

Заводоуковские ВЕСТИ

суббота, 4 марта 2017 года, № 18 (9918), <http://заводоуковск.онлайн>, <https://vk.com/zavestochka>, <http://ok.ru/zavestochka>

Общественно-политическая газета. Основана 11 марта 1935 года. Цена 8 руб. 96 коп.

6+

НОВОСТИ, СОБЫТИЯ, ФАКТЫ

В помощь сельхозбизнесу

С 1 января нынешнего года Правительство РФ ввело в действие новый механизм льготного кредитования сельхозтоваропроизводителей.

Теперь сельчане, занимающиеся мелким, средним или крупным бизнесом, могут занять у банка (в список вошли 15 крупнейших банков РФ) деньги на приобретение горюче-смазочных материалов, средств защиты растений, семян, удобрений, запчастей и материалов для ремонта сельхозтехники, молодняка животных, кормов, уплату страховых взносов при страховании будущего урожая всего под 1-5% годовых. До этого такой низ-

кой ставки ещё не было предложено ни одним банком.

Об этом как раз вчера и шла речь на встрече заместителя главы округа Владимира Спиридонова с руководителями крестьянско-фермерских хозяйств, сельхозкооперативов и индивидуальными предпринимателями. Было отмечено, что предлагаемые кредиты будут краткосрочными (до одного года) или инвестиционными (от двух до 15 лет).

Борис СОКОЛОВ

Служить Отечеству

Принятие присяги для военных – это не только торжественная церемония, но и дело чести.

Недавно в торжественной обстановке в присутствии коллег и ветеранов клятву на верность служебному долгу давали восемь сотрудников, влившихся в уголовно-исполнительную систему. Вновь принятых на службу приветствовали

начальник СИЗО-2 Виталий Айкашев и председатель совета ветеранов Николай Князев, отметившие, что в работе с людьми, преступившими закон, в любой ситуации важно оставаться человеком.

Соб. инф.

Засветились в Сочи

Наша землячка – биатлонистка Анастасия Загоруйко вернулась с Всемирных военных игр в Сочи с серебряной медалью.

Анастасия в составе российской женской команды была второй в гонке патрулей. Кстати, мишени она поражала из винтовки, подаренной строительной компанией «Загрос».

В состав сборной России, которая по итогам прошедших соревнований выиграла общекомандный зачёт, кроме Насти вошли

ещё два представителя Тюменской области: лыжники Николай Морилов и Денис Спицов.

Николай Морилов выиграл командный спринт свободным стилем. А Денис Спицов остановился в шаге от пьедестала почёта, заняв четвёртое место в индивидуальной гонке.

Андрей КОРОСТЕЛЁВ

Неудачно «пошутил»

Лишение свободы «светит» новолыбаевцу, расплатившемуся пяти тысячной купюрой «банка приколов».

В одном из городских кафе после весёлого застолья с друзьями мужчина, будучи в изрядном подпитии, расплатился фальшивой купюрой. После чего поторопился покинуть увеселительное заведение.

Полицейским потребовалось не-

много времени, чтобы найти «шутника». На него возбуждено уголовное дело по статье, которая предусматривает отправку в не столь отдалённые места сроком до двух лет. Решения суда он ожидает дома под подпиской о невыезде.

Алла ЕГОРЫЧЕВА

НАЗНАЧЕНИЕ



Главным врачом областной больницы № 12 назначен Павел Апостолов.

Павел Станиславович родился в 1969 году. В 1994-м окончил Тюменский медицинский институт и работал врачом анестезиологом-реаниматологом в городской клинической больнице № 2 в Тюмени. Затем исполнял обязанности заведующего реанимационным отделением. С 2002 по 2012 годы трудился в системе обязательного медстрахования в Нефтеюганске. Последние четыре с половиной года Павел Апостолов был первым заместителем главврача первой областной клинической больницы Тюмени. Имеет второе высшее образование по специальности «Государственное и муниципальное управление».

Женат. Воспитывает двоих детей.

Прогноз синоптиков

	t °С в 4.00	t °С в 16.00	Атм. давление	Осадки
4/03	-7	-2	762	☀
5/03	-5	-3	763	☀
6/03	-8	-1	762	☀

БЛАГОЕ ДЕЛО

С миру по нитке...



