

Открытое письмо депутату Молодцовой

2-я страница

АВТОМОБИЛЬ, СТОЙ! ТЫ АРЕСТОВАН!

2-я, 7-я страницы

ДОМАШНЯЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ

3-я — 6-я страницы

ОБЪЯВЛЕНИЯ

ОБМЕНЯЮТ ЖИЛЬЕ

00963. 1-комн. квартиру 18 кв. м (5-й этаж, телефон, рядом с д/с «Ромашка» на 2-комн. с телефоном (в доме старого типа) по договоренности.

Тел. 2-11-18.

01033. 4-комн. квартиру (с телефоном, имеется садовый участок) в Оленегорске на 2—3-комн. в Мурманске (по договоренности).

Тел. в Мурманске 3-87-21.

КУПАТ

01043. А/м «Жигули» (новую); очередь на право приобретения а/м.

Тел. 2-67-75.

01044. Автомобиль иномарки, можно в неисправном состоянии. Возм. обмен на ВАЗ 21061 (1983 г. выпуска).

Тел. 4-75-41 (после 19.00).

ОБСЛУЖАТ

00983. Экстренное лечение занойных состояний, вызов врача на дом.

Тел. 5-17-95.

01037. Установлю декодеры ПАЛ/СЕКАМ на все телевизоры, дистанционное управление на телевизоры 3-го—4-го поколения.

Тел. 9-97-85.

РАЗНОЕ

00829. Меняю: угловой диван (бордовый) на другой; прихожую светлую с узором и два шкафа (г. Парва) на спальню, видео. Или куплю.

Тел. 6-83-99.

01088. Утеряна мужская черная сумка с документами. Нашедшего прошу вернуть за вознаграждение по адресу: Северный пр., 13, кв. 77, Борисову.

01089. Частный адвокат Козлов Виктор Николаевич извещает клиентов о смене своего номера телефона на номер 6-56-87.

01100. Меняю новый альбом-справочник по вязанию Анны Краузе на мушкетерские шелковые штаны (Франция и др.). Возм. варианты.

Тел. 6-50-96 (с 10.00 до 12.00).

Отдел городских проблем.

ВСТРЕЧА С ПСИХОТЕРАПЕВТОМ

29 апреля общество «Знание» проводит в общественно-политическом центре ОК КП РСФСР (ул. Софьи Перовской, 3) встречу с психотерапевтом Ю. Г. УТКИНЫМ «ЭТО МОЖЕТ КАЖДЫЙ» (изложение оригинальной психотерапевтической концепции).

Начало в 19.00.

Справки по телефонам 3-15-15, 5-52-88.



ВЕЧЕРНИЙ МУРМАНСКИЙ

№ 46 ★ 22 апреля 1991 года, понедельник

Издаётся с января 1991 года

Цена 20 копеек

ОРОД ВДОЛЬ И ПОПЕРЕК

ПОРА ГОТОВИТЬ СНАСТИ?

С 23 по 25 апреля в Мурманске по инициативе ПНИРО пройдет международное совещание по проблеме развития рекреационного (спортивного) лова рыбы на Кольском полуострове. В его работе примут участие ученые из СССР, США, Шотландии, Финляндии, Швеции, Норвегии. О целях и задачах мы попросили рассказать заместителя директора ПНИРО по научной работе Александра СОРОКИНА.

— Во всем мире туризм — один из самых прибыльных видов деятельности. Спортивный лов — часть туризма. У нас он только-только встает на ноги. Иностранцы же согласны платить большие деньги, чтобы ловить семгу в наших диких краях.

Первые попытки заключения контрактов были сделаны года два назад. Однако реакция была неоднозначной. Возникли проблемы: как все выгоднее организовать и нужно ли вообще этим заниматься, не повредит ли популяции, численности стада? Да и накладки случались, когда на одну речку заключалось по два—три контракта.

Появилась необходимость единой концепции развития спортивного рыболовства, его научного обоснования, знание состояния нерестовых угодий, проблем воспроизводства. За 4 месяца наш институт по просьбе областного Совета народных депутатов и по инициативе Кольской региональной ассоциации делового сотрудничества разработал эту концепцию.

Вот она-то и выносятся на предстоящее совещание, где оппонентами выступают ведущие со-

ветские специалисты, а зарубежные — делятся своим богатым опытом. Ведь вполне возможно, что-то мы не предусмотрели, в первую очередь — негативные моменты. Окончательное же решение будет принимать облсовет вместе с заинтересованными организациями.

— Вы могли бы, Александр Львович, привести конкретные примеры выгоды развития спортивного рыболовства?

— Прежде подчеркну, что это не наука будет разрешать или не разрешать лов, а исключительно местные Советы. По объективно на основе наших рекомендаций, исследований.

Уже сегодня мы знаем, что спортивный лов можно развивать на 65 реках и речушках области. Приведу такую цифру по Йокампе. Среднегодовая чистая экономическая валютная выручка (без ущерба для рыбных запасов) может составить десятки тысяч долларов США.

— А как же быть отечественным рыболовам?

— Нам же не важно, будет ловить Джон или Иван. Однако необходимо, чтобы для советского туриста лицензия стоила 500—600 рублей, а не 6 или 15, как сейчас. Прикиньте: килограмм семги на «черном» рынке стоит до 100 рублей. А целая рыба весит и 10 и больше килограммов. Перемножьте.

— Дорого ли обойдутся ваши исследования заинтересованным организациям?

— 15—18 тысяч рублей ежегодно. Это пустяк при том, что можно получить при рациональном, разумном лове.

АФИША ФЕСТИВАЛЯ

Сегодня в Мурманске продолжится фестиваль любительских театров Северо-Запада России. В ДК им. С. М. Кирова в 17 часов спектакль «Играем Мрожека» (по пьесам С. Мрожека). Этот конкурсный спектакль привез народный театр из Выборга. Театру уже больше 25 лет, в труппе — в основном мужчины, очень широк репертуар — классика и современность. Спектакль «Играем Мрожека» — в новом для театра жанре.

А завтра в 20 часов в драмтеатре торжественное закрытие фестиваля. Республиканское жюри объявит лауреатов. Мурманск замкнет цепочку региональных фестивалей, которые прокатились по всей России.

«ПОЛЯРНАЯ НОЧЬ И СВЕТ»

Так называется книга писателя из пашей области Свена Локко. Она вышла в издательстве «Карелля» на финском языке.

Роман о трудной судьбе советских финнов Кольского полуострова будет интересен и тем, кто сохранил родной язык, и тем, кто живет в Финляндии.

НЕ ДО ИГРУШЕК НЫНЧЕ

24 апреля в нашем городе откроется выставка-семинар «Программная продукция и услуги ИПО «Севрыбнефтемашина». Любители компьютерных игр будут разочарованы, потому что выставка чи-

сто деловая. Специалисты объединения покажут и расскажут, как пользоваться вычислительной техникой на предприятии. Кроме показа программ, будут проведены семинары, где специалисты разных областей смогут обменяться навыками работы на персональных компьютерах.

Выставка-семинар будет работать в течение двух дней.

РЕЗУЛЬТАТОВ ПОДОЖДЕМ

Серьезный разговор с руководителями рыбокомбината, судовой, рыбного порта и других организаций, имеющих ведомственные учреждения культуры, состоялся на заседании Первомайского райисполкома.

