

ТЕПЛЫЙ ВЕСТНИК



Газета полезных советов для тех, кто ценит жизнь

апрель 2015 г. N11

16+

ПОДПИСАЛСЯ САМ – ЗВОНИ: 8 927 469 34 27
ПОДПИШИ СОСЕДА

**ПОДПИСКА
БЕСПЛАТНАЯ!**

3 стр

Сергей Миронов: «Помочь людям стать реальными хозяевами своих домов»



5 стр

Дешевые аналоги дорогих лекарств



6 стр

Высаживаем томаты в открытый грунт



В КАЗАНИ МНОГОКВАРТИРНОМУ ДОМУ ВЕРНУТ 400 000 РУБЛЕЙ

ЦЕНТР ЗАЩИТЫ ПРАВ ГРАЖДАН
«СПРАВЕДЛИВАЯ РОССИЯ» ПОМОГ
ЖИТЕЛЯМ КООПЕРАТИВНОГО ДОМА
№ 109 ПО УЛ. Р. ЗОРГЕ ДОБИТЬСЯ
ВОЗВРАТА НЕСПРАВЕДЛИВО
СОБРАННЫХ ДЕНЕГ.

ПРОДОЛЖЕНИЕ НА СТР. 4

ЦЕНТР ЗАЩИТЫ ПРАВ ГРАЖДАН ПОМОГ ВЕРНУТЬ ПЕНСИОНЕРКЕ 5000 РУБЛЕЙ

Сезонные перерасчеты за отопление – дело уже привычное. Суммы в счетах-фактурах казанцев растут в это время как грибы после дождя. Порой в платежке напротив строки «отопление» можно увидеть лишние 2-3 тысячи рублей, а иногда и все пять тысяч, как произошло в случае нашей героини.

Жительница дома 19 по ул. Сыртлановой, получив февральскую квитанцию, была просто шокирована суммой, начисленной ей за отопление – ни много ни мало 6500 рублей. Пенсионерка была просто в отчаянии: «Возьми да выложи полпенсии! И это только за отопление. А жить на что?»

Собственница квартиры решила не медлить и обратилась в Центр защиты прав граждан «Справедливая Россия». Изучив документы дела, юрист Центра, руководствуясь частью 2 статьи 165 ЖК РФ и Постановлением Правительства РФ от 23.09.2010 №731 «Об утверждении стандарта раскрытия информации организациями, осуществляющими деятельность в сфере управления МКД», написал в УК ЖКХ Приволжского района претензию с требованием разобраться в ситуации и провести перерасчет.

Спустя месяц собственнице квартиры пришла новая квитанция, уже за вычетом лишних 5 000 рублей. Причем перерасчет был сделан всему дому.

Стоит отметить, что на претензию Центра защиты прав граждан УК отреагировала практически сразу, объяснив случившееся технической ошибкой расчетного центра: «В ООО «Единый расчетный центр г. Казани» была предоставлена информация для проведения корректировки. При расчете корректировки территориальным отделением расчетного центра была допущена техническая ошибка, в связи с чем по Вашему дому произведен перерасчет, который отразился в счете-фактуре за март 2015 года».

Вот так активная пенсионерка вернула не только свои 5 000 рублей, но и помогла с перерасчетом всем своим соседям. •

**УЖЕ СДЕЛАЛИ
ПЕРЕРАСЧЕТ:
Зорге д. 65
Габишева д. 7
Фучика д. 42**

ПРИГЛАШАЕМ К УЧАСТИЮ В КОНКУРСЕ «ЛЮБИМЫЙ ДВОРИК»!

Дорогие казанцы! Народная мудрость гласит: мой дом – моя крепость. С этим не поспоришь! Дом – это любимое и дорогое место для каждого. И у каждого дома должен быть чистый, красивый и уютный двор.

Но как быть, если от двора-то осталось одно название? Если детям негде играть, а пожилым людям негде присесть, отдохнуть? А наши дворы, к сожалению, превращаются в парковки для автомобилей.

Давайте вместе улучшим нашу жизнь! Примите участие в конкурсе «Любимый дворик», победители которого получат финансовую и организационную помощь в благоустройстве двора. Присылайте свои заявки до 15 мая 2015 г. по адресу: г.Казань, ул.Сафуллина, д. 50 а (телефон для справок: 245-18-78).

Заявка на участие должна содержать:

1) Паспорт дома, включающий в себя следующие сведения:

- количество квартир;

- количество подъездов;
- этажность дома;
- наличие места отдыха для жильцов и элементов детской площадки (горки, качели, песочницы, лавки и пр.);

2) Фото или видеоматериалы, свидетельствующие о необходимости благоустройства двора;

3) Проект благоустройства двора с описанием необходимой инфраструктуры;

4) Финансовая смета (приблизительный подсчет всех необходимых расходов).