• Наталья Голицына, специалист по социальной работе комплексного центра социального обслуживания населения, говорит, что вещи в лавке не залеживаются. Особенно часто их разбирают сельские жители.

Два десятка лет в комплексе социального обслуживания населения работает социальная лавка, услугами которой пользуются сотни заводоуковцев.

Полки здесь пустыми не бывают. Осенью и зимой жители округа, как правило, несут тёплую одежду, а весной и летом – лёгкие куртки, платья и обувь. Нередко сюда отдают игрушки, посуду, книги, постельное бельё... Чаще всего в лавку приносят женскую одежду, хотя спросом пользуется и детская, и мужская. Вещи здесь принимают разные: и совсем новые, и бывшие в употреблении. Как говорится, не до церемоний. Порой лавка для некоторых остаётся единственным вариантом, где можно бесплатно одеться по сезону, ведь, к сожалению, не все заводоуковские семьи сегодня живут в достатке.

Обратиться в центр может без всякого стеснения любой житель округа, оказавшийся в трудной жизненной ситуации, деньги и документы при этом никто у вас не

спросит. В лавке всегда помогут подобрать нужные вещи. Так, в прошлом году здесь получили помощь около 500 человек. Частенько в социальную лавку заглядывают не только горожане, но и сельские жители. Раз в месяц специалисты центра сами едут в населённые пункты округа и везут с собой вещи, обувь, посуду, игрушки и книги.

Некоторых сюда приводит несчастный случай. Соцработники хорошо помнят, как в 2016 году они вместе с неравнодушными заводоуковцами активно помогали жителю посёлка Центрального, у которого сгорел дом со всем имуществом, и городской многодетной семье, таюке оставшейся ни с чем после сильного пожара.

По словам Светланы Мезенцевой, директора комплексного центра социального обслуживания населения, лавка работает при непосредственном участии жителей, частных предпринимателей, организаций и учреждений округа. Активно ассортимент лавки пополняют работники машиностроитель-

ного завода. Чаще всего они несут детские вещи.

Сотрудники центра постоянно проводят и социальные акции по сбору вещей. К примеру, традиционно в сентябре собирают тёплые вещи для пожилых людей. К Международному дню семьи стараются помочь многодетным и малоимущим семьям, а в августе собирают в школу детей из этих семей. К примеру, в 2016 году на подобную акцию как никогда активно откликнулись местные предприниматели, а областной детский фонд выделил заводоуковским школьникам 20 портфелей с набором канцелярских принадлежностей.

Если кому-то из вас нужна поддержка или вы хотите помочь людям, оказавшимся в непростых жизненных обстоятельствах, вас ждут по адресу: г. Заводоуковск, ул. Полевая, 49. Двери социальной лавки открыты с 8.00 до 17.00. Здесь всегда рады всем и готовы помочь, чем смогут.

Алла ЕГОРЫЧЕВА
Фото автора

ПОЖАРНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

Лес – забота общая

Теперь в России все, владеющие землёй, граничащей с лесными участками, должны заботиться о её противопожарной безопасности.

С первого марта этого года вступило в силу постановление Правительства РФ, изменяющее вопросы обеспечения пожарной безопасности территорий. Этот законодательный акт определил, что со дня схода снежного покрова и до установления устойчивой дождливой осенней погоды (или образования снежного покрова) юридические лица и граждане, владеющие, пользующиеся и (или) распоряжающиеся территорией, прилегающей к лесу, должны обеспечивать её очистку от сухой растительности, пожнивных остатков, мусора и других горючих материалов на полосе шириной не менее 10 метров от леса. Либо отделить лес от своей собственности противопожарной минерализованной полосой шириной не менее 0,5 метра или иным противопожарным разрывом. В числе собственников земли, граничащей с лес-

ным участком, могут быть органы государственной власти, местного самоуправления, учреждения, организации, иные юридические лица независимо от их организационно-правовых форм и форм собственности, крестьянские (фермерские) хозяйства, общественные объединения, индивидуальные предприниматели, должностные лица, россияне и иностранные граждане, а также лица без гражданства. И за невыполнение возложенных на них с 1 марта обязанностей статья 8.32 Кодекса об административных правонарушениях предусматривает штрафы: на граждан в размере от полутора до трёх тысяч рублей, на должностных лиц – от пяти до двадцати и на юридических лиц от пятидесяти до двухсот тысяч рублей. А если административный протокол за нарушение правил пожарной безопасности будет оформлен в условиях действия особого противопожарного режима, штраф, как правило, увеличивается вдвое.