Экономка все активнее вмешивается в культуру, содержать клубы и дома культуры становится невыгодным, и зачастую их отдают на откуп кооперативам. Кооперативный отдых обходится работникам этих же предприятий в копеечку. В исполкоме с такой политикой не согласны и пытаются вернуть «старые добрые времена», когда предприятия не так скупчились на расходы по организации отдыха своих работников.

Отдел городских проблем.

ОТКРЫТОЕ ПИСЬМО

депутату М. М. Молодцовой — коммунисту и человеку

Уважаемая Маргарита Михайловна!

Мы, ваши коллеги по депутатскому корпусу, обращаемся к вам как к человеку, коммунисту и народному избраннику.

Как вам, очевидно, известно, мы все стремимся к правовому государству, необходимости создания которого не отрицает ни одна политическая партия, в том числе и КПСС, членом которой вы являетесь.

Сам термин «правовое государство» предполагает строжайшее соблюдение законов государства, на территории которого проживает гражданин.

В соответствии со ст. 76 Конституции СССР союзная республика есть суверенное государство, которое имеет свою конституцию и свое законодательство, подлежащие неукоснительному соблюдению.

Именно с контроля за выполнением закона и уважения к нему и начинается деятельность депутата любого уровня. Этим правом наделяет депутата ст. 22 Закона «О статусе народного депутата местных Советов народных депутатов РСФСР».

Надеемся, что нам удалось убедить вас в необходимости соблюдения законов РСФСР.

Тогда позвольте вам напомнить, уважаемая Маргарита Михайловна, что Президент Верховного Совета РСФСР своим постановлением от 17 июля 1990 года упразднил все виды и формы должностных привилегий на территории РСФСР и признал недействительными законодательные акты, постановления, инструкции, распоряжения и другие нормативные документы, прямо или косвенно обеспечивающие должностные привилегии.

Таким образом, совместное постановление ЦК КПСС и Совмина СССР от 17 ноября 1988 года № 1328 «О материальном и бытовом обеспечении работников партийных органов и органов государственной власти и управления, высвобождаемых в связи с реорганизацией аппарата» также утратило силу на территории РСФСР. К тому же его признал недействующим и Комитет конституционного надзора СССР, поскольку оно противоречит ст. 34 Конституции СССР, которая гласит, что граждане СССР равны перед законом независимо от происхождения, социального положения, рода и характера занятий.

Надеемся, вам известно, что именно благодаря вышеуказанному постановлению вам, Маргарита Михайловна, на должности специалиста отдела по работе Советов с окладом 300 рублей и сегодня сохраняют заработную плату по вашему прежнему месту работы в аппарате облисполкома, то есть 650 рублей.

Чтобы было понятно вашим избирателям: вы вместо положенных по новой должности 300 рублей в месяц получаете прежний оклад в 650 рублей. То есть, начиная с 17 июля 1990 года вы ежемесячно и, теперь уже незаконно, получаете лишних 350 рублей заработной платы без учета полных надбавок.

Таким образом, вы незаконно изымаете из нашего скудного бюджета ежемесячно 470 рублей.

К сожалению, сегодня не вы одна получаете заработную плату размеров больших, чем положено законом. Таких «высвобождаемых» из аппарата управления и партийных органов работников немало, а потому нам еще предстоит разбираться в этом и установить, кто и сколько незаконно изымает средств из бюджета области. Ведь не секрет, что сегодня бюджет трещит по швам, и мы вынуждены повышать цены на проезд в общественном транспорте, бытовые услуги и др., а многодетные семьи, инвалиды и нетрудоспособные пенсионеры остаются

абсолютно беззащитными перед суровой действительностью.

И это их обкрадывают, другого слова мы не находим, те, кто, пользуясь своими привилегиями, в нарушение Конституции СССР позволяют себе облегчать жизнь за чужой счет.

Но эти, другие, не обременены доверием народа, они не их избиратели. Вам же, Маргарита Михайловна, избиратели доверили свои судьбы. Так неужели же вы можете обмануть их доверие?

Надеемся, у вас хватит чести и здравого смысла отказать от незаконно получаемых денег и вернуть в государственный бюджет ту сумму, которую все же получили за период с 1 августа 1990 года по настоящее время.

Мы уверены, что этот поступок вызовет уважение к вам со стороны избирателей не только как к депутату, но и как к коммунисту.

Лариса ИВАНОВА,
Анатолий ВЛАДИМИРОВ,
Сергей ФИШОВ,
Василий ПАТРАКОВ,
Евгений РУКМАН,
Леонид НИКИТИН —
депутаты областного Совета;
Владимир СУХОРИКОВ —
депутат городского Совета.

ИНФОРМАЦИЯ К РАЗМЫШЛЕНИЮ

ИУ, ВОДИТЕЛЬ, БЕРЕГИСЬ!

29 марта исполком городского Совета народных депутатов утвердил положение «О принудительной буксировке (доставке) транспортных средств на специализированную платную стоянку и применении специальных устройств для блокировки колес»

Чем же вызвано появление этого документа и довольно суровых мер, которые предусмотрены положением? Как ни грустно признавать, резким ухудшением дисциплины водителей, повышением аварийности, ростом числа дорожно-транспортных происшествий, большим числом людей, гибнущих или получающих увечья на дорогах города. Печальная статистика не дает повода для оптимизма. За первые три месяца этого года зарегистрировано 92 происшествия, в которых 4 человека погибли и 107 получили ранения разной степени тяжести, инспекторами патруль-

но-постовой службы зафиксировано 7500 нарушений правил дорожного движения, 1096 человек управляли автомобилем, не имея водительского удостоверения, а 315 любителей спиртного расстались с правами на управление транспортным средством. К нарушениям применяются различные виды административной ответственности, но, увы, они далеко не всегда становятся уроком на будущее. Например, Д. Е. Перунов, работник мусоросжигательного завода 30 (!) раз привлекался к административной ответственности, а некто В. В. Малинин только с начала года трижды отпра-

нялся от управления автомобилем за то, что находился в нетрезвом состоянии. Вот почему меры, принятые горисполкомом, возможно, кому-то и покажутся излишне строгими, но, безусловно, станут для многих нарушителей серьезным предупреждением. А меры эти такие.

Отныне транспортное средство, водитель которого управлял автомобилем или мотоциклом в состоянии алкогольного или наркотического опьянения, находился за рулем без водительского удостоверения, управлял автомобилем без государственных номерных знаков, — в принудительном

порядке буксируется на платную штрафную стоянку. Если же водитель нарушил требование дорожных знаков 3.27, 3.28, 3.29, 3.30 — колеса его транспортного средства блокируются специальным устройством. Каков же порядок реализации положения, принятого горисполкомом? Каковы права и обязанности инспекторов ГАИ и водителей транспортных средств?

Так, сотрудник госавтоинспекции, принявший решение о задержании транспортного средства по указанным выше основаниям, обязан в присутствии водителя отбуксировать транспортное средство на специальную стоянку, где составляется приемо-сдаточный акт в трех экземплярах, из которых один вручается дежурному по автостоянке, второй — водителю, третий прикладывается к административному протоколу. А если водитель отказывается сопровождать свои «Жигули» или «Москвич»? Или он находится в таком состоянии, что самое лучшее место для него — медвытрезвитель? Тогда сотруд-

(Окончание на 7-й стр.)

