

№ 1 (1338)
январь 2023 г.

ОГОРОД В ЯНВАРЕ СТР. 2

УРАЛЬСКИЙ Садовод



ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Подписные
индексы
П3655
32808



ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:

- Стр. 4 **ЗЕМЛЯНИКА ДЕНЬ ЗА ДНЕМ**
- Стр. 5 **КАРТОФЕЛЬНАЯ СТРАДА 2022 ГОДА**
- Стр. 11 **СЕКРЕТЫ УХОДА ЗА ОРХИДЕЯМИ**
- Стр. 12 **НЕМАТОДА: ЖИВУЧАЯ И ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ**
- Стр. 13 **ОРХИДЕИ РУССКОГО ЛЕСА**
- Стр. 14 **КАК ЕСТЬ АРБУЗНЫЕ СЕМЕЧКИ БЕЗ ВРЕДА?**
- Стр. 15 **КАМЕННЫЕ КОМПОЗИЦИИ**

КОРАЛЛОВЫЕ РОССЫПИ БРУСНИКИ

СТР. 3



Предварительный прогноз погоды
по Свердловской области

ДАТА	4 ср.	5 чт.	6 пт.	7 сб.	8 вс.	9 пн.	10 вт.
Осадки	Без осадков	Без осадков	Снег	Без осадков	Без осадков	Без осадков	Без осадков
Ветер, м/с	Северный 2-3	С-Запад 2-3	Западный 2-3	С-Запад 2-3	С-Запад 3-4	С-Запад 3-4	С-Запад 2-3
день	-15...-17	-19...-21	-8...-10	-8...-10	-6...-8	-3...-5	0...-1
ночь	-22...-24	-21...-23	-15...-17	-9...-11	-7...-9	-4...-6	



ОГОРОД В ЯНВАРЕ

Новый год, Рождество, Старый Новый год... Все эти праздники действуют очень расслабляюще и пролетают незаметно. И мало кто в эти дни вспоминает о своем садовом участке. Но это только на первый взгляд зимой там особых хлопот не требуется. Если дача – ваше настоящее хобби, то вы непременно найдете, чем там заняться и в январе. Ведь недаром наши предки говорили: «Новый год – к весне поворот». Казалось бы, что можно делать в саду зимой, когда все покрыто снегом и замерло в ожидании весны?

Главная задача огородников – побольше накопить снега на участке и защитить им овощные культуры от неизбежных низких зимних температур. Если такой возможности нет, то необходимо собирать снег за территорией участка и с дороги и этим снегом утеплить земляничные грядки так, чтобы высота снежного «одеяла» была не менее 25–30 см. Точно так же необходимо укрыть все многолетние цветы и декоративные кустарники.

Это особенно важно на тех участках, где снег постоянно сметается сильным ветром и в пониженных местах. И первые сильные морозы для многих садоводов и огородников могут стать самым суровым экзаменом, если к нему не подготовиться хорошо. Поэтому основная забота первого месяца нового года – надо срочно накопить снег и укутать грядки с многолетними овощами на участке «теплым» одеялом из снега.

Зимой на садовых участках вообще не рекомендуется расчищать дорожки от снега, если по близости есть посадки, т. к. неприкрытая снегом почва способствует проникновению холода к корням.

Отсутствие снега при сильных морозах может привести к вымерзанию многих культур. Поэтому садоводам, при его отсутствии, придется укрывать культуры подручными материалами.

Наиболее опасно для многолетних овощных культур внезапное сильное и длительное понижение температуры ниже -30°C , особенно если оно сопровождается сильным ветром, могут сильно подмерзнуть. Но не менее опасны в это время и неожиданные сильные оттепели, особенно если они сменяются быстрым и очень резким похолоданием.

Имеется необходимость заглянуть и задержанием снега. Самый простой способ задержать снег – это расположить с подветренной стороны преграды для ветра. Для этого устанавливают снеговые щиты, куски фанеры и картона, листы шифера, протаптывают тропинки поперек направления господствующих ветров и т. д. Они послужат накопителями для вновь выпадающего снега, который, как вы хорошо знаете, всегда собирается возле препятствий.

Отлично задерживают снег и живые декоративные изгороди. Хорошо помогают снежные валы, насыпанные поперек направления основных ветров.

В январе могут быть и оттепели, после которых на поверхности снега образуется прочная ледяная корка. Ее надо срочно разрушить, а к стволам деревьев и к грядкам с земляникой и овощами подгрести еще свежего снега.

Снегом необходимо также наполнить теплицы. Его обычно сгребают с крыши теплицы и заносят внутрь. А если есть возможность снять часть верхних рам в теплице, то природа-матушка сама побеспокоится о накоплении там снега.

Наши садоводы в основном люди пожилые, живущие на пенсию. Поэтому далеко не все они могут приобретать в нужном количестве удобрения, особенно навоз. Но кое-что для повышения

урожайности на участке можно припасты и дома.

В первую очередь, обязательно надо собирать яичную скорлупу. Чтобы она не запахла, сначала просушите ее несколько дней в открытом полиэтиленовом мешке возле батареи, затем утрамбуйте ее и складывайте сверху следующую порцию.

Кроме этого, собирайте луковую и чесночную шелуху, корки цитрусовых для приготовления настоев против вредителей, спитые чай и кофе, которые сначала надо высушить на тарелке, поставленной под батареей, а затем сыпать в мешочки. А если у вас в доме печное отопление, то вы богаты золой.

И наконец, настало время привезти из сада заготовленную почву. Ее подготовка обычно начинается с промораживания готового грунта или его отдельных компонентов на балконе в течение 1–2 месяцев. За неделю до посадки грунт заносят в дом и дают ему постепенно оттаять.

Многие садоводы делают затем термическую обработку смеси (паром, кипятком, прожаривая в духовке в течение 30–40 минут), но при этом вместе с болезнетворными микроорганизмами будет уничтожена вся полезная микрофлора.

Но если у вас нет твердой уверенности, что в приготовленном грунте отсутствует возбудитель килы, а другого обеззараженного грунта для выращивания рассады у вас нет и не будет, то такой термообработкой пренебрегать не следует, особенно при выращивании рассады капусты. Ведь кила, как никто другой, «шутит» с собой не позволяет.

