

Суперсоветы для всей семьи

плюс
ВНУТРИ
6 полезных
СХЕМ

16+

Сваты

Толока

№ 6 (120), март 2018 г.

**КОГДА БОЛЬ
НА ПОЛЬЗУ**

стр. 4

**7 НЮАНСОВ
монтажа
гипсокартона**

стр. 11

**УГОЩЕНИЕ
НА СЛАВУ**

стр. 21

- ❖ Пасхальный кулич «Отменный»
- ❖ Закуска «Охотничья»
- ❖ Крашенки на любой вкус

Выгодно!

Подпишитесь на любимые «Сваты» и сэкономьте деньги! Наши подписные индексы:
83420 «КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ»;
82621 «Пресса России»;
П1215 «Подписные издания».
Официальный каталог ФГУП «Почта России».

ISSN 2305-5693

18006>



9 772305 569995

Остров везения

Семейный оплот в море неурядиц

стр. 24

СОВЕТЫ ЮРИСТА ❖ САД ❖ ДОМОВОДСТВО ❖ КУЛИНАРИЯ ❖ ЗДОРОВЬЕ ❖ ПСИХОЛОГИЯ ❖ СКАНВОРД

Всегда с вами!

Наши добрые знакомые



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



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

Чудак с «закидонами»

Лет 10 назад к нам в газету заявился паренек: худющий, смотрит настороженно. Говорит: умею делать фокусы, которые разве что Копперфильду под силу. Первым желанием было — вежливо распрощаться: непризнанных гениев в редакциях повидали немало. Но огонь отчаяния в глазах парня заинтересовал журналистку. Поговорила с ним. «Копперфильд» показал обалденные фокусы и, оттаяв, горько посетовал: для окружающих он — «сельский дурачок с закидонами».

— Но я-то знаю, на что способен! И добьюсь своего — мне бы немножко поддержки!

Газета написала про него. Материал попался на глаза сведущим людям. Сегодня тот чудак — известный в стране иллюзионист. Не Копперфильд (пока!), но над тайнами его искусства тщательно ломают головы лучшие маги. «Закидоны» оказались здоровыми амбициями. А амбициозные люди — всегда чуток чокнутые: пытаются изменить мир, вместо того чтоб благо-разумно приспособиться к нему. Да, торчащий гвоздь у нас забивают. Но по мне, так лучше быть таким «гвоздем», чем молотком.

Потому что прогресс — это не обезьяна, взявшая палку в руки. Прогресс — это амбиции чудаков: доказать, что «все-таки она вертится!», открыть Америку, забросить спутник в космос или вырастить на даче невиданные помидоры...

Верьте в себя и не бойтесь «закидонов».

Удачи!

Александр ТОРПАЧЕВ, редактор

Только по 31 марта!

Подходит к концу досрочная подписка на газеты и журналы на 2-е полугодие 2018 года. Выпишите «Сваты» по нынешней цене сегодня — и вы застрахуете себя от возможного подорожания подписки завтра! Экономьте со «Сватами»!

Наши индексы: П1215 — «Подписные издания». Официальный каталог ФГУП «Почта России», 83420 — «КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ», 82621 — «Пресса России».

Рассольник у меня получается особенно вкусным, потому что знаю один секрет: перловую крупу предварительно 3-4 минутки пассерую на сковородке с кусочком сливочного масла.



Не надо упреков

Заметила, что воротник невесткиного пальто слегка залоснился от носки. Не стала упрекать молодую хозяйку: тайком от нее растворила в рюмочке нашатырного спирта чайную ложку соли (с горкой), смочила ватный диск и аккуратно протерла проблемные места на воротнике. Красота!



Вот и весна — пора прятать зимние сапоги. Ставлю их вертикально в шкаф до будущего сезона, а чтобы сохранили форму и кожа не потрескалась, вкладываю в голенища скрученные в трубки толстые глянце-вые журналы.

Кипяток с геометрией

Надо выровнять пряжу, полученную из распущенного старого шерстяного свитера? На кастрюле с водой закрепляю в виде треугольника три деревянные бельевые прищепки, наматываю на них нитки и ставлю на газовую конфорку. Кипящая вода — отличный «выпрямитель» для пряжи!



Понадобилось развальцевать металлическую трубку. Выручила электродрель: зажал в патроне сверло (его диаметр — чуть больше, чем у трубки), переключил механизм вращения с рабочего на «реверс», включил — за три секунды выполнил работу.



Без заусенцев

Когда режешь жестяной лист ножницами по металлу, всегда есть риск, что образуются заусенцы. Дам три совета, как этого избежать. Во-первых, лезвия ножниц должны двигаться строго перпендикулярно плоскости листа, без перекаса. Во-вторых, инструмент постоянно прижимайте к краю реза. В-третьих, лезвия не сжимайте до полного смыкания. Линия реза выйдет идеальной!

Весной нагрузка на «дворники» автомобиля возрастает: дожди плюс грязь из-под колес. Стекла очистятся быстрее и качественнее, если добавляю в бачок омывателя несколько капель шампуня. Да и ветровое стекло меньше страдает от грязевого «наждака».



В помощь пылесосу

Щетка для чистки ковров на нашем стареньком пылесосе совсем износилась и «облысела». Идти в магазин за новой? Зачем?! В деревянной основе обычной одежной щетки сверлом Форстнера высверлил отверстие под диаметр патрубка пылесоса, выстриг лишнюю щетину. Насадил на шланг — работает!



Наш эксперт —
кандидат медицинских наук Алла Черненко



Корь: возвращение?

Что большинство из нас знает о кори? «Детская» инфекция, передается по воздуху при разговоре, кашле, чихании. Но вспомним, насколько опасен вирус!

Он сохраняется в помещении в течение 2-х часов после того, как его покинул больной.

Способен распространяться по вентиляционным трубам.

«Селится» в верхних дыхательных путях, поэтому первые симптомы (кашель, насморк, повышение температуры) часто путают с простудой, пока не появится кожная сыпь.

Специального лечения кори нет, в основном врач назначает лекарства, подавляющие симптомы. Если высокая температура держится 5-7 дней, возрастает вероятность осложнений. Самые опасные — пневмония и энцефалит, также — инфекции ушей и глаз, ларингит и бронхит, диарея. При неблагоприятном исходе болезнь может привести к глухоте, слепоте, выкидышу у беременных.

Единственное надежное средство защиты от кори — прививка! Детям пройти вакцинацию нужно дважды — в 1 год и 6 лет, но впервые сделать укол можно в любом возрасте.

Угораздило заболеть?

Вызывайте врача на дом, соблюдайте постельный режим. Необходимо изоляция пациента от не переболевших корью людей!

Принимайте жаропонижающие препараты, ребенку можно делать холодные компрессы — на лоб, шею, запястья и подмышки.

При сильном кашле помогут отхаркивающие лекарства и муколитики (последние давать детям до 2 лет запрещено!). Действенно полоскание горла раствором соды или отварами ромашки, календулы.

Их же можно применять для промывания глаз.

При аллергических реакциях, высыпаниях на коже и зуде — антигистаминные средства.

Для выведения токсинов из организма рекомендую обильное теплое питье — до 2-3 л в сутки.

Чтобы поддержать организм, принимайте дополнительные дозы витаминов А и С, а также иммуностимуляторы.

Ежедневно меняйте больному нательное и постельное белье, чтобы сыпь не возникала повторно. Каждый день проводите влажную уборку, чаще проветривайте помещение.

Статистика

По данным эпидемиологов, в Беларуси от кори привито 98% населения, здесь наблюдаются лишь единичные случаи заболевания.

В России в 2017 г. зарегистрировано 367 больных.

В Украине в прошлом году диагноз был подтвержден 3382 лицам, зарегистрированы и смертельные случаи. Причина вспышки заболевания — отказ от проведения прививок.

«Улучшаем зрение без операций»

Взгляните на мир здоровыми глазами!

Из нового спецвыпуска «Народного доктора» вы узнаете, как улучшить зрение с помощью питания, гимнастики, фитотерапии. А еще ознакомьтесь с уникальными авторскими методиками.

Уже в продаже!



Не дави!

Нарушения в работе систем крово- и лимфообращения ведут к проблемам в организме: ухудшается иммунный отклик, клетки страдают от недостатка питания и неадекватного отвода продуктов их жизнедеятельности. Как следствие — отеки, аллергии, патологии костно-мышечной ткани, варикозы, сбой обмена веществ.

Нередко сдавливающее воздействие на ткани организма оказывают одежда (тугие резинки на юбках, носках, узкие шапки, неправильно подобранный бюстгальтер) и обувь, нарушая кровообращение и лимфодвижение.

❖ Пересмотрите свой гардероб: отложите в сторону одежду с тугими резинками, водолазки с очень узкими горловинами.

❖ Откажитесь от аксессуаров, которые оставляют на коже следы и давления (наручные часы, браслеты, кольца, цепочки).

❖ Выбирайте нижнее белье по размеру или даже чуть больше.

❖ В начале весеннего сезона предупредите женщин: босоножки с ремешками, которые впиваются в кожу, — не лучший выбор.

Александр МОИСЕЕВ,
специалист по массажу, Ленинградская обл.



«Колючий» чай

В 100 г лимона содержится 40-50 мг витамина С. Тогда как в таком же количестве ягод черной смородины — 250 мг, в сушеных листьях ее — 550 мг, а в иглах хвойных деревьев около 700 мг! Интересно, что зимой витамина С в иглах даже больше, чем летом.

Заварите себе хвойный чай из свежего сырья кедра, сосны, ели или пихты. Промойте под краном, нарежьте ножницами на фрагменты 3-4 мм: иначе витамин С не перейдет в чай через плотную оболочку. Залейте 1 ч.л. сырья стаканом воды с температурой приблизительно 80 °С. Настаивайте 15 минут. В напиток можно добавить травы (кипрей, листья брусничника) и мед по вкусу. Отлично укрепляет иммунитет!

Ольга КОВАЛЕВА, травница,
хозяйка магазина
«Травники Сибири», г. Красноярск



АКЦИЯ! АРНЕВИА

НАТУРАЛЬНОЕ СРЕДСТВО
ПРИ ТРАВМАХ И ВОСПАЛЕНИЯХ

Траумель С

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Реклама

Кислотность — вниз

Снизить кислотность желудочного сока мне помог такой настой. Смешала сухое сырье: траву тысячелистника, зверобоя и чистотела, цветки ромашки (3:3:1:3). 1 ст.л. сбора заливала стаканом кипятка, держала под крышкой около часа, процеживала. Трижды в день принимала по 3-4 ст.л. за полчаса до еды. Курс — 10 дней.

Дарья, по электронной почте



Комментарий специалиста

Применение такого сбора улучшает состояние пищеварительного тракта. Но сперва необходимо проконсультироваться с гастроэнтерологом, особенно если вы одновременно принимаете лекарственные препараты. Ни в коем случае не превышайте дозировку, а также продолжительность лечения — при неразумном использовании травы могут причинить вред здоровью. Тысячелистник способен вызывать головокружение, обострение варикоза, увеличивает уровень свертываемости крови. Зверобой — сужение сосудов, что в свою очередь провоцирует гипертонию. Чистотел — ядовитое растение, поэтому его доля в сборе особенно строго регулируется. Длительное лечение ромашкой чревато раздражительностью, головными болями.

Такой настой противопоказан в период беременности и лактации. Кроме того, соблюдайте условия хранения трав: в защищенном от света месте и не более 2-х лет.



Виктор ЛОГИНОВ,
терапевт, г. Казань



Наш эксперт — врач
Гульнара Шайхутдинова, г. Казань



Когда боль на пользу

Всегда ли нужно купировать боль анальгетиками?

— Боль может настигнуть врасплох: на даче, в командировке, на курорте. Иногда приступ резко ухудшает состояние и требует немедленно приема анальгетика. Но при этом стоит помнить: «выключить» боль — значит, «выключить» сигнал о неполадках в организме, но не устранить их причину.

Мои советы

- ★ Если терпеть можно, то повремените с приемом анальгетиков, которые маскируют симптомы болезней. Для диагностики врачу важно знать характер боли (тупая, пульсирующая, стреляющая) и ее локализацию.
- ★ Отметьте факторы, которые провоцируют приступ. К примеру, при долгой работе за компьютером из-за статического напряжения мышц могут страдать шея, плечи. Чтобы облегчить состояние, массируйте эти области, делайте лечебные упражнения.
- ★ Предоставьте врачу список всех принимаемых лекарств — чтобы выявить совместимость таблеток.

Лариса Олеговна, Ленинградская обл.

- ★ Иногда целесообразно применять не анальгетики, а спазмолитики (для снятия спазма) или миорелаксанты (расслабляют мышцу — нерв перестает быть зажатым, и боль прекращается).
- ★ Без рекомендации врача не комбинируйте несколько анальгетиков — длительный курс приема повышает риск развития лекарственного гепатита (опасные симптомы: кожа желтого оттенка, зуд и лихорадка, тошнота и рвота).
- ★ Средство не помогает? Вместо самостоятельного увеличения дозировки попросите врача заменить препарат другим.
- ★ При длительном приеме обезболивающих в виде таблеток раздражают желудочно-кишечный тракт, могут вызвать обострения гастритов и язв. Поэтому пациентам, в анамнезе которых есть подобные сложности, для купирования боли лучше применять мази, инъекции или свечи.

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





АКЦИЯ! АРНЕВИА

НАТУРАЛЬНОЕ СРЕДСТВО
ПРИ ТРАВМАХ И ВОСПАЛЕНИЯХ

Траумель С

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Реклама

Наш эксперт — ортопед-травматолог
Виталий Шве́ц, г. Уфа



Возрастное плоскостопие

Мне 45 лет. Стала замечать отечность стоп, боль в ногах. Может ли развиваться плоскостопие в моем возрасте?

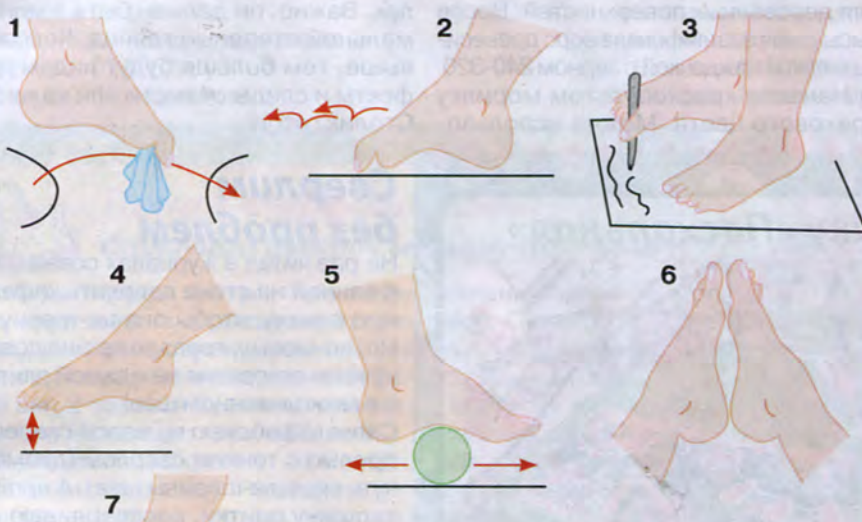
Лилия Марковна, г. Псков

— После 40 лет кости легче поддаются деформации, к тому же мышцы со временем изнашиваются. Если изменилась форма стопы, появились боль, отечность, натоптыши — вероятно, у вас возрастное поперечное плоскостопие. Это предвестник заболевания халюс вальгус — деформации, которую исправляют лишь оперативным вмешательством. Однако похожие симптомы могут давать и другие болезни (артриты, неврома Мортон), невылеченная травма. Поэтому обязательно пройдите обследование у врача. При вышеуказанных симптомах уплощается свод стопы в поперечном направлении, а ее передняя часть расширяется — привычная обувь становится узкой. Усугубляет проблему избыточный вес, частое ношение обуви на высоких каблуках. Страдают не только те, кто вы-

нужден постоянно находиться на ногах, но и офисные работники (мышцы ослабевают из-за отсутствия нагрузки). Если долго не обращать внимания на болезнь, то она спровоцирует боли в спине, коленях, будет способствовать гиподинамии и набору веса.

Что делать?

- ❖ Носите комфортную обувь;
- ❖ ортопедические стельки лучше изготовить под заказ, учитывая индивидуальные особенности стопы;
- ❖ дома лежите или сидите с поднятыми на уровень туловища стопами;
- ❖ для облегчения боли при носке обуви используйте специальные валики, разделяющие пальцы;
- ❖ после консультации с врачом можно выполнять упражнения для развития ножных мышц, ослабление которых приводит к развитию плоскостопия:



- | | |
|------------------|------------------|
| 1 — сборщик; | 5 — эquilibрист; |
| 2 — гусеница; | 6 — корабль; |
| 3 — художник; | 7 — маляр. |
| 4 — барабанищик; | |

Комментирует диетолог
Екатерина Будняк, г. Могилев

Мясо? В меру!

Слышала, что пожилым людям рекомендуют ограничить потребление мяса, а лучше вовсе стать вегетарианцем. Так ли это?

Екатерина Д., г. Воронеж

— С возрастом в организме замедляется общий обмен веществ, потребность в белках сокращается.

Пожилые люди меньше двигаются, не так интенсивно работают, снижаются ферментативная активность, моторные функции желудка и кишечника. Поэтому количество мясных продуктов в меню действительно лучше ограничить — в частности, минимизировать потребление красного мяса. Это станет профилактикой атеросклероза, инфарктов, инсультов, подагры, артериальной гипертензии.

Но полностью исключать красное мясо из рациона людям зрелого возраста не стоит: это ценный источник белка, а также витаминов группы В. Правда, свинину и говядину советую есть не чаще 2 раз в неделю, а отдавать предпочтение мясу курицы, индейки, кролика. Главный источник белка для людей старше 50-60 лет — рыба, морепродукты, кисломолочка. Кстати, рыба — это еще и полезные жирные кислоты.