Приглашаю всех к участию и желаю удачи! •



Рушания Бильгильдеева, куратор Центра защиты прав граждан «Справедливая Россия»

ОДИНОКОГО ПЕНСИОНЕРА ОБМАНУЛИ НА 150 000 РУБЛЕЙ



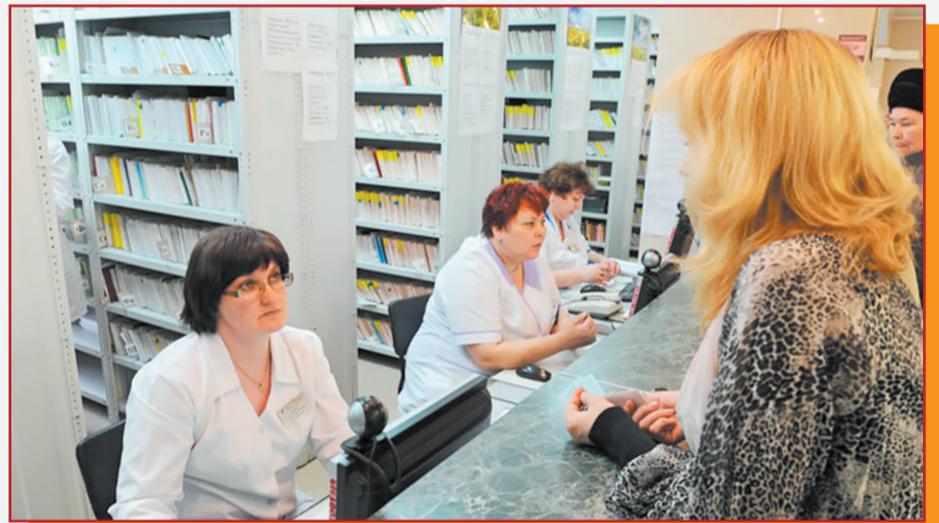
Граждане! Будьте бдительны!

14 октября 2014 года пенсионер К.И. (пожелал остаться неизвестным) заложил в ООО «Ваш ломбард» накопленные деньги (150 000 рублей), заключил договор и стал ждать обещанных процентов. Вот только ломбард переехал... в Екатеринбург. Вместе с деньгами казанца... На помощь одинокому пенсионеру пришли специалисты Центра защиты прав граждан.

«Получив обращение гражданина, мы тут же помогли написать в ООО «Ваш ломбард» претензию, а также уведомили ООО «Ваш лом-

бард» об одностороннем расторжении договора займа. Теперь организация обязана вернуть пенсионеру деньги. В случае отказа либо ненадлежащего, неполного удовлетворения требований гражданина, он имеет право обратиться в суд с иском заявлением к ООО «Ваш ломбард» о возврате суммы займа, неустойки (процентов), компенсации морального вреда, а также иных судебных расходов и издержек», – прокомментировал ситуацию юрист Центра защиты прав граждан «Справедливая Россия» Ильдар Миннигулов. •

КАК КАЗАНЦУ ПРИКРЕПИТЬСЯ К ПОЛИКЛИНИКЕ?



1. Жителям г. Казани необходимо выяснить, к какой поликлинике они прикреплены. При необходимости надо написать заявление на открепление.

2. Далее необходимо прийти в выбранную поликлинику с паспортом и ксерокопиями двух разворотов – основного и с пропиской, полисом ОМС (нового или старого образца) и ксерокопией обеих его сторон. Также желательно знать номер страхового свидетельства обязательного пенсионного страхования (СНИЛС). В поликлинике надо заполнить форму-заявление на

имя главного врача о прикреплении к поликлинике. Человеку могут отказать в прикреплении, обосновав это загруженностью учреждения, но такое случается редко.

В качестве аргумента регистратура принимает то, что человек работает рядом, имеет проживающих в этом районе родственников и прочее. Однако документального подтверждения таких фактов никто не требует.

3. Прикрепление осуществляется на год, после чего процедуру нужно проходить заново. •

СЕРГЕЙ МИРОНОВ: «ПОМОЧЬ ЛЮДЯМ СТАТЬ РЕАЛЬНЫМИ ХОЗЯЕВАМИ СВОИХ ДОМОВ»



Два месяца прошло с момента открытия в 11 городах-столицах регионов РФ Центров защиты прав граждан «Справедливая Россия». Как оказалось, новая общественная сеть, созданная под крылом третьей парламентской партии в России, с первых дней своей работы вызвала большой интерес и симпатии жителей страны. О первых промежуточных результатах работы Центров рассказал инициатор и идейный вдохновитель этого проекта, председатель партии «Справедливая Россия» Сергей Михайлович Мионов.