Для этого почвенную смесь засыпают в бак на две трети объема, посередине протыкают в грунте палкой широкое отверстие, заливают 2–3 литра воды, закрывают крышкой и ставят бак на огонь. Через 20–30 минут газ выключают и смесь остужают.

Можно это сделать и проще. Насыпать почву в противень слоем не более 5 см, хорошо смочить ее кипятком и поставить в духовку на 30 минут при температуре 110–115 градусов. После того как почва остынет, ее складывают в мешочки и выносят на 10–15 дней на балкон для промораживания.

Затем его заносят в комнату, оттаивают в течение нескольких дней, добавляют в него необходимые компоненты, а для того чтобы «заразить» его полезными микроорганизмами – немного биогумуса и «Фитоспорина».

А если своего грунта нет, то это тоже не беда. В магазинах почвогрунты для выращивания рассады самых разных овощей есть на любой вкус и кошелек, да и с ними работать значительно проще и быстрее, но это уже тема совсем другого разговора.

Надо проверить запасы семян и при необходимости пополнить новыми семенами, в том числе для повторных и резервных посевов. А семена петрушки, сельдерея, пастернака, укропа, лука-чернушки лучше покупать ежегодно.

Можно заняться наклейкой семян на полоски туалетной бумаги. На полоски наносят мучной клейстер и раскладывают семена, например, через 2 см или по схеме 2х2 см в шахматном порядке (кресс-салат, укроп, кориандр, эстрагон, мяту, мелиссу, майоран). Весной полоски раскладывают на грядке, присыпают землей и поливают.

Одновременно с этим необходимо приготовить тару для посева семян и выращивания рассады. Для посева семян чаще всего применяют деревянные ящики, а также неглубокие прозрачные упаковочные коробки из-под тортов.

А для пикировки рассады чаще всего применяют полиэтиленовые и торфяные стаканчики. Ничуть не хуже бумажные стаканчики, которые удобно делать на бутылках объемом 0,5 и 0,25 литра.

Но в последнее время в магазинах появилась новая тара для выращивания рассады – торфяные таблетки. Такие таблетки для рассады имеют компактные размеры: диаметр – 85 мм, высота 25–35 мм. При добавлении воды эта таблетка разбухает и увеличивается в размерах, занимая объем в 0,8 литра. Срок хранения таких таблеток не ограничен при условии их хранения в закрытом сухом помещении. Они очень удобны в обращении, никаких трудозатрат по изготовлению почвогрунта, все готово, только замочи водой.

В очередной раз в январе необходимо проверить запасы овощей в хранилище, т. к. запущенные очаги заболеваний приведут к значительным потерям и снизят качество овощей.

Картофель поражается сухой гнилью и фитофторозом. При поражении сухой гнилью клубень постепенно усыхает и становится негодным для употребления. А пораженные фитофторозом клубни, как правило, загнивают в первый же месяц.

И если вам не удалось провести осенью весь комплекс мер по защите картофеля от фитофтороза, то можно ожидать загнивания клубней. При появлении очагов большого картофеля аккуратно удалите их вместе с прилегающим слоем пока еще здоровых клубней.

Переборкой картофеля зимой заниматься нежелательно, т. к. это ведет к перезаражению клубней гнилью. Но к переборке следует прибегнуть, если болезнями заражено более 10% клубней.

Капуста в подвале чаще всего поражается серой гнилью и некрозом. При необходимости вилки зачищают до здорового листа и опрыскивают мелом. Эти болезни возникают при неправильном хранении. Для капусты больше всего подходит температура воздуха в подвале 0... 1°C .

Морковь особенно страдает от белой гнили. При этом она размягчается без изменения окраски, запах пропадает. Причина – повышенная влажность при выращивании или во время хранения. Если морковь хранится в целлофановых мешках, то они сверху должны быть развязаны, чтобы морковь «не потела».

Все обнаруженные в подвале заболевшие овощи необходимо сразу же изолировать и снизить температуру и влажность воздуха в хранилище, усилив вентиляцию. Можно поставить ящики с негашеной известью. Утеплите дверь или люк, ведущий в хранилище, а также имеющиеся окошечки.

Оптимальная температура хранения корнеклубней георгинов, клубней бегонии и клубнелуковиц гладиолусов и крокосмий 4– 8°C , влажность воздуха 70%. Если на клубнях георгинов и луковичах гладиолусов появилась гниль, зачищают поврежденные места, вырезают загнившие части, промывают клубни и луковички в розовом растворе марганцовки, ранки обрабатывают зеленкой, коллоидной серой или присыпают толченой таблеткой любого лекарственного сульфамидного препарата.

Обнаружив личинки трипса, обрабатывают стенки и крышку коробки, в которой хранятся корнеклубни, спреем-инсектицидом.

Но, самое главное, в январе – это начало новой посевной, и, чтобы встретить ее во всеоружии, необходимо готовиться уже сейчас: заготовить питательные грунты для рассады, семена для

посева, лелеять только что появившиеся на белый свет сеянцы.

Уже кто-то из садоводов с увлечением занимается «комнатным огородом» и в самый разгар январских холодов собирает первый урожай выращенной на окне витаминной зелени лука, петрушки, салатной горчицы, листового салата и т. д.

Многие садоводы (в зависимости от возможностей тепличного грунта) начинают посев семян корневого сельдерея, поздних сортов баклажанов, перца, помидоров, а «настоящие» фанаты сада выращивают в домашней культуре помидоры и огурцы.

Конечно, намного дешевле и без всяких забот их можно купить в магазине, да и по вкусу они уступают тепличным, но зато эти овощи выращены зимой твоими руками. А для настоящего фаната – это ни с чем несравнимое чувство удовлетворения и самодовольствия.

В январе необходимо позаботиться и о защитниках сада – немедленно развесить вблизи участка и на постройках, если этого вы не сделали раньше, синичники, а в конце зимы – скворечники. Синицы будут укрываться в них от непогоды и останутся на вашем участке для гнездования летом.

Одновременно необходимо устанавливать на участке разные кормушки для подкармливания синиц и других насекомоядных птиц. Их надо систематически подкармливать, особенно при сильных снегопадах и гололеде.

В кормушки корма надо класть немного, чтобы птицы не прекращали искать вредителей. Но во время сильных снегопадов и гололеда корма насыпают больше, чем обычно, поскольку в это время птицам очень трудно отыскать насекомых под снегом и корочкой льда, покрывающего землю.