Сделайте акцент на фрукты и овощи. Ежедневно рекомендую есть каши, желательно не из хлопьев, а из цельнозерновых или медленно перевариваемых круп: перловой, ячневой, овсяной, гречневой.

Не забывайте и о питьевом режиме. Обычной воды пейте не менее 1,5 л в день (при нормальном весе, если врач не ограничил это количество по имеющимся показаниям — к примеру, при сердечной недостаточности).





Судьба старого комода

Старый комод от сырости растрескался, столешница и фасады выгнулись, шпон встал дыбом, а ящики выдвигались с жутким скрипом. Решила дать мебели второй шанс.

Фасады ящиков и столешницу заменила новыми мебельными щитами.

Сколы и трещины на боковинах замазала шпатлевкой по дереву.

Из двух слоев трехмиллиметровой фанеры электролобзиком выпилила узорные детали (при наложении на деталь чуть шире другой). Прикрепила декор на основу клеем.

Всю поверхность комода зачистила наждачкой, загрунтовала и покрасила алкидной эмалью.

Для придания объемности узорным деталям выполнила их патинирование по контуру.

Отполировала направляющие (деревянные бруски).

И последний штрих — добавила на ящики новые ручки. Результат радует!



Ольга СКОПЦОВА,
г. Санкт-Петербург. Фото автора



Подставка под чашку «Пасхальная»

По шаблону выкроите из однотонной хлопчатобумажной ткани две детали, из лоскута с рисунком — одну для декора лицевой стороны, из ватина — также одну деталь основы. Припуски на швы — по 0,5 см. На лицевой части подставки разместите декор и тесьму «выюнок», пристрочите их швом «зигзаг». Из однотонной ткани выкроите рулик шириной 4 см. Соберите «бутерброд»: обе заготовленные детали изнанкой одна к другой, между ними — прослойка ватина. Обшейте подставку руликом, отпарьте.

Елена КИРЯШИНА,
г. Ульяновск. Фото автора



Смотрите
схему № 1
на стр. 15

«13-й СТУЛ»

до

после



Наш эксперт — дизайнер
Алена Лабус, г. Минск



Элегантность кофейного столика



Изменила дизайн выдавшего виды кофейного столика, подчеркнув его изящные резные ножки из массива бука.

Первым делом убрала «лишние» детали — стеклянную столешницу и круглое основание из ДСП. Ножки тщательно зачистила наждачкой, чтобы полностью снять лаковое покрытие.

Вырезала новую круглую столешницу и «посадила» ее на ножки с помощью деревянных шипов и клея ПВА, оставила сохнуть на сутки. Для надежности усилила крепление ножек со столешницей шурупами, ввинченными снизу вверх по диагонали. Головки шурупов утопила внутри древесины и «спрятала» акриловой шпатлевкой для дерева.

Покрываете прозрачным грунтом для деревянных поверхностей. После высыхания зашлифовала ворс древесины мелкой наждачкой с зерном 240-320.

Нанесла краскопультом морилку орехового цвета. Можно использо-

вать и кисть, но при этом регулировать насыщенность тона не получится — она будет максимальной.

Подчеркнула рельефность резных элементов с помощью черной патины и тонкой синтетической кисти. Патину можно заменить на разбавленную водную акриловую краску, заколерованную в черный цвет. Излишки сняла влажной тряпочкой.

С помощью краскопульта нанесла финишное покрытие — прочный полиуретановый лак. В домашних условиях можно использовать пчелиный воск, льняное или мебельное масло, а также водный акриловый матовый лак. Важно: он должен быть с минимальной степенью глянца. Чем она выше, тем больше будут видны дефекты и следы от кисти или валика. Столик готов!

Сверлим без проблем

Не раз читал в журналах советы, как в ванной на стене сверлить кафельную плитку, чтобы она не треснула. Но, по-моему, гораздо проще делать нужное отверстие не в самой плитке, а в межплиточном шве!

Сначала работаю на малой скорости дрелью с тонким сверлом (диаметр чуть меньше ширины шва). А пройдя толщину плитки, рассверливаю отверстие в бетонной стене победитовым инструментом под дюбель нужного размера. Только не забываю периодически смачивать сверло холодной водой, чтобы не «отпустилось».

Дмитрий ТОЛИН, Витебская обл.

Расколоть орех? Запросто!

Сломались старые бабушкины щипцы для орехов. Нашла выход: грецкие орехи в скорлупе заливаю крутым кипятком на 10 минут. Затем вставляю кончик кухонного ножа в расще-

лину, образовавшуюся между половинками скорлупы, и слегка нажимаю. Ядрышки на свободе!

Ангела КРУЖИЛИНА,
г. Брест



«Быстрохлеб»



Вариант быстрого приготовления бездрожжевого хлеба без замеса.

Разбиваю в миске 2 яйца, добавляю 1 ч.л. растительного масла, по 2 ст.л. пшеничной муки и отрубей (подойдут пшеничные, овсяные или их смесь), 0,5 ч.л. разрыхлителя, по щепотке соли и пряностей (я взяла сухие прованские травы). Перемешиваю компоненты вилкой, не взбивая. Тесто получается жидковатым — переливаю его в смазанную маслом подходящую для СВЧ форму (силиконовую). Высота слоя должна быть примерно 3 см.

Выпекаю хлеб в микроволновке 7-8 минут на мощности 600 Вт. Буханка получается маленькая, но ее вполне хватает, чтобы подать хлеб к двум порциям супа или сделать основой бутербродиков.

Нина МИНИНА-РОССИНСКАЯ,
г. Киров. Фото автора



Вязаные котят

Такие веселые игрушки можно подарить малышу, сделать брелоком или брошкой.



Смотрите
схему № 2
на стр. 15

Понадобились: хлопковые нитки (от толщины будет зависеть размер готового изделия); подходящий по размеру крючок; холлофайбер; черный бисер или бусинки для глаз; нитки мулине.

1 ряд: в кольцо амигуруми вяжем 6 ст. б/н.

2-5 ряды — по схеме.

Затем 12 рядов без изменений.

17 ряд: 4 ст. б/н, уб.

18-21 ряды — без изменений.

22 ряд — 3 ст. б/н, уб.

23 ряд — без изменений.

Уши-треугольники вяжем по отдельности укороченными рядами — соед. п., 8 ст. б/н, соед. п., развернуть работу, 6 ст. б/н, соед. п.

Набиваем тельце холлофайбером (брюшко плотнее, а сверху оставляем чуть свободного пространства), сшиваем игрушку по верху. Вышиваем нос и мордочку, крепим глазки.

Для хвоста набираем цепочку из 30 в. п., выполняем в каждую 2 ст. б/н, пришиваем на основу.

Наталья САГУЛИНА,
г. Могилев. Фото автора



Пенал-«мороженое»

Отличный подарок малышу-школьнику!

Понадобились: фетр — песочного, коричневого и розового оттенков, а также кусочки ярких цветов для декора; молния длиной 20-25 см; 2 черные бусинки; иголка; нитки; ножницы; горячий клей.

Нарисовала выкройку на бумаге (размеры на схеме). Разделила рисунок на детали (рожок, мороженое, шоколадная «шапочка»), из фетра вырезала каждой по 2 ед. по шаблону. Рожок сделала с припуском 1-1,5 см для удобного склеивания. Наклеила на него мороженое. К обеим частям шоколадной «шапочки» с

изнанки пришила молнию. С лицевой стороны сшила пенал по краю петельным швом.

Присыпку для мороженого нарезала из кусочков фетра и приклеила к шоколадной «шапочке», а ее, в свою очередь, — к верхней части мороженого. Добавила глазки-бусинки — готово!

Ольга МАКСИМОВА,
г. Екатеринбург.
Фото автора



Смотрите
схему № 4
на стр. 16

С итальянским акцентом

Ароматные масло и уксус можно использовать как салатную заправку, а также для маринования овощей и мяса.

Понадобились: 3 стеклянные бутылки по 1 л (2 — под масло, 1 — под уксус); нерафинированное масло — по 900 мл подсолнечного и горчичного; уксус 9% — 950 мл; 2 веточки фиолетового базилика, по 6 — зеленого, тархуна, розмарина, мяты, петрушки; 9 зубчиков чеснока; красный острый перец — 2 крупных стручка и 9 мелких; смесь перцев горошком (белый, розовый, душистый, черный).

В бутылки разложила по 3 очищенных зубчика чеснока, по 1 ч.л. смеси перцев горошком, колечки крупного красного перца и по 3 мелких стручка целиком, по 2 веточки зелени каждого вида. Фиолетовый базилик добавила лишь в емкость для уксуса, чтобы он окрасился в красивый цвет. Наполнила бутылки маслом и уксусом, закрыла крышками. Настаивала в темном месте неделю.

Марина СИМОНОВА, г. Москва



Кушать продано?

Многие начинают планировать свой будущий отпуск. Чтобы не запутаться в предложениях различных отелей по организации питания, сверьтесь с этой памяткой.

RO (room only), OB (only bed), AO (accommodation only) — размещение без питания. Типично для гостевых домов, апартаментов.

Continental breakfast (континентальный завтрак) — кофе-чай, сок, булочка с маслом и джемом, характерно для европейских не курортных отелей.

American breakfast — кроме кофе-чая подают яйца, сыры, колбасные и сдобные изделия.

BB (bed and breakfast) — в стоимость включен завтрак (шведский стол), предлагают отели от 2 «звезд».

HB (half board) — завтрак и ужин, **FB (full board)** — завтрак, обед и ужин (шведский стол). В завтрак включены безалкогольные напитки (чай, кофе, вода). А вот во время обеда и ужина все напитки, даже вода, — за дополнительную плату.



ALL, AI (all inclusive) — все включено. Завтрак, обед и ужин (шведский стол), неограниченно алкоголь местного производства, легкие закуски, мороженое в течение дня. Как правило, эту систему продвигают отели от 4 «звезд».

UALL, UAI (ultra all inclusive) — 5-разовое питание (шведский стол). Большой ассортимент, напитки местного и иностранного (часто это мартини, несколько видов виски и ром) производства, рестораны а ля карт. Обычно предлагают отели 5 «звезд».

Superior all inclusive, Maximum all inclusive — скорее маркетинговый ход преимущественно турецких или египетских отельеров. По сути то же, что и «ультра».

Наталья КАСПЕРОВИЧ,
специалист по туризму, компания
«Ярмарка туров», г. Минск

Ущерб оплатит магазин



Купила радиатор отопления, через несколько дней заметила, что он подтекает. Сантехник посоветовал вернуть некачественный товар в магазин. Могу ли я также потребовать от администрации торговой организации возмещения денежных средств, потраченных на услуги мастера?

Светлана ЗЕМЦОВА, г. Екатеринбург
— При возврате товара ненадлежащего качества, согласно п. 1 ст. 18 Закона «О защите прав потребителей», вы вправе потребовать полного возмещения убытков, причиненных вследствие его продажи, к которым можно отнести и расходы по оплате услуг сантехника.



Замена из-за дефекта



Консультант магазина уговорил меня купить дорогую стиральную машину, однако в технике обнаружился дефект. Могу ли я потребовать не ремонта, а замены машинки на более дешевую модель — с перерасчетом цены?

— Стиральные машины относятся к технически сложным товарам (п. 12 Постановления Правительства РФ от 10.11.2011 г. № 924). А согласно ст. 18 Закона «О защите прав потребителей» в случае обнаружения в таких изделиях недостатков потребитель вправе предъявить требование о замене — на товар этой же марки (модели, артикула) или другой с со-

ответствующим перерасчетом покупной цены.

Если недостаток существенный (неустраняемый, или не может быть исправлен без несоразмерных расходов либо затрат времени, или выявляется неоднократно), замены товара можно требовать на протяжении всего гарантийного срока машины, в ином случае — в течение 15-ти дней с момента покупки.

Вернут все до копейки!



Интернет-магазин отказывается возмещать расходы в полном объеме: стоимость бракованного товара и почтовых расходов вернули, а комиссию за перевод денег на их счет — нет. Дескать, эту сумму по тарифу получила почта. Но ведь деньги — из моего кармана!

Виталий ЕВСЕЕВ, г. Нальчик
— Согласно п. 1 ст. 18 Закона «О защите прав потребителей» при возврате вы вправе потребовать полного возмещения убытков, причиненных вследствие продажи некачественного товара. Это касается и расходов по оплате почтовых переводов. Если откажут — в суд.



Открытка-шоколадница

Отличный подарок малышу!

Понадобились: картон; цветная бумага; клей; тесьма или ленты; элементы декора; шоколадка (100 г); 3 чайных пакетика.

Из картона вырезала основу по схеме 1, согнула по пунктирным линиям. Приклеила клапаны к низу — получился кармашек для шоколадки. Декорировала основу цветной

бумагой. По схеме 2 сделала из картона кармашки (у меня их 3). Согнула детали по линиям и наклеила на основную часть. Украсила кармашки цветной бумагой, дополнила изделие лентами и другим декором. Заполнила шоколадницу сладким содержимым.

Ангелина БЫКОВА,
г. Касли. Фото автора



Смотрите
схему № 6
на стр. 18



Подвески из... теста

Многие рукодельницы «собирают» украшения из готовых деревянных бусин, декорируя их краской или обвязывая. Я же дополняю свои аксессуары подвесками из соленого теста. Вещь получается стильной и неповторимой! Растворяю в половине стакана воды такой же объем мелкой соли «Экстра», добавляю немного клея ПВА и 0,5 ст.л. растительного масла. Заме-

шиваю тесто, делаю из него подвески. При работе время от времени смазываю поверхность теста смесью воды и клея — иначе при сушке изделие растрескается. Оставляю подвески сохнуть при комнатной температуре несколько дней, затем раскрашиваю гуашью и покрываю бесцветным лаком для ногтей.

Екатерина КАРЕЛИНА,
г. Ялта. Фото автора

ВУЛКАН ДАД

**ВЗРЫВНАЯ ЭНЕРГИЯ
ВУЛКАНА**

БАЛЬЗАМ ДЛЯ РАСТИРАНИЯ

**СУСТАВЫ
ПОЗВОНОЧНИК**

с муравьиным спиртом
и кайенским перцем



+7 (727) 323-13-80
Казахстан, г. Алматы

8-800-200-53-77
звонок по России бесплатный



Гель-бальзам «Вулкан Дад». Декларация о соответствии ЕАЭС № RU Д-RLA018.8.08735. Действительна по 30.08.2022 включительно. Косметическое средство. Зарегистрированный товарный знак. Реклама.



ЧУДО ХАШ

СУСТАВЫ . ПОЗВОНОЧНИК



**НАДЕЖНАЯ
ОПОРА!**

ГЕЛЬ-БАЛЬЗАМ
С ХОНДРОИТИНОМ
И МУРАВЬИНЫМ
СПИРТОМ



8-800-200-53-77
звонок по России бесплатный

+7 (727) 323-13-80
Казахстан, г. Алматы

Гель-бальзам для тела «Чудо-Хаш» MIRACLE-HUSH. Декларация о соответствии ЕАЭС № RU Д-RLA018.8.08735. Действительна по 30.08.2022 включительно. Косметическое средство. Зарегистрированный товарный знак. Реклама.



Отвечает юрист Светлана Рогова, куратор группы ВК «Бесплатная юридическая консультация», г. Санкт-Петербург



Навязали страховку

Муж взял кредит в банке. Страховку по кредиту оформил, со мной не посоветовавшись. Отказаться от нее еще не поздно? И как это сделать?

Галина КИРИЛЛОВА, г. Тверь
— В силу Указания Банка России от 20.11.2015 г. № 3854-У «О минимальных (стандартных) требованиях к условиям и порядку осуществления отдельных видов добровольного страхования», вступившего в законную силу 02.03.2016 г., страховая компания должна предусмотреть условие о возврате клиенту уплаченной страховой премии при его отказе от договора добровольного страхования в течение 14 календарных дней (в редакции, действующей с 01.01.2018 г.) со дня его заключения. Причем независимо от момента уплаты премии и при отсутствии в этот период страхового случая!

Исходя из вышеуказанного, договор страхования, заключенный после 01.01.2018 г., возможно расторгнуть в течение 14 дней и вернуть страховую премию наличными деньгами или в безналичном порядке — по выбору страхователя. Для этого следует подать соответствующие заявления в банк и страховую компанию. Они обязаны рассмотреть обращение и вернуть уплаченную сумму страховой премии, а также комиссионное вознаграждение банка (если оно удерживалось) в течение 10 дней с даты подачи заявления. В случае отказа удовлетворить требования в добровольном порядке потребитель имеет право обратиться с иском в суд. При подаче такого иска он освобождается от уплаты государственной пошлины.



«Проблемный» проем



Собираюсь сделать дополнительный дверной проем в стене квартиры. Жена говорит, что на это требуется согласование в БТИ. Так ли это?

— Градостроительный кодекс РФ, Федеральные законы № 221-ФЗ и 218-ФЗ не включают БТИ в перечень учреждений с правом согласовывать документы на перепланировку. Согласование осуществляют комитеты (отделы) градостроительства и архитектуры местных органов власти. Процедуру переустройства и перепланировки регулирует гл. 4 Жилищного кодекса РФ. Согласно ст. 25 ЖК перепланировка — это изменение конфигурации жилого помещения, требующее внесения в технический паспорт. Подразумевает снос или возведение самонесущих стен, не имеющих вентканалов, перегородок; устройство или заложение дверных проемов, арок, проходов; демонтаж, установку или перемещение сантехнического оборудования, плит. Если новый дверной проем планируете в межкомнатной перегородке, то требуются согласование и подготовка проектной документации. В проекте перепланировки обязательно должна быть АСЧ (архитектурно-строительная часть) с указанием монтажа-демонтажа перегородок и материалов, из которых они сдела-

Андрей КОЛОКОЛЬЦЕВ, г. Челябинск
ны, а также направления открывания дверей. Подготовку проекта следует доверять только организациям, имеющим свидетельство и допуски СРО (саморегулируемой организации). В домах типовых серий многие стены несут нагрузку по удержанию навесных фасадных панелей: некорректный демонтаж грозит проседанием панели или ее обрывом. На нижних этажах многоэтажек в большинстве случаев вообще никакие перепланировки не допускаются. Так что, задумываясь о новом проеме, следует получить конкретную консультацию.