– Сергей Михайлович, насколько востребованными оказались Центры в городах страны?

– Очень востребованны. Интерес у жителей огромный. Я сам стараюсь выезжать в регионы, участвовать в приемах граждан. Люди так и говорят: «Мы очень рады, что появился у нас Центр защиты, потому что с нашими проблемами раньше просто не к кому было идти».

– С чем в основном приходят люди, в чем требуется помощь?

– В самом начале мы заявили, что будем в первую очередь заниматься проблемами, носящими массовый характер, чтобы решать проблемы максимального количества людей. Такой сегодня является ситуация в сфере ЖКХ – все, что связано с обслуживанием жилья, коммунальными услугами и управлением общедомовым

имуществом. Это около 80% всех обращений граждан. Говоря по-простому: с людей дерут деньги за коммуналку, а они пытаются понять, за что? Плата растет, а в домах и дворах ничего не меняется. Недавно добавилась обязанность ежемесячно платить довольно крупные суммы за капитальный ремонт. Кому и на что конкретно пойдут эти деньги, когда этот капремонт будет, люди не знают.

Специалисты Центра сами идут в дома, разъясняют, информируют, дают необходимые образцы документов

– Чем Центры здесь помогут?

– По закону ни одно решение об управлении и обслуживании дома не может приниматься без решения общего собрания собственников с явкой не менее 50%. Организовать такие собрания нелегко, даже если в доме есть активные и неравнодушные люди. Специалисты Центра сами идут в дома, разъясняют, информируют, дают необходимые образцы документов.

– Что это дает? В чем, собственно, результат?

– Результат самый конкретный. Значительная экономия расходов и качественные изменения к лучшему, порядок и чистота в подъездах, во дворах, прозрачность

в коммунальных работах. Практика показывает, что после того, как в доме создается Совет дома, обнаруживается масса интересных вещей. Ну вот, например, из почти семисот домов, в которых специалисты наших центров в марте проводили встречи с жильцами, более 90% вообще не организовывали никаких общедомовых собраний при заключении договоров с управляющей компанией. А в половине и договоров-то никаких нет! Если сравнить ситуацию с домами, где есть реально работающий домовый совет, ТСЖ или жилищное правление, где проводятся регулярные собрания жильцов и работа ведется под контролем общественности, то разница, как говорится, налицо. Разницу видно по платежкам. В среднем речь идет об экономии от 20 до 50% расходов в домах, где жильцы грамотно пользуются своими правами.

– То есть, пока жильцы не занимаются сами своим имуществом, кто-то «раздевает» их на 20-50%?

– Эта информация нашла свое подтверждение. Также полностью подтвердилось все, о чем мы говорили в отношении платы за капремонт и выбора схемы накопления. В подавляющем большинстве домов никто не проводил никаких собраний. В большинстве случаев жителям навязали перечисление средств в так называемый «общий котел» – региональный фонд капремонта. Также навязали сумму платежа, определили без их участия состав ремонтных работ и сроки. Как правило, эти сроки отдалены на 10-15 лет, а платить приходится сейчас... Это возмутительная ситуация.

– А чем может помочь Центр в вопросах капремонта?

– Это тот самый случай, когда к работе Центров должна подключаться вся депутатская вертикаль «Справедливой России». Мы как партия изначально голосовали против решения о выводе средств жильцов в региональные фонды. Предупреждали, во что это выльется. Нужно дать людям возможность самостоятельно накапливать средства на капремонт и самостоятельно решать, что и как ремонтировать. Сегодня мы в Госдуме ставим вопрос о приостановлении действия существующей порочной схемы и о том, что надо изменить закон. И здесь, возможно, нам понадобится помощь

Центров защиты, чтобы поднять общественное мнение, чтобы собрать необходимую информацию для руководства страны.

Нужно дать людям возможность самостоятельно накапливать средства на капремонт и самостоятельно решать, что и как отремонтировать

– Но ведь собственник должен платить за капремонт – это справедливо. В чем недоработка?

– Когда государство было собственником всего жилья в стране, оно собирало средства с жильцов и пропускало плановые ремонты по 2-3 срока. А потом передали это людям в собственность – тоже без ремонтов. И сегодня пожилые люди приходят к нам в Центры и говорят: почему с нас снова собирают деньги за ремонты, до которых мы не доживем?

– В чем Вы видите выход из ситуации?

