

МУРМАНСКИЙ МОРСКОЙ ЛИЦЕЙ: РАСТИТЬ ТЕХНИЧЕСКУЮ ЭЛИТУ

2-я страница

ДОМАШНЯЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ

3-я — 6-я страницы

ОБЪЯВЛЕНИЯ

ШЕСТВИЕ ПО ГОРОДУ

Исполком движения «Демократическая Россия» сообщает, что 1 Мая сбор нашей колонны на ул. Киповича у магазина «Детский мир» с 10.30 до 11.00.

Шествие с 11.00 до 12.30. Митинг у здания облсовета с 11.30 до 14.00.

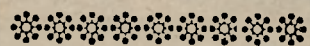
Колонна проследует под трехцветными Российскими флагами. Основные лозунги: «За свободный труд в свободной демократической России!», «Долой диктатуру КПСС!», «Нет грабительским ценам!», «Программа Ельцина — надежда России!».

УСЛУГИ

ПО «Альянссервис» проводит лечение алкоголизма высокоэффективным методом кодирования по А. Р. Довженко.

Квалифицированные специалисты из г. Феодосии в течение одного дня помогут избавиться от пристрастия к спиртному. Проводится набор в группы по лечению энуреза.

Запись на кодирование ежедневно с 19.00 до 21.00 по телефону 1-64-47.



Поздравление

Поздравляем любимую жену, мамочку и дочку с Днем рождения! Желаем здоровья, радости, счастья.

Семья Хромулиных, Ларинной.

ТАЙНЫ ГИПНОЗА

С 3 по 6 мая оздоровительные сеансы в большом зале общественно-политического центра проводит старейший гипнотизер страны, действительный член общества психологов СССР И. С. КАЧАЛИН (г. Москва).

В программе:

- укрепление нервной системы;
- развитие под гипнозом умственных, музыкальных, математических и др. способностей человека;
- лечение гипнозом от заикания, энуреза, курения, других функциональных заболеваний;
- внушение на расстоянии;
- колдовские приемы исцеления;
- сведение бородавок;
- снятие порчи.

Со всеми зрителями проводится лечебный сеанс гипноза. На каждом сеансе проводится ограниченный набор записей на копирование взрослых и детей, страдающих функциональными заболеваниями.

Для наибольшего эффекта рекомендуется посещение 6—7 сеансов.

Билеты продаются в фойе общественно-политического центра (ул. Софьи Перовской, 3) с 9 до 19 часов, 1 мая — выходной день.

Справки по телефонам 5-12-17, 5-49-39, 5-43-69.

ГОРОД ВДОЛЬ И ПОПЕРЕК

«Почему меня не позвали?»

На судоверфи состоялся митинг с часовой остановкой работы

В пятницу, 26 апреля, несколько сотен судоворемонтников головного предприятия объединения «Мурманская судоверф», поддержав призыв Федерации независимых профсоюзов России, на час — с 8 до 9 — остановили работу. Этот час они посвятили митингу, который состоялся в слесарно-механическом цехе. На митинге выступили представители мурманской организации Демократической России, рабочие и инженерно-технические работники ряда цехов объединения. Была принята резолюция с рядом политических и экономических требований. Так, судоворемонтники поддержали политические и экономические требования шахтеров (на предприятии продолжается сбор средств в их пользу), выразили протест против продолжающегося падения жизненного уровня; выразили недоверие заводскому профкому и потребовали созыва внеочередной профсоюзной конференции; потребовали передачи объединения из союзного в республиканское подчинение; потребовали вывода парткома за территорию предприятия.

Чтобы было понятным последнее требование, поясним: численность парторганизации КПСС в объединении за минувший год резко сократилась. Так, прекратила свое существование первичная парторганизация в инструментальном цехе, где трудится около 120 человек, в основном высокой квалификации. Всего 19 ком-

мунистов осталось в слесарно-механическом цехе, где занято 570 работающих, также большей частью квалифицированных рабочих-металлистов. Между тем, говорилось на митинге, секретарь парткома продолжает получать премии из фонда материального поощрения предприятия, что является прямым нарушением Закона СССР «Об общественных объединениях»: в статье 5 (Государство и общественные объединения) которого прямо сказано: «Деятельность организаций политических партий, других общественных объединений осуществляется в нерабочее время их членов (участников) и за счет средств этих объединений». Между тем, говорилось на митинге, из заводоуправления продолжают поступать документы, подписанные, как и в добрые старые времена, «тройками»: секретарем парткома КП РСФСР, председателем профкома и генеральным директором объединения.

Кстати, председатель профкома объединения В. В. Сабурин на этот митинг явился едва ли не последним и с обидой в голосе обратился к собравшимся: «Почему меня не позвали?» Этот вопрос был встречен смехом: извините, мол, совсем забыли...

Ровно в 9 часов собравшиеся организованно разошлись по своим рабочим местам.

Наш корр.

ДЕПУТАТ РЕБЕНКА НЕ ОБИДИТ?

Ввести талоны на питание для детей; снизить цены на детские товары; установить льготы на авиа- и железнодорожные билеты, чтобы как можно больше северных ребят-тинис смогли выехать на летний отдых; снизить цены на детские проездные билеты в городском транспорте — эти и другие просьбы-требования содержатся в обращении к депутатам местных Советов и России. Оно принято на пленуме правления областного отделения детского фонда, обсудившем такой актуальный вопрос, как «Социальная защищенность ребенка в Мурманской области». В обращении говорится о необходимости строительства областной детской больницы (наша область в числе двух по России не имеет такого лечебного учреждения), создания центра усыновления детей, детского сада для детей-инвалидов, о других бедах детства в Заполярье. Все надежды — на депутатов.

«ЖИЛ И РАБОТАЛ У НАС В МУРМАНСКЕ»

Не только знаменитости могут украсить свои биографии этими словами — «жил и работал в Мурманске». Те, кого судьба связала с Мурманском в тяжелые военные годы, вполне резонно гордятся этой строчкой. И вполне естественно стремятся к общению с молодежью, со своими одногодками, чья судьба также связана с военным лихолетьем.

Четвертую в этом году встречу проведет 3 мая клуб «Дети военного Мурманска». Клуб бази-

руется в ДК Октябрьского района, в нем полторы сотни человек. Они собираются за чашкой чая, вспоминают, организуют выставки, приглашают к себе интересных собеседников, намечают встречи с молодежью. Следующая такая встреча — 8 мая в колесной школе № 99.

ЧРЕЗВЫЧАЙНАЯ СИТУАЦИЯ,

сложившаяся вокруг дома 55 по улице Карла Маркса, рассматривалась недавно в горисполкоме. Дело в том, что этому новому зданию угрожает разрушение. Создана специальная комиссия. Компетентные специалисты должны выяснить причины происшествия. Они уверяют, что пока серьезной опасности нет.

Отдел городских проблем.

ЭКЗАМЕН НАДЕЖДЫ

Экзамен начинался в два пятнадцать. Но уже с часу на промерзшей оградке высшей мореходки висели нахохлившись воробьями мальчишки — абитуриенты. Никто бы из них, конечно, не запретил коротать время и в просторном вестибюле училища. Только в вестибюле было сумрачно и каждый шаг отдавал тревожным гулом. А на улице хоть и холодило не по-весеннему, зато можно было изредка и неумело затынуться горьким сигаретным дымом.

Честно говоря, не слишком солидные в предэкзаменационном волнении, слишком «гражданские» старшеклассники мало походили на будущих лицестов. Потому что не знаю, как вам, а мне при этом слове «лицейств» представляется картина: блеск парадного зала, золотое шитье сановных мундиров, полная достоинства осанка царскосельских воспитанников, где одинаковость синих-красных сюртуков не обезличивает, а лишь подчеркивает принадлежность к особому клану. Не «эксплуататоров», не «господ», как учила нас до недавней поры новейшая история, — клану интеллектуальной элиты. Имена-то все какие были: Пушкин, Кюхельбекер, Дельвиг, Данзас, Корф...

Конечно, мурманский лицей 1991 года — не царскосельский 1811-го. Тем более что наш, мурманский, — Морской, и растить в нем будут не для стихов, а для стихии водных просторов.