Для согласования готовится заявление в отдел архитектуры с приложением документов (проект перепланировки; техпаспорт; если жилье не в собственности, то письменное согласие зарегистрированных членов семьи нанимателя; в некоторых случаях заключение органа по охране памятников архитектуры, истории и культуры; свидетельство о праве собственности или выписка ЕГРН). Итог согласования — получение разрешения, акта приемочной комиссии и внесение изменений в запись в ЕГРН.

У вас проблемы с оформлением наследства? Начальник нарушает ваши трудовые права? В магазине продали некачественный товар? Как быть? Вас проконсультируют юристы-эксперты «Сватов». Присылайте свои вопросы на e-mail: svaty@toloka.com или на адрес редакции.



Отвечает Татьяна Стекольников, проектировщик, компания «МастерСочи», г. Сочи



Лекарство от шума

Вселились в новый панельный дом. Пожили полгода и поняли, что придется заняться звукоизоляцией потолка: от соседей сверху слышим разговоры, шум телевизора, звуки передвигаемой мебели. Хотели бы использовать минвату — какой плотности и толщины выбрать?

Александр ФИЛОВ, г. Ставрополь

— Шум различают ударный (падение предметов, скрипы, шаги) и воздушный (ТВ, разговоры, лай собаки). В панельных домах звуковая модернизация потолка без таких же работ со стенами поможет частично справиться с воздушным, но не защитит от ударного.

Важно понять: звукоизоляция — это не просто маты из минваты, а многослойная конструкция из отражающих и поглощающих слоев.

Во-первых, шумоотражающая поверхность не должна иметь жестких связей с другими элементами конструкции: все соединения выполняют через виброподвесы или с помощью упругих прокладок. Во-вторых, предварительно следует тщательно заделать силиконовым герметиком и заштукатурить щели, отверстия между плитами перекрытия, в местах крепления светильников. Даже узенькая щель снижает звукоизоляционную способность перекрытия на десятки децибел.



Обычно монтируют каркасную конструкцию. Под металлопрофили подкладывают демпферную ленту (можно самому вырезать из вспененной подложки под ламинат) во избежание образования мостиков

звука. Между ними — минеральная вата толщиной от 50 мм, плотностью 25-40 кг/куб. м, уложенная без щелей и зазоров. Наружный слой — гипсоволокно, потом гипсокартон как финишное покрытие — швами вразбежку.

Связка подвес—анкерный дюбель также частично проводит звуковые вибрации даже при использовании упругой прокладки, поэтому можно разориться на виброподвесы, обязательно сертифицированные. Но данные крепления удорожат работу и уменьшат высоту комнаты еще на 1,5-2 см.

Если вы не планируете в дальнейшем заниматься звукоизоляцией стен, то можно обойтись без использования виброкреплений.

Далее — отделочные работы.



Тестируем... искрами

К началу сезона решил сделать пару новых таяпок и рыхлителей по проверенным образцам. «Железяк» в гараже — пруд пруди, но как выяснить марку стали разных заготовок? Ведь далеко не каждая подойдет для изготовления инструментов. В мудреных таблицах я не силен. Вспомнил совет, который еще в школе давал нам учитель-трудовик.

Включил электроточило и по очереди прикладывал стальные пластины к наждачному кругу. Если от заготовки искры разлетаются длинным пучком — это подделочный металл, годный разве что на бытовые безделушки. Светлый и короткий пучок искр распадается на звездочки — значит, сталь среднеуглеродистая: закаливается неплохо, но твердости ей не хватает. А вот если искры из короткого красноватого пучка почти сразу разлетаются фейерверком звездочек — заготовка из высокоуглеродистой стали, именно той, что нужна для инструмента: твердая и хорошо держит заточку.

Дмитрий ТОЛИН, г. Орша



Монтаж гипсокартона: 7 нюансов

Для возведения внутренних перегородок в квартире часто используют гипсокартонные листы (ГКЛ) и металлические профили. Но чтобы удачно выполнить работу, нужно помнить о некоторых тонкостях.

1) Гипсокартон не любит влажности и низких температур.

2) Для устройства металлокаркаса используйте оцинкованные металлические профили толщиной не меньше 0,55 мм. Применение более тонкого профиля может привести к деформации всей перегородки.

3) Крепить листы к металлическому каркасу надо саморезами 3,5x35 мм с шагом не более 25 см. При этом шляпки крепежа должны быть утоплены в ГКЛ и не выступать над поверхностью стены.

4) Для обеспечения звукоизоляции обязательно используйте минвату (лучше — жесткие плиты, они со временем не оседают и не требуют дополнительной фиксации).

5) Перед обшивкой второй стороны стены не забудьте проложить все необходимые провода для установки розеток и выключателей.

6) Стыки листов проклейте армирующей сеткой серпянкой и выровняйте с поверхностью стартовой шпаклевкой.

7) Для защиты глаз и дыхательных путей от гипсовой пыли при работе с ГКЛ пользуйтесь респиратором и защитными очками.

Глеб ГОНЧАРЕНКО, архитектор, проектное бюро «Архиведа», г. Москва

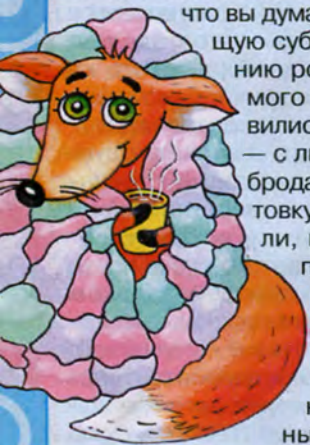
Бутерброды для лисы

Мы с родителями жили неподалеку от лесопарка, зимой каждые выходные ходили на лыжах. Папа надеялся, что это оздоровит его хилую бледную доченьку. Мама, восхищаясь заснеженными елками, пыталась пробудить во мне любовь к прекрасному. А оставшаяся дома бабушка (как я ей завидовала!) готовила огромную кастрюлю наваристого борща, считая, что от прогулки на свежем воздухе у меня наконец-таки разыграется аппетит. Я эти лыжные походы терпеть не могла: «случайно» то варежку обронию, то лыжную палку потеряю. А вернувшись домой, вместо бабушкиного борща хлебала чай.

Но однажды все пошло не по обычному сценарию. В парке метрах в ста от нас мелькнуло что-то рыжее. Лиса! Пушистая, грациозная, как на картинке! На снегу, где она оставила следы, я положила свой бутерброд — пусть полакомится. Назавтра не преминула похвастаться этим перед одноклассниками. И что вы думаете? В следующую субботу, к изумлению родителей, с самого утра к нам заявились мои подружки — с лыжами и бутербродами! Рыжую плутовку мы не встретили, пришлось слопать бутерброды.

Сегодня я уже сама дважды мама. И зимними выходными мы с детьми часто едем к бабушке-дедушке — к лесопарку. Отец достает лыжи, а мама готовит «бутерброды для лисы». Моя детвора считает их особенно вкусными...

Виктория НЕСТЕРЕНКО,
г. Витебск



Счастливая краска

Нам с Региной уже по «полтиннику», а дружим так давно, что почти одна семья. Мы с мужем всегда хотели, чтобы Регина нашла себе вторую половинку, но — не сложилось.

Однажды купила она модную краску для волос: решила имидж поменять. Заехала ко мне, я нанесла подружке состав на локоны, натянула на голову пластиковый пакет. Сидим, ждем, пока пройдут полчаса согласно инструкции. И тут звонит дочь: «Вызывают на службу, бросай все и приезжай в няньки к внуку!»

Мы решили, что муж сперва отвезет меня к дочери, а после Регину (прямо с пакетом на голове!) — домой. Пока доедет — и краску можно будет смывать. Полдороги не проехали, как попали в жуткую пробку. Машины стоят, время

идет, а у Регины паника: голова горит огнем, кажется, волосы сейчас клоками выпадать начнут! Подруга орет: — Облысею — на меня вообще больше ни один кавалер не посмотрит!

Муж проникся и говорит: — Вон рядом с дорогой 9-этажка, бегите с Валькой туда, звоните в любую квартиру и просите разрешения смыть краску.

Подбегаем к дому, на балконе второго этажа мужик курит. Я ему впопыхах объясняю: — Там — пробка, у подружки — голова в краске, надо срочно смыть! Пустите, ради бога!

Мужик от изумления сигарету выронил, но в квартиру впустил. И даже чистое полотенце в ванную принес. Через пять минут супруг звонит: возвращайтесь, пробка рассасывается. А у Регины тюрбан на голове. С мольбой смотрит на хозяина:

— Можно, я полотенце вам завтра в это же время привезу? Тот только кивнуть успел...

И привезла. А мужик оказался душевным, хозяйственным, с чувством юмора и главное — свободным! Теперь они с Региной вместе.

Валентина ГАРУС,
г. Минск

Звездные байки

ВИА «Добры молодцы»

Как-то раз участники ансамбля «Добры молодцы» были на гастролях в Якутии. Один из концертных в далеком поселке был назначен на девять часов вечера. Время — не детское, да и поклонники у ансамбля — люди солидного возраста. Но вышли артисты на сцену клуба — а в зале почти сплошь ребяты лет 10-14!

После местные организаторы оправдывались:

— Понимаете, у нас такие концерты — редкость. Вот мы и подумали: пускай дети послушают песни, на которых выросли их родители! Новое поколение от репертуара было в восторге!

Записала Вера МИНИНА

Родная «экзотика»

В тот год мы с женой впервые отдыхали на Кипре. В первый же день пошли обедать в местную таверну. Заказали мезе: уйму разных закусок, которые непрерывно подносил нам улыбчивый пожилой официант. Чего там только не было — мясо всех видов, овощи, местные заправки, халлуми, пита и даже рюмочка узо! Мы с супругой особенно налегали на одну горячую закуску: что-то восхитительно вкусное в густом со-

усе и ароматных травах. Опустошили огромную сковородку, и лишь выразительный взгляд жены остановил меня, чтобы не подчистить посуду хлебной корочкой. Так и не смогли догадаться, что за экзотический овощ мастерски приготовил повар.

Перед отъездом наведались в ту же таверну. По картинке в меню нашли полюбившееся блюдо, заказа-

ли. Когда подошел официант, попытались на смеси английского, греческого и русского спросить, из чего все же приготовлено диковинное кушанье. А выяснив, долго хохотали. Экзотическое блюдо оказалось из... картошки!

Пусть выращенной на красномоземах в ином климате, пусть необычно приготовленной, но все равно — своей, родной!

Дмитрий, по e-mail



Скидка 10%
– на второй товар и
+2% на последующие товары!

- Нас знают уже 17 лет!
- Мы НЕ работаем с сомнительными товарами.
- Даем гарантию на товары от 3 месяцев до 3 лет!
- Если товар вам не подойдет, мы вернем вам деньги!

Пельменница

Пельменница 2490 руб. 2190 руб.
Лапшерезка 2490 руб.

- Пельменница:**
- раскатает тесто (9 уровней толщины);
 - равномерно распределит начинку;
 - делает пельмени-равиоли;
 - Лапшерезка: раскатает тесто (9 уровней толщины);
 - нарежет лапшу толщиной от 2 до 7 мм

Ветчинница 1890 руб. 1190 руб.

Приготовьте домашнюю ветчину, куриный или мясной рулет без опасных добавок! Продукты одновременно прессуются и варятся. 350 г; 13×13×16,5 см.

Домашний «Спиртзавод»

Домашний 3990 руб. 1990 руб.
Домашний спиртзавод: • приготовит 6 литров чистого спирта в день (96%); • экономит электроэнергию (нет ТЭНа).
Материал: нерж. сталь. Россия. Гарантия 1 год. Срок службы 3 года.

Пленочный обогреватель

Черно-белый (120×58 см) 1690 руб. 1490 руб.
Фотопленка (100×60 см) 1990 руб. 1590 руб.

- Обогреет площадь 15 м² дома и на даче;
- не сушит воздух; • безопасен – не обжигает (t=75°). Пр-во: Россия.

Антимоскитная сетка

на дверь (210×90 см) 990 руб. 690 руб.
на окно (150×200 см) 995 руб.

Установите на оконный или дверной проем – защитите квартиру от пуха и пыли, насекомых. Дверная открывается и закрывается сама за счет магнитов. Россия.

Шланг «Икс Хоз» с насадкой

	от 1 шт.	от 2 шт.
15 м	890 руб.	790 руб.
30 м	990 руб.	890 руб.
45 м	1390 руб.	1290 руб.
60 м	1790 руб.	1690 руб.

- Под напором воды (от 2 атм.) «вырастают» в 3 раза; • легкие – всего 1 кг;
- не перекручиваются. Материал: пластик, латекс. Пр-во: Китай. *Длина шланга в рабочем состоянии.

Инкубатор с автоповоротом (выводимость 92%)

	(220/12 В)	(220/12 В) ЦТ
36 яиц	4310 руб.	5230 руб.
63 яйца	4460 руб.	5550 руб.
104 яйца	5480 руб.	6500 руб.

- ЦТ – цифровой терморегулятор. В продаже сетка для гусиных и перепелиных яиц, овоскоп.
- Сам переворачивает яйца каждый час;
 - создает оптимальную температуру. Россия.

Также в продаже инкубаторы с гигрометром.

Складной парник-теплица

	высота 0,7 м	высота 1,2 м
1,2 (Ш)×4 (Д) м	1690 руб.	1940 руб.
1,2 (Ш)×6 (Д) м	1990 руб.	2290 руб.

- Устанавливается за 15 мин, не боится ветра; • «вечные» дуги из ПВХ; • агропленка спасет от заморозков (до -6 °С), удобно крепится к дугам; • складной (удобно хранить!). Россия.

Шнековая соковыжималка Мотор-Сич

Извлекает почти 100% сока из овощей, фруктов и ягод. Быстро и без электричества! Долговечна и надежна – сделана из алюминия. 32×27×13 см. Украина. Гарантия 6 мес.

Электродуш

- Жарит, тушит (3,5 л), печет пирошки и торты; • экономит электроэнергию (готовит два блюда одновременно);
- заменяет электроплитку; • необходима дома и на даче! Пр-во: Россия.

Домашняя копилка

- Закоптит мясо, рыбу впрок на обычной плите; • компактна (39,5×32,5; вес – 5,3 кг);
- без дыма и запаха. В подарок – брошюра с рецептами. Россия.

Чудо-печь

Работает на 1,8 кВт (на 40 м²) 2840 руб.
дизеле и керосине 2,6 кВт (на 60 м²) инфракрасная 3380 руб.
(расход – 180 г/час). Не коптит! За 1,5 часа обогреет дом, дачу, склад и пр. (40-60 м²)! Пр-во: Россия. В продаже фитили.

Универсальная пила

Пила типа «ротаторизер»: • это лобзик, пила и ножовка – 3 в 1; • пилит все: дерево, кафель, пластик, ламинат, гранит, мрамор, гипсокартон, ковролин и металл до 12 мм! В подарок система пылеудаления! 27×25×11 см. Вес 2500 г.

Пневматический пистолет

Пистолет «Макаров». (Металл) 165 мм. США 5190 руб.
Пистолет. (Пластик) 180 мм. США 3490 руб.
Винтовка. (Металл, пластик) 1090 мм. Россия 5480 руб.

Для самообороны и развлекательной и спортивной стрельбы. Не является оружием. Калибр: 4,5 мм. Скорость выстрела: 105-120 м/с. Источник энергии: CO₂. Мощность: до 3 Дж.

Отпугиватель клопов, моли, муравьев

- На площади до 185-230 м²;
- действует ультразвуком; • срок исчезновения насекомых – 4-6 недель;
- безвреден для человека и животных. 90×84×105 мм; 220 В; 1,5 Вт; 30000-65000 Гц; 140 дБ.

Отпугиватель медведки

Защитит огород от медведок, а также кротов, полвок, землероек. Действует в радиусе 20-25 м. Эффект – через 5-10 дней. Работает от 4 батареек R14 (С, 343). Россия. Гарантия 1 год.

Отпугиватель (от 2 шт.) – 790 руб./шт.

Душ-топтун

Расходует минимум воды, без электричества! Опустите шланг в ведро и переступайте на коврик – вода польется из лейки. Пр-во: Россия. Гарантия 6 месяцев.

Усилитель звука заушный

Поможет: • услышать даже шепот (два частотных режима); • изолировать посторонние шумы. Удобен для пожилых! Работает от батареек. В комплекте ушные силиконовые вкладыши трех размеров. Пр-во: КНР (фабрика).

Усилитель «Супер Слух» (при потере слуха до 90%) – 3890 руб. 2990 руб.

Гелевый фиксатор при вальгусе

- Удерживает большой палец стопы и не дает ему отклоняться;
- предотвращает сдавливание обуви, рост «косточки», нормализует положение большого пальца; • защищает кожу между пальцами от натертостей и мозолей.

Второй в ПОДАРОК!

Моделирующий бюстгальтер «АхБра» (компл. 3 шт.)

1490 руб. 990 руб.
• Максимальная поддержка груди; • без швов и крючков; • свобода движений даже при занятиях спортом. Размеры: S=86-89 см, M=91-94 см, L=98-102 см, XL=105-109 см. В комплекте 3 цвета: белый, черный, бежевый. Состав: нейлон – 96%, лайкра – 4%. КНР.

Бюстгальтер «АхБра» – 540 руб./шт.

Пояс «Вулкан»

С поясом «Вулкан» вы: • похудеете, выполняя дела по дому; • избавитесь от боли в пояснице; • уменьшите нагрузку на спину.

Аппарат «Экстра-лор»

Экстра-лор за 15-20 дней: • избавит от храпа и остановки дыхания во сне; • предотвратит ночные скачки давления. Пр-во: Россия.