Для подкормки используют семена подсолнечника, конопля, проса, сорных трав, сушеные ягоды, зерновые отходы, хлебные крошки, а также кости с остатками мяса, кусочки несоленого сала и т. д. Крупные семена надо обязательно раздавить.

Изредка, в особо сильные морозы птиц надо подкармливать, причащая на определенных местах. Пярные помощники привыкают к ним и весной выют в этих садах гнезда. Очень часто в садах можно встретить бузину, рябину, черемуку, иргу, можжевельник, шиповник, боярышник, барбарис и другие культуры, многие из которых высаживают в декоративных целях. Ягоды этих растений, если их собрать и подсушить, можно использовать зимой для подкормки птиц.

Никогда нельзя забывать, что птицы, особенно синицы, хорошо уничтожают яйцекладки, которые вы не уничтожили осенью или зимой, т. е. эту работу они делают за вас.

В январе много мышей появляется в садовых домиках и питается там остатками продуктов. Для их уничтожения в магазинах есть готовые средства: «Арсенал», «Шторм», «Эфа», «Клеецид» и т. д. Последний – это липкая ловушка для мышей. А полное отсутствие в ней яда позволяет эффективно использовать ее в закрытых жилых помещениях.

Хорошо уничтожает мышей в садовых домиках и старое народное средство – смесь муки и алебаstra, взятых в равных долях, с небольшой добавкой сахара. Эту смесь раскладывают в небольшие емкости, доступные для мышей, и присыпают сверху мукой. Алебастр, попав в желудок грызунов, закупоривает кишечный тракт, что вызывает быструю гибель грызунов. Но во влажной

среде такая приманка быстро теряет свою пригодность.

Избавиться от мышей и крыс можно также с помощью чернокорня лекарственного, который в народе называют «песным языком». Это тот самый обыкновенный многолетний сорняк, растущий на пустырях и около дорог. Его цветки по форме напоминают незабудки. Главное достоинство чернокорня – защита вашего сада. Ваш садовый домик, яблони и другие деревья под охраной этого растения практически не страдают зимой от набегов мышей и крыс.

И наконец, в январе самое время разобраться со средствами защиты растений от болезней и вредителей, которых сейчас великое множество. Эта тема особенно сложная для садоводов-новичков.

Необходимо не забыть приобрести защитные средства от вредителей и болезней. От вредителей – это, в первую очередь, «Кинмикс», «Молния», «Искра», «Командор», «Гром», «Актара» и множество других, а от болезней – «Топаз», «Хом» или «Оксихом» (хлорокись меди) и старое надежное средство – бордоская смесь.

Но, прежде чем купить тот или иной ядохимикат или удобрение, надо либо из литературных источников, либо в беседе с более опытными товарищами или специалистами выяснить, какие из них лучше подойдут для сада, уточнить дозы, нормы и сроки внесения, определить, от каких вредителей применять тот или иной яд.

Очень часто приходится слышать: «Я уничтожил всех вредителей, опрыскал сад бордоской жидкостью». Таким категоричным утверждением садовод расписывается в собственном незнании, хотя и убежден в благополучии. А на деле выходит, что опрыскивание сада этим составом может только частично предупредить появление некоторых болезней, но не спасти сад от бесчисленных вредителей. Поэтому совершенствованию своих знаний садовод должен отдать часть свободного времени.

Я лично не советую пользоваться на своем участке часто химическими ядами, чтобы не нарушать экологическое равновесие и не губить собственное здоровье. Значительно эффективнее и безопаснее использовать современные биологические средства защиты.

Со всеми бактериальными и грибными болезнями великолепно справляются современные препараты «Фитоспорин» и «Циркон». Для поддержки иммунной системы растений надо применять препараты растительного происхождения «Силк» («Новосил»), «Эпин-экстра», «Здоровый сад».

Против вредителей очень эффективны современные системные, биологические препараты «Фитоверм», «Искра-био» и т. д.

Ну и, наконец, январь – это месяц по подготовке планов севооборота и посевов на следующий год, изучению специальной литературы, посещению лекций и курсов. Необходимо переломить себя и составить хотя бы простейший план севооборота на своем участке на следующий год.

Для этого нарисуйте план участка, наметьте на нем места посадок. Теперь распределите посадки в теплице и укажите сроки. И сразу же увидите, что перед посадкой рассады томатов и перцев вы сможете использовать свободную площадь теплиц под ранние посадки холодостойких и быстрорастущих культур – редиса, салата, шпината, а также для выращивания рассады капусты и цветов.

А теперь распределите, что вы хотите посеять и посадить на грядках. Посмотрите на план прошлого года и проверьте, какие культуры росли на этих грядках и какие растения можно сажать после них.

В. Г. Шафранский

Коралловые россыпи БРУСНИКИ

Брусника – хорошо известное растение, ее ягоды издавна употребляют в пищу. О способах применения ягод, листьев и побегов брусники для профилактики и лечения целого ряда болезней написано не одна статья. Но и это еще не все достоинства растения. Уже давно садоводы обратили внимание на его красоту и неприхотливость и начали использовать для озеленения.

Брусника красива в любое время года. Поздней осенью, зимой и ранней весной она не теряет своей декоративности, поскольку не сбрасывает листву. Большинство сортов брусники практически ежегодно дважды за сезон цветут и плодоносят. В мае на фоне ярко-зеленых блестящих листьев очень красиво смотрятся бело-розовые цветки. В июле – августе кустики выглядят еще более оригинально – на них одновременно с красными ягодами раскрывается множество бело-розовых цветков. И, наконец, в сентябре – октябре посадки брусники в буквальном смысле усыпаны ярко-красными ягодами. Красота неописуемая, лучшая декорация участка!

В конце XX века брусника была введена в культуру, и к настоящему времени уже зарегистрировано более 20 ее сортов, но самым декоративным и высокоурожайным до сих пор является Коралл.