Александр ПОНОМАРЁВ

ГОТОВИМСЯ К ПОСЕВНОЙ

НОВОСТИ РОССИИ

Ещё немного, ещё чуть-чуть...

В машинно-тракторной мастерской ООО «Согласие» кипит работа: механизаторы готовятся к предстоящему полевому сезону.

Земледельцам предприятия предстоит нынче засеять зерновыми более 11 тысяч гектаров. Готовы ли работники «Согласия» в сжатые весенние сроки выполнить такой большой объем полевых работ

и насколько готова техника к этому горячему сезону? Вопросы адресую директору предприятия по растениеводству Александру Колмакову:

— К яровому севу готовимся с прошлой осени. Прежде всего вспахали зябь: около 80% площади — плугами, остальное — культиваторами. Засыпали необходимое количество семенного материала. Сдали пробы гороха, пшеницы, ячменя и овса на

проверку. Лаборатория Россельхозцентра дала заключение, что все семена соответствуют полевому стандарту.

Мы каждые четыре года меняем семена. Вместо «отслуживших» покупаем элиту. В прошлом году взяли, например, горох, нынче в Новосибирске — 120 тонн ячменя. На следующий год планируем приобрести пшеницу, затем опять ячмень. Чем качественнее семена, тем отзывчивей земля, поэтому делаем всё от нас зависящее, чтобы каждый гектар работал на максимум. Зимой закупили минеральные удобрения: и простые, и сложные. Они сейчас на складах и ждут своего часа.

Параллельно с этими работами механизаторы ремонтируют технику, которая будет необходима к весенним работам. Так, из девяти тракторов Т-150 уже восстановлены пять и три — в ремонте. Через неделю они выйдут из мастерской. На подходе запчасти и для импортных машин. Так что к концу марта весь тракторный парк будет готов выйти в поле.

Сеялками, боронами и сцепками механизаторы займутся в апреле. До 25 апреля ремонт завершим, это уже традиция, а с этого дня обычно начинаем закрывать влагу в почве. На боронование выйдут 15 агрегатов. А на посевной нынче задействуем пять посевных комплексов. В апреле же проведём их технический уход, и сеялки можно выпустить в поле.

Каждый механизатор точно знает, что ему делать и что он за это получит. Наши полеводы ежегодно завершают яровой сев в лучшие агротехнические сроки. Уверен, что и нынешней весной земледельцы «Согласия» постараются не выбиться из графика.

Борис СОКОЛОВ
Фотокорреспондент



• Механизаторы ООО «Согласие» Валерий Данилов, Николай Чернов и Андрей Калинин (слева направо) подтянут ступицу трактора Т-150, поставят колесо, и машина будет на ходу.

ВЕСТИ ИЗ ПРОКУРАТУРЫ

Предмет внимания — жилищно-коммунальная сфера

Заводоуковская прокуратура проверяет предприятия жилищно-коммунального хозяйства на предмет соблюдения действующего законодательства в этой сфере. Сотрудники надзорного органа начали с многоквартирных домов.

Служители Фемиды прошлись по городским пятиэтажкам и выявили немало нарушений.

Так, к дому № 27 на улице Декабристов они прибыли как раз во время очистки крыши. Служивший снег рабочие сбрасывали прямо к подъездам и на тротуар. При этом они не удосужились выставить какие-либо ограждения или заранее предупредить жильцов об уборке. Представление за несоблюдение требований закона прокуратура внесла директору ООО «ПЖКО» Элле Наумовой.

Работники прокуратуры также проверили чистоту в подъездах. По представлению прокурора к дисциплинарной ответственности за ненадлежащее санитарное состояние мест общего пользования дома № 24 на улице Декабристов привлечён директор ООО

«Комфорт» Владимир Важенин. Замечание получило и руководство управляющей компании «ЗЭРО» (директор Николай Абатуров), которое предоставило неполные сведения о своей деятельности как на информационных стендах в подъездах, так и на интернет-сайте.