Очки-лупа

Вы сможете прочитать самый мелкий шрифт на этикетке или вдеть нитку в иголку в эти очки! • Увеличивают в 1,6 раз; • оставляют руки свободными; • надеваются поверх ваших очков; • прочные линзы. +2,5 дптр; расстояние между дужками: 14 см; фокусное расстояние: ~35 см.

Антенна цифровая

• Федеральные и каналы в HD-качестве без абонентской платы во всех регионах РФ; • приставка усиливает сигнал комнатной антенны даже в зоне плохого приема. Вход USB, блокировка от детей, меню на русском языке! 6 Вт; пульт д/у.

Игрушка-повторюшка

«Кукла Маша» 1190 руб. 990 руб.
«Хомяк»
• Двигаются; • смешно повторяют слова. Смех и веселье гарантированы!

Чудо-дорога

Мечта любого ребенка! С ней можно сделать гоночный трек любой формы: круговой, с мостиками, со спусками и даже мертвой петлей. Длина трека 3 метра (220 деталей). Устройте невероятные гонки! Гоночная машинка светится в темноте.

Дополнительная машинка – 230 руб./шт.

МИР комфорта
Доставка по всей России и Казахстану
www.mir-c.ru

Предложение действительно до 30 апреля 2018 г. *Скидки предоставляются на товары с наименьшей стоимостью из заказа. На акционные товары скидки не распространяются. Скидка не превышает 25%. ОГРН 1154350001057 ООО «МК-Групп» г. Киров, ул. Воровского, 107, отдел 20. реклама



Смотрите
схему № 3
на стр. 16

Платье «Розовый жемчуг»

Размер 46, но, учитывая свободный силуэт модели, пойдет и на 48.

Понадобились: 600 г пряжи Alize Cotton Gold (100 г/330 м), спицы № 4 — для основного полотна, короткие круговые № 3,5 — для «резинки».

Спинка: набрала 83 п. (93 — если хотите пошире) и связала 6 см «резинкой». Затем — жемчужный узор (см. схему). Через 46 см прибавила с обеих сторон в каждом ряду 14х1 п., потом дополнительно набрала в каждом 2-м р. 2х3, 1х5 п. и включила их в узор. Провязала 12,5 см.

Далее для скосов плеча закрыла с обеих сторон 7 п. и в каждом 2-м р. 7х7 (2х7 и 5х8) п. На желаемой высоте для выреза горловины — средние 27 п., и обе стороны закончила раздельно. Для закругления — с внутреннего края в каждом 2-м р. 3х2 п. закрытия. Через 80 см закрыла с каждой стороны оставшиеся 26 п. плеча.

Перед: вязала аналогично, но для более глубокого выреза горловины закрыла средние 17 п. и в каждом 2-м р. 1х3, 1х2 и 6х1 п.

Сборка: выполнила плечевые и верхние швы рукавов. Для планки горловины набрала на короткие круговые спицы по вырезу 134 п., связала 1 круговой р. изн. и затем — «резинка». На высоте 5 см все петли закрыла по рисунку. Для планок рукавов по краям набрала на короткие круговые спицы по 47 (59) п., связала 1 изн. р. лиц. и затем — «резинкой». На высоте 7 см все п. закрыла по рисунку. Выполнила боковые швы и нижние — рукавов.

Наталья ПИЩИДИНА, г. Ипатово.
Фото автора

Корзинка «Светлого праздника!»



Понадобятся: швейная машинка; ситец белого, салатного и желтого цветов; карандаш; ножницы; булавки; синтепон; нитка с иголкой; плотный картон; циркуль; кружево; ленты; акриловые краски; кисть.

1) Вырезаем полосы из ткани: 2 шт. (60х10 см) белого цвета и по 1 шт. (60х11 см) других.

2) Одну белую полосу нашиваем на салатную, другую — на желтую. Складываем эти детали лицевыми сторонами внутрь, скалываем булавками. С помощью шаблона переносим на получившуюся заготовку 8 фигурок зайчиков и прострачиваем их. Срезаем лишнюю ткань, оставляя припуск 2 мм.

3) Выворачиваем заготовку (стенки корзинки), разравниваем и проутюживаем швы. Соединяем ее в кольцо, проложив строчку с внутренней стороны. Затем, с лицевой, строчкой разделяем фигурки. Заполняем синтепоном и зашиваем вручную нижний срез.

4) Замерив диаметр кольца, циркулем рисуем на картоне круг, на 1 см больший, чем полученная величина. Делаем аналогичные заготовки: из желтой ткани внутреннюю сторону доньшка — 1 шт., из синтепона — 2 шт. Для внешней стороны вырезаем салатный круг — с прибавками 2 см, на расстоянии 1 см от края

выполняем наметку. Складываем «бутерброд»: салатный круг-синтепон-картон-синтепон. Стягиваем края, нашиваем вручную желтый круг. К полученной детали вручную пришиваем стенки.

5) Для ручкишиваем из желтого и салатного лоскутов 4х60 см две «трубочки», оставив снизу отверстие. Выворачиваем,

набиваем синтепоном. Перекручиваем заготовки между собой, закрепляем края, пришиваем к корзинке. Рисуем зайцам мордочки, украшаем изделие кружевом, лентами.

Оксана ТКАЧЕНКО,
г. Москва. Фото автора



Смотрите
схему № 5
на стр. 17

У меня в сумочке всегда флакончик лака с глиттером: он спасет облупившийся маникюр! Крашу ногти таким лаком поверх обычного — блестки скроют любые огрехи.



Кулинарные премудрости

Мороженое готовлю сама. Смешиваю содержимое банки сгущенного молока со стаканом теплого крепкого кофе. Разливаю массу по силиконовым формочкам для кексов, даю остыть и отправляю в морозилку. Получается не хуже магазинного.

Галина ВИЧКАПОВА, ст. Советская Краснодарского края

Сырная паста в качестве намазки на бутерброд — объединение. Измельчаю на крупной терке 500 г адыгейского сыра, смешиваю с 2 пропущенными через пресс зубчиками чеснока, на рубленной петрушкой, 3 ст.л. майонеза и щепоткой карри. Складываю в контейнер — просто и сытно.

Ольга СКУРАТОВА, г. Омск

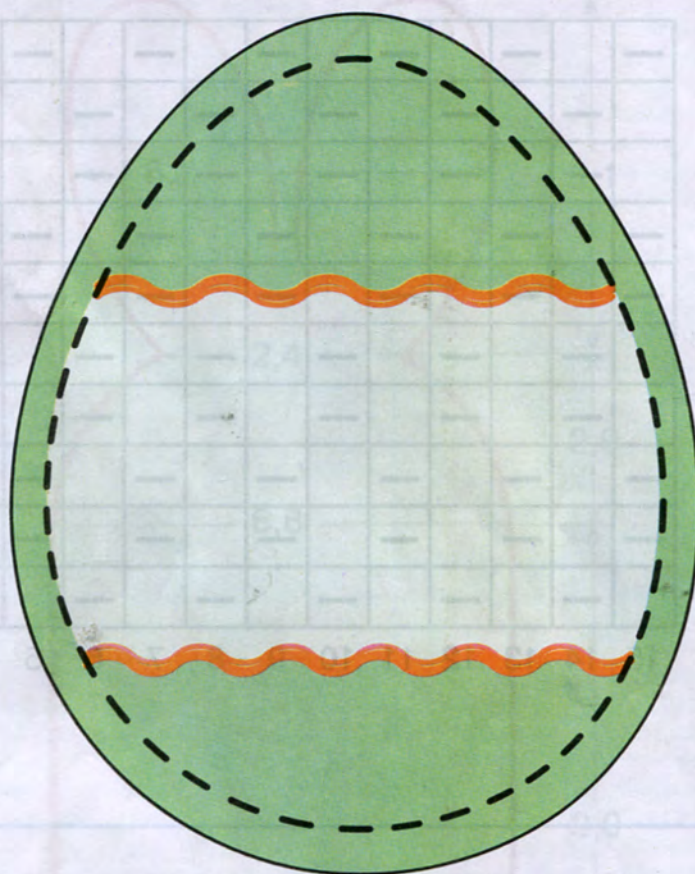


Прокипший компот пустила... на вино! Процедила от ягод, перелила в 3-литровую бутылку, добавила 250 г меда и 1 ч.л. сухого риса. Надела на горлышко резиновую перчатку. Выдержала в теплом месте до завершения брожения. «Молодое» вино профильтровала через марлю, разлила по бутылкам и оставила на 2 месяца «дозреть». Гости оценили!

Оксана ТИХОМИРОВА, г. Шахты

1

Подставка
под чашку
«Пасхальная»
(стр. 6)

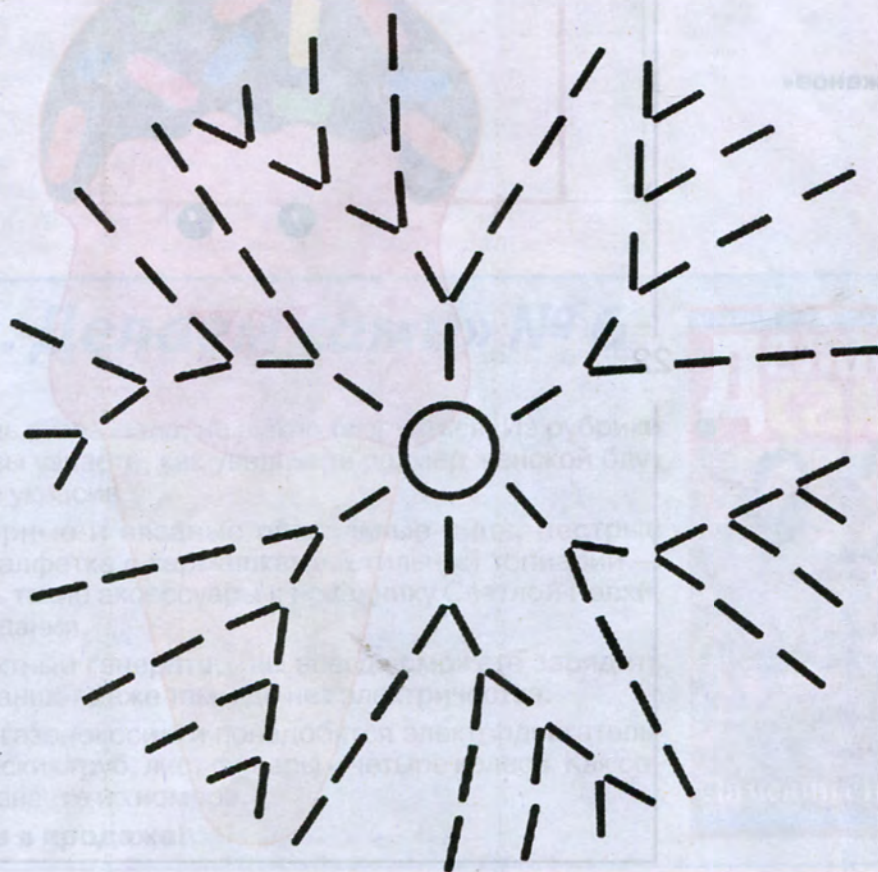


2

Вязаные котята
(стр. 7)

Условные
обозначения:


| = ст. б/н

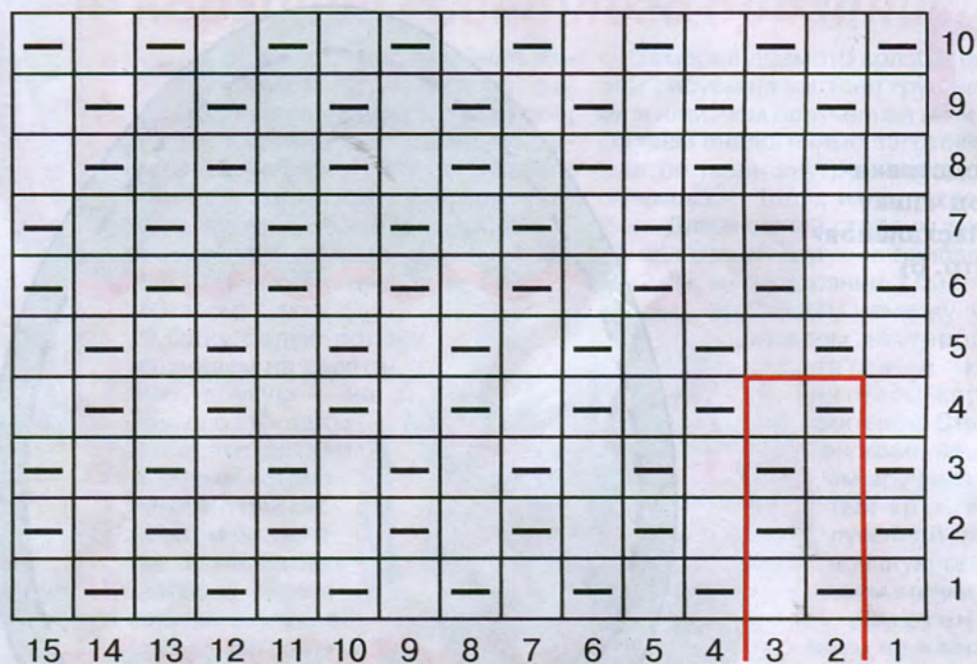


Платье
«Розовый жемчуг»
(стр. 14)

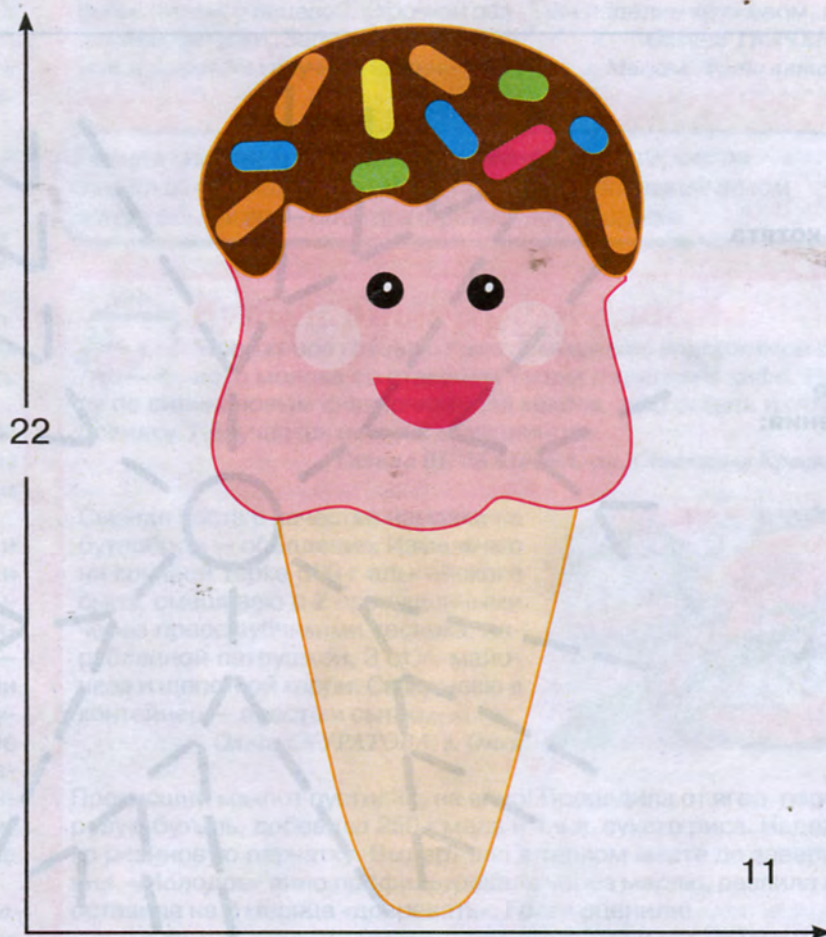
**Условные
обозначения:**

□ = лиц. п.

 = ИЗН. П.

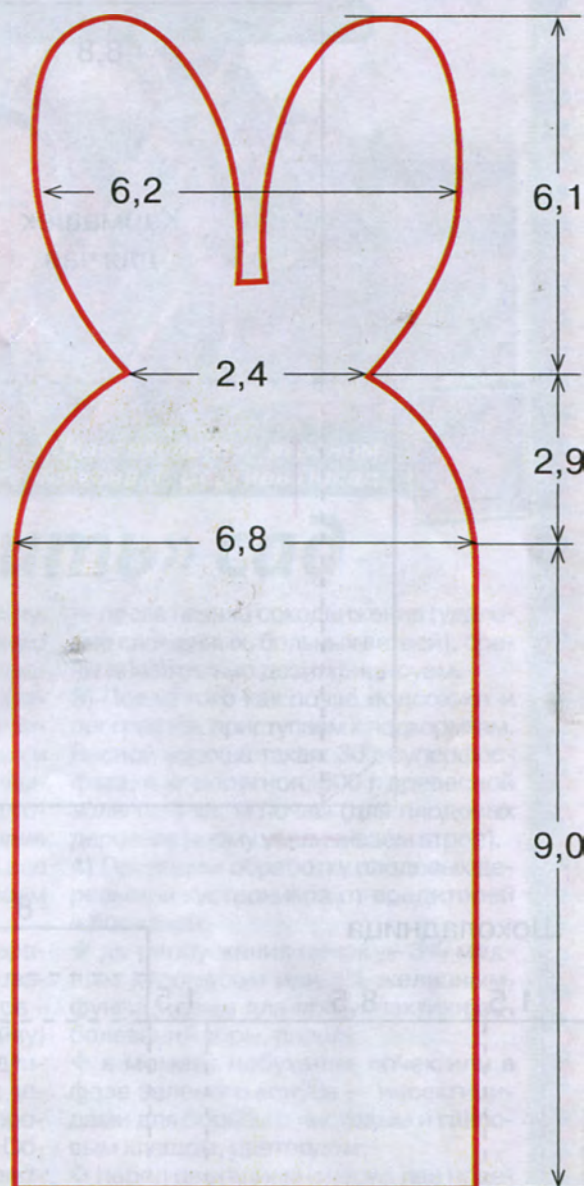


Пенал-«мороженое»
(стр. 7), см



5

Корзинка
«Светлого праздника!»
(стр. 14), см



«Толока. Делаем сами» № 6

Читайте в номере:

- ❖ Если любимая вещь стала мала, не нужно огорчаться. Из рубрики «Школа рукоделия» вы узнаете, как увеличить размер женской блузы, одновременно ее украсив.
- ❖ Расписные, бисерные и вязанные пасхальные яйца, пестрые цыплята-тайнички, салфетка с кармашками, стильный топиарий — о том, как изготовить такие аксессуары к празднику Светлой Пасхи, расскажут авторы издания.
- ❖ Смастерив компактный генератор, вы всегда сможете зарядить свой телефон или планшет даже там, где нет электричества.
- ❖ Для изготовления газонокосилки понадобятся электродвигатель, несколько металлических труб, лист фанеры и четыре колеса. Как собрать все воедино, узнаете из номера.