КАК ВЫРАЩИВАТЬ

Лучшим решением при посадке брусники на любой почве, включая тяжелую глинистую, будет грядка, подготовленная на основе верхового торфа. Для этого снимают верхний слой почвы (на глубину 20–25 см) и образовавшееся углубление заполняют верховым торфом. Его можно заменить смесью, состоящей из любого вида торфа, опилок, опавшей хвои и перепревшей лесной подстилки, взятых в свободных соотношениях. В эту смесь можно добавить немного песка. Поверхность грядки посыпают серой (40–60 г на 1 кв. м площади), субстрат перемешивают, уплотняют и мульчируют песком (слоем 4–5 см). Для подкисления почвы готовую грядку поливают водой (10 л воды на 1 кв. м), содержащей

лимонную, щавелевую (1 чайная ложка на 3 л воды), уксусную или яблочную (9%-ный уксус, 100 г на 10 л воды) кислоту. После этого приступают к посадке.

В качестве посадочного материала лучше всего использовать 2–3-летние саженцы культурных сортов. Сажают бруснику весной или осенью рядами на расстоянии 30–40 см, а между растениями оставляют 25–30 см. Саженцы при посадке заглубляют на 1,0–1,5 см выше уровня почвы в контейнере. Первые десять дней после посадки бруснику поливают регулярно, в дальнейшем – по мере необходимости. На участке обязательно нужен дренаж для сброса лишней воды, поскольку растение плохо переносит подтопление.

Для поддержания оптимального для брусники уровня кислотности почвы желательно хотя бы один раз в месяц поливать посадки подкисленной водой.

При выращивании на торфяной почве брусника в подкормках практически не нуждается, но в небольших дозах можно внести комплексные удобрения весной – не более 10 кг/га или 1 столовую ложку на 10 кв. м (N:P:K – 1:2:1). Начиная с 4-го года выращивания дозу удобрений увеличивают, но она не должна превышать 25 кг/га (2,5 столовой ложки на 10 кв. м) смеси N:P:K в соотношении 1:2:2 или 1:3:3. Применять микроудобрения на посадках брусники можно в небольших дозах и очень редко (1 раз в 5–7 лет).

Уход заключается в прополке и мульчировании песком (если культура растет на торфе) либо торфом (если брусника высажена на песке). На обоих типах почв в качестве мульчи один раз в 2–3 года можно использовать опилки, осыпавшуюся еловую и сосновую хвою слоем 3–5 см.

С наступлением холодов посадки брусники накрывают спанбондом. Начиная с 7–8-го года желательно проводить омолаживающую обрезку, укорачивая кустики рано весной наполовину или на одну треть их высоты.

О БОЛЕЗНЯХ И ВРЕДИТЕЛЯХ

На бруснике отмечаются в основном грибные заболевания.

Экзобазидиоз. Пораженные листья приобретают беловатый или розоватый оттенок и силь-

но разрастаются. Поражаются также стебли, цветки и цветоножки. Куст при этом, как правило, не погибает, продолжается развитие вегетативных и генеративных органов. Против экзобазидиоза эффективно первое опрыскивание бордоской жидкостью до цветения, второе – в конце цветения, третье – через 2–3 недели после второго. При сильном поражении брусники проводят еще и четвертое опрыскивание.

Гибберовая пятнистость. Стома гриба-паразита образует на растениях корочку черного цвета. Заражение кустов происходит на уровне мохового покрова и приводит к постепенному усыханию их верхних частей. Эффективно опрыскивание бордоской жидкостью.

Ржавчина вызывает образование темно-бурых пятен на листьях. Хорошие результаты дают 2–3 обработки бордоской жидкостью весной до распускания листьев и осенью после их опадения.

Склеротиния вызывает мумификацию ягод. Растения можно обработать эупареном (0,2%-й раствор) – три опрыскивания с интервалом в 7 дней до цветения и три после уборки ягод; или сделать 2–3 обработки бордоской жидкостью – весной до распускания листьев и осенью после их опадения.

Главными вредителями посадок сортовой брусники являются листогрызущие чешуекрылые, как правило, листовертки, тли, щитовки и др. Но заметного влияния их на рост и урожайность растений не отмечалось. Если вредители все же появились, необходимо обработать растения разрешенными инсектицидами, соблюдая сроки и нормы расхода препарата.

Отметим, что культурных посадок брусники в настоящее время очень мало, а болезни и вредители еще не получили широкого распространения. Поэтому применять пестициды нужно только по мере необходимости.

Профилактика заболеваний:

- предпосадочная дезинфекция почвы;
- пространственная изоляция маточных плантаций от производственных;



– своевременная выбраковка зараженных растений и уничтожение очагов инфекции;

– борьба с насекомыми – переносчиками возбудителей заболеваний.

Эффективный способ получения здорового посадочного материала – зеленое черенкование.

ОШИБКИ ПРИ ВЫРАЩИВАНИИ

Ошибка первая: брусника растет в лесу, под деревьями, значит, на своем участке нужно высаживать ее в тени.

В таких условиях брусника растет, но не плодоносит. Для формирования урожая ей нужно хорошее освещение. Поэтому растения необходимо высаживать на хорошо освещенном солнцем и защищенном от ветра месте.

Ошибка вторая: на участке кислая почва, потому что он находится на торфянике, где растут конский щавель, мокрица и др.

Эти растения, как правило, предпочитают слабокислую почву (pH 6,0–6,5), а бруснике нужна кислая, с pH 3–5,5. Следует знать, что и торф бывает разным – верховым (кислым) и низинным (слабокислым). Поэтому надо обязательно проверить кислотность почвы.

На участках, где pH почвы выше 5,5, брусника растет плохо, имеет светло-зеленую окраску листьев. Причина кроется в недостаточном усвоении азота, в первую очередь из-за того, что в таких условиях не работает микориза на ее корнях.

Ошибка третья: подкармливали очень хорошо, но растения погибли.

Брусника, особенно на торфяной почве, практически не нуждается в удобрениях, она очень не любит органические (навоз, птичий помет и др.), в

которых много азота и которыми ее можно сжечь. Подкармливать ее следует только минеральными удобрениями в очень небольших дозах. Подходят удобрения для вересковых: «Кемира-универсал», «Растворин» или любое другое кислое полное минеральное удобрение. Как было указано выше, их вносят весной в очень небольших количествах (не более 10 кг/га (1 столовую ложку на 10 кв. м)). Начиная с 4-го года выращивания дозу удобрений увеличивают, но она не должна превышать 25 кг/га (2,5 столовой ложки на 10 кв. м).