– Нужно учесть интересы этих людей. Государство обязано участвовать в финансировании капремонтов в тех домах, которые были построены в советский период и переданы без ремонтов. А в период кризиса нужно вообще заморозить любые новые поборы. Сегодня при таком росте цен на продукты сборы на капремонт становятся непосильной нагрузкой для многих. И, кстати, именно поэтому многие жильцы сегодня не платят – у них просто нет денег.

– Вы упомянули о том, что намерены с помощью Центров информировать руководство страны. Услышат ли?

– Прежде чем начинать этот партийный проект, я ознакомил с нашими планами главу государства В.В. Путина на нашей встрече 18 декабря прошлого года. Президент сказал, что создание системы общественного контроля в сфере ЖКХ – это очень нужное дело. И я расцениваю эту работу как прямое поручение нашей партии. •

Вопросы задавал
Алексей Корнев

В КАЗАНИ МНОГОКВАРТИРНОМУ ДОМУ ВЕРНУТ 400 000 РУБЛЕЙ



Центр защиты прав граждан «Справедливая Россия» помог жителям кооперативного дома № 109 по ул. Р. Зорге добиться возврата несправедливо собранных денег.

Что такое бесконечное обивание чиновничьих порогов жильцы дома № 109 по ул. Р. Зорге (ЖСК «Волга-29») знают хорошо и, увы, на собственном опыте. Многолетние судебные тяжбы и огромный долг – вот тот «подарок», который оставил жильцам недобросовестный и уже бывший председатель жилищно-строительного кооператива. Собственники, обратившиеся за по-

мощью в Центр защиты прав граждан «Справедливая Россия», рассказали обо всех злоключениях своего дома.

Летом 2012 года по инициативе председателя в доме стали менять трубы отопления. Дело-то, на первый взгляд, благородное, да вот только мнения жильцов горе-ремонтник не учел, равно как и здравый смысл. Трубы-то в замене не нуждались! На справедливые вопросы жильцов «кто решил? да на каком основании? и где договор, смета?» председатель кооператива отвечал неохотно. Договора нет, сметы нет, мол, когда будут – тогда с ними и ознакомитесь.

И это при том, что ремонтные работы уже шли полным ходом!

Подрядчик, производивший замену труб, оценил работу аж в 975 000 рублей! А председатель и глазом не моргнув добавил в платежи всем жильцам еще одну новую строку. «Мы все эти годы исправно делали взносы на капитальный и текущий ремонт. Ни за что не поверю, что этих накопленных денег недостаточно. Да денег было собрано даже больше, чем нужно!», – жалуется один из жителей дома.

Вскоре собственники избрали нового председателя и выяснилось – прежний председатель так и не расплатился с подрядчиком за замену труб, дом остался с долгом в 407 000 рублей. Подрядчик подал на ЖСК в суд и выиграл дело – со счета дома списали нужную сумму.

Подрядчик подал на ЖСК в суд и выиграл дело – со счета дома списали нужную сумму.

Обращения в разные инстанции результата не давали, и, отчаявшись, жильцы пришли за помо-

щью в Центр защиты прав граждан. Юрист Центра в первую очередь написал заявление в районное отделение Управления Федеральной службы судебных приставов. Вскоре служба приставов прекратила исполнительное производство. А это значит, что в ближайшее время жильцам вернут несколько сотен тысяч рублей.

Более того, разбираясь в деле ЖСК «Волга-29», юрист Центра защиты прав граждан нашел еще целых 3 (!) строки в платежках жильцов, которых по закону там и вовсе не должно быть. Правление ЖСК неправомерно собирало деньги за «судебные расходы», «земельный налог» и «ОДН за канализацию». По действующему законодательству ни управляющие компании, ни правление кооперативов взимать за это деньги не вправе! И в скором времени жильцы такие поборы будут оспаривать. Вот только теперь они не одни – за ними знание своих прав и поддержка Центра защиты прав граждан «Справедливая Россия».

О том, как будет развиваться дело ЖСК «Волга-29», читайте в следующих номерах газеты «Теплый вестник».

Юлия АГАФОНОВА

КАК ДОМ ФУЧИКА-52 СТАЛ «ДОМОМ ОБРАЗЦОВОГО СОДЕРЖАНИЯ»



Чистый подъезд, красивый двор, справедливые суммы в платежках – мечта каждого казанца скоро станет реальностью для жителей дома №52 по ул. Ю. Фучика. Как они этого добились? Просто взяли управление домом в свои руки, к чему и призывает Центр защиты прав граждан «Справедливая Россия».