Не пропустите! Уже в продаже!



6

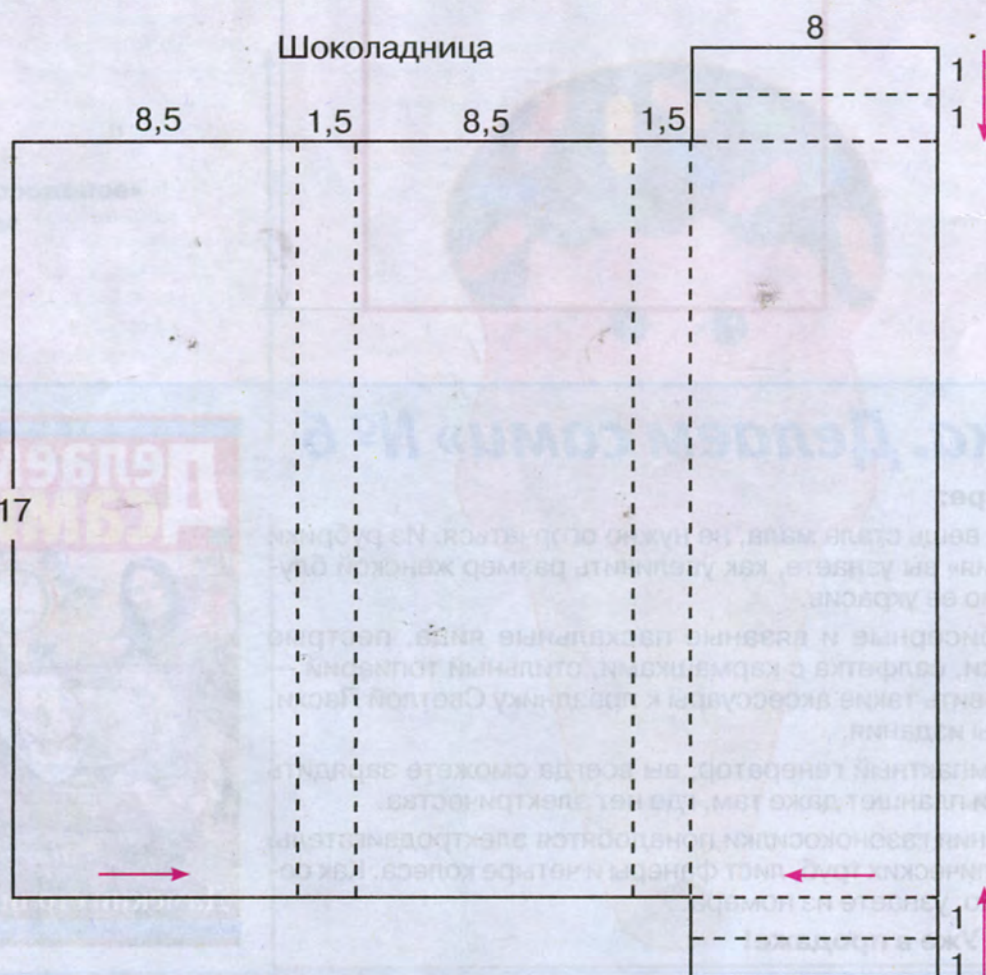
Открытка-шоколадница (стр. 9), см

Условные обозначения:

----- = линия сгиба

→ = направление сгиба

..... = отрезать



ДАЧНЫЕ ХЛОПОТЫ



Наш эксперт — агроном
Ольга Исакова, г. Сергиев Посад



Пора «будить» сад

1) Ягодные кустарники (смородину, крыжовник, жимолость, войлочную вишню) освобождаем от снега: тающий тяжелый покров ломает ветки. Заметив на черной смородине зимующих вредителей (тлю, листовых и почковых клещей), аккуратно связываем кусты и поливаем из лейки горячей водой (80-90 °C). После таяния снега граблями собираем с почвы все растительные остатки и закладываем в компост.

2) В солнечную погоду при температуре не ниже 0 °C приступаем к обрезке плодовых деревьев и кустарников.

❖ Семечковые (яблоню, грушу, айву) важно «омолодить» до начала сокодвижения. Начинаем с плодоносящих деревьев, так как цветочные почки пробуждаются раньше, чем листовые. Обрезаем подмерзшие, поломанные ветки, растущие внутрь кроны, отrostки-конкуренты, укорачиваем на четверть прирост прошлого года.

❖ Если осенью у малины не вырезали отплодоносившие побеги, удаляем их сейчас. Так же поступаем с подмерзшими кончиками веток.

❖ Косточковые плодовые деревья (сливу, черешню, вишню) обычно обрезают в начале лета, как исключение

— после начала сокодвижения (удаление сломанных, больных ветвей), срезы обязательно дезинфицируем.

3) После того как почва подсохнет и прогреется, приступаем к подкормкам. Весной хороша такая: 30 г суперфосфата, 4 кг перегноя, 500 г древесной золы на 1 кв. м почвы (для плодовых деревьев норму увеличиваем втрое).

4) Проводим обработку плодовых деревьев и кустарников от вредителей и болезней:

❖ до распускания почек — 3% медным купоросом или 5% железным, фунгицидами для профилактики заболеваний коры, парши;

❖ в момент набухания почек или в фазе зеленого конуса — инсектицидами для борьбы с листовым и галловым клещом, цветоедом;

❖ перед цветением и через две недели после него — фунгицидами против парши, монилиального ожога, инсектицидами от плодовой жорки.

5) До распускания почек кору деревьев очищаем от лишайника. Делаем это в сухую погоду жесткой холщовой рукавицей или во влажную — специальной щеткой. После кроны опрыскиваем 5% раствором железного купороса или 3% медного.

Пикировка томатов

К этой процедуре подхожу без спешки. Сначала убеждаюсь, что всходам стало тесно. Почвогрунт готовлю сама: на ведро перегноя — стакан доломитки, по 2 кг песка и дерновой земли. За сутки до посадки проливаю теплым раствором марганцовки. Затем — «Фитоспорином» (раствором цвета чая). Не прокаливаю, чтобы не погибла полезная микрофлора.

Насыпаю немного земли в поллитровые стаканчики. Росточки заглубляю до семядольных листиков. Если они облетели, то до первых зеленых, чтобы в емкости оставалось достаточно места для подсыпания грунта. Почва должна быть влажной, но не «хлюпать». Ставлю в светлое теплое место (не на солнце!). Не поливаю, пока не подсохнет верхний слой. Хорошо сверху насыпать немного вермикулита или перлита.

Через неделю начинаю закаливать рассаду, вынося в лоджию. Через 2 недели, если нет отрицательных температур, в квартиру больше не заносу.

Позднее добавляю в каждый стаканчик по 1 таблетке глиокладина. Раз в неделю при поливе — слабый раствор удобрения «Фертика Люкс» (на кончике ножа на 3 л воды). Дважды с интервалом в 10 дней опрыскиваю «Цитовитом» (1 мл на 1 л воды) и один раз (за неделю до высадки на постоянное место) — «НВ-101» (в той же концентрации).



Анна ФРИЗЮК,
г. Санкт-Петербург. Фото автора

Лунный календарь садовода-огородника с 20.03 по 09.04

1) Высеваем на рассаду семена:

* огурца, дыни, арбуза — 20, 21, 22 (утро), 24, 25, 26 (до обеда);

* баклажана — 20, 21, 22 (утро);

* ранней капусты — 24, 25, 26 (до обеда), цветной и других видов — 2, 3, 4;

* томата, перца, кукурузы — 26 (после обеда), 27, 28.

2) Опрыскиваем плодовые деревья и

ягодные кустарники средствами против вредителей и болезней: 22, 23, 24 (утро), 9.

3) Поливаем комнатные цветы, рассаду: 24, 25, 26, 2, 3, 4 (утро).

4) Перепрививаем плодовые, розы: 26 (после обеда), 27, 28.

5) Высаживаем в грунт одревесневшие черенки ягодных кустарников и винограда; занимаемся пересадкой и раз-

множением растений; проводим почвенные подкормки: 28 (вечер), 29, 30.

6) Снимаем зимние укрытия с теплолюбивых растений: 30 (вечер), 31, 1.

7) Занимаемся обрезкой плодовых деревьев и ягодных кустарников; вносим в почву удобрения; высаживаем саженцы: 4, 5, 6.

Советовал Валерий МАТБЕЕВ,
астролог

Меню для «флоридца»

Сортовые флоридские гибискусы (отличаются огромными размерами цветков и разнообразием пестроты), начиная с марта, подкармливаю раз в две недели комплексным минеральным удобрением. Я остановилась на подкормках с пропорциями NPK 15:5:30. Главный — калий, он отвечает за цветение, при его нехватке гибискус будет сбрасывать бутоны. Азот в ответе за рост и красивую зеленую листву. Меньше всего в этом удобрении фосфора. У гибискусов в нем минимальная потребность: этот элемент отвечает за корнеобразование и формирование завязей. Вношу корневые подкормки, использую «Мастер» в виде порошка, микроэлементы в нем в хелатной форме: растворяются легко (1 г на 1 л воды). Раз в месяц опрыскиваю по листу янтарной кислотой (в той же пропорции). Подкармливать можно только когда почва влажная, чтобы не обжечь корешки.



Юлия МАЛЯНОВА, коллекционер гибискусов, г. Тюмень. Фото автора

«Домашние цветы. Спецвыпуск» № 1

«Шоу петуний»

Число почитателей петунии множится год от года: не у всех обитателей клумбы столь разнообразные расцветки, необычные по форме бутоны, такое долгое цветение. Вырастить хорошую рассаду, сохранить маточники и избежать ошибок в содержании прелестницы вам помогут советы опытных цветоводов.



Ахименесы: прищипывать или нет?

Популярный вопрос у цветоводов: «Сколько раз и когда вы прищипываете свои ахименесы?» И очень удивляются, когда слышат в ответ: «Ни одного!» Раньше я тоже старательно прищипывала своих зеленых питомцев — побег делился на две веточки. Однако в мае всегда обращала внимание на то, что и ниже, и выше места прищипки просыпались боковые почки — без каких-либо манипуляций с моей стороны!

Поэтому с недавних пор перестала прищипывать ахименесы. Результаты? Ничуть не хуже! Определяющие факторы развития ахименесов — оптимальные условия (свет, температура воздуха, влажность, питание) и должный уход. Тогда они на-

ращивают зеленую «шапку», обильно цветут. Если растению хорошо в этом комплексе факторов, то прищипка необязательна, плохо — она не сильно поможет.

Формирование кроны — лишь перераспределение естественного гормона роста (конкретно этот называется «ауксин»). От прищипки его больше не становится! А если растение слабое (стоит в плохо освещенном месте, при высокой или чересчур низкой температуре), после прищипки могут «проснуться» не две спящие почки, как ожидалось, а одна.

Елена ГЛУШКОВА, владелица интернет-магазина ahimenes.ru, г. Ижевск. Фото автора

Проснись и пей

С наступлением марта световой день значительно увеличивается, и кактусы просыпаются после холодной и сухой зимовки. При стабильной температуре выше +17 °C пора начинать полив. Я очищаю растения от накопившейся пыли и поврежденных частей, опрыскиваю теплой водой. После купания на солнце ставить нельзя! Через пару дней поливаю. Каждый следующий полив — только после полного просыхания грунта.

По окончании зимовки кактусы надо постепенно приучать к яркому солнцу, поэтому первое время притеняю их. Когда растения привыкнут к новым условиям, провожу профилактические

обработки от вредителей. От паутинного клеща опрыскиваю препаратом «Фитоверм» (2 мл на 0,5 л воды). Делаю это вечером, после захода солнца.

Повторная обработка — через 8 дней.

Для профилактики заражения мучнистым червецом поливаю кактусы раствором «Актары» (1 г на 1 л воды) — по сухой земле, повторно применять через 8 дней. В случае появления вредителей ячею заболелые растения этими же препаратами, увеличив концентрацию в 3 раза.

Татьяна КУЗЬМИНА, коллекционер суккулентов, г. Ростов-на-Дону. Фото автора



Угощение на славу

Католики отпразднуют Пасху 1 апреля, православные — 8-го. За щедрым столом по традиции соберется вся семья. В преддверии светлого праздника «Сваты» предлагают лучшие угощения от наших читателей. Побалуйте домашних вкуснятиной!



Кулич «Отменный»

В разрезе выглядит восхитительно, а на вкус — еще лучше!

К 125 мл теплого молока добавляю 6 г сухих дрожжей, 1 ст.л. муки и 1 ч.л. сахара, перемешиваю и оставляю на 15 минут в тепле — до появления «шапки». В глубокой миске соединяю опару и 4 ст.л. теплого растопленного сливочного масла, затем подмешиваю целое яйцо и желток, пакетик ванильного и 2,5 ст.л. обычного сахара. Всыпаю 300 г просеянной муки, замешиваю слегка липнущее, мягкое тесто.

Делю его пополам, в одну часть добавляю пару горстей изюма, в другую — 3 ст.л. какао. Оставляю их подойти в двух мисках, накрыв полотенцем, на 1-1,5 часа. Обминаю и на присыпанном мукой столе раскатываю в два одинаковых прямоугольника (не слишком тонких).

Выкладываю темное тесто на

светлое, сворачиваю в плотный рулет. Разрезаю его на две части и отправляю в формы для выпекания. Даю постоять час в теплом месте и ставлю в духовку — на 35 минут при 200 °С. Готовые куличи остужаю и покрываю глазурью.

Вероника КРАМАРЬ,
Ленинградская обл. Фото автора

Закуска «Охотничья»

2 помидора, по 100 г сыра и бастурмы, майонез, чеснок, зелень — по вкусу.

Помидоры нарезаю кружочками, выкладываю на тарелку, смазываю майонезом с пропущенным через пресс чесноком. Посыпаю нарезанной тонкой соломкой бастурмой, мелко натертым сыром и нарубленной зеленью.

Светлана БУНИЧ, г. Одесса

Крашенки на любой вкус

❖ Нашинковала краснокочанную капусту, залила холодной водой и держала на огне до получения фиолетового отвара. Процедила, перелила в банку, добавила немного 9% уксуса для стойкости цвета. Выдерживала в красящем составе горячие вареные яйца до получения нужного оттенка — от небесно-голубого до синего.

❖ Залила в ковшике холодной водой пару горстей черники (не размораживая). После закипания уменьшила пламя и размяла ягодки ложкой — отвар стал красноватым. Далее все делала, как с капустной «краской». Крашенки получаются от светло-серого до «асфальтового» оттенка. Вынула из банки, промокнула мягкой тряпочкой, смазала растительным маслом для блеска.

❖ В готовый черничный отвар добавила немного куркумы (на 1 стакан 2 ч.л. — предварительно размешала порошок в небольшом количестве жидкости, чтобы не было комочков). Не пугайтесь непонятного цвета отвара — окрашенные в нем яйца получатся зелеными.



Татьяна ЛАТЫШЕВА,
по электронной почте.
Фото автора

Заварная творожная пасха

Протираю через сито 800 г творога и смешиваю с 160 г размягченного сливочного масла. Взбиваю 4 яйца с 160 г обычного и 1 ч.л. ванильного сахара, добавляю 320 мл 35% сливок, выливаю в кастрюльку и ставлю на средний огонь. Постоянно помешивая жидкость венчиком, довожу ее до кипения и варю минуты 2-3 до загустения, охлаждаю.

Творожную массу соединяю с яич-

ной, взбиваю блендером до однородности, подмешиваю измельченные сухофрукты и орехи (по 80 г фундука, изюма и кураги). Выкладываю в застеленную марлей разборную форму, утрамбовываю, ставлю в тарелку, куда будет стекать сыворотка, держу в холодильнике 12 часов.

Наталья ВАСИЛЬЕВА,
г. Санкт-Петербург. Фото автора



«Мясное раздолье»

Необычайно аппетитное, нежное и сочное блюдо. Вкусно как в горячем, так и в холодном виде.

Кусок свинины весом 600-700 г надрезаю посередине, разворачиваю, как книгу, накрываю полиэтиленовой пленкой и отбиваю молоточком, солю и перчу. Подрумяниваю на растительном масле 300 г измельченных шампиньонов и нашинкованную луковицу. Отдельно подсушиваю на сковороде кубики батона (из 2-х ломтиков). Перекладываю зажарку, сухарики и 1-2 ст.л. сметаны в чашу блендера, измельчаю в пасту, чуть подсаливаю.



Распределяю начинку по мясу, посыпаю его 70 г тертого сыра, мелко нарезанными сладким перцем и чесноком. Сворачиваю в рулет, перекладываю на пергаментную бумагу и — в форму для запекания. Сверху укладываю 6-7 полосок бекона, посыпаю солью и смесью перцев. Заворачиваю пергамент «конфеткой». Запекаю свинину при 180 °С час, затем разворачиваю упаковку и готовлю еще 15 минут — до румяной корочки. Чуть остужаю и нарезаю на кусочки острым ножом.