И ЕЩЕ НЕСКОЛЬКО СОВЕТОВ

Если на вашем участке тяжелая глинистая почва или он расположен в низине, где весной застаивается вода, то лучше всего посадить бруснику в насыпную грядку. Для этого из подручного материала нужно соорудить опалубку высотой 10–15 см, внутри вынуть грунт на глубину около 10–15 см. На дно необходимо уложить дренаж, а сверху до краев опалубки заполнить верхним торфом или смесью торфа с песком, опилками, хвоей и др. Поверхность замульчировать слоем песка (3–5 см) и приступить к посадке.

На зиму бруснику желательно укрыть спанбондом или лапником. Весной и осенью стоит обработать посадки фунгицидами для защиты от болезней. Рано весной нужно провести общую искореняющую обработку поликарбазином (1%-й раствор) или бордоской жидкостью. После начала роста можно 3 раза с интервалом в 7–10 дней опрыскивать кусты 0,2%-м раствором эупарена и др. Осенью после уборки ягод также провести 3 обработки фунгицидами, а после остановки роста – одну искореняющую обработку.

Татьяна Курлович, кандидат биологических наук

У меня на молодом дереве груши в том году молодые клопы высосали в мае сок из многих листьев, и эти листья пожелтели и отвалились. Расскажите об этих клопах и о способах борьбы с ними.

Н.П. Живило, г. Екатеринбург

Да, действительно, клопы могут быть причиной пожелтения и гибели листьев на деревьях груши. Кроме груши, клопы встречаются на яблонях и репе на сливах и вишнях. Распространены во многих садах Нечерноземной зоны России. Клоп мелкий (до 3 мм), имеет плоское тело с гребневидным возвышением посередине и лопастевидными выростами по бокам переднугруди. Передние крылья листообразно расширены, прозрачны, с крупной сетчатой сетью темных

полосок. Зимуют взрослые клопы в плодовых садах под опавшими листьями. Весной после цветения деревьев, самки откладывают с нижней стороны листьев в ткани удлиненные, черного цвета яйца. Через 20–30 дней из них появляются личинки, которые высасывают соки из листьев и еще через 20–25 дней превращаются в клопов. В результате питания личинок и взрослых клопов на листьях образуются светлые пятна, которые сливаются, листья желтеют, буреют, засыхают и опадают. Это приводит,

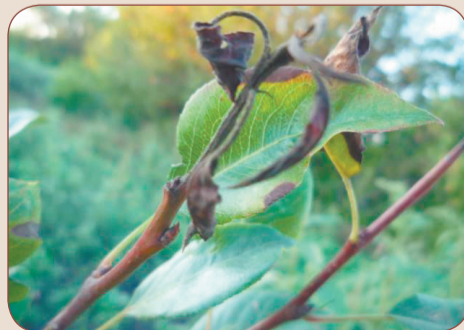
к своей очереди, к измельчению и опадению плодов. Вредитель в течение сезона может развиваться в южных районах зоны, а в отдельные жаркие годы (как в этом году) и в северных районах ее в двух поколениях.

Меры борьбы. 1. Осенью следует сделать очистку коры, сгребание и уничтожение опавших листьев, и перекопку приствольных кругов. 2. При массовом появлении клопов провести опрыскивание деревьев настоями лука репчатого, тысячелистника, раствором хозяйственного или зеленого мыла (200–400 г на 10 л воды) или инсектицидами – карбофосом (75–90 г на 10 л воды), «Инта-Виром» (1 табл. на 10 л воды), «Кипликсом» (2,5 мл на 10 л воды).

Расскажите о болезни груши, при которой концы листьев чернеют, как будто обожженные, и засыхают.

Л.М. Башкова, г. Екатеринбург

Приведенные симптомы заболевания груши указывают на ее поражение бактериальным ожогом. Бактериальный ожог чаще



всего поражает грушу, иногда яблоню, косточковые культуры, боярышник,

рябину, сирень. Проявляется внезапно в виде побурения (ожога) верхушек побегов, листьев, цветков и молодых плодов. Молодые листья темнеют, свертываются в трубочку, побеги и ветви увядают и засыхают, кора трескается, на поперечном разрезе заметно потемнение сосудов сплошного кольца или отдельных точек. Погибает все растение. Бактерии сохраняют-

ся в пораженных частях деревьев. Распространяются с каплями дождя, насекомыми, инструментами. В ткани здоровых растений попадает через устьица листьев, нектарники цветков, механические повреждения. Наиболее радикальный способ борьбы с заболеванием – ликвидация очага инфекции. При слабом поражении – вырезка заболевших веток на кольцо. При этом срезы и инструмент обязательно необходимо дезинфицировать 5% раствором медного купороса или 10% раствором формалина. После такой операции срезы немедленно должны быть замазаны садовым варом.

В.Н. Шаламов

Земляника день за днем

С ранней весны до поздней осени садоводы трудятся на своих участках – вскапывают, сажают, поливают, подкармливают, рыхлят, подвязывают, защищают, убирают... Чтобы осенью получить достойный результат, нужно весной и летом ежедневно ухаживать за растениями. Много внимания требуется ягодным культурам, особенно землянике, которая при высокой агротехнике и постоянной заботе садовода обязательно отблагодарит щедрым урожаем.

ВЕСЕННИЕ ЗАБОТЫ

МАРТ – АПРЕЛЬ. Работа на плантации земляники начинается еще до того как снег полностью растает. С появлением первых теплых дней весны посадки укрывают пленкой или агроволокном (можно прямо поверх снега) – это позволяет получить сверхуранный урожай ягод на 3–5 дней раньше, чем с неукрытых растений. Но поскольку при возвратных заморозках листья и цветоносы, касающиеся укрывного материала, могут вымерзнуть, лучше укрывать по дугам, чтобы между укрывным материалом и растениями оставалась воздушная прослойка. Чем больше объем воздуха под укрытием, тем более низкую температуру смогут выдержать растения и тем раньше созреют ягоды. Начало их созревания под укрытием и в открытом грунте зависит от погодных условий.

Сразу же после схода снега плантацию очищают и восстанавливают. Сначала удаляют засохшие листья, цветоносы, остатки усов, срезая их ножницами, – если просто обрывать, образуются множество ранок, в которые легко проникает инфекция. На место погибших растений подсаживают молодые розетки. После очистки и реконструкции земляничника проводят искореняющее опрыскивание с использованием «Хоруса», бордоской жидкости или препаратов аналогичного действия. В дальнейшем проводят еще 2–3 профилактические обработки от болезней и вредителей. Одну – перед цветением, в период начала массового отрастания листьев (первая половина апреля), одну-две после цветения, с перерывом в 10–14 дней. Для борьбы с болезнями насаждения обрабатывают фун-



гицидами («Топсин М», «Цавит» и им подобные). От вредителей применяют инсектициды («Актеллик», «Тельдор», «Энвидор» и их аналоги). Количество профилактических опрыскиваний напрямую зависит от инфекционного фона на участке – чем он выше, тем больше обработок необходимо сделать.