Бывший старпом атомохода «Арктика», а ныне кандидат технических наук, доцент, заведующий кафедрой Высшего инженерного морского училища имени Ленинского комсомола А. М. Казаков, поглядывая на стопки экзаменационных тестов, чуть-чуть завистливо вздыхает:

— Эх, был несколько лет назад в ленинградском училище имени Фрунзе. В столовую по-

вели — скатерти, приборы, у каждого курсанта вилочка, ложечка, ножичек по полной форме. И парни всем этим со знанием дела орудовали. Не то что наши — налетели, замели как попало все, что на столе. Ни тебе ножичка, ни тебе салфеточки...

Училище имени Фрунзе — это, между прочим, бывший Морской кадетский корпус. В январе нынешнего года отметили его 290-летие.

Без четверти два вестибюль напоминает переполненный, сдержанно гудящий улей. Некоторые из поступающих в лицей — с родителями. Но таких мало, и вид у них при этом подчеркнуто отстраненный, «самопосебный». Должно быть, стесняются курсантов, которые держатся чуть-чуть картинно.

Так что же это такое — Морской лицей?.. У Даля читаем: «Лицей — высшее учебное заведение, то равное университетам и академиям, то ниже или даже выше их; общее высшее училище».

Т. А. Рычкова, преподаватель физики, слегка усмехается: да нет, новорожденный мурманский Морской едва ли соответствует словарному значению. И сравнивать его статус со статусом высшей мореходки, на базе которой создан и будет существовать лицей, едва ли стоит. Конечно, решается сейчас вопрос, чтобы выпускные экзамены в лицее были одновременно вступительными в училище. Но пока об этом говорить рано. Точнее всего, лицей — это четырехгодичная спецшкола. С углубленным изучением точных наук, английского языка, всех тех предметов, что необходимы будущим морским «волкам».

Разумеется, наша многострадальная общеобразовательная школа со скрипом и болью так или иначе, но сдвинется все-таки с наезженной десятилет-

ями колес, будет перекраиваться. Возникновение на стыке средней и высшей школы лицеев — кроме Морского в Мурманске, например, появился в этом году и городской лицей № 1, — лишь первые ласточки грядущих перемен. А сколько их на самом деле сегодня нужно, подобных спецшкол, сказать трудно. Потому что заявления идут и идут, поток желающих уже выплеснулся за рамки города, летом начнется прием и иногородних мальчишек.

В четырнадцать лет абитуриенты уже выстроились в подобие первомайской колонны. Заход на этажи, в экзаменационные аудитории — строго организованный, с сопровождающими. «Иначе нельзя — смутят будущие гардемаринны на своем пути и педагогов, и курсантов», — объясняет секретарь комитета ВЛКСМ Валерий Гаврилов. И смеется чуть-чуть растерянно — мы такого не ожидали...

Да уж, действительно загадка. По всей стране престиж технических вузов неуклонно падает, а тут — «сметут». Два года до этого при училище работали спецклассы, не называясь громким словом «лицей». В первый год принимали в них старшеклассников, исходя только из характеристик, оценок по профилирующим предметам. На второй год желающих оказалось столько, что пришлось вводить экзамены. Теперь же экзаменационные тесты и задания для лицей разрабатывались на кафедрах училища. Объявлен городской конкурс преподавателей лицей — там сейчас тоже свои катаклизмы. Казалось бы, почему? Ведь работа в лицее — не для тех, кто привык руководствоваться затертой методичкой.

— Здесь живые глаза, понимаете? — говорит Татьяна Александровна Рычкова. — Я преподаю предмет, который в

обычной школе у большинства вызывает лишь тоску. А здесь ребята хотят учить физику, они готовы впитывать знания, как губка. С ними интересно, и это главное. Информатику они знают не понаслышке — в аудиториях училища осваивают ее как свои пять пальцев. Не устраивает их и школьное преподавание этики. Говорят: «Нас учат любить Родину и мать, а ведь это должно быть заложено в нормальном человеке с пеленок!»

Личность. Как много говорят в школе о необходимости воспитывать ее и как неуютно чувствует себя она там! На заковыристый, глубокий вопрос вечно спешащий педагог может ответить: «Хватит умничать, Сидоров (Иванов, Петров)!» На нестандартные мысли в сочинении не исключена жиренькая «двойка», так же как и полупрезрительное отношение к «зубрилке».

Объединить эти личности в одно целое с ищущими, неравнодушными учителями — наивно, сегодня это еще мечта, идеал завтрашнего дня. Но хорошо, что мы уже стали понимать: из ничего ничего и получается, а на пустом месте и трава не растет. Да, Морской лицей будет недешево обходиться городскому народному образованию и училищу, но зато как прекрасна уверенность директора лицей Татьяны Викторовны Яруткиной: да, в учебных программах лицей будут психология, математическая логика, балльные танцы, культура общения... Растить техническую элиту — в этом видит Татьяна Викторовна задачу новорожденной альма-матер.

В четырнадцать пятнадцать по гулким лестничным пролетам училища загремели сотни бегущих ног. Глядя на этих летящих в аудитории мальчишек, испытываешь много сложных чувств. Но главное, пожалуй, из них — надежда. Надежда, что престиж знаний не упадет, как бы хорошо ни устраивались в жизни все иные категории трудоспособного населения.

Елена ОВЧИННИКОВА.
Фото Сергея ЕЩЕНКО.

ОБЪЯВЛЕНИЯ

ОБМЕНЯЮТ ЖИЛЬЕ

00946. 2-комн. квартиру 30 кв. м в центре Витебска (телефон, санузел совмещен) на 3-комн. (с телефоном) в Мурманске.

Обращаться: ул. Подстанничного, 4, кв. 19 (после 19.00, можно письменно).

01090. 3-комн. квартиру («хрущевка», 4-й этаж, балкон) в пгт Большой Камень Приморского края (70 км от Владивостока) на частный дом в областях средней полосы.

Тел. в Мурманске 3-78-280 (до 16.00).

01106. 2-комн. квартиру в Балаково Саратовской обл. на равноценную квартиру в Мурманске.

Тел. в Мурманске 4-18-53.

СДАСТ

01095. Комнату (в коммунальной квартире, без мебели) сроком на 1,5—2 года.

Тел. 3-39-00.

СНИМУТ

01109. Срочно отдельная квартиру на долг. срок.

Тел. 2-57-01.

ПРОДАДУТ

01107. Новую спальную «Гладиус».

Тел. 4-18-53.

01116. Вязальные машины «Тойота» и «Нева-5».

Тел. 1-40-78.

01127. Шкурки внутри темно-коричневые, стриженные (имитация норки).

Тел. 2-15-30.

ОБМЕН ВЕЩЕЙ

01133. Меняю новую импортную на телевизор или деоманитфон; женские сапоги разм. 25,5 или демисезон. разм. 25 (красные) на сапоги демисезон. разм. 25. Возм. даже или др. варианты мена.

Тел. 6-23-31.

ОБСЛУЖАЮТ

00948. Срочная установка декодеров ПАЛ/СЕКАМ в полупроводниковые телевизоры.

Тел. 9-61-31.

РАЗНОЕ

01035. Меняю место в я/с № 11 (ребенку 1 год 8 мес.) на место в я/с № 78 или в любом другом в центре города.

Обращаться: ул. Профсоюзная, 24, кв. 8.

01104. Меняю двухэтажный гараж на а/м М-2140.

Тел. 4-80-20.

ПРИГЛАШАЮТ НА РАБОТУ

ОБЛКОЖВЕНДИСПАИ-СЕР — дворника (на постоянную работу), транспортного рабочего. Выплачивается надбавка до 50 процентов за бригадный метод работы.

Обращаться: ул. Адмирала Лобова, 10, телефоны 3-86-09, 3-87-89.



ВЕЧЕРНИЙ МУРМАНСК

Учредитель — Мурманский городской Совет народных депутатов.

Соучредители — Мурманский региональный банк акционерного коммерческого Агропромбанка, межотраслевое научно-производственное объединение «Геосат».

ПРИ ПЕРЕПЕЧАТКЕ ССЫЛКА НА «ВМ» ОБЯЗАТЕЛЬНА!

НАС НАЙТИ НЕСЛОЖНО

АДРЕСА

Реданция: 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; Наталия 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 БАСАРГИНА, 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.

Рыбные этюды

Для нас, мурманчан, рыба всегда была и всегда будет одним из главных и любимых продуктов питания. По готовим мы рыбные блюда чаще всего те, что попроще, — рыба жареная, рыба отварная, ну еще тушеная. А ведь из самой обычной рыбы можно приготовить настоящий деликатес, стоит лишь приложить руки и минимум дополнительных усилий. Вот несколько рецептов, которые помогут сделать ваш рыбный стол более разнообразным, красивым и вкусным.