ОБЪЯВЛЕНИЯ

ПРИГЛАШАЮТ
НА РАБОТУ

НА МУРМАНСКОЕ УЧЕБНО-ПРОИЗВОДСТВЕННОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ ВОС — слесаря-ремонтника 4 разряда, слесаря-наладчика 4 разряда.

* * *

В ОБЪЕДИНЕННЕМ «МУРМАНСКВОТРЕС» слесарей-сантехников 3 разряда, слесарей 4 разряда по ремонту автомобилей.

* * *

В МУРМАНСКИЙ МОРСКОЙ БИОЛОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ — слесаря-сантехника, имеющего допуск к сварочным работам (оклад 105—135 руб., премия 20 процентов), бухгалтеров, имеющих опыт работы в научных учреждениях (оклад 155—170 руб.).

* * *

НА ЗАВОД «РЕМСТРОИМАШ» ТСО «МУРМАНСКОСТРОИ» — электросварщика ручной сварки 3-разрядов, слесарей 2-5 разрядов по ремонту дорожно-строительных машин и тракторов (оплата труда сдельная), слесаря-ремонтника 3-4 разрядов, монтажника 3-4 разрядов сантехсистем, слесаря-инструментальщика 3-5 разрядов, стропальщика (оплата труда временно-премиальная), мастера на участок механообработки (оклад 200 руб.), экономиста материально-технического снабжения (оклад 190 руб.).

В ТРЕСТ «СПЕЦСТРОИ» — бухгалтера материальной группы (оклад 200 руб.), с опытом работы в строительстве.

В СРЕДНЮЮ ШКОЛУ № 53 — гардеробщицу, гардеробщика, сторожа, уборщицу, электрика (возможно совмещение профессии).

За справками и направлениями на работу обращаться в областной центр по трудоустройству населения по адресу: 183032, Мурманск, просп. Ленина, 17.

ПРЕДПРИЯТИЕ ТЕПЛОВЫХ СЕТЕЙ ПЭО «МУРМАНСКОБЛ К О МУНЭНЕРГО» срочно — бухгалтера по расчету заработной платы (временно, сроком на 1 год, средний месячный заработок не менее 500 руб.).

Обращаться: ул. Промышленная, 15, телефон 3-02-27.

КООПЕРАТИВ «НАСТ» — каменщиков, газосварщиков, автокрановщика (заработок при восьмичасовом рабочем дне — 500—700 руб.).

Обращаться: ул. Туристов, 31, телефон 2-03-17.

срочно на постоянную и временную работу — маляров-штукатуров.

Справки по телефону 6-25-58 (в любое время).



Учредитель — Мурманский городской Совет народных депутатов.
Соучредители — Мурманский региональный банк, акционерного коммерческого Агропромбанка, межотраслевое научно-производственное объединение «Геосат».

ПРИ ПЕРЕПЕЧАТКЕ
СЫЛКА НА «ВМ»
ОБЯЗАТЕЛЬНА!

НАС НАЙТИ НЕСЛОЖНО

АДРЕСА

Редация: 183006, г. Мурманск, просп. Ленина, 75. «Вечерний Мурманск».

Отдел объявлений, бухгалтерия: 183012, г. Мурманск, ул. Володарского, 14-а, «Вечерний Мурманск».

ТЕЛЕФОНЫ

Евгений ПОПОВ, редактор; Владимир ЛОГИНОВ, ответственный секретарь — 5-83-10.

Отдел по связям с читателями: Наталья ПОГИБА, зав. отделом; Галина ЯНОВСКАЯ, корреспондент; Наталья МОРОЗОВА, специальный корреспондент — 5-84-08.

Отдел городских проблем: Михаил КРЮКОВ, зав. отделом; Сергей БЕСПАЛОВ, корреспондент — 5-85-06; Юрий КОЛОСОВ, корреспондент — 5-85-45; Василий ДЕНИСЕНКО, корреспондент, Елена ОВЧИННИКОВА, корреспондент — 5-85-27; Галина ДЕРБИЧЕВА, корреспондент — 5-85-33.

Группа выпуска и оформления: Юлия ВАЛАМИНА, зам. ответственного секретаря; Ирина ЛИНОВА, художник; Мария ЕЛЕСИНА, старший корректор; Татьяна ЧЕРНОВА, корректор — 5-85-45; Наталья ХРАБОВА, секретарь-машинистка; Людмила БАСАРИНА, машинистка — 5-84-16.

Коммерческая группа: Валентина ОВЧИННИКОВА, главный бухгалтер; Геннадий АЛЕКСЕЕВ, коммерческий директор — 5-28-47.

На все вопросы о том, как дать объявление в нашей газете, вам ответит Татьяна ПУСТОВАЯ, редактор по рекламе, — 5-60-17.



Вязальщицы кроят без ножниц

РУКАВА

Практически для любого «взрослого» размера рукава вяжутся одинаково. Набираем на спицы № 2,5 50 петель и вяжем резинкой 1x2 или 1x1 7—8 см. Потом увеличиваем количество петель на 16, то есть делаем прибавление накидом через каждые 3 петли, и переходим на вязание полотна рукава, рассчитав прибавление. Прибавление делаем накидами одновременно с двух сторон полотна в каждом четвертом ряду, отступив от края полотна на 2 петли, включая краевую. Вывязав рукав нужной длины, все петли закрываем (рис. 4).

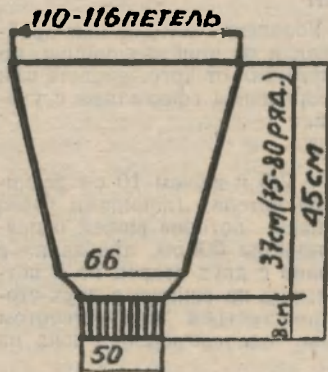


Рис. 4.

Данный пример касается изделий со спущенной проймой — наиболее распространенной в настоящее время модели джемперов, свитеров, пуловеров. А вот изделия с рукавом «реглан» рассчитываются индивидуально, причем во внимание принимают не только размеры самого изделия, но и особенности («емкость») выбранной вязки.

Перед началом работы из предназначенных для изделия ниток вывязывают основным рисунком образец, по которому вычисляют количество петель и рядов, приходящихся на единицу площади. В соответствии с полученным результатом делают расчет размеров деталей и строят выкройку, которая служит ориентиром в ходе вязания.

Для примера расскажем об основных особенностях оформления рукавов «реглан» женского жакета самого «ходового» 48—50 размера. (Рис. 5).

ОБРАЗЕЦ

Он вывязывается обычно размером 10x10 см основной вязкой. Связав образец, отутюжим его и посчитаем количество петель по горизонтали и рядов по вертикали и посмотрим, сколько их пришлось в ширину и длину на 1 см. Допустим, что на 1 см по горизонтали получилось 2 петли, на 1 см по

(Продолжение на обороте)

Продолжение. Начало в № за 15 апреля.