На плантации, где землянику выращивают без мульчирования, при первой же возможности рыхлят почву, чтобы сохранить накопленную в ней за зиму влагу. Кустики окучивают, подгребая землю вокруг растений, – это способствует образованию дополнительных корней, а значит, усиливается рост и плодоношение.

Если нужно провести весеннюю посадку земляники, это делают как можно в более ранние сроки. Исключение составляет рассада, выращенная по системе фриго, ее можно высаживать в любое время.

После того как прогреется почва и земляника интенсивно тронется в рост, участок можно замульчировать. На участке, замульчированном осенью или ранней весной, земля под укрытием прогревается значительно медленнее, что на несколько дней отодвигает начало созревания ягод. Исключение составляет земляника, высаженная на пленке или агроволокне, – она, наоборот, созревает на несколько дней раньше. В качестве мульчи используют как органику, так и специальную мульчирующую пленку.

Не стоит забывать о питании растений. В начале вегетации земляника больше всего нужда-

ется в азоте, в период цветения – в фосфоре, после цветения – во всех основных элементах питания. Удобрения вносят как прикорневым способом, так и внекорневым – опрыскиванием по листьям.

При ранневесенней посадке у сортов постоянного плодоношения выщипывают цветоносы, как минимум, в течение месяца. Это необходимо, чтобы кустики хорошо укоренились, окрепли и затем дали высокий урожай.

Ежедневно проветривают землянику в тоннелях, чтобы растения не перегрелись под лучами весеннего солнца. Утром приоткрывают один или оба торца, а на ночь закрывают.

Ранней весной монтируют новые поливные системы либо проверяют состояние уже установленных капельных лент, поливных шлангов, систем фертигации и др.

МАЙ. В начале мая проводят последнюю обработку от болезней и вредителей, чтобы к моменту начала плодоношения препараты разложились на безвредные составляющие. С третьей декады мая начинается плодоношение самых ранних сортов земляники, а пик плодоношения обычных сортов приходится на вторую половину июня. Это один из самых ответственных моментов – ягоды необходимо собрать, переработать или продать.

Довольно часто в это время стоит сухая жаркая погода. Поэтому для получения полноценного урожая необходимы поливы. Их проводят сразу же после сбора, чтобы до следующего

сбора ягоды успели набрать сахар. Если растения поливать непосредственно перед сбором, ягоды теряют вкус и транспортабельность.

Иногда во время плодоношения, наоборот, идут дожди. В жару при высокой влажности воздуха развиваются возбудители различных гнилей ягод и мучнистой росы. Особенно это заметно при выращивании земляники на голой почве – ягоды опускаются на влажную землю, пачкаются, гниют. Эти заболевания гораздо реже поражают ягоды, выращенные на гребнях, укрытых агроволокном или пленкой, с применением мульчи.

В мае земляника начинает выпускать усики, которые потребляют огромное количество питательных веществ, что значительно снижает урожайность растений. Если растения выращивают только для получения ягод, усики необходимо регулярно удалять. В маточниках, наоборот, удаляют цветоносы, чтобы получить более раннюю и мощную рассаду. Корректируя количество усов на кустах, можно получить и посадочный материал, и хороший урожай.

В это же время готовят участки под новые посадки – обрабатывают землю, вносят удобрения, формируют гребни, укрывают мульчирующими материалами, прокладывают систему полива и так далее.

ЛЕТНИЕ ХЛОПоты

ИЮНЬ. В конце мая – начале июня розетки укореняют в кассеты или стаканчики. Чем больше грунта вмещает контейнер для укоренения, тем мощнее будет рассада и, соответственно, выше последующий урожай. Укоренение проводят как непосредственно на участке, укореняя розетки без отделения от маточного растения, так и в парниках, предварительно нарезанными с маточников розетками. В первом случае рассада готова к посадке через 2, во втором – через 3 недели. При укоренении молодых розеток непосредственно в грунт нормируют количество усов, так как сорта короткого светового дня образуют от 20 усов и 5 розеток на каждом растении. Если не удалить лишние, все розетки будут слабыми.

В конце июня заканчивается плодоношение большинства сортов земляники. Сразу же после последнего сбора ягод с кустов удаляют все старые, больные и поврежденные листья. Затем, при необходимости, растения

обрабатывают защитными препаратами от болезней и вредителей и подкармливают органическими и минеральными удобрениями. Плантации с 2–3-летними растениями раскорчевывают, растения сжигают. На участке с низким инфекционным фоном на месте раскорченной земляники можно высадить фриго – рассаду для получения второго урожая. Фриго и рассадой, укорененной в кассетах и стаканчиках, также закладывают новую плантацию.

ИЮЛЬ – АВГУСТ. На протяжении этих двух месяцев собирают урожай сортов нейтрального светового дня. Однако не всегда удается добиться их полноценного плодоношения, так как в это время из-за высокой температуры воздуха нарушается проводимость сосудов растений, ягоды не могут нарастить массу до своей нормы, деформируются, мякоть становится жесткой и невкусной. Иногда растения просто останавливаются в развитии и даже не выдвигают цветоносы. В большинстве случаев это можно исправить, если притенить плантацию, используя специальные притеняющие сетки, либо посадить рядом с земляничкой ряды высокорослых растений (кукуруза, сорго, подсолнечник и тому подобное), либо просто изначально заложить земляничник на участке, расположенном в полутени.

К этому времени заканчивается действие защитных препаратов, и на землянике могут снова появиться возбудители болезней и вредители. При необходимости можно провести дополнительные обработки защитными препаратами. Кусты обычных сортов в это время обработать легко, ведь ягоды с них уже собраны, а вот сорта нейтрального светового дня плодоносят волнами, с перерывами в 10–20 дней между созреванием очередного урожая. В эти промежутки их обрабатывают. Если на кустах есть листья, сильно пораженные пятнистостями, перед обработкой их удаляют.