ЗАКУСКА «ПИКАНТНАЯ»

1 свежая или мороженная рыба, 2 луковицы, 1 столовая ложка размягченного сливочного масла, 1/4 стакана молока, 4 яйца, зелень петрушки, перец, соль. Для украшения: 1/3 пачки сливочного масла, 3 столовые ложки майонеза.

Подготовленную рыбу освободить от костей и вместе с обжаренным до золотистого цвета луком пропустить через мясорубку. Влить сырое яйцо, молоко, добавить перец, соль и взбить рукой до получения пышной массы.

Поджарить омлет с зеленью. Выложить рыбную массу на пергаментную бумагу, разровняв в пласт. На середину пласта положить омлет, завернуть все в виде рулета (чтобы бумага не попала вовнутрь), перевязать в нескольких местах ниткой или шпагатом и варить в подсоленной воде со специями. Вынуть, положить на тарелку, сверху придавить петляющим прессом, дать остыть. Затем снять бумагу и нарезать кружочками. Выложить их на блюдо, украсить выпущенной из кондитерского мешка или шприца с фигурной насадкой массой, приготовленной из сливочного масла, майонеза и зелени.

РЫБА В ЛАНСПИГЕ

1 свежая или мороженная рыба средней величины, 4 ломтика белого хлеба без корки, 2 яйца, 1/4 стакана молока, 1/5 пачки сливочного масла, 2 моркови, 2 луковицы, 6 зубчиков чеснока, 4 листа свежей капусты или салата, зелень петрушки, черный молотый перец, соль. Для желе: 3/4 стакана рыбного отвара, 1/2 стакана холодной кипяченой воды, 1 яйцо (белок), 2 столовые ложки желатина. Для гарнира: фаршированные помидоры (4 свежих красных помидора, 2 столовые ложки столового хрена, 2 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки сметаны), малосольные огурцы, фрукты.

Промытое и отделенное от костей рыбное филе с кожей пропустить через мясорубку. Добавить вымоченный в молоке хлеб и пассерованный (обжаренный на сливочном масле без изменения цвета) лук. Одну морковь сварить, другую натереть на мелкой терке. Рыбную смесь еще раз пропустить через мясорубку, соединить с тертой морковью, сырыми яйцами, из-

(Продолжение на обороте)

13

О методике бесконтактного массажа

Для профилактики зрения и снятия утомления с глаз можно порекомендовать следующую методику: кругообразные движения («вытяжка») по часовой стрелке кистью руки в области глаз с последующим отведением руки в сторону (7 минут). При отведении руки в сторону кончики пальцев сближаются и как бы оттягивают что-то от места воздействия (рис. 25—26). Затем нужно выполнить движения над головой — от лба к затылку и обратно (1—2 минуты).



Рис. 25.



Рис. 26.

Конъюнктивит, косоглазие, астигматизм глаз. Прессовые движения на уровне глаз (1—2 минуты). Направление энергии — ладони параллельны одна другой, расположены по обе стороны носа, пальцами к телу пациента (1—2 минуты). Ощущение обратной связи в течение 1 минуты. После этого вытяжка круговыми движениями, вытянутыми в горизонтальной плоскости (захватывать сразу область двух глаз), с отведением в сторону. Снова прессовые движения и вытяжка. Эти приемы выполняются в течение 5—7 минут. В заключение распределение энергии над головой в направлении от лба к затылку и обратно. Подобный сеанс можно проводить и для профилактики дальнозоркости (см. рис. 25—26).

Гайморит, насморк. Прессовые движения на уровне носа с перехлестом. Направление энергии на нос с ощущением обратной связи (ладони расположены так же, как описано выше) в течение от 30—40 секунд до 1 минуты. Вытяжка в области

(Продолжение на обороте)

Продолжение. Начало в № за 11, 18, 25 марта, 1, 8, 15 и 22 апреля.

23

ЛИНИЯ РАЗРЕЗА

Бегонии

Это большая и популярная группа комнатных растений, которые любят за изящество и разнообразие красок листьев, за неповторимую красоту цветов, радующих глаз и украшающих жилища с ранней весны до поздней осени. В совхозе «Цветы Заполярья» мы выращиваем и поставляем в торговую сеть города несколько видов бегонии, каждый из которых по-своему красив и оригинален.

Ампельная бегония — кустовидное клубневое растение с длинными, тонкими, быстро поникающими побегами, благодаря которым оно и используется в соответствии со своим названием, то есть как навесное. Листья по краю зубчатые, голые или сильно опушенные. Цветки исключительно эффектные: крупные, махровые, различной окраски — белой, желтой, темно-красной. Цветет обильно и продолжительно.

Борщевиколистная бегония — крупное травянистое растение с толстым лежачим коричневатым ползучим стеблем. Листья крупные, почти округлые, пальчато рассеченные, темно-зеленые, более светлые вдоль жилок, снизу — красноватые, опушенные. Цветки крупные, беловато-розовые, собраны в многоцветковую кисть на длинном цветоносе. Размножается делением стебля.

Вечноцветущая (или непрерывноцветущая) бегония — кустовидное комнатное растение, ласково называемое в народе «девичья краса». Стебли сочные, хрупкие, густо разветвленные, голые. Листья округлые, блестящие, с волнистыми, слегка опушенными краями, от светло- до темно-зеленых, бывают даже бордовые. Цветки махровые — белые, розовые, красные, по два-четыре на коротком цветоносе. Цветет обильно и продолжительно. Это один из самых неприхотливых и красивых видов. Если растение разрослось, потеряло декоративность в темный период зимы, то весной его можно подрезать, придав нужную форму, и оно еще долго будет радовать своей красотой.

Бегония голая — травянистое растение с длинными ползучими голыми побегами, укореняющимися в узлах. Листья на верхушках заостренные, по краю неравномерно-зубчатые, овальные или яйцевидные, светло-зеленые, блестящие, голые, на коротких красноватых черешках. Цветки мелкие белые, собраны в рыхлые ветвящиеся соцветия.

Бегония Мэсона — травянистое растение с короткими утолщенными сильно опушенными лежачими стеблями. Листья крупные, сердцевидные, с заостренной верхушкой, с крупно-бородчатой поверхностью, ярко-зеленые с темно-коричневым крестообразным рисунком в центре. Цветки зеленовато-белые, мелкие, собраны в рыхлую метелку и сильно подняты над листьями. Цветет постоянно, но ценится не столько за цветы,

(Продолжение на обороте)

15

...Я другое дерево...

ОРЕХ

21—30 апреля; 24 октября — 2 ноября

ОРЕХ часто состоит из противоречий, бывает капризным, агрессивным, эгоистичным. Но он также гостеприимен, вежлив, смел в замыслах. Естественность в его глазах не является достоинством. Он заботится о стиле, тонких и изысканных манерах, в действительности же он просто робок.

Он может быть как лояльным и верным, так и непостоянным. Никогда не известно, как он поступит в том или ином случае и как с ним обращаться.

Без всяких оснований дарит своей дружбой и любовью или лишает их. Иногда любит страдать сам и с удовольствием заставляет страдать других. Ему надо обязательно усложнить ситуацию. Мучимый потребностью проявления своей исключительности, ревнивый и приветливый, ОРЕХ не отличается уравновешенностью. Если любишь его или состоишь с ним в дружеских отношениях, будешь постоянно подвержен неожиданностям. Займись им, если чувствуешь, что сможешь противостоять его влиянию, в противном случае он целиком подчинит тебя своей воле.

В жизни умеет быть великолепным стратегом. Хорошо оценивает последствия своих намерений, решает на весьма коварные действия, не позволяет сдерживать себя излишним угрызением совести. Часто покоряет окружающих быстротой действий. Однако встречаются и ОРЕХИ-тихони.

Стремится, чтобы его жизнь не была обыденной. Не боится риска, не старается нравиться, не признает компромиссов, не ходит протоптанными дорожками. У ОРЕХА бывает много друзей, а равно и много врагов. Считает, что рассчитывать может только на себя самого. Заботится о сохранении собственной независимости. Иногда бывает особой, которую нельзя не заметить и с которой приходится считаться.

Черты рожденных под знаком ОРЕХА: решительность, наблюдательность, организаторские способности.