Жители дома № 52 при поддержке Центра защиты прав граждан с февраля стали вести

активную работу по «наведению порядка» в собственном доме. А работать было с чем: двор не благоустроен, за отопление приходят платежи с огромными суммами, а колясочная комната занята не понятно кем. Стали разбираться вместе с юристами Центра. Вначале создали Совет дома. Написали коллективные претензии по отоплению и капремонту, заявление на благоустройство двора, провели инвентаризацию всех имеющихся в доме щитов и коммуникаций провайдеров – все-таки это общедомовое имущество, и деньги от его использования должны поступать жильцам. А буквально на днях во дворе появится ограж-

дение тротуара от проезжей части – ведь в доме много детей.

Не забывают активисты и о своих соседях – уже составили списки ветеранов и «Детей войны», будут с Днем Победы поздравлять. «Многие думают, что создать Совет дома – это сложно, мол, всех не соберешь, а до управляющей компании не достучишься. У нас вот получилось, хотя наш многоквартирный 10-подъездный, 354 квартиры!», – рассказывает жительница дома.

И действительно, пример дома № 52 вдохновляет и еще раз доказывает: Совет дома и знание своих прав – вот готовый рецепт наведения порядка в доме.



СПРАВЕДЛИВАЯ РОССИЯ

ЦЕНТР

ЗАЩИТЫ ПРАВ ГРАЖДАН

АДРЕС ПРИЕМНОЙ: Г. КАЗАНЬ, САФИУЛЛИНА Д. 50 А, ТЕЛЕФОН: (843) 268 98 10

КОНКУРС «ИСТОРИЯ ВЕЛИКОЙ ПОБЕДЫ В ИСТОРИИ СЕМЬИ»



Уважаемые читатели, если Вы хотите рассказать историю своей семьи, поделиться самыми сокровенными мыслями и попасть на страницы газеты «Теплый вестник», присылайте письма по адресу: 420012 г. Казань, ул. Бутлерова д.21, редакция газеты «Теплый вестник». В конкурсе участвуют истории на русском и татарском языках. Авторы лучших историй получают призы!

НОВЫЙ КОНКУРС! «ДЕТИ РИСУЮТ ПОБЕДУ»

Присылайте рисунки своих детей или внуков в редакцию газеты «Теплый Вестник». В конкурсе участвуют рисунки на военную тематику. Итоги будут подведены на праздничном концерте 1 мая.

В редакцию ежемесячно приходят десятки писем. В этом выпуске мы публикуем одно из самых необычных. Наша читательница Роза прислала собственные стихи о том, как война затронула ее семью.

ТАТАР ТЕЛЕНДӘ

Син югалгач, әткәй кыр казыннан
Һәр язлардан сине сорадым.
Жәйге тәндә моңсу айга карап,
Сине сагынып бик нык еладым.

Сине сагынып әткәй урманнарда
Озын көйгә салып жырлар жырладым.
Кичләрендә моңсу айга карап,
«Исәнме ул?» – диеп сорадым.

Моңсу кузлар әткәй син югалгач,
Сине әзләп ерак бактылар.
Ә кузлардан кайнар яшьләр,
Бит пешереп, жиргә актылар.

Роза әбиегәз, Казан •

РУШАНИЯ БИЛЬГИЛЬДЕЕВА: «ГАРАНТОМ ИМУЩЕСТВЕННЫХ ПРАВ СУПРУГОВ ДОЛЖЕН ОСТАВАТЬСЯ НОТАРИУС»



Недавно депутаты Государственной Думы приняли в первом чтении законопроект, позволяющий одному супругу распоряжаться недвижимостью, находя-

щейся в совместной собственности, без нотариального согласия другого. Авторы законопроекта утверждают, что эти изменения помогут упростить процесс государственной регистрации сделок с недвижимостью. Но так ли это на самом деле? На вопрос редакции ответила куратор Центра защиты прав граждан «Справедливая Россия» Рушания Бильгильдеева:

«Ни для кого не секрет, что в российском законодательстве есть нормы, порождающие излишнюю бюрократическую волокиту, и их надо бы менять. Но принятие закона, по которому совместное имущество можно будет продать без нотариального согласия супруга(-и) открывает дорогу разного рода мошенникам. Одна из самых главных задач нотариальной деятельности – это защита прав граждан. Нотариус всегда несет ответственность своим имуществом, существуют страховые фонды нотариальной палаты. То есть, если нотариус ошибся, то вам возместят причиненный ущерб. Нотариальное заверение сделки всегда было серьезным гарантом имущественных прав супругов, и если этот гарант убрать, как хотят авторы зако-

нопроекта, то имущественные права супругов и их детей будут очень уязвимы!