ЛИНИЯ РАЗРЕЗА



О методике бесконтактного массажа

Часто люди ощущают боли в ногах, усталость при длительной ходьбе, появляются отеки ног. С целью профилактики подобных явлений можно посоветовать провести следующий сеанс в течение 5—7 дней.

1. Прodelать все приемы для повышения тонуса, описанные ранее, в течение 5—6 минут.

2. Выполнить прессовые движения в вертикальной плоскости (вдоль одной ноги, затем вдоль другой). Ладони на расстоянии 5—10 см от ноги движутся одна навстречу другой. Затем как бы плавное поглаживание ног, не прикасаясь к телу (рис. 21—24).



Рис. 21.



Рис. 22.

3. В конце сеанса провести руками вдоль ноги вверх и вниз (контактное поглаживание) 5—6 раз.

(Продолжение на обороте)

Продолжение. Начало в № за 11, 18, 25 марта, 1, 8 и 15 апреля.

21

ЛИНИЯ РАЗРЕЗА

Разные пальцы — разные люди

Прямой средний палец свидетельствует о серьезности и вдумчивости; расширенный на конце — о мрачном характере, неоптимистическом направлении воображения. Если средний палец находится ближе к безымянному, это признак способностей к наукам и искусству.

Если на первом суставе среднего пальца имеются волнистые линии (редко встречается), это признак опасности для жизни (возможно, от воды). Звезда на первом суставе предвещает триумф, который будет достигнут не путем упорного многолетнего труда, а благодаря одному лишь мгновению риска, решительности и счастливой случайности. Этот знак также несет угрозу для жизни и свидетельствует об остроумии его обладателя. Концентрические круги из рисунка кожи на первом суставе предвещают успех в денежных делах или получение наследства.

Звезда на втором суставе среднего пальца — признак меланхолии. Звезда близ середины третьего сустава — признак несчастья. Вообще звезда на третьем суставе этого пальца говорит о грубом, мстительном и злопамятном характере.

БЕЗЫМЯННЫЙ, ИЛИ ПАЛЕЦ СОЛНЦА, ИЛИ АПОЛЛОНА

Хироманты считают, что безымянный палец олицетворяет собой таланты, искусства, радость жизни, популярность. Если палец остроконечной формы (суженный на конце), это свидетельствует об артистических способностях, о наличии вкуса и изяществе. Обладатель такого пальца склонен ко всему таинственному. Прямой палец указывает на благоразумие. Если он на конце четырехугольной формы, это предвещает счастье и успех в искусстве, если на конце расширен, это признак склонности его обладателя все драматизировать, однако испытывать симпатию к людям. Если безымянный палец находится ближе к среднему, это указывает на известную покорность судьбе.

Если у безымянного пальца первый сустав самый крупный, это говорит о любви к искусству. Умеренно развитый первый сустав свидетельствует о возвышенной натуре и любви к искусству. Более длинный, чем остальные, второй сустав безымянного пальца говорит о стремлении человека достигнуть материального благополучия. В случае его умеренного развития можно сказать о гармонии способностей в человеке. Сильно развитый третий сустав свидетельствует об утонченном вкусе и любви ко всему изящному, а также о стремлении к богатству и славе.

(Продолжение на обороте)

Продолжение. Начало в № за 25 марта, 8 и 15 апреля.

17



Прощай, ангина!

Знаю одно великолепное средство от ангины. Причем оно не только лечебное, но и профилактическое.

Надо натереть сырую свеклу на терке, сок отжать. Дать постоять 2 часа, а затем разбавить в следующих пропорциях 3/4 сока и 1/4 водки.

После такого полоскания вы распрощаетесь с мучительными ангиной на несколько лет.

Лечила Татьяна ТОЛОКИНОВА.

Добрая сосна

С удовольствием читаю газету, а особенно «Домашнюю энциклопедию». Во время пустоты в аптеках мне хотелось бы помочь людям лекарствами, которые находятся вокруг.

Сосна обыкновенная: с лечебной целью используют ветки, шишки и «зерна» смолы. В лекарственных целях используют сосновые почки, хвою и продукты, вырабатываемые из сосны: скипидар, канифоль и древесный уксус.

Сосновые почки собирают ранней весной, когда они только начинают набухать и пока чешуйки еще плотно прижаты к почке. Высушивают их на открытом воздухе или в хорошо проветриваемом помещении.

Почки сосны содержат смолу, эфирное масло (скипидар), крахмал, горькие и дубильные вещества, минеральные соли и витамин С. Применяют их в виде отвара (10 г сырья на 200 мл кипятка как отхаркивающее (при бронхите) средство, а также для ингаляций (вдыхание) при воспалении верхних дыхательных путей и для лечения ваннами (в виде отвара или настоя), а также при рахите и золотухе.

Хвою (ветки и шишки), также содержащую эфирное масло, собирают в любое время года. Экстракт из хвои (а в народе простой отвар ее) применяют в виде ванн (при рахите, подагре).

Скипидар используют для втирания при ревматических болях и подагре, а также при невралгии; кроме того, его вдыхают так же, как и настой почек (при гнилостных бронхитах).

В аптеках была так называемая сосновая вата для болеутоляющих повязок — при ревматизме и подагре, ее вполне можно заменить в домашнем быту сильно истолченной хвоей, просеянной и смешанной с обычной аптечной ватой.

Хвою принимают внутрь в виде отвара или настоя шишек при чрезмерных женских кровотечениях и при цинге.

Мне помогла книга А. П. Попова «Лекарственные растения в народной медицине».

Конечно, мне жаль северный лес, но, думаю, северяне будут благодарны и бережливы. А страдания людей надо облегчать.

Здоровья желает Зоя СНЯТКОВА.

(Продолжение на обороте)

17

НИТОЧКА, ИГОЛОЧКА...

ТВОЕ ЗАЗЕРКАЛЬЕ

А Я ДЕЛАЮ ТАК

(Начало на обороте)



Рис. 23.



Рис. 24.

Воспаление десен. Прессовые движения на уровне рта (1—2 минуты). Направление энергии локально на больное место кончиками пальцев правой руки на расстоянии 5 см (1 минута). Вытяжка вокруг больного места с легким отделением в сторону (1 минута). Затем цикл повторяется несколько раз. Общая продолжительность сеанса 10—15 минут.

Нарушение функции кишечника. Направление энергии (руки параллельно, ладонями одна к другой на расстоянии 10—15 см, пальцы направлены к телу перпендикулярно). Держать так 1—2 минуты до появления покалывания в подушечках пальцев или ладонях. Накачка (движения руками спереди снизу вверх — от пояса до шеи, ладони вверх, сверху вниз — ладони слегка собраны в горсть) — 1 минута. Распределение энергии вдоль туловища с боков вверх и вниз (3—4 раза). Затем цикл повторяется. Общая продолжительность сеанса 10—15 минут.

И еще один совет: чтобы наладить перистальтику кишечника, надо каждое утро лежа указательным пальцем правой руки надавить на пупок и дожидаться того момента, когда палец ощутит, как к пупку «побежит пульс». Когда палец почувствует ритмическое биение, процедуру прекратить. Так делать каждое утро, в постели до завтрака 9 дней подряд.

(Окончание следует).

22

ЛИНИЯ РАЗРЕЗА

Чтобы бабушкина вышивка помолодела...