Под знаком ОРЕХА родились: Кант, Екатерина II, Елизавета II (Английская), Шекспир, Паганини, Кудамб, Достоевский.

ЖАСМИН

1—14 мая; 3—11 ноября

Подвижный, живой и общительный, он притягивает к себе свободной и умелой беседой, помимо своего желания становится центром внимания. Обычно именно от него ожидают создания непринужденной обстановки в обществе. Всем представляется уравновешенным, веселым и без жизненных проблем.

Продолжение. Начало в № за 28 января, 11 и 25 февраля, 18 марта.

(Продолжение на обороте)

15

(Начало на обороте)



Рис. 27.



Рис. 28.

носа (3 круговых движения, затем — отведение) продолжительностью 1 минута. Повторение приемов, то есть снова пресовые движения, направление энергии и вытяжка. Длительность сеанса 10—15 минут. Вытяжка делается правой рукой, при этом левая рука опущена вниз.

Отит. Распределение энергии над головой правой рукой. Сначала от лба к затылку и обратно, затем от одного уха к другому (1—2 минуты). Направление энергии на ухо (ладонь пальцами перпендикулярна уху) в течение 1 минуты. Вытяжка (будто тянем нити) вокруг уха с оттягиванием в сторону. Пальцы сведены как бы в щепотку. Длительность сеанса до 20 минут (см. рис. 27—28).

Ребенка лучше лечить во сне. Левую руку подкладываем ему под спину, правой выполняем необходимые приемы.

Так же можно лечить зубную боль (вытяжка — над зубами) и боль при прорезывании молочных зубов у детей.

Отдельно хотелось бы выделить некоторые советы, которые могут пригодиться при бытовых травмах. Конечно, если травма серьезная, нужна немедленная медицинская помощь. Затем в период заживления и восстановления можно помочь этим процессам, применяя следующие приемы.

При растяжении мышц наложить подушечки пальцев на больное место. Держать так руку, не отрывая в течение 20—30 минут.

При ожогах сначала выполнить приемы распределения энергии. Потом движения одной рукой — как бы сжимать и разжимать горсть — с напряжением. У ребенка или взрослого человека боли прекращаются через 10—15 минут. Можно работать обеими руками — делать пресовые движения с переключением. В любом случае необходимо помнить о распределении энергии: над головой и по бокам тела.

Джуна ДАВИТАШВИЛИ.

24

ЛИНИЯ РАЗРЕЗА

(Начало на обороте)

Только самые близкие знают, как он, в сущности, чувствителен и способен разочаровываться. Поэтому, как ни старается ЖАСМИН это скрыть, он от рождения — пессимист.

То, что у других является недоверчивостью, у него превращается в рассудительность и приводит к действиям осторожным и дальновидным. То, что у других является подозрительностью, у него только глубоко скрытый резерв. Он, как никто другой, понимает преимущества дипломатии и умения организовывать гармоничные отношения с другими. К сожалению, эти достоинства реже проявляются в его собственном доме. Здесь он ищет удовлетворения потребности в независимости. Не любит чувствовать себя связанным, не любит ограничения. Обязанности удручают его, несмотря на то, что он неизменно подчиняется чувству долга, однако оно не всегда вызывает у него наилучшее настроение.

Жизнь в браке с ЖАСМИНОМ нелегка. Тем более что он быстро разочаровывается и набирается предубеждений. Любит детей и хорошо чувствует себя с ними. Не ожидая много от жизни, с детьми он связывает большие надежды. Наиболее сложные вопросы умеет объяснять им просто и ясно, делает это старательно и рассудительно. Дети приносят ему в жизни наибольшую радость и удовлетворение.

ЖАСМИН не является материалистом, но часто неплохо зарабатывает. Не боится работы. Его интеллигентность и ясность мысли высоко ценятся начальством.

Черты рожденных под знаком ЖАСМИНА: критический ум, интеллигентность, соединенная с фантазией, интуиция.

Под знаком ЖАСМИНА родились: Маклавецкий, Сенников, Мартин Лютер Кинг.

КАШТАН

15—24 мая; 12—21 ноября

КАШТАН очень красив, даже декоративен, но не старается покорить окружающих своей привлекательностью. Нуждается в просторе, полон живости и силы. Обладает врожденным чувством справедливости, любое нарушение ее будет для него стимулом к непроизвольному протесту. Он готов отстаивать свою правоту любыми средствами, невзирая на последствия. Неприязненно относится к расчетливости, ко всяким тактическим и дипломатическим уловкам, чем часто неумышленно восстанавливает против себя людей. Отсутствие гибкости в общении с другими приводит к тому, что он меняет много занятий и испытывает много разочарований, которые помнит долго, так как весьма впечатлителен и чувствителен.

Несмотря на настойчивость и выдержку, не бывает упрямым. Умеет быть осмотрительным и предусмотрительным, благодаря чему обычно не имеет материальных проблем. Большое значение придает правилам морали и склонен зачастую к пуританству, несмотря на определенную чувствительность. Неожиданным в нем является влечение к жизненным удобствам. Иногда производит впечатление не приспособленного к жизни. (Продолжение следует)

16

ДЫШИТЕ — НЕ ДЫШИТЕ



ГОРОСКОП



(Начало на обороте)

мельчайшим чесноком, поперчить, посолить, тщательно перемешать и разделить на котлеты овальной формы. Припустить — сварить в небольшом количестве воды.

Приготовить желе: замоченный в воде на 30 минут и набухший желатин растворить в теплом рыбном отваре, остудить, ввести взбитый белок. Каждую котлетку положить в небольшую фигурную формочку, украсить кружочками вареной моркови, а если есть лимон — то и лимона, остудить и залить желатиновой смесью. Когда заливное застынет, выложить его из формочек на капустные или салатные листья, гарнировать фаршированными помидорами, малосольными огурцами, фруктами, украсить зеленью.

Фаршированные помидоры готовят так: удаляют из них внутреннюю часть и заполняют подсоленной смесью тертого хрена, майонеза и половинки сметаны; оставшейся сметаной поливают помидоры сверху.

КОТЛЕТА «СЮРПРИЗ»

2 свежее или мороженые рыбы средней величины, 2 луковицы, 1/3 лимона или лимонная кислота на кончике ножа, зелень петрушки и укропа, черный молотый перец, соль; растительное масло для жарки. Для фарша: 4 луковицы, 1/4 пачки сливочного масла, 3 яйца, 1 соленый огурец или несколько соленых грибов. Для паншировки: 4 ломтика подсоленного белого хлеба, 2 столовые ложки индийской муки, 1 яйцо, 2 столовые ложки молока. Для гарнира: картофель, соленые, свежие или консервированные помидоры, зеленый горошек; жир для фритюра.

2 очищенные луковицы нарезать тонкими полукольцами, сбрызнуть лимонным соком (или разведенной в воде лимонной кислотой), посолить. Приготовить рыбное филе без кожи: с выпотрошенных промытых рыб снять мякоть по позвоночнику, удалить все оставшиеся кости и кожу. Уложить «ленты» филе в миску, покрыть подготовленным луком и поместить в холодное место на 3—4 часа. Затем достать и слегка отбить деревянным молотком.

Приготовить фарш: 4 луковицы мелко нарезать и слегка обжарить на сливочном масле. Нарезать мелкими кубиками и отдельно обжарить огурец (или грибы). Соединить их с луком, мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа и мелко нарубленными крутыми яйцами. Поперчить, посолить.

Фарш завернуть в филе, обвалять подучившиеся «колбаски» в мелко растолченном хлебе, обмакнуть в подсоленный лезво, приготовленный из разведенного молоком сырого яйца, обвалять в муке и обжарить на растительном масле.

На гарнир подать обжаренный в большом количестве жира (фритюре) нарезанный кружочками картофель, зеленый горошек, помидоры, зелень или другие свежие либо консервированные овощи.

Ольга ШАПОШНИКОВА,
технолог общественного питания.

14

(Начало на обороте)

сколько за извещество листьев. Размножается стеблевыми, листовыми черенками и делением растений.

Уход за разными видами бегоний в основном одинаков. Большинство их требует стабильной влажности воздуха (не менее 60%) и температуры не ниже 15°С. Листовые формы теплолюбивы, летом нуждаются в обязательном притенении. Декоративно-цветущие любят более светлые места, однако и их надо защищать от прямых солнечных лучей. Полив летом обильный, зимой — умеренный, по мере подсыхания земляного кома. При чрезмерном поливе растения могут загнить. В осенне-зимнее время рекомендуется периодически чистить растения от старых листьев и соцветий. Бегонии требуют хорошего проветриваемого помещения, но боятся сквозняков и резких колебаний температуры.