С начала года в межрайонную прокуратуру обратились десять заводоуковцев с жалобами на завышенные коммунальные платежи. Сотрудники надзорного органа детально разобрались с каждым обращением, но нарушений закона не усмотрели. Жители городского округа, проживающие в многоквартирных домах, приходили с вопросом об уплате взносов на капитальный ремонт. Прокуратура ещё раз разъясняет, что согласно закону № 271 от 25 декабря 2012 года «О внесении изменений в Жилищный кодекс Российской Федерации и отдельные законодательные акты Российской Федерации и признании утратившими силу отдельных положений законодательных актов Российской Федерации» собственники квартир взносы платить обязаны.

Летом предметом проверки прокуратуры будет подготовка котельных городского окру-

га к зиме. Что касается текущего отопительного сезона, то он не обошёлся без замечаний. Так, представление прокуратура внесла обслуживающей организации «Газпром межрегионгаз Север», которая в январе ограничила поставку газа на 90% в котельные МП «Заводоуковское ЖКХ» и оставила без тепла большую часть города. Руководство ООО «Газпром межрегионгаз Север» пояснило, что отключило газ за долги, но не учло, что при этом пострадали и добросовестные квартиросъёмщики. Представление газоснабжающая организация рассмотрела. Выговор получила начальник отдела по работе с юридическими лицами филиала ООО «Газпром межрегионгаз Север» Ирина Бобрищева.

Кроме всего прочего, работники прокуратуры обнаружили во Всемирной сети интернет-страницу с информацией о способах хищения энергоресурсов. И направили в Заводоуковский районный суд заявление об ограничении доступа к этой странице в Интернете.

Проверка соблюдения законодательства в жилищно-коммунальной сфере продолжается.

Ольга МЯСНИКОВА

БЛИЦ-ОПРОС

Как нам округ сделать чище?

Инна Лебедева, глава Ново-заимской сельской администрации:

— Квартиру, подворье, улицу, село, округ можно сделать чистыми, когда изменится сознание людей. На нашей территории, как, наверное, и везде, сбор мусора организован, соответствующие службы работают. Но начинает сходить снег — и такие появляются «подснежники»! А все хотим жить в чистоте. Опять же не все хотят выйти и убрать накопившийся за зиму мусор. Так что единственный способ не зарастить грязью — коллективные генеральные уборки.

Рашид Коваленко, водитель, г. Заводоуковск:

— Трудно даже и предположить, о чём думает человек, когда увозит за десятки километров от дома мешок с мусором или оставляет его на обочине дороги. Можно было бы та-

кое поведение списать на то, что не все привыкли пока платить за размещение отходов на полигоне. Но ведь отдельные товарищи и до этого выбрасывали мусор в лесу, у реки, в поле... К каждому человеку миллионера не приставишь, поэтому многих пока не пугают ни строгие законы, ни заоблачные штрафы.

Никита Класов, семиклассник, с. Боровинка:

— Прежде всего не мусорить. Недаром говорят: чисто не там, где метут, а там, где не мусорят. Я это уяснил ещё с первого класса. Да и учителя всегда об этом напоминают. К порядку приучены почти все жители нашего села, поэтому в Боровинке улицы чистые.

Наталья Полушкина, пенсионерка, с. Горюново:

— Чаше наводить порядок. Субботники устраивать не только весной, а круглый год. И не листву в

парках мести, а реальный мусор на улицах и в лесах убирать. А ещё нужно самому следить за порядком возле дома и, не стесняясь, делать замечания соседу, если он мусорит и не убирает за собой.

Нина Пономарёва, глава Лыбаевской сельской администрации:

— Считаю, всё зависит от воспитанности человека. Если ему с пелёнок объяснили, что такое хорошо и что такое плохо, он не станет бросать мусор где попало. Чистое станет во всех населённых пунктах, если каждый поймёт, что чистота зависит от него самого.

Наталья Морозова, домохозяйка, г. Заводоуковск:

— Думаю, любителям оставлять «подарочки» в пакетах помимо мусорных баков и городской свалки поразительно общественное порицание. Предлагаю создать сайт и выкладывать туда фото таких товари-

щей и номера их авто. Живу на городской окраинной улице, которая выходит на объездную дорогу. Так вот в пролеске частенько останавливаются одни и те же чужие машины и из них выбрасывают пакеты с отходами.