По роду своей деятельности я и сама имею дело с недвижимостью (имеются в виду земельные участки – Прим.ред). Когда люди покупают участок, в первую очередь, мы следим, чтобы были соблюдены все требования законодательства. Ведь зачастую семьи годами копят деньги, чтобы обзавестись своей собственной квартирой или землей для строительства дома. Это ответственный шаг и риску здесь не место. Сфера недвижимости очень сложная, нужно учитывать множество нюансов, а потому, увы, в этой сфере есть много теневых «дельцов», охочих до чужого имущества. Нужно сохранять бдительность! •

ДЕШЕВЫЕ АНАЛОГИ ДОРОГИХ ЛЕКАРСТВ

260 руб.	Вольтарен	→	Диклофенак	14 руб.
442 руб.	Дифлюкан	→	Флуконазол	26 руб.
195 руб.	Зовиракс (крем)	→	Ацикловир	17 руб.
257 руб.	Иммунал	→	Эхинацея (капли)	125 руб.
147 руб.	Йодомарин	→	Калия йодид	65 руб.
362 руб.	Лазолван	→	Амброксол	37 руб.
1910 руб.	Ламизил	→	Тербинафин	46 руб.
180 руб.	Но-шпа	→	Дротаверин	10 руб.
128 руб.	Нурофен	→	Ибупрофен	15 руб.
178 руб.	Омез	→	Омепразол	34 руб.
162 руб.	Панангин	→	Аспаркам	19 руб.
273 руб.	Финлепсин	→	Карбамазепин	45 руб.
204 руб.	Капотен	→	Каптоприл	12 руб.
158 руб.	Аспирин Упса	→	Ацетилсалициловая кислота	7 руб.

Прежде чем выбрать лекарство, обязательно проконсультируйтесь с лечащим врачом. Источник: www.zoj.org.ru



Общественные приемные
Татарстанского отделения
партии СПРАВЕДЛИВАЯ РОССИЯ:

г. Казань, ул.Бутлерова, д.21, ПН-ПТ с 9-00 до 18-00,
тел.: (843)236-24-83;

г. Казань, ул. Чистопольская д.55, ПН-ПТ с 9-00 до 18-00,
тел.: (843) 249-13-65;

г. Казань, ул. Сафиуллина д.50а, ПН-ПТ с 10-00 до 19-00,
тел.: (843) 268-98-10;

г. Чистополь, ул. Льва Толстого, д.134, офис 203,
ПН-ПТ с 9-00 до 18-00, тел.: (84342) 5-57-99.

Хочешь подписаться на «ТЕПЛЫЙ ВЕСТНИК»?

ЗВОНИ:
8 927 469 34 27

**ПОДПИСКА
БЕСПЛАТНАЯ!**

ДЕКОРАТИВНАЯ САДОВАЯ ДОРОЖКА ИЗ СПИЛОВ



• Для изготовления декоративной садовой дорожки необходимо подготовить материал – **спилы**. Мате-

риалом для будущих спилов может послужить любое дерево.

• Далее, когда материал уже готов, приступаем ко второму этапу – **вырываем траншею**. Форму будущей дорожки можно очертить с помощью деревянной нитки и колышков.

• Обратите внимание, что дерево — это не слишком долговечный материал, поэтому, чтобы наша дорожка прослужила долго, обязательно делаем **гидроизоляцию**. Для этого укладываем полиэтиленовую пленку на дно ямы.

• Затем делаем дренаж дорожки. Необходимо уложить крупный щебень на дно ямы. Дренаж нужен для того, чтобы защитить дорожку от гниения.

• Далее укладываем **слой песка**, примерно 10 см в высоту.

• Укладываем деревянные спилы.

Садовая дорожка из спилов готова! •

ВЫСАЖИВАЕМ ТОМАТЫ В ОТКРЫТЫЙ ГРУНТ



полив и увеличивают проветривание. На несколько часов открывают форточку, снижая температуру в комнате на 3-5°C.

Можно подкормить растения золой из расчета 1 стакан на 10 л воды. За 7-10 дней до высадки поливы и вовсе прекращают, чтобы питомцы не переросли. Хотя, конечно, если листья заметно завяли, если видно, что «глоток» воды им крайне необходим, рассаде дают напиток, но делают это днем до 12 часов. Зато в самый последний день, перед тем, как перенести томаты в теплицу или в открытый грунт, их обильно поливают.

При таком «спартанском» режиме молодые растения постепенно закаляются, легче переносят пересадку и меньше страдают от холо-

дов, возможных в конце весны и начале лета.

Если томаты переросли, подвяжите их к колышку, чтобы не завалились. Бывает, что стебли очень высокие, чуть не до метра, тогда лучше срезать верхушку. И у вас окажется вместо одного растения два. Удалите с верхушки нижние листья и поставьте растение в банку с водой. Когда появятся корни, томат можно высаживать в теплицу.