После цветения бегонии необходимо подготовить к периоду покоя. Для этого полив постепенно уменьшают до полного подсыхания надземной части, которую удаляют, а растения ставят в сухое прохладное место, где держат при температуре 10—12°С в течение двух-двух с половиной месяцев при очень редком увлажнении. Клубни клубневых бегоний хранят в темноте при температуре 10—12°С два месяца.

В период активной вегетации бегонии, особенно клубневые, подкармливают в соответствии с общими рекомендациями, но этого можно не делать, если удобрения внесены в землю предварительно в сухом виде. Крупные кустовидные бегонии размножают преимущественно стеблевыми черенками, травянистые, например бегонию королевскую, — листовыми черенками. В августе или марте отделяют от растения зрелый здоровый лист, делают снизу несколько надрезов в местах разветвления жилок и кладут его на тщательно промытый влажный песок или смесь песка и мха (1:0,25), прижимая сверху чисто промытыми камешками, например галькой. Из придаточных почек, возникающих в местах надрезов, через две-три недели развиваются дочерние растения, которые рассаживают в маленькие горшки, в легкую питательную смесь из листовой земли, торфа и песка. Для размножения можно использовать и кусочки листа — треугольники или квадратики с частями жилок. Поливать такие черенки нужно очень осторожно, стараясь не попадать на листья, так как они могут загнить из-за избытка влаги и попадания на них грязи. Вообще при размножении бегоний листьями одним из основных условий успеха является стерильность субстрата.

При делении корневища поверхность разреза следует припудрить измельченным древесным углем. При размножении семенами необходимо учитывать, что сеять их надо без заделки, в смесь листовой земли, торфа и песка в теплом помещении (при температуре воздуха 21—25°С), поливать снизу через поддон или увлажнять из распылителя. Всходы появляются через месяц-два, пикируют их не менее двух раз.

Елена ГАСЮЛЬ,
главный агроном совхоза «Цветы Заполярья».

16

КУШАТЬ ПОДАНО!



ЛЮТИКИ-ЦВЕТОЧКИ





Жила-была курочка-ряба...

ЛИНИЯ РАЗРЕЗА



Цвет и характер

ФИОЛЕТОВЫЙ цвет выражает тягу к простору, свободе, ко всему, что не признает границ. Предпочтение к одежде такого цвета выдает Вашу жажду к самовыражению — эмоциональному или интеллектуальному. Для Вас нет преград в общении — оно помогает Вам заполнить эмоциональный вакуум. Ваша врожденная интеллигентность порой ошеломляет тех, кто прикасается к Вам, но от Вас требует постоянного напряжения. Уделяйте внимание своему здоровью — Вы предрасположены к нервно-вегетативным нарушениям и заболеваниям щитовидной железы. Ваше увлечение — отгадывание ребусов и загадок.

КОРИЧНЕВЫЙ цвет говорит об умеренности, благородстве, знаниях, любви и уединению, требовательности, но также и о скупости. Если Вам нравится этот цвет, Вы крепко стоите на ногах, но остаетесь загадкой для окружающих. Это не имеет особого значения, так как они всегда могут рассчитывать на Вашу помощь. Вы немногословны, но к Вам внимательно прислушиваются. Вам жаль терять время на любовь и развлечения. Вы опасаетесь утратить свободу и независимость. Часто люди увлекаются коричневым цветом, перешагнув определенный возрастной рубеж, поскольку это цвет зрелости. Какими бы ни были Ваши дела, Вы их достигнете.

ЧЕРНЫЙ цвет связан с почью, с интимными отношениями, разрушением и в то же время с интуицией, подсознательными реакциями. Он олицетворяет мистическое начало. Вы человек необузданных, сильных страстей. И постоянно готовы к схватке. По Вашей ярости и гнев могут породить нелепые ситуации. Пламя желаний долго не угасает. На черной странице ничего не напишешь, но ожидать от нее можно всего.

ЖЕЛТЫЙ цвет — символ творчества, любви, тепла, света, славы, воспитанности. Он говорит об умении сконцентрировать волю и направить ее по предназначению. Этот цвет «согревает» и материально, и духовно. Люди в желтом великодушны. Как правило, работают в творческой среде. Они всем сердцем жаждут счастья. Их жизнь благоприятствует им в этом. Неизысканные, отдающие предпочтение желтому цвету, эмоциональны и чувствительны, а потому уязвимы. Им суждено познать страдания тех, кто жил полнокровно, и познать их страсти. Ваши настроения и желания передаются окружающим. На Вашу долю выпадает высокий социальный престиж. Жаль, что Вам не удастся подавить приступы беспочвенной ревности. Вы расточительны и великодушны, но порой Вам не мешало бы проявить здравый разум, чтобы не впасть в глупое самодовольство. Вы уверены, что принадлежите к элите. А если это не так?

БЕЛЫЙ — цвет спокойствия, мира, милосердия, помощи.

(Продолжение на обороте)

Окончание. Начало в № за 22 апреля.

17

ЛИНИЯ РАЗРЕЗА

СОДЕРЖАНИЕ КУР

При выборе помещения для содержания птицы надо учитывать, что температура воздуха должна быть в пределах от -2°C до $+27^{\circ}\text{C}$. При более низких температурах птицы обморокают гребни и сережки, прекращают нестись, потребляют в 1,5 раза больше корма; при более высокой температуре у птиц ухудшается аппетит, из-за чего снижаются их утилитарность и продуктивность, куры несут яйца с тонкой скорлупой и без скорлупы.

(Продолжение на обороте)

17

Чудо-ягодники Заполярья

В последнее время голубика, к сожалению, как-то выпала из поля зрения многих заготовителей витаминного лекарственного сырья. Связано это и с отрицательными моментами, сопутствующими сбору растений, и с чрезвычайной нежностью ягод, требующих осторожного обращения с ними при сборе и транспортировке, и с некоторой сложностью длительного хранения. Поэтому, отправляясь по ягоды, большинство предпочитает «не связываться» с нежной ягодой и обходит заросли голубики стороной. А напрасно: это не только вкусная, но и очень полезная ягода.

Рябина не нуждается в специальном представлении — ее знают все, от мала до велика, но нарядным ярко-оранжевым ягодам. Но не все знают истинную ценность этих замечательных плодов. А они очень богаты витаминами С, Р, К, каротином, органическими кислотами, пектиновыми и красящими веществами. Сахара в плодах представлены в основном сорбитом. Из минеральных веществ обнаружены калий, фосфор, йод, кальций, железо, марганец, цинк, молибден, которые участвуют в кроветворении и других процессах, протекающих в организме. В семенах содержится много жирного масла.

Ягоды рябины не случайно служат неотъемлемой частью большинства поливитаминных сборов: витамин С в отдельных сортах содержится больше, чем в лимонах и апельсинах, каротин (провитамин А) — почти в 2 раза больше, чем в моркови, а железа — в 3—4 раза больше, чем в мякоти яблок.

Собирают ягоды рябины в период полной зрелости или же после первых морозов, когда они приобретают большую сладость, прямо в зонтиках, а после подсушивания тщательно отделяют от плодоножек. Сушат, медленно прогревая от $40-60^{\circ}\text{C}$ до 90°C . Только при таком условии ягоды просушатся равномерно, не потеряют окраски, подсыхают. Затем сушеную рябину полезно подморозить, а уже после этого для нее перестанет быть опасной температура $160-180^{\circ}\text{C}$, при которой ее можно досушить для полной гарантии длительной сохранности.

С глубокой древности известны многие целебные свойства рябины. В народе ее используют как слабительное, желчегонное и кровоостанавливающее средство. Свежим соком лечат дизентерию. Высушенные плоды находят применение при ревматизме, заболеваниях печени, желчного пузыря. Замечено, что рябина укрепляет организм, повышает жизненный тонус, успокаивает кашель, рвоту, прекращает понос. Плоды обладают радио- и рентгенозащитными свойствами. В комплексе с органическими кислотами и сахарами они связывают токсины,

(Продолжение на обороте)

Окончание. Начало в № за 1, 8, 15 и 22 апреля.

17



Пружины, рессоры, колеса...