Хочу рассказать о том, как надо стирать вышитые вещи. Если вышивка сделана цветными нитками, то лучше пользоваться порошком типа «Новость» или «Универсал». Можно применять также хорошее мыло или мыльную стружку, но перед стиркой вещи надо предварительно замочить в соленой воде (1—2 чайные ложки на 1 литр воды) и столько же соли положить в воду уже при стирке.

Вышивка лучше сохраняется, если изделие стирать в обильной пене, а потом хорошо промыть в проточной воде.

А для чистки лайковых перчаток вам потребуется бензин. Погрузите перчатки на 20 минут в плотно закрывающийся сосуд, полностью наполненный бензином. Затем тщательно промойте их, обратив внимание на сильно загрязненные места. Расстелите перчатки на чистой тряпке и вытрите их досуха. Для ускорения сушки и большей белизны протрите перчатки тальком и картофельной мукой.

Потом перчатки пусть повисят до полного просушивания и выветривания запаха бензина.

Стиркой занималась Ольга ГАЕВА.

«Мрамор» добываем сами

В одном из выпусков «Домашней энциклопедии» вы рассказывали о том, как самим сделать «варенки». Я знаю способ, с помощью которого можно получить на натуральном шелке «мраморные узоры».

На расправленную ткань я кисточкой наношу парафин или расплавленный воск. Затем сминую ткань в комок и помещаю в красильный раствор комнатной температуры (краску надо брать с пометкой «Для шерсти»). Там она лежит около суток. Затем я этот комок ткани заливаю несколько раз горячей водой. Воск расплавляется и поднимается на поверхность воды. Вот и все. Рисунок получается очень необычный и нарядно смотрится.

Красила Виктория ШМЕЛЕВА.

Всем кистям кисть

Если вам приходилось красить трубы или столбы, то наверняка представляете, какое это утомительное занятие, так как их все время приходится переворачивать. Мой совет очень прост: возьмите брезентовые рукавички и пришейте к ладоням и большим пальцам меховые заплатки. Кисть готова.

Обмакните рукавички в краску и — красьте прямо руками. При этом, правда, увеличивается расход краски, но зато дело продвигается быстро, руки не устают. А когда припоровишь-ся, то и краски меньше уходит.

Красил Сергей ОГАРКОВ.

18

ДЫШИТЕ — НЕ ДЫШИТЕ



А Я ДЕЛАЮ ТАК



ЛИНИЯ РАЗРЕЗА

(Начало на обороте)

вертикали — 2 ряда. Исходя из этих данных, и произведем расчет будущих деталей.

СПИНКА

На спицы № 2,5 набираем 110 петель и вяжем резинкой 10 см. Затем переходим на спицы № 3 и вяжем основным рисунком 25 см до проймы. Для проймы закрываем по 10 петель с обеих сторон, а затем в каждом втором ряду одновременно с двух сторон по 1 петле, пока на спицах не останется 26—28 петель. Оставшиеся петли закрываем.

ПОЛОЧКИ

Они вяжутся каждая отдельно. Убавление петель на проймах полочек производим так же, как и на проймах спинки, но только с одной стороны, в зависимости от того, правую или левую полочку мы вяжем. Вырез горловины оформляем с учетом избранной конфигурации ворота.

РУКАВА

Набираем 40 петель на спицы № 2,5 и вяжем 10 см резинкой, затем равномерно прибавив 20 петель (накиды через 2 петли), переходим на полотно рукава, которое вяжем основным рисунком. Провязываем до проймы 30 см, прибавляя в каждом четвертом ряду одновременно с двух сторон по 1 петле. Для проймы закрываем так же, как на спинке, с двух сторон по 10 петель, а затем в каждом третьем или четвертом ряду по 1 петле с каждой стороны одновременно, пока на спицах не останется 30—32 петли.

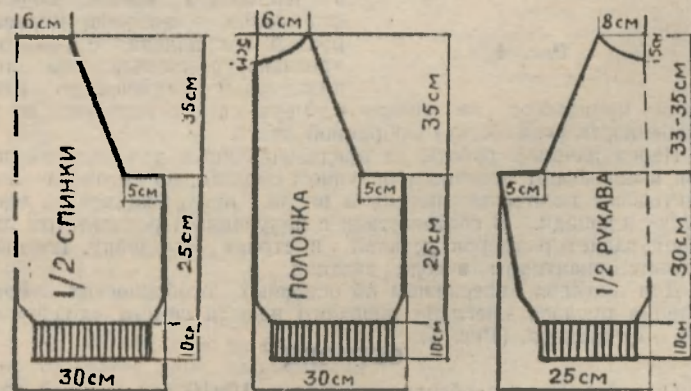


Рис. 5.

Закончив всю работу, как обычно, оформляем планку ворота и застежки, детали сшиваем, изделие отпариваем.

Тамара ПЕТРОВА,
специалист по ручному вязанию.

14

(Начало на обороте)

Звезда на первом суставе безымянного пальца указывает на опасность от огня, предвещает удачу и свидетельствует об остроумии; концентрические круги из рисунка кожи сулят денежный успех или получение наследства. Маленькая вертикальная линия на втором суставе предвещает славу. Особенно усиливается эта вероятность, если посередине пальца видна прямая и четкая линия. Решетка на третьем суставе пальца обещает успех и богатство, несколько линий говорят о счастливой жизни.

МИЗИНЕЦ, ИЛИ ПАЛЕЦ МЕРКУРИЯ

Он символизирует ловкость в делах, организационные и коммерческие способности, стремление к науке, самостоятельности. При суженном конце мизинца человек отличается красноречием. Если мизинец прямой формы, это признак осторожности. Четырехугольный конец указывает на железную выдержку, терпение и тактичность во всем. Обладателем такого пальца можно смело предсказать хорошее будущее. Мизинец с расширением на конце указывает на способность к техническим наукам. Если мизинец более согнут в сторону от безымянного пальца, это говорит о сметливости.

Если первый сустав мизинца самый длинный, это признак красноречия, склонности к ораторскому искусству, журналистике и политике; умеренно развитый первый сустав наделяет своего обладателя красноречием, любовью к наукам и серьезностью в различного рода деятельности. Если второй сустав этого пальца самый крупный, это признак рационального мышления, свидетельствующий о способностях, которые пригодятся при работе в промышленности. Хорошо развитый второй сустав мизинца свидетельствует об успехах в области промышленности и торговли. Если самым крупным является третий сустав, это признак хитрости.

Если мизинец несколько необычной формы, это указывает на исключительно высокий интеллект, но в жизни такой человек не сможет добиться успеха, который был бы возможен, так как отличается неосторожностью.

Хирурги считают, что мизинец ни в коем случае не должен производить впечатление слабого, неразвитого. Практически врачи давно отметили, что, особенно на левой руке, слабо развитый, деформированный (изогнутый в сторону) мизинец наблюдается у лиц, страдающих заболеваниями сердца и крупных кровеносных сосудов. Слабо развитый мизинец с длинным ногтем является признаком дегенерации, при коротком ногте — слабого здоровья. Искривленный мизинец у мужчин указывает на предрасположенность к половой слабости (также и к импотенции духовной). У женщин это часто признак неправильного положения матки.

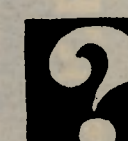
(Окончание следует).