Олег Важенин, строитель, г. Заводоуковск:

— Тут менталитет людской менять надо. Сейчас многие считают, что наводить порядок за них должен чужой дядя. Порой ругают этого «дядю», а сами забыли как полату и грабли в руки брать.

Роберт Вилкас, программист, г. Заводоуковск:

— У нас много хороших законов, но они не работают из-за того, что некому следить за их реализацией. Например, я знаю, кто бросил пакет с мусором на объездной дороге или в соседнем лесу. Вместо того, чтобы наказать нарушителя,

Газовым заправкам облегчат жизнь.

Уже в марте станции по заправке автомобилей природным газом будут страховаться в обязательном порядке. И одновременно им снизят категорию опасных производственных объектов. Снижение класса опасности с третьего на четвёртый облегчит жизнь владельцев заправок и персонала, так как приведёт к исключению плановых проверок. Однако возможность проведения внеплановых проверок всё-таки сохраняется.

Также снижение класса опасности, по оценке экспертов, уменьшит административные барьеры при строительстве и эксплуатации объектов газозаправочной инфраструктуры. А в результате это создаст более благоприятные условия для расширения сети газозаправочных комплексов.

Правительство РФ готовит постановление, которое снимет запрет на семейственность в некоторых бюджетных организациях.

Отцы и дети смогут вместе заниматься наукой, творчеством, медициной и тому подобными вещами. При этом строгие комиссии проследят, чтобы семейственность не шла во вред. Законопроект об этом разработало министерство труда и социальной защиты. Оно предлагает внести поправки в постановление правительства страны, устанавливающие некоторые антикоррупционные запреты на чиновников и бюджетников. Документ уже прошёл все стадии общественного обсуждения и антикоррупционной экспертизы, работа над ним завершена. Теперь слово за Правительством РФ.

Верховный суд запретил снижать размер страховки из-за износа автомобиля.

Председатель Верховного суда России Вячеслав Лебедев выступил с резким заявлением в адрес страховщиков: выплаты по КАСКО нельзя снижать из-за износа автомобиля.

Если какие-то страховщики по-прежнему продолжают включать в договоры добровольного автострахования соответствующие пункты, они нарушают закон. Гражданин вправе жаловаться в суд, и «возрастные скидки» на автомобиль будут отменены.

Кроме того, необходимо установить ответственность страховщиков за нарушение сроков выплат. Если страховая компания платит с опозданием, она будет должна заплатить и неустойку.

В России появится единая информационная система, в которой будет информация обо всех льготниках страны. Заработает она с 2018 года.

Как пояснили в министерстве труда и социальной защиты России, в системе будут содержаться не только сведения обо всех льготниках, но и о мерах соцподдержки для них, гарантиях, выплатах, компенсациях, предоставляемых каждому властями всех уровней — и федеральной, и региональной, и муниципальной.

Такой реестр позволит, с одной стороны, сделать систему соцобеспечения прозрачнее, с другой — каждый человек будет знать, что именно ему положено. Люди смогут получать информацию о мерах социальной поддержки с помощью личного кабинета на Едином портале государственных и муниципальных услуг. Оператором новой системы назначен Пенсионный фонд России.

По материалам «Российской газеты»



Субботний вечер



У НАС В ГОРОДЕ

У любого возраста есть юность



• Мира, добра и бодрости пожелал ветеранам куратор областного совета ветеранов генерал-майор ФСБ в отставке Василий Ефремов. Поздравления от Василия Александровича принимает бессменный лидер первички посёлка Лесного Любовь Созонова

Неугомонные, неравнодушные, жизнерадостные, стойкие – это всё о них, членах районной ветеранской организации, отметившей недавно своё 30-летие.

Торжество по поводу юбилея прошло во Дворце культуры. Артисты подготовили для ветеранов большой праздничный концерт, но прежде сотрудники администрации и думы городского округа, представители областного совета ветеранов вручили председателям и членам первичных организаций награды за большую общественную работу. Около трёх десятков активистов ветеранского движения поднялись в тот вечер на сцену.

Благодарственное письмо Тюменской областной думы получила лидер первичной организации ветеранов мебельной фабрики Екатерина Крюк. Почётную грамоту за подписью главы городского округа вручили председателю досугового клуба «Здравствуйте!» Наталье Ильиных...

За большой вклад в развитие ветеранского движения Почётной грамотой районного совета ветеранов наградили и бывшего его председателя Любовь Телегину. Она приехала из Тюмени поздравить своих коллег.