Подвеска передних и задних колес автомобиля — соединительное звено между его кузовом и дорогой. Она должна обеспечивать определенный уровень комфортабельности, управляемости, проходимости и безопасности движения. При этом обладать минимальной собственной массой, высокой прочностью и долговечностью, а уместиться в довольно тесном пространстве в специально предназначенных для нее местах кузова. Даже этот весьма неполный перечень таких противоречивых требований к подвеске иллюстрирует сложность комплексных решений при создании конструкции и выборе ее параметров. На это уходят годы работы конструкторов и испытателей.

Отсюда должно быть ясно, что изменение даже одного параметра, какой-то характеристики или конструкции хотя бы одного элемента подвески неизбежно повлечет изменение характеристик и параметров всего автомобиля, причем в направлении, которое далеко не всегда можно предсказать.

Вот с этих позиций и рассмотрим основные из предлагаемых вариантов улучшений.

Среди наиболее часто встречающихся случаев — усиление упругих свойств подвески, в первую очередь задней. Не от хорошей жизни идут на это владельцы автомобилей: отправляясь в дальнюю поездку, надо брать массу вещей, начиная с капитиста с бензином до продуктов питания. Ну, а как нагрузить побольше — автомобиль тут же начинает цеплять за дорогу резинными брызговиками. Пока промышленность, не учитывая разносторонние требования потребителей, выпускает машины одного назначения, каждый автолюбитель вынужден сам находить выход. Вот и появляются у «москвичей» дополнительные рессорные листы, а то еще и пружины от «запорожца» в задней подвеске, а у «жигулей» — резиновые стержни внутри пружин или более сильные пружины от модели «2102» (универсал). Придумывают и другие подобные хитрости, которые маленькими не пазовешь. Эффект как будто налично, но чем это все превратит?

Во-первых, увеличение жесткости одной только задней подвески нарушает соотношение жесткостей между ней и передней, повышает угловую (или, иначе, кривую) жесткость автомобиля в целом, что влечет ухудшение характеристик управляемости — он приобретает большую склонность к заносу задней оси. Все это требует от водителя привыкания к новому характеру автомобиля, что уже само по себе не способствует безопасности на дороге.

Во-вторых, измененные характеристики упругих элементов в сочетании со старыми демфирующими свойствами аморти-

(Продолжение на обороте)

17

ФАЗЕНДА

БУДУАР

ФИТОЛЕЧЕБНИЦА

АВТОКЛАСС

(Начало на обороте)

веры, дара общения. Вы стоите перед выбором. Постарайтесь избавиться от ревности и мелочных чувств. Будьте сильны, как лев, и осторожны, как змея. Чрезмерное напряжение и тревога могут снизить Ваши творческие возможности и сексуальные желания.

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

Домашняя работа над ошибками природы

С помощью прически, если воспользуетесь советами болгарских косметологов, вы сможете придать лицу — как некрасиво звучит это слово! — пропорциональность.

Продолговатое лицо. Передняя часть волос должна быть гладкой. При наличии очень высокого лба рекомендуется оставить небольшую челочку. Желательно, чтобы волосы были не длиннее лица и расчесаны в стороны (по возможности уши прикрыты), что расширяет лицо. Можно на затылке навить небольшие бублики. Следует избегать высокой прически или очень длинных, падающих на шею волос.

Треугольная форма лица. Хорошо, если волосы немного длиннее и в виде мягких волн падают до половины ушей. Очень широкий лоб выглядит менее заметным при наличии умело сделанной челочки или нескольких кудрей (буклей). Кудри или бублики, расчесанные в ширину, расширяют узкую часть около подбородка.

Квадратное лицо. Необходимо придать закругленность и высоту в области лба путем умелого причесывания с помощью бублика или начеса. Желательно волосы со стороны ушей прибрать назад при условии, что уши не торчат и не чрезмерно большие. Следует избегать расширения лица за счет прически.

Круглое лицо. Подходящая короткая прическа, при этом особенно идет к такому лицу прическа с поднятием волос на затылке. Уместно уши (особенно если форма их правильная) открыть.

Покатый лоб. Покатый лоб часто сочетается с вдавленным внутрь подбородком. Прическа должна способствовать выравниванию пропорций как в верхней, так и в нижней части лица.

Очень высокий и очень низкий лоб. Очень высокий лоб следует прикрыть челкой или несколькими прядями волос. При наличии низкого лба высоко зачесанные волосы придают высоту лбу.

Большой нос. Необходимо стремиться к более богатой прическе спереди (челка, бублики). В то же время к такому лицу идут челки, прикрывающие уши бублики. Сзади волосы должны быть расчесаны волнами.

БУДУАР



18

ЛИНИЯ РАЗРЕЗА

(Начало на обороте)

заготов, без слов, отрицательно сказываются на плавности хода автомобиля и значительно ухудшают его способность двигаться прямолинейно. Колеса задней оси при таком изменении чаще будут подпрыгивать и отрываться от дороги на неровностях.

Ну и, наконец, в третьих, проблема прочности и долговечности кузова. Скажем, введение дополнительного или более жесткого упругого элемента (резина, пружины от ВАЗ-2102 на других моделях, дополнительные пружины и т. д.) на автомобиль Волжского автозавода, где за опорой упругого элемента консоли расположены силовые элементы багажного отсека, приводит к большим напряжениям в лонжеронах и, как следствие, к их деформации и провисанию задней части автомобиля.

Другое популярное у автолюбителей решение — установка более толстых резиновых прокладок под пружины при их осадке. Это можно оценить как допустимый шаг, поскольку перераспределение опорных реакций между передней и задней подвесками в этом случае невелико, а стало быть, изменения свойств управляемости, тормозной динамики, перераспределение ходов подвески и т. д. малозаметны. Однако и такая мера может быть рекомендована лишь как временная, до момента покупки или установки новых пружин.

Усиление рессор «москвичей» дополнительным подкреплением или обрезанным коренным листом нельзя считать положительной мерой из-за увеличения вертикальной и угловой жесткостей, что качественно и количественно меняет характеристики задней подвески и автомобиля в целом. Здесь возрастают динамические нагрузки на кузов в местах крепления упругих элементов — в результате преждевременные деформации и разрушения кузова.

Есть и еще один аспект — психологический. Трудно будет преодолеть соблазн и не перегрузить «усиленный» автомобиль сверх всякой меры и тем усугубить вред для кузова и шин.

Существует, однако, способ улучшить характеристику задней рессоры, делая ее схожей с подвеской грузового автомобиля, где при определенном утяжелении груза в кузове включаются в работу подрессоринки. Речь идет об установке в рессору через резиновые буферы дополнительных пятого и четвертого листов. Они обеспечивают рост жесткости подвески при определенных величинах нагрузки, не меняя принципиально схемы нагружения кузова и характеристики подвески при малых ее прогибах. Такая рессора прогрессивно увеличивает сопротивление прогибу при больших нагрузках. Есть тут, правда, небольшая тонкость, связанная с профилем параболы рессорного листа. Пикный, сопрягаемый с накладкой стремянок рессорный лист должен иметь прямоугольный профиль, и, стало быть, сюда надо ставить шестой (из штатной рессоры) лист. В противном случае деформируется накладка стремянок у рессор, повторяя параболы рессорного листа.

(Окончание следует).

АВТОКЛАСС



18

(Начало на обороте)

Размеры помещения для кур зависят от их поголовья и метода содержания. Лучше использовать деревянные, хорошо утепленные помещения с засыпным, деревянным, глинобитным или бетонным (последний менее желателен — холодный) и способствует увеличению сырости в помещении) полами. Высоту помещения для птицы не следует увеличивать свыше 1,8 м, так как при высоком потолке в зимний период трудно поддерживать необходимую температуру. Оборудование хорошей приточно-вытяжной вентиляции — непреложное условие содержания кур несушек. Наиболее простым вариантом вентилирования помещения служит использование форточек. Однако оптимальным является оборудование приточных и вытяжных труб из любого материала (лучше деревянных) с заглушками, которыми можно легко регулировать воздухообмен в помещении. Курам необходимо обеспечивать приток свежего воздуха в любое время года, но при этом важно исключить наличие сквозняков. Влажность воздуха в птичнике должна быть в пределах 60—70%.

Площадь окон должна быть не менее 10% от площади пола. Окна делают с хорошо утепленными двойными рамами, которые в летний период могут легко сниматься. Однако неплохие результаты получают и в безоконном птичнике, где единственным источником света является электрическая лампочка.