18

НИТОЧКА, ИГОЛОЧКА...



ТВОЕ ЗАЗЕРКАЛЬЕ



4



Чудо-ягодники Заполярья

Вообще любые блюда, приготовленные из ягод морошки, — желе, кисель, мармелад, варенье и другие — не только приятны на вкус и ароматны, но и полезны, так как морошка даже после интенсивной кулинарной обработки сохраняет если не все, то многие свои полезные свойства.

Настой всего растения (ягод, листьев и корней) или же настой либо отвар одних только листьев пьют при подагре, водянке, авитаминозе, нарушении обмена веществ. Отвар листьев и корней принимают при болезнях мочевого пузыря, а настой чашелистиков, собранных во время созревания плодов, — при лихорадке и сердечных болях. Настой и отвар листьев морошки помогают избавиться от поноса, а также способствуют ослаблению или остановке внутренних кровотечений.

Таким образом, спектр профилактических и лечебных свойств морошки поистине всеобъемлющ, поэтому заготовить эту ягоду и другие части растения нужно постараться каждой семье, не забывая, разумеется, в ходе сбора о хрупкости нашей природы и о необходимости самого бережного с ней обращения.

Голубика. Народные названия ее — гонобобель, гонобобль, гонобоб, гонобой, голубица, голубель, голубичник, спинка, болголов, дурника, дурава, дураха, няинка, пьяница, пьяншица, пьяная ягода, пьянка и другие — в большинстве своем связаны либо с цветом ягод, либо с воздействием растения на человека и животных.

Что касается цвета, то здесь все ясно: хотя ягоды голубики темно-синие, но синий налет, которым они покрыты, осветляет их, придавая голубизну. А вот отрицательные свойства, получившие отражение в народных названиях растения, в действительности ему не присущи. Здесь голубика оказалась «без вины виноватой», так как наукой доказана не только полная безвредность голубики, но и большая польза, которую могут принести ее плоды и листья.

В чем же дело? А дело, оказывается, в вечном спутнике голубики — багульнике болотном. Дурманищий запах, источаемый багульником, настолько плотно насыщает воздух над зарослями голубики, что очень скоро и человек, и животные, находящиеся в этом районе, начинают чувствовать нечто подобное опьянению и вести себя, как пьяные. Пыльца же багульника, взвешенная в воздухе в больших количествах, оседает на ягодах голубики, мелкая взвесь ароматических, ядовитых паров проникает в ягоды сквозь поры кожицы, и в результате, съев много голубики, человек начинает чувствовать сильную головную боль и даже тошноту.

(Продолжение на обороте)

Продолжение. Начало в № за 1, 8, 15 апреля.

15



С другом — нога об ногу

Весьма печально, что мнение, будто собаке непременно нужно очень много гулять, получило такое широкое распространение. Многим мешает обрести друга и спутника пугающее видение — человек, скитающийся по улицам несчастной зимней ночью, таща за собой на поводке унылую собаку. А на самом деле собаки, как и мы с вами, могут приспособиться к разным физическим нагрузкам, и так же, как мы с вами, не любят бродить по грязным дорогам. Конечно, нельзя отрицать, что и люди, и собаки будут здоровее, если каждый день совершают прогулку в несколько километров; но многие люди не могут выкроить время для длительных прогулок и все же неплохо себя чувствуют; до некоторой степени то же можно сказать и о собаках.

Мне кажется жестоко отнимать у собаки, живущей в квартире, возможность самостоятельно выходить и возвращаться домой, сидеть на солнце или в тени, раскапывать кротовые норки и охотиться в травяных джунглях. Собака, которую только выводят — как бы самоотверженно ни гулял с ней ее хозяин, — проводит всю жизнь в полном подчинении человеку. А даже крохотный кусочек земли, надежно огороженный, даст ей почувствовать себя свободным существом, которое может делать, что ему угодно. И считаю, что возможность самостоятельно выходить из дома чрезвычайно важна для сохранения физического и психического здоровья любой собаки.

Почти все собаки любят быть все время при деле — особенно это касается терьеров и собак сторожевых пород. Они счастливы, если могут носиться из комнаты в комнату, охраняя квартиру от воображаемых грабителей. Две собаки будут резвиться вместе, мериться силой или шутку драться, и обе будут в хорошей форме.

Собаки поразительно легко приспосабливаются к обстоятельствам: они могут пробежать многие километры в погожий день, а потом целую неделю почти не гулять. Но не нужно злоупотреблять этим обстоятельством. Нельзя переутомлять маленьких щенят или старых, ревматических собак, если владельцу хочется поразмяться. Боксеров, бульмастффов, бульдогов, бостон-терьеров и других собак с широким черепом, выпуклым лбом и укороченной мордой нельзя в жаркую влажную погоду заставлять много ходить или бегать, так как эти собаки легко получают тепловой удар.

ПРОГУЛКА СО ЩЕНКАМИ

Маленьких щенков не нужно слишком много таскать за собой. Конечно, даже взрослому, а тем более ребенку, трудно устоять перед искушением показать всему свету нового лю-

(Продолжение на обороте)

15

ЛИНИЯ РАЗРЕЗА

Цвет и характер

Психологи установили, что между пристрастием к тому или иному цвету и особенностями человеческого характера существует определенная зависимость. Одежда выдает Вану сущность, даже то, что Вы старательно прячете от окружающих.

КРАСНЫЙ обычно ассоциируется с действием, горением, страстностью, волей к победе. И, разумеется, с цветом крови. Мужчина или женщина в красном не терзаются угрызениями совести. В их поведении нет места сомнениям и отказу от своих намерений.

Если в Вашем гардеробе доминирует красный цвет, то Вы человек, который любит приказывать и распоряжаться, быть всегда и во всем первым. У Вас палицо все давшие лидера — будьте, однако, осторожны, как бы Вас не подвело собственное «я». В своей устремленности Вы неумолимы. Любите жизнь, при этом ведущая роль принадлежит Вашим личным запросам. В области секса все в порядке: красный цвет — цвет желаний.

ТЕМНО-ЗЕЛЕНЫЙ цвет символизирует упорство, спокойствие, уверенность, связь с природой, землей, архитектурой. Человека, тяготеющего к темно-зеленому, редко интересует мнение большинства. Его напористость порой отпугивает окружающих, а в нем самом может развиться крайний эгоцентризм.

Эстетическое чувство и утонченность поклонников этого цвета — залог духовного совершенства (ну а если Вам сопутствует удача, то и материального благосостояния). Вы не склонны менять сложившееся мнение. Но не забывайте, что нужно считаться и с окружающими, а они отнюдь не всегда уступают Вам в интеллекте. Близкие рядом с Вами ощущают надежность. Неудовлетворенность в сексуальной жизни вызывает у Вас тревогу и эмоциональную напряженность, однако Ваша настойчивость поможет преодолеть их. Стремление к независимости в Вас настолько сильно, что часто Вы встречаете в питии любое возражение. Нужно быть большим дипломатом, чтобы заставить Вас отказаться от своей точки зрения.

