовский
Композитор и исполнитель:
И. Дунаевский

В Москве, в отдаленном районе,
Двенадцатый дом от угла,
Чудесная девушка Тоня
Согласно прописке жила.

У этого дома по тропке
Бродил я, не чувствуя ног.
И парень был в общем не робкий,
А вот объяснить не мог.

И как я додумался, братцы,
И сам до сих пор не пойму,
В любви перед нею признаться
Доверил дружку своему.

Под вечер запели гармони,
И стал небосвод голубым,
Тогда и отправился к Тоне
Мой друг с порученьем моим.

Но долго стоял я в обиде,
Себя проклиная тайком,
Когда я их вместе увидел
На танцах в саду городском.

И сердце забилося неровно,
И с горечью вымолвил я:
«Прощай, Антонина Петровна,
Не спетая песня моя!..»

В любви надо действовать смело,
Задачи решать самому,
И это серьезное дело
Нельзя поручать никому!



Ответы на сканворд,
опубликованный в № 1

[illegible]



Не сплпнется?

Как-то раз привели ко мне внука 3 лет, а он нашел у меня на столе вазочку с конфетами и давай уплетать. Мне

не жалко, но потом родители ругаться будут. Спрашиваю внука:

— Федя, а у тебя попа не сплпнется столько конфет есть?

На что внук невозмутимо отвечает:

— Деда, ты что, я же конфеты ртом ем!

Игнат Петрович, г. Белгород

Куклы в огороде

Было нам с сестрой тогда 5 и 7 лет, и приехали мы к бабушке в деревню. Бабушка попросила нас помочь в огороде — траву убрать, а нам не хотелось. Бабуля и придумала целую сказку, что в траве могут куклы расти!

Мы сразу и побежали траву рвать. Целый час работали, но кукол не нашли.

Прибежали мы к бабушке с обидой, мол, не растут там никакие куклы. Она говорит: «Плохо, наверное, искали, вот же они!» — и достала из серванта две новые куклы и подарила нам. Так мы потом всем и рассказывали, мол, в огороде надо лучше работать, тогда можно и кукол найти!

Виктория Добравова, Архангельская обл.

Хочешь собаку?

Ухаживай за камнем!

Перед своим 7-м днем рождения я начал выпрашивать у родителей собаку. Обещал, что буду сам ее выгуливать и кормить. Отцу надоело это и он сказал: «Хочешь собаку — научись ухаживать за ней. Потренируйся на камне. Его и корми, и гуляй с ним. Посмотрим, будет ли камень расти от твоей заботы».

Начал я ухаживать за камнем. Утром таскал его во двор, ставил перед ним миски с травой и водой. И замечал, что камень и правда становится больше.

Я стал уставать от тяжести и однообразия. Лишь через несколько лет папа признался, что раз в несколько дней он менял камень на экземпляр побольше. Но собаку я все-таки купил себе, когда вырос и начал жить отдельно!

Тимур Сидоренко, г. Новороссийск

Овощи — это деликатесы

В детстве я была ужасной сластеной и постоянно просила у мамы купить мне конфеты. Она сначала покупала, но зубы у меня портились сильно. Тогда мама придумала хитрость: «Смотри, дочка, конфет дома много, а овощей мало у нас. Потому что овощи — это деликатес! Их сложнее купить, и стоят они дороже».

Как говорить, запретный плод сладок, поэтому вскоре я перестала просить конфеты, мне стало интересно попробовать эти овощи, раз они такие деликатесы! А мама подогревала мой интерес, обращая внимание на рынке на необычные овощи, которых я раньше даже не видела.

Я стала выпрашивать уже цветную капусту и желтые помидоры. С тех пор я овощи люблю больше всего, хотя, конечно, давно поняла мамин хитрый план. И своим детям я сразу рассказала про деликатесные овощи. Уж не знаю, почему, но это работает!

Лариса Степанова, Курская обл.

Папа может!

Дело было в деревне, дочке Анечке было года три. Вышли мы во двор, я дрова рублю, а дочка бегает вокруг. Стало ей интересно, что соседи делают, забралась она на забор и увидела соседку с другой стороны.

— Тетя Катя, а почему твой муж не помогает тебе ягодки собирать?

— Устал, пошел отдохнуть, — отвечает соседка.

— А мой папа не устает и все умеет! Дрова рубит, ягоды собирает и детей делает! Хочешь, он тебе тоже такую же девочку сделает? Я с ней играть буду!

Все бы ничего, посмеялись и забыли, но потом оказалось, что соседка как раз была беременна на тот момент. И когда она родила, Анечка считала, что это я «помог» тете Кате по-соседски, и всем подряд об этом рассказывала.

Виталий Сурнин, Московская обл.