Около птичника следует оборудовать выгульный дворик, огороженный деревянным или сетчатым забором высотой 1,5—1,8 м. В выгульный дворик птицу выпускают через двери или специальный лаз, который в зимнее время закрывают заглушкой или утепленными щитами. Забор выгульного дворика и птичник не должны иметь щелей, через которые могут проникнуть хищные животные, часто наносящие серьезный урон приусадебному птицеводству. Над выгульным двориком можно сделать навес или оборудовать дворик под деревьями, что обезопасит птицу от нападения хищных птиц. Во дворике хорошо сделать насесты, на которые птица охотно садится отдыхать и даже проводить ночь в теплое время года.

В птичнике пол засыпают подстилкой. В качестве подстилочного материала хорошо применить соломенную резку, измельченное сено, сухие листья, опилки, стружку, торф и т. д. Подстилка хорошо впитывает влагу, выделяемую вместе с пометом. Подстилочный материал следует заготавливать в сухое время года из расчета 10—15 кг сухой подстилки в год на курицу.

В помещении птичника оборудуют насесты из деревянных брусков или жердей диаметром 4—6 см, располагают их напротив окон в стороне от сквозняков на высоте 0,8—1,2 м от пола для легких пород и на 0,6—0,8 м для тяжелых пород. Чтобы удобно было убирать помет, насесты делают подъемными, прикрепляя их к стене на петлях. На каждую курицу требуется около 20 см длины насеста. Между брусками расстояние должно быть не более 60 и не менее 35 см.

Из «Справочника садовода-любителя». Издательство «Московская правда», 1987 г. (Продолжение следует).

18

ФАЗЕНДА



(Начало на обороте)

образующиеся в кишечнике, и выводят их из организма. Рябиной обогащают рацион больных сахарным диабетом и ожирением.

Редкое сочетание в ней витаминов С и Р позволяет использовать растение для профилактики и лечения атеросклероза и гипертонической болезни. Рябину рекомендуют при хронических запорах, сопровождающихся заболеваниями желчных путей. Рябина является основным сырьем для получения препаратов, применяемых при анитаминозах. Плоды рябины вводят в состав витаминных чаев и сиропов, водный настой применяют для полоскания рта при рыхлости десен.

Благодаря своему сорбционной и парасорбиновой кислот, содержащихся в плодах, тормозит рост микроорганизмов, грибов и плесени, рябину используют в качестве растительного консерванта пищевых продуктов. Кроме того, из нее изготавливают сок, компот, морс, желе, квас, безалкогольные напитки, настиду, варенье, джем.

Из фруктовых соков рябиновый имеет самую высокую энергетическую ценность и самое высокое содержание витамина С. Сок свежих плодов рябины действует на организм лучше любого слабительного. Благодаря этому и другим его свойствам сибирские лекари считают рябиновый сок непревзойденным средством лечения геморроя, в том числе и внутреннего. Они советуют больным пить рябиновый сок длительное время три раза в день по две рюмки с добавлением сахара и запивать каждый раз стаканом воды.

Общезвестны замечательные витаминные свойства рябиновых чаев, однако, составляя для таких чаев сборы, нужно помнить, что на долю плодов рябины в них должно приходиться не более четверти всей массы сбора, иначе чай получится жгучегорьким. Перед приготовлением чая сушеные ягоды следует измельчить в ступке, кофемолке или пропустить через мясорубку с мелкой решеткой.

Издавна считают в народе целебными и цветки рябины, которые собирают, сушат, а затем вместе с высушенными плодами рябины используют для приготовления настоя, который применяют в качестве потогонного при простуде. Отваром цветков в народе лечат зоб.

Суровую северную природу трудно и вряд ли стоит сравнивать с щедрой природой Юга. Однако многие из тех скромных на вид, а иногда и на вкус даров, которые предлагают леса и болота Севера, являются удивительными хранилищами ценнейших, жизненно важных веществ, набор и сочетание которых дают возможность поддерживать равновесие в здоровом организме и ослабить, а то и полностью излечить недуги организма больного. Не упускайте эту возможность!

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

18



ОБРАЩЕНИЕ

ГОРОДСКОЙ ПРАЗДНИЧНОЙ КОМИССИИ И ОБЛАСТНОГО СОВЕТА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СОЮЗОВ

Уважаемые жители и гости города-героя Мурманска!

Приближается 1 Мая — День международной солидарности трудящихся. Более ста лет назад первый Парижский конгресс II Интернационала призвал ежегодно отмечать этот день в память о майском выступлении рабочих Чикаго в 1886 году. С тех пор Первомай стал символом сил трудящихся, символом их борьбы за свои права, за демократию и социальный прогресс. И сегодняшняя перестройка общества осуществляется во имя тех идей, за которые выступали участники рабочих массовых.

Сохраняя традиции, праздничная комиссия, областной совет

профсоюзов приглашают мурманчан и гостей города 1 Мая в 11.00 принять участие в шествии, посвященном Дню международной солидарности трудящихся, проявив тем самым единение людей труда; выразить свое отношение к процессам, происходящим в нашей стране и мире; поддержать курс на дальнейшее обновление советского общества.

Сбор участников шествия в 10.30.

ПРИМЕРНЫЙ ПОРЯДОК ПОСТРОЕНИЯ КОЛОНН

Головная колонна (ветераны войны и труда, руководители области и города, профсоюзный актив), за ней идут учащиеся и ра-

ботники школ, профессионально-технических училищ и техникумов, студенты и преподаватели пединститута. Затем следуют колонны трудящихся Октябрьского, Ленинского и Первомайского районов. Замыкают шествие курсанты мореходного училища имени И. И. Месяцева.

МЕСТА СБОРА КОЛОНН:

головной, учащихся и работников средних, средних специальных учебных заведений, пединститута — просп. Ленина (от школы № 2 в южном направлении);

Октябрьского района — просп. Ленина (от ул. Киповича до ул. Генерала Журбы);

Ленинского района — ул. Дзержинского;

Первомайского района — ул. Киповича (от просп. Ленина до ул. Шмидта); курсанты ММУ им. И. И. Месяцева — просп. Кирова, за колонной трудящихся Первомайского района.

Проезд всех видов транспорта и движение колонн по просп. Ленина прекращается в 10.00.

Продолжением шествия будет народное гулянье на площади Пяти Углов.

ГОРОДСКАЯ ПРАЗДНИЧНАЯ КОМИССИЯ.
ОБЛАСТНОЙ СОВЕТ ПРОФСОЮЗОВ.

ГРАФИК ДВИЖЕНИЯ ПАССАЖИРСКОГО ТРАНСПОРТА

На период шествия 1 Мая с 10.00 до 12.00 будет организовано:

АВТОБУСНОЕ ДВИЖЕНИЕ:

на городских маршрутах № 1, 3, 5, 6, 14 и пригородных № 105, 107 от ул. Карла Либкнехта в северном направлении до своих конечных остановок;

на городских маршрутах № 2, 20, 21 и пригородных № 106, 106-а, 108, 109, 110, 111 от магазина «Молодежный» в южном на-

правлении до своих конечных остановок;

на маршруте № 13 по ул. Полярные Зори;

на маршруте № 4 по просп. Кирова, ул. Заводской, просп. Ленина до ул. Фролова;

на маршрутах № 10, 19, 24, 25, 27 без изменения;

на маршруте № 29 по ул. Полярные Зори, ул. Заводской, ул. Советской до конечной остановки;

маршруты № 11, 12 работают с 12.00.

ТРОЛЛЕЙБУСНОЕ ДВИЖЕНИЕ:

на маршруте № 3 в северном направлении от ул. Октябрьской до ул. Адмирала Лобова, в южном направлении от ул. Карла Маркса по ул. Полярные Зори до ул. Радищева;

на маршруте № 4 в северном направлении от ул. Октябрьской до ул. Адмирала Лобова, в южном направлении от ул. Карла Маркса до ул. Генерала Щербакова;

на маршруте № 6 от ул. Карла Маркса в южном направлении до конечной остановки;

на маршруте № 10 без изменения;

движение троллейбусов по просп. Ленина, ул. Коминтерна, ул. Шмидта прекращается в 10.00.

Рейсы по междугородным, пригородным и городским маршрутам в полном объеме выполнять по мере открытия движения.

ГОРОДСКАЯ ПРАЗДНИЧНАЯ КОМИССИЯ.