Елена КАЛИНИНА,
г. Краматорск. Фото автора



Курочка со шпинатом

3 филе, 200-250 г шпината (у меня замороженный), 100-150 г сыра, 20 г сливочного масла, 4 ст.л. сметаны, луковица, 2 зубчика чеснока, соль, перец — по вкусу.

Измельчаю лук и чеснок, подрумяниваю на масле. Отправляю в ту же сковороду размороженный шпинат и томлю еще 10 минут. Подмешиваю к горячей массе натертый сыр. Кус-

ки филе разрезаю вдоль, отбиваю с двух сторон, солю и перчу. На каждый кладу зеленую начинку — примерно 1 ст.л. Сворачиваю филе в рулетики (для фиксации можно проткнуть деревянной шпажкой или зубочисткой), выкладываю в форму для запекания, смазываю верх сметаной. Запекаю 45-50 минут в разогретой до 180 °С духовке.

Анна ТКАЧЕВА, г. Минск. Фото автора

«Айсберг»

Банка консервированного тунца, 3 сваренные в мундире картофелины, 50 г сыра, 2 моркови, горсть очищенных грецких орехов, 150 мл сметаны, 125 мл йогурта, по пучку

укропа и петрушки, 2 листа зеленого салата, красная луковица, вареное яйцо.

Картошку измельчаю и сме-

шиваю с тертым сыром. Сырую морковь нарезаю соломкой, сдабриваю измельченными орешками. Смешиваю майонез, йогурт, нарубленную зелень.

Выкладываю закуску в порционные стаканчики слоями, слегка промазывая каждый сметанным соусом: измельченный зеленый салат, морковь с орехами, картошка с сыром, нарезанный полукольцами лук, размятый тунец. Украшаю кружочками яйца.

Маргарита МАСЛОВСКАЯ,
по e-mail. Фото автора



Быстрые хачапури

Блюдо грузинской кухни.

400 г сулгуни, 2 яйца, 1 стакан кефира, по 1 ч.л. соли и сахара, 0,5 ч.л. соды, 2 ст.л. растительного и 50 г сливочного масла, 3-3,5 стакана муки, черный перец.

Смешиваю 1 яйцо с кефиром, солью, содой и растительным маслом. В несколько приемов всыпаю муку и замешиваю тесто (должно слегка липнуть к рукам). Накрыв его пищевой пленкой, оставляю на полчаса для расстойки. Натираю сыр, вбиваю 1 яйцо, перчу,

можно добавить щепотку соли. Формую из теста колбаску, делю ее на 12 частей. Каждую раскатываю в круг толщиной не более 5 мм. Выкладываю в центр сыр, отступая от края 1-1,5 см. Защипываю начинку в тесто так, чтобы получился мешочек. Слегка приминаю, переворачиваю и раскатываю в лепешку. Обжариваю на сухой сковороде на умеренном огне по 2-3 минуты с каждой стороны. Смазываю сливочным маслом.

Дарья КОЛГАНОВА,
г. Санкт-Петербург. Фото автора



Эммануил Виторган:

«На сцене испытываю мандраж»

Природа наделила этого человека талантом и выигрышной внешностью. Судьба сводила с интереснейшими людьми. Жизнь подарила большую любовь. Народный артист России. Звезда. Упаси боже сказать это Эммануилу Виторгану. Обязательно услышишь в ответ ироничное замечание о том, что таковых у нас нет, хотя «звездуны» имеются. Когда он говорит, что «никогда не оценивал себя преувеличенно», ему веришь. Виторган всегда и с удовольствием откликается на знаки внимания зрителей, ценит общение с ними.

— Эммануил Гедеонович, с годами все ярче становятся воспоминания детства и юности. Совершаете «путешествие в обратном»?

— Конечно. Часто вспоминаю Одессу. Это город моей крови, хотя и родился в Баку. Все мои родные и близкие — одесситы. У папы было 10 сестер и братьев, у мамы — 11. Все стали очень хорошими людьми, я их обожаю и обожаю. Часто вспоминаю деда. Великий одессит, дожил до 99 лет, у него было много внуков и правнуков. С 15 до 83 лет дед работал на молочном комбинате и иногда брал нас со старшим братом Вовкой с собой. Там можно было есть мороженое в неимоверных количествах. Мы этим пользовались, естественно, приходили домой с ангиной, за что дед получал от бабушки нагоняй. Как-то, будучи студентом, я приехал в Одессу, мы с дедом вышли на улицу Ленина. Я беру сигарету, чтобы прикурить, как дед вдруг останавливается и кричит, собирая вокруг толпу: «Люди, вы посмотрите на идиота. Что он делает?! Как прикуривает?! Спичкой к себе! Кто так делает? Ты не понимаешь, что сера может попасть тебе в глаз?!» Удивительный человек был...

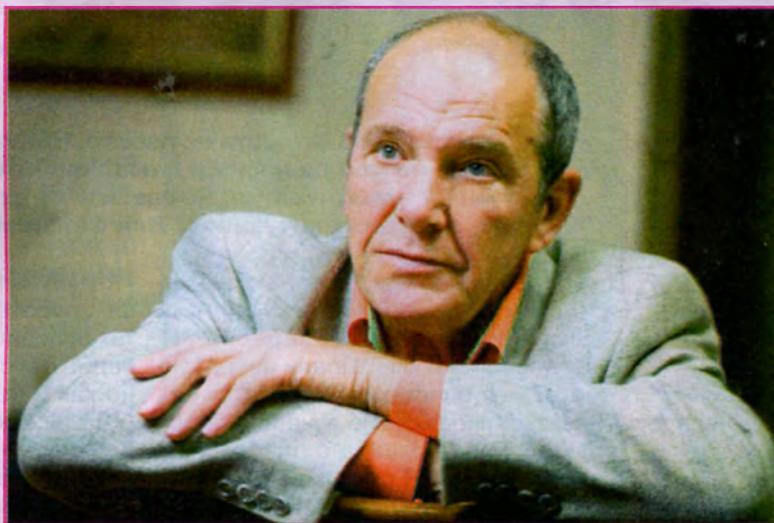
— В большинстве интервью вы рассказывали о своей второй жене Алле Балтер, с таким же постоянством просили прощения у первой семьи. Почему?

— Я их подвел, нанес им мощный удар, хотя уверен, что не имел права врать, когда встретил другую. С первой женой у нас были теплые отношения, ведь мы с театралного института вместе, но не более. Когда я встретил Аллу, понял, что же это такое — Любовь!

— Алла Давидовна, отвоевав вас у коварной болезни, сама ушла из жизни из-за онкологического заболевания.

Вя. Вы тогда впали в сильнейшую депрессию. Как удалось ее преодолеть?

— Это заслуга Ирины Млодик. Думаю, в ее лице судьба послала мне ангела-хранителя. Она снова втащила меня в жизнь и стала моей третьей женой.



— На актера вы учились в Ленинградском институте театра, музыки и кинематографии. Поступили легко?

— В приемной комиссии были Симонов, Черкасов, другие великие актеры. И десятки поступающих. Когда я на последний тур пришел, меня шатало от усталости и недоедания. В комиссии спросили, что еще могу предложить, кроме чтения текстов. Я с воплем «асса», сунув палец в рот вместо кинжала, пустился в пляс. Они легли от смеха, наверное, потому и приняли.

— Впоследствии вы не раз отбивали на сцене чечетку и отплясывали «чучу» — в знаменитом спектакле «Взрослая дочь молодого человека». Правда, что постановка имела невероятный успех?

— Спектакли такого содержания в ту пору в театре не ставили, хотя были хорошие драматурги — Володин, Розов. Но здесь сыграла и потрясающая режиссура Анатолия Васильева. То, что он сделал в этой постановке, по-

трясающе! Толпы людей рвались на спектакль, билетов было не достать.

— Несколько лет назад вы рассказывали, что каждое утро бьете чечетку, готовясь к новому спектаклю, и даже продемонстрировали, как вы это делаете. Продолжаете?

— Увы, нет. Годы берут свое. Предпочитаю полежать на диване с книжкой. А спектакль, о котором шла речь, назывался «Он, она и Джени», посвящен Алле Балтер. Я поставил его в Культурном центре Эммануила Виторгана, который мы открыли вместе с женой Ириной.

— Солидный бизнес?

— Не бизнес, а мечта. Многие считают, что этот дом для общения нам подарили. Но все не так. Надо зарабатывать на его содержание.

Иной раз приходится соглашаться на роли, за которые раньше едва ли бы взялся.

— Под Новый год вы обычно приходите в наши дома сотрудником Института волшебства из фильма «Чародеи». Наверное, по сей день многие вас помнят как Виктора Коврова?

— Где бы я ни был, обязательно кто-нибудь подойдет со словами: «О! Главное, чтобы костюмчик сидел». Такое впечатление, что в одном только фильме и сыграл. Но я не обижаюсь — всегда откликаюсь на просьбу дать автограф или сфотографироваться. Ну, ради чего мы живем? Конечно, для человека. Такой вот я положительный...

— На сцене чувствуете себя как рыба в воде?

— Нет. Не привык до сих пор. Каждый раз испытываю мандраж. Не знаю, хорошо это или плохо. Думаю, что хорошо. Значит, никого не обманываю.

Беседовала Нина ЛУКЬЯНОВА.

Фото с пещерца teatral-online.ru

Наш эксперт — публицист
Олег Денисенко,
г. Санкт-Петербург



А счет — пополам?

Недавно с подругами заспорили, кто должен оплачивать счет в ресторане на первом свидании с кавалером? Если дама предлагает деньги за свою часть заказа — не оскорбляет ли это мужчину?

Ольга СКВОРЦОВА, Московская обл.
— Когда мужчина платит за женщину, он чувствует себя солиднее, его эго растет. Кавалер хочет утвердиться в глазах дамы и получить положительные эмоции. Поэтому на первом свидании нормальный мужчина (особенно с серьезными намерениями) гарантированно откажется от предложения спутницы разделить счет.

Правда, сейчас многие представители сильного пола не против разделить финансовое бремя с женщиной, даже будучи настроенными вполне серьезно. Не знаю, чего здесь больше — негладных плодов эмансипации, дефицита воспитания или избытка прагматизма.

Мое мнение таково: не надо пытаться всучить мужчине деньги за ужин, если это свидание. Отношения будут развиваться, и такой «равноправный» подход к финансовым делам может навсегда стать правилом. Если же дама полагает, что оплаченный кавалером счет налагает на нее какие-то обязательства сомнительного толка — лучше вообще не идти на свидание в ресторан. Или выбрать для встречи уютную кофейню — уж заплатить-то за лишнюю чашечку капучино ваш избранник может себе позволить?



Остров везения Семейный оплот в море неурядиц



У мужа неприятности на работе. Приходит домой раздраженный, на мои расспросы отмалчивается, от предложений помощи отмахивается. Но где, как не в семье, искать поддержку в трудных ситуациях? Или я не права?

Анна, г. Москва

— Вы, Анна, правы в главном: семья должна служить человеку надежным оплотом в любых передерягах. Но, возможно, вы избрали неверную методику: расспросы и попытки навязать помощь — не лучшие способы найти понимание с раздраженным мужчиной. Есть такой афоризм: не нужно издавать указ, чтобы люди сняли пальто, обеспечьте тепло — и они сами разденутся. Так и в вашем случае: создайте теплую, душевную атмосферу — и супруг сам захочет открыться. Потому что поймет: семейный круг — это место, где можно отдохнуть от суеты, зарядиться энергией, стать более подготовленным к неурядицам.

Если жена вообще не интересуется проблемами мужа, он чувствует отверженность и не видит «спасательного круга» в море неурядиц. Не права и назойливая женщина, которая достает мужа неусыпным контролем:

«Что ел на обед? Почему задержался с работы?» Мужчину раздражают такая позиция супруги-«мамки», неверие в его самостоятельность. Равно как и неконструктивная критика («Да ты всю жизнь мне испортил!»). А упреки («С твоей зарплатой мы по миру пойдём») могут вызвать у мужа стойкое нежелание что-либо делать. Поддержка — это вкусное блюдо, которое подают в разном виде.

Повышение самооценки. Не нужно безграничное восхваление, «приправленное» наигранными эмоциями. Но время от времени напоминайте супругу: он — лучший, он — ваша опора, вы в него верите!

Забота. В трудных житейских ситуациях мужчины часто забывают об отдыхе и нормальной еде. Вот она, «целина», на которой может в полной мере проявить себя чуткая жена!

Ответственность. Благополучие дома и воспитание детей лежат на обоих супругах, спланируйте их, закаляйте характер, не дайте «раскисать».

Эмоции. Общие интересы, воспоминания, переживания вовлекают супругов в уютный семейный круг, пробуждают добрые эмоции, помогают правильно расставить жизненные приоритеты. И тогда приходит ясное понимание: даже в огромном океане проблем есть семейный «остров везения», где нас любят и ждут.

В шоколаде
содержатся
вещества, помогающие
при депрессии, — и
это доказано. Но
я предпочитаю
виноград... Старый и
разлитый
по бутылкам.



Наш эксперт — психолог
Ольга Зимненко, г. Екатеринбург



Наркоз оптимизма

Возвращаться после него в реальность весьма болезненно

В сложных ситуациях мы часто слышим пожелания: «Будь оптимистом — и все наладится». Но разве «розовый» взгляд на жизнь — панацея от забот? Об этом беседа с психологом Натальей Левченко из г. Могилева.

— Говорят, оптимистом нужно родиться?

— Большинство ученых считают оптимизм и пессимизм частично врожденными качествами. Даже в роддоме одни малыши радостны и активны, а другие — насупленные капризули. Но многое зависит и от влияния семьи, от способов реагирования на житейские неурядицы. Хотя, конечно, оптимисты легче вступают в контакты с окружающими, более активны, от них можно подзарядиться энергией.

— Выходит, им проще живется?

— До определенного момента. Пока их иллюзорный домик не рухнет под грузом не разрешенных вовремя проблем. Оптимисту свойственно отмахиваться от них, пускать на самотек. Например, он часто не замечает у себя симптомов серьезных болезней: мол, со мной-то ничего страшного не может произойти! И порой упускает драгоценное время для лечения. То же касается и проблем в семье, на службе, финансовых рисков... Иллюзии рано или поздно исчезают, оставляя боль и разочарование. Нередко оптимизм служит «защитной реакцией» на трудности, вопреки реалиям человек твердит себе: «У меня все отлично!» Но самообман заканчивается нервным срывом либо психосоматическими заболеваниями.

— И что же делать — смотреть на мир сквозь темные очки, чтобы не разочаровываться в нем?

— Зачем же так мрачно? Оставайтесь «реалистичным оптимистом»: увидев проблему, не отмахивайтесь от нее, а продумывайте стратегию и тактику решения, веря в свои силы.

❖ Воспринимайте происходящее критичнее, анализируя его плюсы и минусы.

❖ Прислушивайтесь к мнению тех, кто полагает, что конкретная ситуация требует более серьезного осмысления.

❖ Имейте про запас «вариант Б», если вдруг события начнут развиваться неблагоприятно, — тогда они не застигнут вас врасплох.

❖ Заботьтесь о собственном здоровье, не надейтесь на авось, своевременно проходите плановые осмотры.

Беседовала Юлия ЛУНЕВА



Коротко

Мужчины реже открыто проявляют свою досаду. Когда они испытывают раздражение, их основной прием — уклонение и умолчание, что, в свою очередь, раздражает женщин! Стараться вести себя так, будто ничего не происходит, и ждать, пока все «само рассосется», — вот главная мужская стратегия.

Жан-Клод КАУФМАНН,
французский психолог



Обязать подарком

В семье зятя не принято дарить подарки, он эту «традицию» продолжает блюсти и в отношениях с женой, тещей и тестем. Мы с мужем и дочерью готовим всем приятные сюрпризы, стараемся придумать презенты пооригинальнее, а сваты только об ассортименте праздничного стола заботятся. Можно ли здесь что-то поменять?

Елена Ж., г. Омск

— Свои традиции ломать не стоит: вы же получаете радость от подготовки и вручения подарков! Но и переучивать никого не нужно: примите их такими, какие они есть. Полагаю, что зять и до женитьбы не слишком баловал вас презентом, но вашей дочери это не помешало связать себя с ним брачными узами. Не всегда подобные семейные традиции говорят о скупости человека или о его равнодушии к близким. В некоторых семьях ни сковороды, ни традиционные носки или магнитик не подпадают под категорию «подарки». Предлагаю не вмешиваться в этот аспект отношений

членов молодой семьи. А вот сватам при случае вполне уместно предложить скинуться на подарок молодым, чтобы поддержать их на первом этапе совместной жизни. Но, естественно, такой сюрприз не должен ложиться тяжким бременем на бюджет ваших сваяков. Если возьмете на себя миссию донести до родственников прелесть поиска и дарения презентов, то помните: существует тонкая грань между «посоветовать» и «осчастливить насильно». Последнее, как правило, у многих вызывает негативный отклик.

Анастасия КОТОВА, психолог, Томская обл.



АКЦИЯ! ARNEBIA

НАТУРАЛЬНОЕ СРЕДСТВО
ПРИ ТРАВМАХ И ВОСПАЛЕНИЯХ

Траумель С

ИМЕЮТ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Реклама

Касторка для ресничек

От чрезмерного выпадения ресничек меня спас такой рецепт.

Смешивала касторовое масло со свежесжатым соком моркови (2:1) или с ромом — в равных пропорциях. Чистой кисточкой от туши ежедневно наносила на ресницы, уделяя особое внимание кончикам. Излишки промокивала салфеткой. Через 2 часа смывала ромашковым настоем (чтобы избежать раздражения). Курс — 2 месяца. Для профилактики хватает одной процедуры в неделю. Прежде чем использовать касторку, обязательно проверьте, нет ли у вас аллергической реакции!

Для большего эффекта в этот период разнообразила рацион субпродуктами, овощами, фруктами, льняным маслом, цельнозерновым хлебом — они богаты витаминами А, С, Е, группы В, необходимыми для нормального роста ресниц.

Екатерина БОРОДИЧ, Брестская обл.

Стоп, возраст!