Продолжают укоренение розеток в кассетах и стаканчиках, а также непосредственно в почве рядом с маточными растениями.

Как известно, чем мощнее растение, тем выше урожай. При посадке в июле – августе к зиме на земляничном растении может образоваться 5–10 рожков. Поэтому чем раньше начнется посадка, тем выше будет урожай следующего года.

Олег Савейко, садовод

Уже два года на подоконнике у меня растет лимон, купленный в магазине. Минувшей осенью он зацвел, было много завязи, но, к сожалению, вся она опала в январе – феврале. Теперь вновь появились бутончики. Расскажите, пожалуйста, что предпринять, чтобы ситуация не повторилась. Хотелось бы узнать, как правильно ухаживать за этим растением, какая ему нужна земля, как правильно поливать и чем подкармливать.

Валентина Самолетова

Опадение листьев, цветков и завязей у комнатного лимона может быть вызвано такими причинами, как недостаточное освещение, переувлажнение или пересушивание почвы, недостаток питания, перенос растения из тени на солнечное место и даже отравление табачным дымом. Учитывая то, что один плод должен питаться от 10–15 ли-

стьев, можно удалять лишнюю завязь.

Чтобы усилить плодоношение молодого и здорового деревца, можно, например, перетянуть жгутом основные его ветви (этот прием вызовет накопление пластических веществ и поспособствует заложению цветковых почек).

Важнейший момент в уходе за лимоном – это правильный полив. Растение следует поливать по мере подсыхания грунта отстоявшейся водой: весной – утром, летом и осенью – поздно вечером. Лимон весьма отзывчив на опрыскивание. Его крону можно увлажнять из пульверизатора по несколько раз в день.

Данная культура светолюбива, боится холодных сквозняков, не переносит сухого воздуха отопительных систем. Весной неплотно подкармливать лимон



минеральными удобрениями (например, «Кемирой люкс» – 20 г на 10 л воды) раз в неделю. Поздней осенью – раз в месяц, зимой – и того реже. Следует отметить, что обильному цветению способствует внесение фосфорных удобрений.

Для нормальной работы цитрусовых необходимы и органические удобрения. Коровий навоз или птичий помет следует настаивать в течение 10

дней и разбавлять в соотношении 1:10 и 1:20 соответственно. Вносить 1 раз в месяц. Интересно, что самое идеальное удобрение для цитрусовых – лошаиный навоз (разбавленный 1:10). Так что, если вы найдете в лесу такой «след», оставленный сохатым, не проходите мимо!

Выращивают лимоны в цветочных горшках или деревянных кадках соответствующего размера, обязательно – с дренажными отверстиями, которые нужно прикрывать черепками (выпуклой стороной вверх), а затем насыпать слой дренажа из крупнозернистого песка и почвы. Приготовить ее можно самим, взяв равные части листовой или лесной зем-

ли, дерновой почвы и мелкого речного песка. В первые 2–3 года перевалку следует проводить 2 раза в год, 4–7-летние растения пересаживают через год, 7–12-летние – через 2–3 года, более старые – через 4–5 лет и реже. Делать это желательно в феврале – марте.

Чтобы лимон успешно плодоносил, следует проводить обрезку его кроны. Вертикальный побег молодого растения нужно укорачивать на высоте 15–20 см. Когда прорастут боковые почки – оставить 3–4 верхних побега (ветви первого порядка). При длине 15–20 см их прищипывают и формируют 2–3 ветки второго порядка, верхушки которых тоже прищипывают. На них появятся по две ветви третьего, а затем и четвертого порядка. Впоследствии необходимо лишь поддерживать форму растения и удалять поврежденные, тонкие и мелкие ветви.

Антон Алехно



Картофельная страда 2022 года

Вкусный, урожайный, устойчивый к болезням, это основной вопрос, который мне задают постоянно огородники, приобретая семенной картофель. При огромном изобилии сортов хочется посадить такой сорт, чтобы отвечал заявленным требованиям и радовал обильным урожаем при минимуме ухода.

Ежегодно высаживая более 250 сортов на своем участке, из которых более 30 сажаю различных новинок, созданных в различных НИИ, как в России, так и в других странах. Новое, как говорится, всегда превосходит старое, с научных грядок сорт картофеля приходит к нам, преодолев многие отборочные критерии селекционеров. Сорт должен выделяться на фоне контрольных сортов по ряду показателей, в том числе и по вкусовым качествам, урожайности и устойчивости к болезням. Селекционеры, создав своих «деток», предлагают их нам пробовать на участках и полях нашей большой страны.

Постоянно изучая, что нового предлагают нам селекционеры, чем порадуют и нахвалят свой новый сорт картофеля? Затем приходится искать, где достать посадочный материал, что в наше время, когда кругом и везде все есть в продаже, как бы странно ни звучало, новое, редкое, достойное и к тому же с гарантией по сортовой чистоте порой бывает не так легко приобрести. К примеру, слышав много хорошего о казанском сорте Танго и главной его особенности – высокой сопротивляемости к вирусам и патогенам, – кинулся в поиски. Писал на разные адреса в Татарский НИИ, но все безрезультатно, и только через пару лет благодаря знакомому картофелеводу мне удалось посадить и изучить этот сорт на своем участке. Данный сорт выращиваю последние два года, и именно эти годы выдались холодной и затяжной весной и жарким засушливым летом, то есть погодные условия для картофеля неблагоприятные. Сорт Танго позднезрелый, и ему нужен более длительный период вегетации, мы же его посадили в конце мая, а выкопку делали в конце августа. Поэтому сорт не раскрыл свой потенциал урожайности. Сорт при вегетации отличился мощной зеленой ботвой, что, несомненно, говорит о том, что сорт действительно стойкий к болезням. Клубни при копке выглядели очень красиво, словно небольшие красные шарики без признаков каких-либо болячек, небольшие, из-за короткого срока вегетации. При благоприятных погодных условиях и посадке в обычные сроки в начале мая, думаю, что сорт наградит отменным урожаем.