Если томаты переросли, подвяжите их к колышку, чтобы не завалились. Бывает, что стебли очень высокие, чуть не до метра, тогда лучше срезать верхушку. И у вас окажется вместо одного растения два. Удалите с верхушки нижние листья и поставьте растение в банку с водой. Когда появятся корни, томат можно высаживать в теплицу.

За 4-5 дней до высадки на грядку все томаты, на которых сформировались бутоны и раскрылись цветки, опрысните раствором борной кислоты (1 чайная ложка на 1 л горячей воды).

Срок высадки в теплицу 1–10 мая, под пленочное укрытие – 15–25 мая, в открытый грунт – с 25 мая по 10 июня.

Как проверить готовность рассады томата к переселению? Стандартные качественные растения коренасты, у них толстый стебель высотой 30–35 см, 6–8 настоящих листочков и одна цветочная кисть. •

КАКОЙ ВИД ОТДЫХА ВАМ БОЛЬШЕ ПОДХОДИТ?



ТЕСТ

1. Большую часть времени вы:

- А.** Занимаетесь домом и детьми;
- Б.** Тратите исключительно на себя;
- В.** Проводите на работе.

2. После работы вы:

- А.** Спешите домой;
- Б.** Встречаетесь с друзьями, идете в кино, ночной клуб;
- В.** У вас практически не бывает свободного времени.

3. Отпуск – это возможность:

- А.** Провести время с семьей;
- Б.** Завязать новые знакомства;
- В.** Хорошенько выспаться.

4. Во время отдыха вы:

- А.** Отключаете свой мобильный телефон
- Б.** Используете его, только когда вам необходимо позвонить
- В.** Не расстаетесь с телефоном, чтобы не пропустить важный звонок

5. Как часто вы хотели бы брать отпуск?

- А.** Вам вполне достаточно четырех недель в году
- Б.** Каждые два-три месяца
- В.** Не очень-то он и нужен

6. Ради чего вы откажетесь от заслуженного отдыха?

- А.** Ради покупки нового автомобиля
- Б.** Ни за что не откажетесь
- В.** Ради продвижения по службе

7. От чего зависит удачный отпуск?

- А.** От собственного настроения
- Б.** От компании, в которой вы проводите время
- В.** От качества сервиса

РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТА:

Больше ответов "А"

Лучший отдых для вас – это когда вы понимаете, что можете наконец-то никуда не спешить. Вы замечательно проведете отпуск в тихом уютном месте, на любимой даче или с пользой для здоровья в санатории.

Больше ответов "Б"

Вам просто необходима смена обстановки, новые знакомства, свежие впечатления и яркие, запоминающиеся события.

В начале сезона отпусков обновите свой гардероб: купите несколько ярких модных вещей. Пляж, экскурсии и танцы до утра в компании друзей – вот ваш отдых!

Больше ответов "В"

Работа практически не оставляет вам времени для полноценного отдыха. Спланируйте свой заслуженный отдых заранее – чтобы никакие досадные мелочи не смогли его испортить. Ваш выбор – неторопливое времяпрепровождение на берегу моря или недалеко от бассейна, хорошие рестораны и приятный шопинг.

ОБРАБАТЫВАЕМ ЛУК-СЕВОК ПЕРЕД ПОСАДКОЙ



Большинство овощей на наших огородах перед посадкой необходимо обрабатывать определенным образом, чтобы повысить урожайность и сопротивляемость различным заболеваниям в процессе роста и плодоношения.

И лук здесь не исключение. Для начала лук перебирают и извлекают оголенные луковички, высохшие, приболевшие и даже надрезанные. Важным моментом в посадке лука является его прогревание за 2-3 дня до самой процедуры посадки. Для этого достаточно просто разложить луковички на газете возле отопительных приборов.

Многие садоводы-любители обрабатывают лук перед посадкой солевым

раствором, что позволяет защитить лук от нематоды. В ведре воды следует развести 3 стакана соли, и в этом растворе лук замачивается на 2 дня.

Еще один способ обработки как раз отвечает требованиям питания и защиты луковичек одновременно. Сначала лук в сеточке помещают на 10 часов в питательный раствор, который готовится из любого комплексного удобрения. Затем его обязательно нужно погрузить в раствор медного купороса, при этом на 10 л воды берется 1 чл. купороса. После таких своеобразных ванн луковички необходимо промыть чистой теплой водой и можно сажать в подготовленную почву.