На праздник пригласили и ветеранов Великой Отечественной. К сожалению, участников войны в рядах ветеранской организации остаётся всё меньше и меньше. А ведь когда-то в президиуме районного совета было немало фронтовиков – и уже ушедшие из жизни Павел Горбунов и Степан Мерзляков, и ныне здравствующие Алексей Бородулин, Николай Ларионов, Антонина Вишнякова и другие. Они, закалённые в боях, в перестроечные годы защищали права и интересы старшего поколения.

Сейчас, по словам лидера заводоуковских ветеранов Валентины Моисеевой, члены первичек активно участвуют в патриотическом воспитании молодёжи, вместе с работниками соцзащиты помогают людям с ограниченными возможностями здоровья.

– Мы готовы использовать весь свой богатый жизненный и профессиональный опыт во благо городского округа и его жителей, – сказала Валентина Сергеевна. – Верно подметил председатель городской думы Николай Плосков, что 30 лет для общественной организации – не возраст, а значит, нужно работать и ещё раз работать!

Ольга МЯСНИКОВА
Фото автора

УМЕЛЫЕ РУКИ

Тряпичная красавица

Самодельная кукла Алёнка-Маслёнка из Заводоуковска стала одной из лучших на межрайонном конкурсе «Масленица краса – разноцветная коса».

Смастерила её группа педагогов дополнительного образования центра развития детей и молодёжи. Куклу из дерева и ткани они нарядили в белую рубашку, красный сарафан и голубой фартук с орнаментом. В тон одеянию на голову Алёнке повязали повойник и платок.

На конкурс самодельных кукол было представлено более 40 красавиц. Творчество умельцев оценивали профессиональные художники и мастера народного творчества. Итоги были подведены во время народных гуляний «Сибирская Масленица» в Ялуторовске. Наша Алёнка-Маслёнка заняла второе место.

Алла ЕГОРЫЧЕВА



ГОВОРИМ ПРАВИЛЬНО

О молодцах и молодчиках

Сначала о «молодце». И сразу про ударение: мОлодец, мОлодЕц? В современных словарях есть и то, и другое. «МОлодец» – в народной словесности: удалец, храбрец («добрый МОлодец»). «МолодЕц» – слово более многозначное. Во-первых, в соответствии с Толковым словарём под редакцией Н. Шведовой, «молодцОм» называют молодого человека сильного, крепкого сложения («бравый молодЕц»). Второе значение – выражение похвалы. Молодец! Молодцы! Относиться это существительное мужского рода может в том числе к женщинам: «она у нас молодец». А есть у «молодцА» ещё и третье значение: так называют людей сильных, смелых, бесшабашных («удальцы-молодцы»). «Молодец против овец, а против молодца – сам овца»: эта пословица прекрасна для понимания всех значений слова «молодец».

Но «молодчик»... Не ищите его в статье про «молодца» – по крайней мере, в современных словарях. «Молодчик» стоит особняком, с пометами «разговорное, пренебрежительное». С примерами: «около дома ходят какие-то молодчики», «фашистские молодчики». Вот толкование слова: «молодчик» – человек, обычно молодой, опасный или подозрительный для окружающих.

<https://rg.ru/2017/02/08/v-chem-raznica-slov-molodcy-i-molodchiki.html>

РЕЦЕПТИК

Рулетки с грибами

Что нужно: 120 миллилитров воды, 150 граммов пшеничной муки, 200 граммов белых грибов, одну луковицу, одну морковь, две столовых ложки томатной пасты, растительное масло, укроп, соль по вкусу.

Что делать: в воде растворите соль и добавьте столовую ложку растительного масла, муку и замесите тесто. Дайте тесту постоять 20-30 минут. На сковороде с растительным маслом обжарьте мелко нашинкованный лук. Грибы хорошо разморозьте, слейте жидкость. Добавьте грибы к луку и обжарьте две-три минуты. Добавьте тёртую морковь и жарьте ещё одну-две минуты. Немного посолите. Тесто раскатайте в тонкий пласт. Намажьте остывшей начинкой. Сверните рулетом. Нарезьте на небольшие части и выложите в глубокую сковороду. В воде разведите томатную пасту, добавьте соль, столовую ложку растительного масла и немного сахара. Влейте в сковороду и сразу же поставьте на плиту. Готовьте 20 минут на среднем огне. Готовые рулеты посыпьте мелко нашинкованным укропом.