СВЕТЛО-ЗЕЛЕНЫЙ цвет означает рассудительность, готовность к сотрудничеству, чувство справедливости, сдержанность, неслучайный брак или... развод. В нем нет напряженности, жадности любителей темно-зеленого цвета, но и их упорства тоже. Это цвет молодости и взаимного (разделенного) желания, он несовместим с лишениями.

Если Вам нравится светло-зеленый цвет, Вы окружаете друзьями и берете на себя множество обязательств. Успеха Вам поможет добиться человек, не принадлежащий к Вашему кругу. Научитесь слушать других. Близкие ждут от Вас понимания. Не откладывайте выполнение принятых решений. Используйте моменты душевного равновесия, ибо они у Вас быстро проходят.

ТЕМНО-СЕРЫЙ символизирует границы, рамки, ограничения, а также решительность, способность к логике, науке, ме-

(Продолжение на обороте)

15



Двигатель перегревается

Если следов нет, значит, к мотору долгое время не проявляли внимания и недостающая жидкость испарилась естественным путем.

Но из антифриза улетучивается вода, а этиленгликоль остается, поэтому добавлять нужно именно воду. В идеальном случае дистиллированную, а при отсутствии — хотя бы кипяченую, поскольку часть солей из нее уже выпала в осадок (вспомним налет на стенках чайника). Это не мелочь: каждый миллиграмм солей в воде «убивает» такое же количество присадок в «Тосоле» и соответственно приближает необходимость его замены.

Ну а если следы подтекания палицо, действия должны быть следующими. Желательно по возможности устранить или хотя бы уменьшить течь. Например, если жидкость сочится из-под шланга — подтяните хомут его крепления. Но не перестарайтесь: обрыв хомута сильно обострит положение. Маленькую трещинку в стенке бачки или патрубка можно попытаться закленить нитрокраской из имеющейся в машине баночки. Разумеется, место нанесения краски нужно старательно осушить и очистить, а на краску для прочности можно наклеить кусочек ткани. Впрочем, эти меры далеко не всегда дают нужный эффект.

Здесь стоит заметить, что существует специальный «Автогерметик для радиатора» (его выпускают в Минске). Две таблетики этого средства, введенные в охлаждающую жидкость, помогут примерно за полчаса избавиться от небольшой утечки в системе охлаждения. Так что если такой герметик попадается в магазине, стоит его купить и возить с собой.

Но вернемся к тому, что жидкость все же подтекает, а ехать надо. Тут, как говорится, не до хорошего. Придется подлить в радиатор воду, столько, сколько потребует, а затем пополнить ее в пути, не дожидаясь очередного закипания жидкости и пренебрегая тем, что антифриз из-за долива придет в негодность (сразу же после ремонта машины его нужно будет заменить).

Теперь поговорим о другой ситуации — когда нарушена нормальная циркуляция жидкости в системе охлаждения. Подозревать такое нарушение приходится, если уровень жидкости в норме, условия езды ненормальные, а двигатель перегрелся и «закипел».

Проверку начинают с наиболее очевидного: цел ли приводной ремень и достаточно ли он натянут. Если ремень оборван — вопросов нет. Что же касается его натяга, то практически сказывается только очень большое ослабление.

(Продолжение на обороте)

(Окончание. Начало в № за 15 апреля).

15

АВТОКЛАСС

ФИТОЛЕЧЕБНИЦА

БУДУАР

ДОМАШНЮЮ ЭНЦИКЛОПЕДИЮ ХОТИТЕ? РАЗРЕЖЬТЕ И ПЕРЕПЛЕТИТЕ

(Начало на обороте)

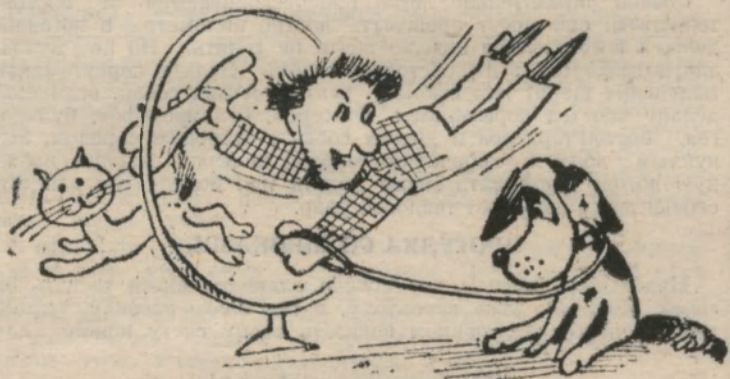
бимца: но, не говоря о вреде для еще не окрепших и растущих ног, тащить упирающегося щенка на поводке — значит быстро и эффективно привить ему нежелательные привычки. Щенков лучше приучать к поводку в садике, тем более что их нельзя выпускать в места, где гуляют другие собаки, до того, как закончится курс прививок, проводимых в возрасте от трех с половиной до четырех месяцев.

К сожалению, эти требования идут вразрез с необходимостью приучить щенка к городскому транспорту и многолюдью. наилучшее компромиссное решение — взрослому члену семьи выходить с щенком на руках на шумные улицы, чтобы потом, когда тот достаточно подрастет и научится ходить на поводке, он меньше пугался уличного шума и движения.

Для щенков крупных собак все специальные тренировочные упражнения нужно отложить до шестимесячного возраста, и для их развития будет гораздо лучше, если вы на это время удержите их от прыжков и карабканья по крутым откосам и лестницам: у них легко возникают уродливые искривления костей от слишком ранних физических нагрузок.

ДРУГИЕ ВИДЫ ТРЕНИРОВОК

Есть несколько очень ценных видов специальных тренировок. Прекрасный вид физической активности — плавание, особенно для охотничьей суки, которая должна вернуть себе прежнюю форму. Обучение плаванию щенка из воды — большое удовольствие для хозяина и собаки, какой бы породы она ни была, а умение плавать в один прекрасный день может спасти собаке жизнь. Дети с восторгом учат собаку прыгать через небольшие препятствия, но собак, которых предстоит держать на огороженных участках или в садах, лучше не учить прыжкам через заборы.



(Из книги Джоана Палмера «Ваша собака»).

(Продолжение следует).

16

ЛИНИЯ РАЗРЕЗА

(Начало на обороте)

Сложнее выявить другую причину, которая, кстати, по статистике наиболее вероятна. Речь идет о зависании клапана термостата в таком положении, когда он перекрывает путь потоку жидкости через радиатор и циркуляция происходит по так называемому малому кругу: из мотора через перепускной (байпасный) шланг и водяной насос обратно в мотор. Понятно, что при этом температура перепускного шланга (отличить его поможет соответствующая картинка в заводской инструкции) намного выше, чем, скажем, у нижнего бачка радиатора или отходящей от него трубы. Впрочем, если нет опыта, то в жарком моторном отсеке трудно сразу разобраться, какая деталь насколько нагрета, но ничего не поделаешь — разбираться надо. При этом полезно иметь в виду следующее.

Как правило, термостат отказывает при срабатывании, то есть в период прогрева двигателя вслед за пуском. После этого проходит какое-то время, пока двигатель нагреется до рабочего режима, а затем и перегревается. Но время это не очень долгое, и если перегрев произошел после длительной нормальной езды в установившемся режиме, то маловероятно, что виновником перегрева является термостат.