Два-три раза в неделю делаю питательные маски, чередуя их. Они предотвращают сухость и преждевременное старение кожи лица.

Масляная

Слегка подогреваю на водяной бане 1 часть касторового масла и 4 части оливкового, смачиваю марлевую салфетку (предварительно сделав прорези для глаз и губ) и делаю компресс для лица. Через 10-15 минут протираю кожу сухим ватным диском.

Медовая

Смешиваю яичный желток с 1 ст.л. растопленного меда. Наношу на лицо, через 15 минут смываю теплой водой.

Надежда ТУРКОВА,
г. Сыктывкар



Совет дня

Скраб с аспирином

Чтобы вернуть гладкость обветренным губам, дважды в неделю использовала домашний скраб. К измельченной таблетке аспирина добавила щепотку сахара, развела взятыми в равных объемах глицерином

и оливковым маслом — так, чтобы получилась густая масса. Нанесла ее на губы и помассировала 2-3 минутки. Смыла теплым отваром ромашки.

Ольга З., по электронной почте



Комментарий специалиста

Такой домашний скраб действительно хорош для губ. Аспирин выступает как антибактериальное средство — предупреждает инфекцию, если на коже есть незначительные трещинки. Правда, я бы советовала аккуратнее массировать кожу, заменив сахар на менее грубые по текстуре молотые орешки. Глицерин и оливковое масло дают увлажняющий эффект.

Перед процедурой на 1-2 минуты приложите к губам смоченный в теп-

лой воде ватный диск (чтобы смягчить обрабатываемую область) — им же можно потом снять остатки скраба. После легкого массажа не спешите смывать средство, оставьте еще на 3-5 минут — за это время кожа впитает полезные вещества. Делайте процедуру не чаще одного раза в неделю и не раньше чем за полчаса до выхода на улицу. Противопоказания: герпес, глубокие трещинки.

Елена БРЕЖНЕВА,
косметолог, г. Курган

Чудо-водоросль

Носогубные складки становятся менее заметными, а кожа выглядит моложе благодаря полезной водоросли под названием спирулина.

1 ч.л. желатина заливаю небольшим количеством кипяченой воды. После набухания подогреваю на водяной бане. Снимаю с огня, добавляю 2 измельченные в поро-

шок таблетки спирулины и содержимое одной аптечной капсулы витамина А. Теплую маску наношу на лицо, избегая области вокруг глаз. Оставляю на 20 минут, смываю теплой водой и наношу питательный крем. Делаю процедуру 1-2 раза в неделю.

Галина МОИСЕЕНКО, г. Могилев





АКЦИЯ! АРНЕВИА

НАТУРАЛЬНОЕ СРЕДСТВО
ПРИ ТРАВМАХ И ВОСПАЛЕНИЯХ

Траумель С

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Реклама

Полезные корешки

Для нормализации оттока желчи использовал настой корня аира. 1 ст.л. сухого измельченного сырья заливал в термосе 2 стаканами кипятка и оставлял на ночь. Назавтра принимал настой трижды в день за полчаса до еды. Курс — 3 недели.

Артем ЮРЧЕНКО, Московская обл.



Комментарий специалиста

Корень аира — не только хорошее желчегонное средство, но еще и противовоспалительное, мочегонное, обезболивающее. Порошком из аира присыпают гноящиеся раны. При изжоге размалывают в кофемолке кусочек корня и принимают, запивая кипяченой водой. А теплым настоем (1 ч.л. измельченного сырья на 1,5 стакана воды) полощут ротовую полость для укреп-

ления десен. Но есть противопоказания: повышенная кислотность желудка, гипотония, обострение язвы желудка, частые носовые кровотечения. Не совмещайте с приемом седативных средств — чревато ослаблением концентрации внимания, сонливостью. И не превышайте рекомендованную дозировку аира — можете вызвать рвоту.

Виктор ЛОГИНОВ,
терапевт, г. Казань



Вылечила курильщика

Попросила соседку-травницу помочь моему супругу бросить курить. Та посоветовала нарвать в лесу немного травы копытня с корешками и высушить в тени. 2 ч.л. измельченного сырья залить в термосе стаканом кипятка. Через 10 минут процедить и остудить. Настой перелить в бутылку с распылителем и сбрызнуть им сигареты мужа, затем подсушить их на печи или батарее отопления.

Сделала все в точности, а через неделю моего благоверного отвернуло от табака! Дело в том, что копытень оказывает рвотное действие. Потому мой супруг, выкурив сигаретку, испытывал не лучшие ощущения.

Марина ЛОПАТКОВА, г. Каменка

«Горячительные» растирки

Когда у меня сильно болели суставы, я приготовила две растирки и чередовала их, натирая проблемное место на ночь.

★ Наполнила 0,5 л банку до половины измельченными листьями каланхоэ перистого, залила доверху водкой, настаивала в темном месте 10 дней.

★ Смешала по 0,5 стакана водки и 6% уксуса, 50 г готовой горчицы, по 1 ч.л. растительного масла и соли, 1 ст.л. измельченного острого перца.

После растирания обвязывалась теплым шарфом и ложилась спать — боль утихала.

Нинель КАЛИСЕЦКАЯ, г. Светлогорск

Целебное варенье

Варенье из ягод боярышника не только вкусное, но и полезное.

Засыпаю в противень с высокими бортиками 2 кг ягод, поверх — 1,5 кг сахара, заливаю стаканом воды. Ставлю противень в нагретую до 180 °С духовку. Периодически перемешиваю.

Через 30 минут после закипания проверяю готовность варенья: если сладкая капелька не растекается по блюду — можно доставать. Остывшую массу раскладываю по стерилизованным баночкам и укупориваю. Храню в кладовке до года.

Татьяна ЛАТЫШЕВА,
г. Санкт-Петербург. Фото автора



Комментарий специалиста

Ягоды боярышника богаты клетчаткой, витаминами, минералами. Регулярное употребление такого варенья поможет наладить работу сердца, повысить эластичность стенок сосудов, ускорить ток крови, нормализовать артериальное давление. Полезен этот «десерт» при хронической усталости, физическом или умственном переутомлении.

Раз в день достаточно съедать до 100 мл (детям — максимум 50 мл). Вовсе отказаться от лакомства стоит гипотоникам, больным сахарным диабетом, беременным и кормящим грудью, малышам до 6 лет. При появлении любой негативной реакции со стороны организма проконсультируйтесь с врачом.

Регина СЕЛИВАНОВА,
травница, г. Минск



Впрок



Астрологический прогноз на апрель

В апреле, когда Солнце проходит через зодиакальный знак Овна, природа начинает новый цикл развития: прорастают семена, появляются всходы, на деревьях набухают и распускаются почки. Заканчивайте мечтать о весне, выметайте из головы и из дома все лишнее, что накопилось за осенне-зимний период. Проведите профилактику, в том числе и своего автомобиля. Обязательно купите себе на летний сезон обновку. Для этого нужны деньги? Смело обзвоните своих должников: лучшего времени для взыскания долгов не найти.



Овен

(21 марта — 20 апреля)

Фортуна к Овнам в апреле благосклонна. Вы получите то, на что рассчитывали и к чему стремились. При покупке мебели или бытовой техники вас порадуют солидные скидки. Если вы по каким-либо причинам в одиночестве — пришла пора завести долгосрочный роман.



Лев

(23 июля — 23 августа)

В апреле Львы особенно наделены магнетизмом — может завязаться служебный роман, способный изменить жизнь. Ваша задача — не увлечься и не принимать скоропалительных решений. Возможно, вскоре разочаруетесь, а возврат к прежней жизни потребует много энергии и нервов.



Стрелец

(23 ноября — 21 декабря)

Все складывается удачно. На работе с вашим мнением считаются, да и в семье отношения доброжелательные. От такого благоденствия может стать скучно. Следите за тем, что и кому говорите: за язык вас никто не тянет. А вот прощения за неуместную шутку или грубое выражение придется просить.



Телец

(21 апреля — 20 мая)

Близкие люди не дадут Тельцам расслабиться. Ожидается много встреч. Не все в них вам понравится, но они окажутся познавательными. Возможно, выступите в роли третейского судьи, найдя нужные слова для примирения друзей или родственников.



Дева

(24 августа — 23 сентября)

В этом месяце Девы способны сами себе создавать проблемы. В семье все будет хорошо, если не станете задавать неприятных вопросов, не начнете разборок и выяснения отношений. Любая ваша инициатива может завязнуть в бытовом «болоте»: рискуете потерять то, что вам дорого.



Козерог

(22 декабря — 20 января)

Самое время пересмотреть, а то и отменить, разнообразные запреты, которые вы и близкие установили в семье. Вам необходим дух авантюры, риска и веселья. Главное — помните: вы не хуже других. И не столь важно, как ваши инициативы будут восприняты.



Близнецы

(21 мая — 21 июня)

Проблема Близнецов в апреле — поспешность в принятии решений. Вы хотите сделать все сами и никого при этом не обидеть. Отсюда вероятны «фальстарты» и, как следствие, стрессовые ситуации. Утешайте себя тем, что потом будет о чем вспомнить с юмором.



Весы

(24 сентября — 23 октября)

У Весов будет явный дефицит терпения. Не исключены упреки родственников в том, что вы мало уделяете внимания семье. Звезды советуют проявить свои лучшие черты характера: миролюбие и дипломатичность. Возникшая холодность в отношениях угаснет, а проблемы разрешатся сами по себе.



Водолей

(21 января — 18 февраля)

Залог успеха для Водолеев в апреле — умение использовать обстоятельства в своих интересах. Если будете довольны сами, то сумеете создать отличные условия для тех, кто вас окружает. Главное — не нарушать установленные правила. Помните, что близкие нуждаются в вашей помощи.



Рак

(22 июня — 22 июля)

Вы цените комфортную обстановку в семье и дома. Для того чтобы сохранить ее в апреле, вам потребуется определенная наглость в поведении — то, чего не хватало раньше. «Работая на публику», вы имеете хорошие шансы на успех в своих начинаниях, но если наблюдателей не будет — желания быстро угаснут.



Скорпион

(24 октября — 22 ноября)

В середине весны семейная жизнь Скорпионов плотно привязана к профессиональной. На внешний мир вы смотрите «открытыми глазами». Любые события не станут неожиданными. Это позволит не попасть в западню, устроенную недоброжелателями, и избежать неприятных ситуаций в семье.



Рыбы

(19 февраля — 20 марта)

Апрель не обещает Рыбам особых радостей или приятных сюрпризов. Придется спуститься с небес на землю и заняться обычными делами. В таком положении сложно строить планы на будущее, но будьте упрямы и настойчивы. Это принесет результат, который устроит всех.

ВЫМЕТАЙТЕ ИЗ ГОЛОВЫ И ИЗ ДОМА ВСЕ ЛИШНЕЕ, ЧТО НАКОПИЛОСЬ ЗА ОСЕНЬ И ЗИМУ! ОБЯЗАТЕЛЬНО КУПИТЕ СЕБЕ ОБНОВКУ. ПОЛУЧИТЕ ТО, К ЧЕМУ СТРЕМИЛИСЬ. ЕСЛИ ВЫ ОДИНОКИ — ПРИШЛА ПОРА ЗАВЕСТИ ДОЛГОСРОЧНЫЙ РОМАН.

Встречайте
НОВЫЕ
журналы



КРУАССАНЫ: ИЗУЧАЕМ СЕКРЕТЫ И ГОТОВИМ ДОМА / стр. 6-7

Выпечка

НОВАЯ КНИЖКА!

15

РЕЦЕПТОВ
к Пасхе

Сегодня также
вышел журнал

Салаты

и закуски

ТОП-100

МАРТ 2018

ТОП-100

ТОП-100

ТОП-100

ТОП-100

ТОП-100

ТОП-100

ТОП-100

ТОП-100

ТОП-100

ТОП-100

ТОП-100

Пряники и другая весенняя выпечка

САМОЕ ЛУЧШЕЕ И ВКУСНОЕ ОТ НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ!
Пироги Тарты Хлеб Пирожные Печенье Кексы Пирожки



Бабушкин
кулич



Турецкая
паша



Весенние
птички



Пирожные
«Карамельки»

С 1 апреля можно
оформить подписку
на II полугодие 2018 года!

Подписные индексы

«НК. Салаты
и закуски»:

24530 «КАТАЛОГ
РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ»

71179

«Пресса России»

П7188

«Почта России»

«НК. Выпечка»:

24528 «КАТАЛОГ
РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ»

70963

«Пресса России»

П7189

«Почта России»

В продаже с 20 марта!

Отзовитесь

Ирина, 55/161/56. Познакомлюсь с добрым, порядочным, обеспеченным мужчиной без в/п. **Тел.: 8-922-926-29-58.**

Валентина, 57 лет. Вдова, добрая, работающая. Живу в деревне. Ищу мужчину от 58 лет без в/п — друга и помощника. Трудностей не боюсь! Судимых и пьющих прошу меня не беспокоить. **Тел.: 8-911-713-41-05.**

Женщина. Спокойная, добрая, без детей, люблю уют, книги, природу. Откликнись, умный, надежный, добрый мужчина старше 65 лет, в/п — в меру, ростом от 175 см. Желательно фото (верну). Судимых, алкоголиков,

наркоманов и альфонсов прошу меня не беспокоить. **Адрес: 163035, г. Архангельск. До востребования Поляковой Н.И.**

Женщина, 61 год. Живу в Башкирии. Веду здоровый образ жизни, хозяйственная, заботливая, люблю природу. Для серьезных отношений познакомлюсь с мужчиной 60-65 лет, без в/п, без материальных и жилищных проблем, с умелыми руками и личным авто. Прошу меня не беспокоить алкоголиков, аферистов, альфонсов и лиц из МЛС, а также тех, кто ищет женщину в качестве бесплатной прислуги. **Тел.: 8-917-433-82-57.**

Алена, 48 лет. Живу в сельской местности с ребенком. Ищу мужчину, как в песне: «Чтоб не пил, не курил и цветы всегда дарил», доброго, работающего, 45-53 лет. На переезд не согласна. Люблю заниматься цветами, огородом, садом. Просьба судимых меня не беспокоить. **Тел.: 8-923-122-44-87.**

Инна, 45/164. Женственная, симпатичная, добрая, с красивой фигурой. Хорошо готовлю, люблю природу, кино, театр. Познакомлюсь с успешным, порядочным мужчиной 40-50 лет из Санкт-Петербурга. **Тел.: 8-911-036-89-85.**

Нина, пенсионерка. Жизнерадостная, приятной внешности. Хочу познакомиться с мужчиной — хозяйственным, без в/п и без проблем, с чувством юмора, из р.п. Плюсса Псковской обл. **Тел.: 8-911-197-93-91.**

Лариса, 58 лет. Вдова, порядочная, добрая, без в/п. Познакомлюсь с мужчиной — без в/п, 55-70 лет, наличие авто приветствуется. Из МЛС прошу меня не беспокоить. **Тел.: 8-964-831-84-21.**

Александр, 67/174/78. Вдовец, физически здоров, алкоголь — в меру. Познакомлюсь с женщиной из Сочи, Адлера, Новороссийска, Ялты, Ессентуков — непьющей, спокойной, проживающей в частном доме. Я активный, люблю заниматься садом, огородом, рыбачить. Звоните с 6.00 до 20.00 по московскому времени. **Тел.: 8-913-264-82-42.**

Юлия, 35/155. Ищу друзей по переписке. Увлекаюсь рисованием, музыкой, танцами, плаванием. **Адрес: 308519, Белгородская обл., Белгородский р-н, п. Северный. До востребования Дубцовой Ю.**

Галина, 66/162/70. Вдова, спокойная, доброжелательная, хорошо выгляжу, хозяйственная. Живу в сельской местности. Для создания семьи познакомлюсь с добрым, хозяйственным мужчиной 65-69 лет. На переезд не согласна. **Тел.: 8-915-504-71-20.**

Людмила, 53/164/68. Хорошая хозяйка. Для серьезных отношений желаю познакомиться с мужчиной 53-63 лет, с умелыми руками, без материальных проблем, из Москвы или области. **Тел.: 8-962-926-97-45.**

Женщина, 68/158/68. Скрамная, симпатичная брюнетка с зелеными глазами, неконфликтная. Стану интересной собеседницей, умелой хозяйкой и ласковой женой для вдовца 65-68 лет. Вы — мудрый, уравновешенный мужчина с добрым сердцем и умелыми руками, без в/п, не судимый, желательно с авто и собственным жильем. **Тел.: 8-920-544-23-17.**

Владимир, 51/190. Инвалид II группы. Жду встречи с доброй, душевной женщиной (желательно из Воронежской обл.), не обремененной детьми и согласной на переезд. **Адрес: 397576, Воронежская обл., Воробьевский р-н, с. Елизаветовка, д. 123. Для Владимира.**

Галина, 65 лет, вдова, работаю, вожу автомобиль, живу в сельской местности. Для серьезных отношений надеюсь встретить доброго, честного и заботливого мужчину. Если вы тоже устали от одиночества и хотите жить в уюте, звоните и пишите. На переезд не согласна. **Тел.: 8-915-504-71-20. Адрес: 302540, Орловская обл., Орловский р-н, д. Лесная, ул. Центральная, д. 13.**

Лошади в океане

Музыка В. Берковского
Стихи Б. Слуцкого

Лошади умеют плавать.
Но — нехорошо. Недалеко.
«Глория» по-русски значит
«Слава», —
Это вам запомнится легко.

Шел корабль, своим названьем
гордый,
Океан стараясь превозмочь.
В трюме, добрыми мотая мордами,
Тыща лошадей томилась день
и ночь.

Тыща лошадей! Подков четыре
тыщи
Счастья никому не принесли.
Мина кораблю пробилла днище
Далеко-далеко от земли.

Люди сели в лодки, в шлюпки
влезли.
Лошади поплыли просто так.
Как же быть и что же делать, если
Нету места им на лодках и плотях?!