ЗДОРОВЬЕ

Пост на пользу организму

Когда человек ограничивает питание (в пост), то начинает из организма выходить лишнее, шлаки. Это обеспечивается за счёт процесса аутофагии, самопоедания клетками своих частей. Они разбираются «по кирпичику», идут на синтез новых белков, структур, обеспечивают клетку энергией. Из старого и испорченного строится новое, здоровое. С возрастом процессы аутофагии, ремонта клетки, ослабевают, что ускоряет старение.

В пост же мы «встаём на профилактику», запускаем процессы омолаживания. В клетке всё перестраивается быстро, даже просто разгрузочные дни очень полезны. Например, уже через 1-2 дня существенно уменьшается объём клеток печени, но функции печени активизируются. Очень полезно проводить разгрузочные дни регулярно, 1 раз в неделю, несколько дней в месяц. Не нужно голодать, достаточно съесть 40% от вашей нормы. Избегайте высококалорийных продуктов – жирного, сладкого, животные белки.

«АиФ»

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Как сохранить букет в вазе

– Для композиции, включающей более пяти элементов, выбирай вазу с горлышком пошире, чтобы стебли не передавливались.

– Обязательно удалите нижние листья, прежде чем поместить букет в вазу.

– Чтобы букет дольше радовал глаз, меняйте воду в вазе ежедневно. Каждый раз удаляйте весь мусор и тщательно промывайте ёмкость.

– Добавьте в воду консервант. Самый универсальный – столовая ложка водки. Подойдут также лимонный сок и пара капель отбеливателя.

– Берегите букет от прямых солнечных лучей и других источников тепла.

<https://takprosto.cc/kak-sohranit-buket-v-vaze/>

ВО САДУ ЛИ, В ОГОРОДЕ

Готовим рассаду

Чтобы вырастить богатый и дружный урожай томатов, нужно учитывать тип роста растений, который указывается на пакетиках с семенами.

ИНДЕТЕРМИНАНТНЫЙ СОРТ

Это сорт с неограниченным ростом. Стебель томата будет расти до тех пор, пока для него есть место, и пока ему это позволят погодные условия. Такие сорта нуждаются в более тщательном уходе, но они отличаются и более высокой урожайностью. Первое соцветие образуется на уровне 8-11 листа и далее через каждые три листа. Индетерминантные томаты образуют на главном стебле много боковых побегов (пасынков), которые следует удалять, что обеспечивает прилив питания к плодам и повышает продуктивность.

Классическим примером индетерминантных томатов являются: «интуиция», «краснобай», «спрут», «благовест», «де Барао». В нашем климате эти томаты выращивают в теплицах.

ДЕТЕРМИНАНТНЫЙ СОРТ

Это сорт с ограниченным ростом. Такие растения характеризуются низким заложением первого соцветия, частым их расположением (через 1-2 листа) и небольшим их количеством. Рост прекращается, когда на верхушке стебля образуется соцветие. Детерминантные, в свою очередь, делятся на супер-детерминантные – очень ранние, обычно вообще не требующие пасынкования, и «просто» детерминантные, которые всё же надо формировать, удаляя лишние пасынки, иначе получите перегруженное плодами растение, плоды на котором позже нальются и созреют. Существуют ещё и полудетерминантные сорта. Они не имеют такой тенденции к завершению роста, как детерминантные, но всё же могут и завершиться (прекратить свой рост) в самый неожиданный момент.

Штамбовые томаты – это тоже разновидность детерминантных, но у них ещё более низкий «рост» и крепкий стебель. Вот они как раз не требуют ни подвязывания, ни формирования.

Детерминантных сортов существует очень много: «взрыв», «демидов», «красный петух», «лентяйка», «джина» и тому подобные. Эти сорта можно выращивать как в теплицах и парниках, так и в открытом грунте.

Получить более подробную консультацию, выбрать нужный сорт вам помогут в садовом центре «Зелёный остров», который расположен в ТЦ «Океан продуктов». Поступление семян два раза в неделю. Работаем по заказам покупателей. Пенсионерам скидка – 5%. Приглашаем всех за покупками!

Татьяна СТАРОВОЕРОВА