Чтобы добраться к нему, придется ждать, пока двигатель остынет, а затем аккуратно, не проливая, слить антифриз в какую-то емкость с тем, чтобы вновь заправить им систему охлаждения после ремонта. Обычно для этого требуются воронка со шлангом и емкость в виде таза или корыта. Можно попытаться обойтись полиэтиленовыми мешками, лишь бы они не были худыми. Затем отсоединяют резиновые шланги от корпуса термостата, отверткой отжимают заслонку клапана в положение «открыто» и фиксируют ее, расклинив любым предметом подходящего размера. После установки шлангов на место и заполнения системы слитым ранее антифризом (или водой — если емкости не было и «Тосол» вылился на землю) появляется возможность ехать дальше без ущерба для двигателя.

Полезный совет

Когда приходит время заменять колодки в колесных тормозах барабанного типа, на рабочих поверхностях барабанов почти всегда можно увидеть рыски и царапины. Эти неровности намного ухудшают эффективность тормозов. Рекомендуется восстанавливать чистоту рабочей поверхности, протачивая барабан на токарном станке.

А нельзя ли обойтись без него? Можно. Вывесите машину, подставьте ее надежной подставкой и снимите заднее колесо. Затем стационный барабан с полуоси, переверните его и вновь закрепите на посадочном месте так, чтобы рабочая поверхность оказалась снаружи. Пустите двигатель, включите первую передачу — вывешенная полуось с барабаном начнет вращаться. Теперь, подведя к рабочей поверхности барабана острый шабер или наждачный камень, вы быстро и с достаточной чистотой сгладите выработку. Поскольку «резец» не закреплен жестко, окружность обрабатываемой поверхности не нарушается.

16

АВТОКЛАСС



(Начало на обороте)

Бороться с этими сопутствующими явлениями можно, во-первых, ограничив время пребывания среди голубичных зарослей, во-вторых, тщательно промывая ягоды перед употреблением — сначала под струей воды, а потом в наполненной водой посуде, где ягодам нужно дать поплавать некоторое время. Голубика болотная — сильно ветвистый кустарник, цветущий в мае—июне красивыми бело-розовыми цветками с кувшинчатым венчиком, собранными по два-три на концах тонких веточек. Листья плотные, эллиптические, темно-зеленые сверху и снизу, с яркими жилками и с загнутыми книзу краями. Плодоносит в августе—сентябре.

С лечебной целью в народе применяют плоды и листья, собирая первые в период полной зрелости, а вторые — при цветении. Сушат после тщательной переборки в затененном, хорошо проветриваемом месте или в духовке при температуре, не превышающей 40°С. Высушенные ягоды должны иметь темно-синий с сизым налетом цвет, зеленоватую мякоть и сладковатый вкус. Они не пачкают рук, не слипаются в комочки и не пахнут. Свежие ягоды можно довольно долго хранить замороженными.

Ягоды голубики содержат много ценных для организма веществ. Прежде всего, это неразрушающиеся витамины, а также пектиновые и дубильные вещества, сахара, ароматические и фенольные соединения, жиры, железо, марганец. И в ягодах, и в листьях много витамина С.

В народной медицине голубику издавна используют как противовоспалительное, противогрибковое и жаропонижающее средство. Достаточно съесть 100—200 г свежих ягод голубики, чтобы удовлетворить суточную потребность человека в витамине С. Много этого витамина содержится и в листьях голубики, которые при авитаминозах и в профилактических целях употребляют в виде чая и настоя.

Сок из свежих и отвар из сушеных ягод помогают при простудных заболеваниях, используются как укрепляющее при лихорадке. Ягоды способствуют выделению желудочного сока, поэтому их рекомендуют при катарах желудка, энтероколитах и других заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

Помимо лечебных свойств голубика обладает прекрасными вкусовыми качествами, которые сохраняются и даже улучшаются в процессе кулинарной обработки. Ни с чем не сравним, к примеру, вкус голубичного кваса — сока толченых ягод, в который при употреблении можно добавить немного сахара. А до чего хороши пироги с голубикой, кисель, компот, желе, наливка, морс, варенье... Очень вкусны и полезны лепешки из ягод голубики, замешанные на небольшом количестве ржаной муки и испеченные на свежих свекольных листьях. Такие лепешки можно употреблять в качестве витаминизированного хлеба.

(Окончание следует).

16

(Начало на обороте)

дицине, изобретениям, технике. Вы любите порядок, склонны к апатизму и стремитесь все разложить по полочкам. Иногда Вас упрекают в придирчивости, но в трудных ситуациях неизменно обращаются к Вам за помощью. Вы способны достичь выдающихся успехов как в области гуманитарных наук, так и в технике. Не будьте непреклонной! В сексуальной сфере Вам не хватает раскрепощенности. Вы легко впадаете в разочарование, но так же быстро забываете о нем. Вами владеет скрытое ощущение вины, от которого Вам лучше избавиться.

СВЕТЛО-СЕРЫЙ — цвет разума, многогранности и вместе с тем рассеянности, нетерпеливости, неспешности. А также молодости духа. Он олицетворяет неуклонное движение вперед. Мужчина или женщина в светло-сером не хотят мириться с ограничениями, даже если сами воздвигли их. Предпочитают обходить трудности. Им присущи легкомыслие и неспособность сосредоточиться. Человек, в гардеробе которого господствует светло-серый цвет, пугается в переменах, новых целях, новой среде. Избегайте скуки в любом ее обличье. Берегите нервы! Тем более, что цветущим Ваше здоровье не назовешь. Вы не выносите шума, жары. Не будучи максималистом, Вы наделены врожденным даром налаживать контакты. Порой Вас упрекают в недостатке душевного тепла и глубины — это скорее просто стеснительность.

ТЕМНО-СИНИЙ цвет свидетельствует о склонности к путешествиям, знаниям, религии, воспитанию детей, военному искусству, поиску истины. Часто его поклонники работают в области искусства. Они легко добиваются успеха и признания. Благодаря личным качествам или знаниям они, как правило, выдвигаются в лидеры. Женщина в синем подобна актрисе и спектакле, жаждущей триумфа.

ГОЛУБОЙ — цвет мечты, романтичности, дружелюбия, надежности, семейного счастья, светлых снов. Он присущ натурам эмоциональным и гостеприимным ко всем остальным оттенкам. Голубой не может существовать отшельником. Он преисполнен желания не только щедро отдавать, но и получать что-то взамен. Это цвет женственности и материнской ласки, дефицит которой в детстве накладывает отпечаток на всю последующую жизнь. Вы искренне стремитесь к душевному покою и теплу семейного очага. Вам хотелось бы жить в ладу и согласии с близкими. Вы обожаете морские просторы, путешествия. В общении с противоположным полом для Вас важнее эмоциональная, а не сексуальная сторона контактов. Иными словами, Вы цените все, что сближает людей — мир, взаимопонимание, традиции, фольклор. Вас ждет успех, хотя иногда на пути к нему встают непреодолимые на первый взгляд трудности.

(Окончание следует).

«Болгарская женщина» — по материалам французского журнала «Эль».

Этот выпуск «Домашней энциклопедии» подготовили Наталья ПОГИБА, Галина ЯНОВСКАЯ, Евгений ПОПОВ и Ирина ЛИНОВА.

16

БУДУАР