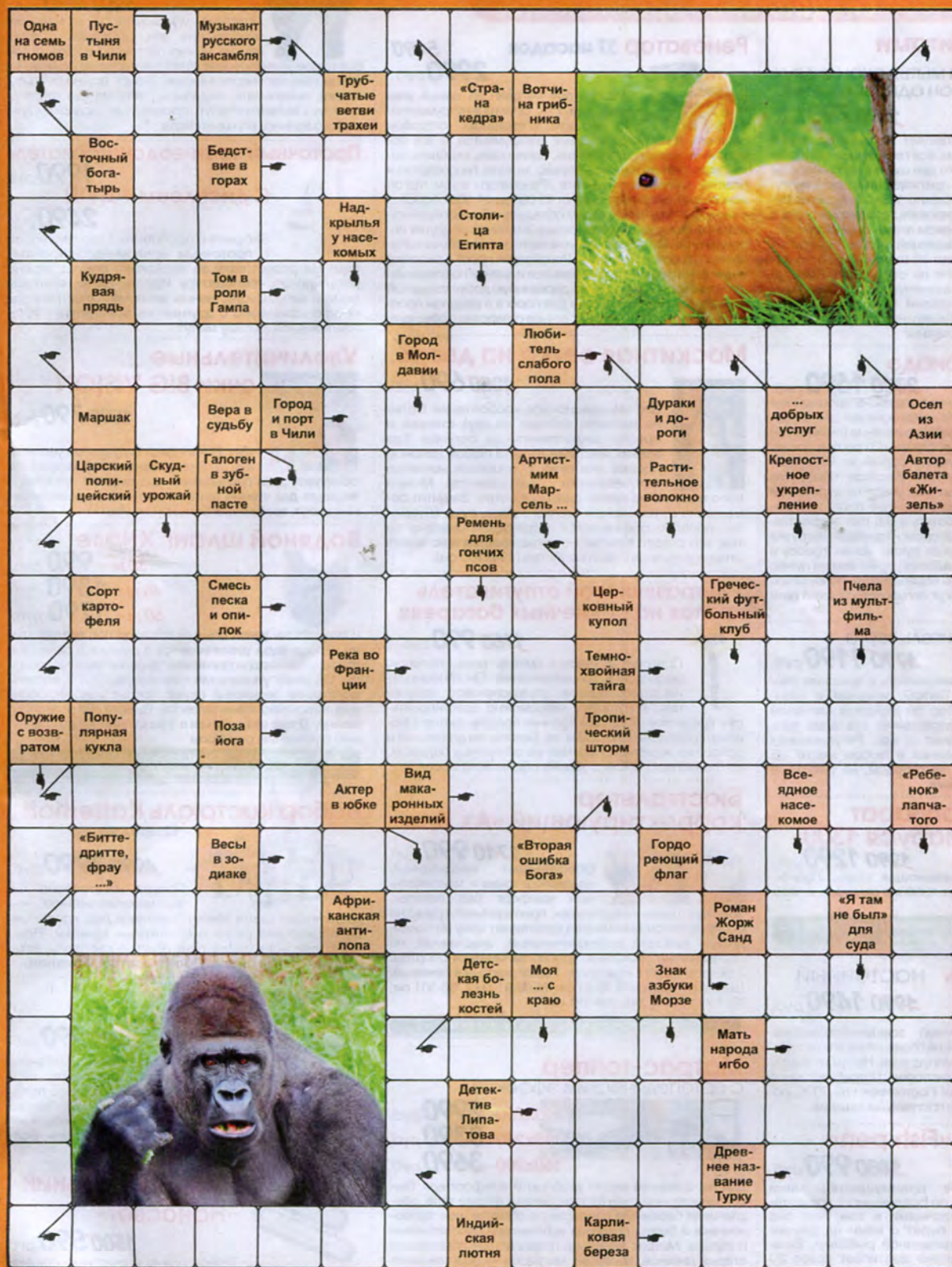
Плыл по океану рыжий остров.
В море синем остров плыл гнедой.
Им сперва казалось — плавать
просто,
Океан казался им рекой.

Но не видно у реки той края.
На исходе лошадиных сил
Вдруг заржали кони, возражая
Тем, кто в океане их топил.

Кони шли на дно и ржали, ржали,
Все на дно покуда не пошли.
Вот и все, а все-таки мне жаль их —
Рыжих, не увидевших земли.

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





По горизонтали: Балалаечник. Батыр. Обвал. Локон. Ханкс. Самуил. Бабник. Икике. Фтор. Жандарм. Маковка. Тырса. Андра. Авр. Парма. Лотос. Оркан. Барби. Рожки. Знак. Стяг. Мадам. Канна. Орас. Рахит. Але. Анискин. Ситар. Або. Горилла. Ерик.

По вертикали: Атакама. Бронхи. Ливан. Кролик. Белоснежка. Лес. Элмтри. Каир. Беда. Бюро. Ишак. Комрат. Фатализм. Недород. Марсо. Капок. Верк. Адан. Сворка. Арис. Майя. Бумеранг. Женщина. Актриса. Таракан. Гусенок. Алиби. Хата. Тире.

СЕГОДНЯ ТАКЖЕ ВЫШЛИ:

«Наша кухня. Салаты и закуски»
«Наша кухня. Выпечка»
«Сваты на даче»
«Сваты на кухне»
«Сваты на пенсии»
«Цветок»
«Народный доктор»
«Домашний»
«Садовод и огородник»
«Золотые рецепты наших читателей»
«Толока. Делаем сами»
«Волшебный»
«Счастливая и красивая»
«Саша и Маша: 1000 приключений»
«Суперсовет»
«Улучшаем зрение без операций»
«Шоу петуний»

Следующий номер выйдет 10 апреля

Журнал «Сваты» № 6 (120), март 2018 г.

Издается с апреля 2013 г. Выходит два раза в месяц

Шеф-редактор Татьяна Ивановна САНЧУК
Приемная: т/факс 8-10-375-222-77-09-19
Редактор Александр Иванович ТОРПАЧЕВ
тел. 8-10-375-222-77-58-98

Учредитель и издатель — ООО «ИД «Толока»
Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-51460 от 19.10.2012 г.

Адрес редакции: 214000, г. Смоленск, ул. Тенишевой, 4-а. Тел. (8-4812) 64-75-65; 64-75-64; т/ф 64-75-47.
E-mail: ru@toloka.com

АДРЕС ДЛЯ ПИСЕМ: РФ, 214000, г. Смоленск, Главпочтамт, а/я 200. E-mail: svaty@toloka.com

Юридический адрес: 214000, г. Смоленск, ул. Тенишевой, д. 4-а.

Номер подписан в печать 7.03.2018 г. в 20.00
Тираж 190 400 экз. отпечатан в ООО «Возрождение»
РФ, 214000, г. Смоленск, ул. Бабушкина, д. 8, офис 1

По вопросам рекламы обращаться по тел.:
(8-4992) 53-44-28; (8-9036) 15-56-07

E-mail: reklama_ru@toloka.com

Распространитель: ООО «Толока в России»,
тел. (8-4812) 61-19-80; тел./факс (8-4812) 64-74-54.
E-mail: ru@toloka.com

По вопросам доставки и качества изданий — (8-4812) 64-75-47

Вы можете оформить подписку с любого месяца по индексам: 83420 «КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ»;

82621 «Пресса России»; П1215 «Подписные издания».

Официальный каталог ФГУП «Почта России».

Набран и сверстан в компьютерном центре «Толока»
В связи с введением в действие Налогового, Трудового кодексов гонорар и присылка вы можете получить только при указании номера страхового свидетельства по пенсионному фонду, даты рождения, паспортных данных, адреса проживания

Предоставлением своих персональных данных (ФИО, паспортные данные, адрес регистрации, ИНН, номер страхового пенсионного свидетельства) субъект персональных данных выражает свое согласие на сбор, хранение и обработку его персональных данных для достижения целей, установленных действующим законодательством РФ

Логотип (товарный знак) защищен. По всем вопросам его использования обращаться в редакцию. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений и имеет право отказаться от публикации рекламы. Редакция имеет право редактировать и опубликовать любые присланные в свой адрес иллюстрации и письма читателей. Факт подписки означает согласие автора на передачу редакции прав на использование произведения в любой форме и любым способом на территории стран СНГ, Латвии, Литвы. Рукописи не рецензируются и не возвращаются

Цена свободная

Использованы фото Shutterstock.com, Depositphotos.com, Rusmedbank.ru

ВАШИ ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ!

Специальное предложение

Щетка с магнитами



ДЛЯ МЫТЬЯ ОКОН С ДВУХ
СТОРОН ОДНОВРЕМЕННО

~~1490~~ 790 руб.

Не представляет из себя сложного устройства, но как мы знаем, это гениальное — просто! Ее конструкция — это просто две щетки, но главное их свойство — магниты. Щетки притягиваются друг к другу, и между ними помещается стекло. У Вас больше не будет необходимости балансировать на краю открытого окна, и Вам все равно, на каком этаже Вы находитесь, поскольку человек, производящий уборку, находится внутри помещения. С магнитной щеткой Вы легко помоеете окна, которые совсем не открываются или на них стоит решетка. Купив магнитную щетку, Вы убедитесь в отличном качестве уборки. Она одновременно моет водой и сразу же вытирает насухо. Чистые окна без разводов Вам гарантированы!

Культиватор Тornado



~~2380~~ 1690 руб.

Этот ручной садово-огородный инструмент предназначен для следующих работ: рыление (перекопка) почвы на глубину 20 см под посадку; удаление сорняков; Разрубка целинных участков; обработка пристовальных участков деревьев и кустарников. По сравнению с обычной лопатой, культиватор позволяет Вам работать в 3-5 раз эффективнее. При работе с культиватором «Тornado» нагрузка равномерно распределяется по рукам, ногам, прессу и спине. Благодаря удобной высокой ручке вам не нужно пригибаться к земле. Теперь обрабатывать почву стало настолько легко, что им могут пользоваться даже дети и люди пожилого возраста.

Эар Зум усилитель звука



~~1790~~ 1190 руб.

Отличная слышимость с высоким разрешением. Легкий, мощный и незаметный прибор со звуковым сигналом высокого разрешения. Ни один разговор больше не ускользнет от вас. Регулируемая громкость. Для использования в любом месте: на спортивных состязаниях, за городом, на работе, в школе, на праздниках и дома.

Самогонный аппарат



«Маруся 1300»

~~1990~~ 1290 руб.

Нержавеющая сталь. Производит 1300 мл самогона в час! Не требует водопровода.

В подарок вкусоароматические концентраты на 300 литров коньяка.

Обогреватель настенный



~~1990~~ 1490 руб.

Гибкий настенный электрообогреватель можно повесить на обоях, стене или на окне. Безопасен в эксплуатации. Не сушит воздух и не сжигает кислород. Потребляет мало электроэнергии! Постоянная 160-70 °C позволяет быстро прогреть помещение.

Мини удочка «Fish pen»



~~1800~~ 990 руб.

Главное преимущество мини удочки по сравнению с громоздкими удочками в том, что она всегда будет с вами на случай непредвиденной рыбалки. Ведь в сложенном виде ее длина достигает всего 20 см. В наборе есть все необходимое — крючки, грузило, катушка с леской и само удилище, складывающееся из небольшого футляра телескопической почти на метр. Метровая длина удилища очень комфортна для ловли с лодки, пирса или мостков, а для водоема с заросшим берегом карманная мини удочка вообще идеальный вариант. Подледный лов тоже будет удобным с такой длиной удилища. Аккуратная и очень удобная катушка порадует настоящих эстетов рыбной ловли. Удочка выполнена из карбона и сплава алюминия, что позволяет выуживать крупную рыбу. Количество ограничено.

Гарантия качества!

Звоните прямо сейчас!

С информацией об организаторе акций, о правилах их проведения, количестве призов, сроках, месте и порядке их получения можно ознакомиться по тел. 8 (499) 213-03-16. Акции действительны с 20.03.18 по 08.04.18 г. Реклама.

Реноватор 37 насадок



~~5490~~

2990 руб.

«Реноватор» — один из самых универсальных электроинструментов. «Реноватор» способен заменить десяток громоздких инструментов, с его помощью возможно: шлифовать, полировать, скоблить, заточивать, пилить и резать дерево, металл, гипсокартон и пластик. Секрет инструмента «Реноватор» в том, что он использует силу колебания от 15 000 до 21 000 оборотов в минуту и благодаря этому обладает непревзойденной мощной режущей способностью, в отличие от других инструментов. Вы можете регулировать необходимое количество оборотов насадки. «Реноватор» прост в эксплуатации и не требует особых навыков и знаний по владению инструментом. Он распилил деревянную доску толщиной до 5 см, выпилил отверстие для порога в дверном проеме, выемку в балке, сделал точное отверстие в обшивке.

Москитная сетка на дверь



~~1250~~ 690 руб.

Это инновационное изобретение Сетка на магнитах состоит из двух створок и просто закрепляется за секунды без всяких инструментов на любом дверном проеме или окне. С помощью магнитов автоматически закрывается. Можно использовать во время сильного ветра. Защищает помещение от насекомых, мелкого сора, пыли. Шторки без проблем открываются и сразу закрываются за тем, кто входит. Компактно складывается и во время стирки сохраняет свои свойства. (194x105 см).

Ультразвуковой отпугиватель кротов на солнечных батареях



~~1750~~ 990 руб.

Прогонит с участка кротов, крыс, полевок, медведей и др. вредителей. Он генерирует непостоянно меняющееся ультразвуковое излучение, к которому невозможно адаптироваться — вредители уходят быстро и не возвращаются. Площадь воздействия до 350 м. кв. Безопасен для людей и домашних животных. Работает на солнечных батареях, что позволяет забыть о замене обычных батареек.

Бюстгальтер корректирующий «Ах Бра»



~~1740~~ 990 руб.

Обеспечивает необходимую поддержку груди и максимальный комфорт без пелек, крючков, швов и «косточек»; приподнимает грудь; не собирается складками и не сдавливает кожу по бокам; делает декольте соблазнительным; эластичный; не ограничивает движения, удобно заниматься спортом. 3 бюстгальтера в комплекте. Белый, черный и бежевый. Шкала размеров: S 76-81 см, M 86-91 см, L 96-101 см, XL 106-111 см, XXL 106-121 см.

3 бюстгальтера Ах Бра в комплекте

Матрас-топпер с ортопедическим эффектом



90x200 - 2990 руб.

140x200 - 3390 руб.

160x200 - 3690 руб.

Делает спальное место удобным и комфортным. Высокотехнологичная пена адаптируется к форме тела, обеспечивая бережную поддержку в области шеи, позвоночника и бедер, создавая условия для расслабления и отдыха. Матрас идеально подходит для обновления старых диванов, кроватей, матрасов — разглаживает ямки, сглаживает перепады и обеспечивает поддержку спины. Скручивается в рулон, легко поместится на полку в шкафу. В комплекте чехол с ручкой.

Новое поколение ножей с



мраморным покрытием «Сила гранита»

~~1350~~ 990 руб.

Садовые перчатки



Garden Genie Gloves

~~1280~~ 490 руб.

Поистине уникальное и гениальное изобретение для садоводов. Теперь вам не нужно постоянно носить с собой садовый инструмент. Удобные перчатки оснащены специальными наконечниками. Теперь можно рыть грядки, выкапывать, окучивать растения без граблей и тяпок. Перчатки станут прекрасным подарком для любого дачника или цветовода.

Проточный кран-водонагреватель



~~1990~~

2490 руб.

С дисплеем + ДУШ

Забудьте о проблемах с горячей водой с проточным краном-водонагревателем! Нагревает воду за несколько секунд, можно регулировать температуру. Идеальный вариант для дома и дачи. Существенно экономит электроэнергию по сравнению с другими нагревателями! Устанавливается за пару минут.

Увеличительные



очки BIG VISION

~~1580~~ 790 руб.

«Биг Вижн» дают визуальное увеличение любого предмета 160% и при этом оставляют руки свободными, поэтому они прекрасно подходят для чтения, шитья и выполнения всевозможных работ, требующих большой точности!

Водяной шланг XHose



30 м - 990 руб.

45 м - 1390 руб.

60 м - 1790 руб.

Шланг XHose удивительным образом под воздействием напора воды увеличивается в длину в 3 раза! При отключении напора принимает первоначальные размеры. Он имеет уникальную конструкцию 2 в 1: жесткий внутренний резиновый шланг покрыт износостойким внешним нейлоновым шлангом. Вместе они позволяют шлангу XHose становиться в 3 раза длиннее по сравнению с исходным размером.

Купите шланг «Икс-Хоз» и получите разорезимый садовый листопад в ПОДАРОК!

Набор кастрюль Kaiserhoff



12 предметов

~~4990~~ 3990 руб.

Посуда изготовлена из высококачественной нержавеющей стали. Имеет 5-слойное дно, клепаные металлические ручки и стеклянные крышки. Подходят для всех видов плит. Внутри кастрюль есть измерительная шкала. Производство: Германия.

Отпугиватель

грызунов и насекомых



~~1290~~ 990 руб.

Устройство для отпугивания тараканов, жуков, мышей, крыс. Защищает ваш дом, квартиру или промышленное предприятие площадью до 200 м². Просто вставьте его в розетку. Можно использовать, если в доме есть дети, собаки и кошки. Безопасен. И в него встроены уютный ночник.

Чудо-светильник



«Наносвет»

~~1500~~ 590 руб.

Теперь можно в считанные секунды установить светодиодное освещение в шкафу, под раковиной, под кроватью и т.д. Состоит из 5 ярких светодиодов и работает на батарейках непрерывно до 100 часов. Крепится с помощью специальных двухсторонних липучек на любую поверхность: металл, пластик, дерево, плитку. Легко устанавливается на потолок или стену, а при необходимости вынимается из крепления одним движением руки и используется как стандартный фонарик. Использует 3 батарейки типа ААА.

АКЦИЯ. Второй светильник в подарок!

8 (499) 213-03-16

(многоканальный)

Доставка по Москве и всем регионам России.

Время работы с 9:00 до 21:00