КОНКУРСНЫЙ КРОССВОРД

По горизонтали. 7. Устаревшее название официального списка определенных лиц, доходов, взносов и т. п. 8. Представитель народа, живущего на северо-западе Франции. 10. Лекарственное средство (в таблетках), содержащее ацетилсалициловую кислоту. 11. Сорное травянистое растение семейства зонтичных, молодые листья которого пригодны в пищу. 12. Четырехместная карета с открывающимся верхом. 13. Столица американского государства. 15. В средневековом искусстве скульптурное изображение фантастического чудовища. 17. Река на Ближнем Востоке. 19. Временное полевое укрепление в России XVII—XIX веков. 21. Персонаж повести А. Пушкина «Капитанская дочка». 22. Ровно сложенный ряд из двух или более материалов. 25. Сельскохозяйственная машина для измельчения семян из клевера. 27. Крупная тропическая птица с пышным оперением. 28. Игра спортивного типа с шарами. 29. Русская женская одежда, подбитая или отороченная мехом. 32. Бальный танец американского происхождения. 34. Широкая трещина во льду. 35. Актриса кино и театра, создавшая образы молодых героинь в фильмах «Девять дней одного года», «Испытательный срок». 36. Стержень, связывающий кузов вагона с поворотной тележкой. 37. Писатель, критик, переводчик, по определению В. Беллинского, «зачинщик русской повести».

По вертикали. 1. Круглая или овальная металлическая посуда для подачи вторых блюд под соусом. 2. Роман Г. де Мопассана. 3. В башкирских и татарских преданиях дух леса, лесной. 4. Разновидность сыра. 5. Одна из основных категорий в систематике растений. 6. Программа Центрального телевидения. 9. Члены религиозной секты, основанной в США в XIX веке. 13. Солдат турецкой конницы XVIII—XIX веков, использовавшейся в мирное время как военный сторож, а в военное время — как вспомогательное войско. 14. Декоративное травянистое растение с голубыми цветками. 16. Лесная ягода. 18. Город в Волгоградской области. 19. Небольшой стержень, фиксирующий детали при сборке. 20. Струнный музыкальный инструмент. 23. Гидротехническое сооружение в виде поперечной дамбы. 24. Особый античный и средневековый тип прямоугольного (в плане) здания, разделенного внутри рядами колонн или столбов. 26. Русский поэт-баснописец XVIII века. 30. Первый шейный позвонок. 31. Приспособление для смягчения ударов судна о причал. 33. Русский еженедельный журнал XIX века. 34. Стихотворение А. Подстанникова.

ОТВЕТЫ НА КОНКУРСНЫЙ КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ 15 АПРЕЛЯ

По горизонтали. 5. Страдания. 8. Чеглок. 9. Егоров. 12. Кулич. 13. Шибер. 14. Гудок. 17. Арболит. 18. Албанец. 19. Эмитент. 21. «Ашхабад». 25. Свара. 26. Палас. 27. Батог. 30. Жаркое. 31. Остров. 32. «Дубинушка».

По вертикали. 1. Сталь. 2. Санкция. 3. Варенец. 4. Бином. 6. Мерло. 7. Докука. 10. Бугримова. 11. Модератор. 15. Сиена. 16. Флеш*. 20. Турман. 22. Арагон. 23. Жакерия. 24. Капюпус. 28. Округ. 29. Сток.

* Тем, кто привел в ответах множественное число этого слова, также начисляется по очку, хотя, справедливости ради, заметим, что речь шла о полевом укреплении (одном!).

Напоминаем: конкурсные кроссворды публикуются по понедельникам

ЛИДЕРОВ ПОУБАВИЛОСЬ

Да, третий тур заметно сократил число конкурсантов, безответно отвечающих на все вопросы кроссвордов. Теперь их осталось только двое — И. А. Фомин и С. И. Юдин, оба из Мурманска. Кроме них еще троем удалось правильно решить третий кроссворд.

На чем же споткнулись многие участники конкурса? В основном на двух вопросах — о старинном русском музыкальном инструменте и об устаревшем определении заботы, беспокойства. Ответы на эти вопросы пересекаются и поэтому взаимно связаны. Решив, что в первом случае речь идет о рожке (духовом инструменте), —

хотя нужно было назвать гудок (струнный инструмент), — большинство кроссвордистов, не мудрствуя, во втором употребили пересекающееся по вертикали слово «мороз». Если бы они внимательно подошли к его анализу, то поняли, что оно вовсе не синоним правильного ответа — слова «докука». Мороза, по разным словарям, — нечто путаное, капитальное, непонятное, в чем трудно разобраться; затяжное, хлопотное дело; обман лживыми рассуждениями, уверениями, отвод глаз. Под докукой же понимается забота, беспокойство, а также просьба, надоедливость, навязчивость.

СПРАВКИ

ФИЛЬМЫ

АВРОРА

(автоответчик 3-80-74)

Столкновение (США) — 20 апреля в 17.50, 19.40, 21.50, 30 апреля в 16.00, 17.50, 19.40, 21.50; Досье на генерала Власова — 30 апреля в 14.00; Бабник — 1 мая в 16.30, 18.00, 19.30; Люби и верь (2 серии) — 1 мая в 14.00, 21.00. Для детей: Оцеола (ГДР) — 1 мая в 12.00.

АТЛАНТИКА

(автоответчик 9-65-18)

О.Н.А. (США) — 29 апреля в 18.00, 20.00, 21.50, 30 апреля в 16.00, 18.00, 20.00, 21.50; Женщина дня — 29 и 30 апреля в 17.50, 19.40, 21.30; Друг бедных (2 серии, Индия) — 1 мая в 18.50, 21.30. Для детей: Раз, два, горе — не беда — 1 мая в 10.00, 11.30, 13.00, 14.30.

МИР

(автоответчик 3-17-88)

Свадьба вена — 29 апреля в 18.00, 20.00, 22.00, 30 апреля в 10.00, 12.00, 14.00, 16.00, 18.00, 20.00, 22.00; 1 мая в 12.00, 14.00, 16.00, 18.00, 20.00, 22.00. Для детей: Неуловимые мстители — 1 мая в 10.00.

МУРМАНСК

(автоответчик 4-52-88)

Ламбада — 29 апреля в 18.00, 20.00, 21.50, 30 апреля в 10.00, 12.00, 14.00, 16.00, 18.00, 20.00, 22.00.

РОДИНА

(автоответчик 5-25-47)

Привал странников — 29 апреля в 18.30, 21.30, 30 апреля в 9.30, 12.30, 15.30, 18.30, 21.30; Охота на сутенера — 29 апреля в 18.00, 20.00, 22.00, 30 апреля в 10.00, 12.00, 14.00, 16.00, 18.00, 20.00, 22.00; 1 мая в 12.00, 14.00, 16.00, 18.00, 20.00, 22.00. Для детей: Сказка о Мальчишке-Кибальчише — 1 мая в 10.00.

СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ

(автоответчик 6-22-37)

Испанская антриса для русского министра (СССР, Испания) — 29 апреля в 18.00, 20.00, 21.50, 30 апреля в 10.00, 12.00, 14.00, 16.00, 18.00, 20.00, 21.50; Золотоволоска и Золотая крепость (США) — 29 апреля в 17.55, 19.45, 21.35, 30 апреля в 10.20, 12.10, 14.10, 16.10, 17.55, 19.45, 21.35; Золотой телефон (2 серии) — 29 апреля в 19.40, 30 апреля в 1 мая в 16.30, 19.40.

УТЕС

(автоответчик 6-13-28)

Призран замна Моррисвилль — 29 и 30 апреля в 17.00, 19.00, 21.00. Для детей: Война и мир — 30 апреля в 14.00.

ДВОРЕЦ КУЛЬТУРЫ И ТЕХНИКИ

имени С. М. КИРОВА

(автоответчик 5-65-93)

Профессионал — 29 апреля в 19.00, 21.15, 30 апреля в 21.00.

Мурманская

городская

федерация

тенниса (МГФТ)

производит набор в группы ускоренного обучения игре в теннис (ракетки и мячи предоставляются).

Срок обучения — 1 месяц (с первого числа каждого месяца).

Стоимость обучения — 120 руб.

Занятия проводятся во Дворце спорта ВДФСО профсоюзов (ул. Челюскинцев, 1).

Запись у председателя МГФТ по понедельникам, средам, пятницам с 17.00 до 19.00 во Дворце спорта.