Хорошего Вам урожая! •

МЯСНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПОМИДОРАМИ И БАКЛАЖАНОМ



Ингредиенты:

- Фарш мясной (говяжий) — 300 г
- Баклажан — 1 шт
- Лук репчатый (крупный) — 1 шт
- Помидор (в собственном соку без кожи) — 8 шт

- Картофель — 2 шт
- Сыр твердый — 150 г
- Майонез — 4 ст. л.
- Чеснок — 2 зуб.
- Масло подсолнечное (для жарки)
- Соль, перец по вкусу

1. Баклажаны порезать кружочками, замочить в соли на 20-30 минут. Обжарить на сковороде в небольшом количестве подсолнечного масла.
 2. Обжарить фарш с репчатым луком (половинка луковицы) до готовности, посолить, поперчить.
 3. Выложить половину баклажанов в форму для запекания.
 4. Сверху выложить половину фарша.
 5. Затем уложить половину помидоров, порезанный лук и чеснок.
 6. Натереть на крупной терке картофель и половину выложить слоем.
 7. Повторить слои. Баклажаны, фарш, помидоры, лук, чеснок и картофель. Посолить, поперчить по вкусу.
 8. Натереть на крупной терке сыр и выложить слоем.
 9. Сверху на сыр выложить слой майонеза и запекать в предварительно разогретой духовке 30 минут. Первые 15 минут под фольгой (как под крышечкой), затем фольгу снять.
- Приятного аппетита! •

ЩИТОВИДКА СНОВА В НОРМЕ!



НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Щитовидная железа подвергается различным заболеваниям, и для каждого из них существуют свои методы лечения. Но существует одно растение, которое очень полезно для организма человека в целом и для щитовидной железы особенно. Это чудо-растение – грецкий орех! Предлагаем Вам народные рецепты лечения щитовидки, составленные на основе грецкого ореха.

Рецепт первый: измельчите скорлупу грецких орехов и кору дуба. Залейте смесь водой, а затем проварите ее на медленном огне в течение 30 минут. В полученном отваре смочите кусочек хлопчатобумажной ткани и приложите его в виде компресса в области щитовидки.

Рецепт второй: для лечения заболеваний щитовидной железы можно ежедневно употреблять в пищу чайную ложку меда и 4 грецких ореха.

Рецепт третий. Основной компонент в данном рецепте – перегородки грецких орехов. 1/3 пол-литровой банки заполните перегородками грецких орехов. После этого залейте банку доверху водкой. Настаивать средство следует в течение 21 дня. Принимайте настой до еды по столовой ложке три раза в сутки на протяжении месяца. После этого необходимо сделать перерыв на 10 дней, а затем провести еще несколько таких курсов.

Рецепт четвертый. Для лечения заболеваний щитовидной железы можно использовать компрессы на основе грецких орехов. Для приготовления средства необходимо залить кипятком перегородки, скорлупу и листья грецких орехов. Настой должен быть густым. Настаивается препарат в течение часа. Смочите кусок ткани в полученном настое и приложите его к шее. Наверх положите специальную бумагу для компрессов и обмотайте шею шарфом. •



РУЛЕТКИ ИЗ КРАБОВЫХ ПАЛОЧЕК

Способ приготовления:

Плавленый мягкий сырок, 2-3 зубчика чеснока, 1 варёное яйцо пропускаем через мелкую тёрку. Добавляем майонез и хорошенько все перемешиваем. Крабовые палочки аккуратно разворачиваем, выкладываем подготовленную начинку и сворачиваем рулетиком. Готовые рулетики отправляем в холодильник на 1-2 часа. Подаем как холодную закуску.

Приятного аппетита! •

ГОТОВИМ ДЕТЯМ!



КОТ ИЗ ПЕРЛОВКИ

Сваренную кашу выкладываем на тарелке в виде мордочки кота. Из ломтиков сосиски делаем щечки и ушки, а из кусочков белка и ломтиков огурца – глаза. Из перьев лука выкладываем усы. «Котик» для детского стола готов!



ЧЕРЕПАХА ИЗ ГРЕЧКИ

Выкладываем круглой горкой гречку, от сосиски отрезаем примерно 2 см с каждой стороны и выкладываем на место лапок. Вареное яйцо кладем на место головы, а из ломтиков отварной моркови и маслин выкладываем глаза нашей «черепашки».



ГУБКА БОБ ИЗ ПЮРЕ

Картофельное пюре станет намного интереснее и вкуснее, если превратить его в «Губку Боба»! Выкладываем картофельное пюре на тарелку, выравниваем его ножом, чтобы получился прямоугольник. Из палочек сыра делаем ручки и ножки, а из огуречной шкурки – улыбку, ботинки и реснички. Кружки редиски будут глазами, а горошинки – зрачками. Из белка и сосиски можно сделать «квадратные штаны»!