«Зачем новые, неизвестные сорта? – часто возникает у многих вопрос. – Всегда сажали известные сорта Лорх, Ранняя роза, Берлихенген, Гатчинский. Они были урожайны и вкусны, вот их бы и посадить.» Да, раньше, как говорится, в лаптях ходили, сейчас уже времена не те. Да и «болячки» не дремлют, они тоже развиваются, и порой старые сорта сильно страдают от различных заболеваний, к которым современные сорта имеют иммунитет и порой совсем не болеют или имеют минимальные повреждения. Изучал и высаживал также старые, известные сорта, но они за последние годы порадовать смогли всего пригоршней мелких клубней с

куста. Славятся и гремят успехом в народе совсем неизвестные гости с названием Лапоть, Сынок, Дрова, Тоха-картоха и с другими оригинальными названиями. Их происхождение неизвестно или порой берут известный сорт и называют на свой лад. Шикарные рассказы о несметном урожае порой приукрашены и выдуманы с целью реализовать посадочный материал, который к тому же имеет приличную цену.

Конечно, не стоит обо всем говорить, что плохое, многие сорта популярны не один десяток лет и славятся своей урожайностью и вкусовыми качествами. Всем известна Синеглазка, голландский вкусный сорт Пикассо, немецкая Адретта. А вот американский сорт Рассет Бербанк, которому перевалило за 100 лет, и до сих пор не теряет своих качеств на фоне суперсовременных сортов, и урожай у него по годам неплохой, к болезням достаточную стойкость проявляет, да и по вкусу он в первых рядах лучших сортов. За последние пять лет лидерами по урожайности и с хорошими вкусовыми качествами на моем участке были сорта Галактика и Эстрелла. А вот в жаркие последние годы Галактика показала себя с не лучшей стороны. Засушливая погода с резкими обильными дождями приводит к тому, что клубни у сорта трескаются от разрыва тканей, на клубнях образуются различные углубления в виде трещин и бороздок, из-за чего нет товарности у клубня. Как говорится, пусто место долго не бывает, и на смену сорту Галактика уверенными шагами выбился сорт родом из Калуги, то есть наш, российский Иван да Шура. Его красивые компактные кустики во время цветения украшают симпатичные синие шапки цветов. При копке сорт порадовал хорошим урожаем. Под кустом было 25 и более красивых округлых клубней, кожура желтая, с синими пятнами вокруг глазков, мякоть белоснежная, при варке рассыпчатая, вкусная. В генетике данного сорта течет кровь знаменитой Синеглазки. Именно от нее сорт и перенял хорошие вкусовые качества, крахмалистость, а от второго родителя – хорошую лежкость и урожайность.

Хорошим урожаем в засуху отличился белорусский сорт Гарант. Последние два года были жаркие, и именно в эти годы мы испытывали данный сорт. Большое удивление получили, копая борозду с сортом Гарант. Соседи Гаранта дали мелкие клубни. А копать Гарант – одно удовольствие. Крупные белые клубни,



Королева Анна, урожай куста

буквально с ладонь, словно «выпрыгивали» из почвы, такой урожай собирать очень приятно.

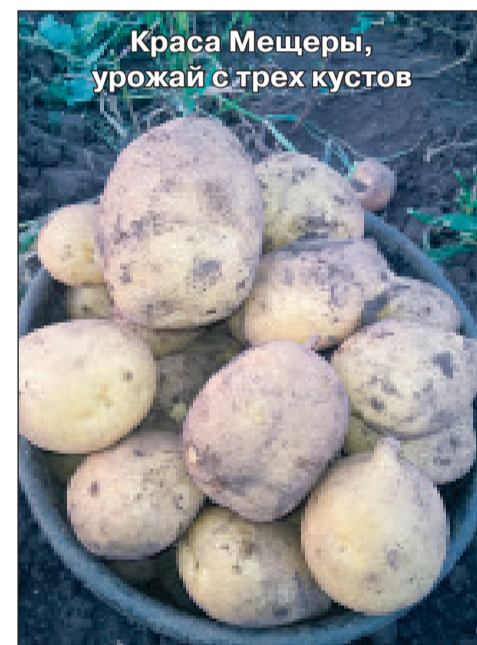
Гарант – сорт среднепоздний, клубень овально-округлый, с мелкими глазками, кожура гладкая, желтая. Мякоть кремовая. Содержание крахмала 18–21%. Вкус хороший и отличный. Лежкость 98%. Устойчив к возбудителю рака, умеренно – к фитофторозу. Устойчив к вирусам.

Учитывая то, что в последние годы в нашей зоне особенно летние месяцы выдаются жаркие и засушливые, решили уделить внимание и отобрать сорта, которые хорошо себя показывают при данных погодных условиях. Весной 2022 г. приобрели несколько сортов картофеля репродукции элита и суперэлита в учреждении, которое расположено на юге нашей страны, и созданные ими некоторые сорта, которые характеризуются как жаро- и засухоустойчивые. Это сорта Агата, Романо, Импала, Евгения, Валентина, Волжанин, Ред Скарлет, Дезире, Вершининский, Кисловодский, Мишка. Как видим, здесь как известные, так и сорта-новинки российской и зарубежной селекции. Все сорта были высажены поздно, в конце мая, весенняя холодная дождливая погода отодвинула сроки посадки. Выкопку производили в конце августа – начале сентября, в такой короткий период, конечно, не все сорта смогли набрать полноценный урожай. По урожайности заметно, что не хватило всем сортам потерянных весной 2–3 недель. Именно из-за этого урожайность многих сортов в сезоне была намного ниже.

На участке, где были высажены все эти сорта, особенно выделялся сорт Евгения, его мощные зеленые кустики сильно отличались от других сортов еще и красивыми шапками красно-фиолетовых цветов. Издали посадки данного сорта смотрелись как благоухающая клумба среди зеленого поля картофеля. Сорт Евгения – среднеран-

рашивать картофель. Некоторые сорта уже не новинки, но в жаркие годы мне их не доводилось испытать, вот и решили посмотреть, как некоторые сорта покажут себя на тяжелой суглинистой почве, да еще в жаркую погоду. Кроме сорта Агата, мы посадили такие сорта: Романо, Импала, Ред Скарлет, Дезире. Данные сорта уже многим знакомы, и они с успехом выращиваются в нашей стране уже не первый год.

Сорт Импала выращивал и раньше, но отказался от него по той причине, что в тяжелой почве при недостатке влаги крупные клубни у сорта загнивали, а вот в засушливый год урожай Импала удался отлично. Клубни были крупные, красивые, без признаков повреждений и загниваний. Сорт популярен своей скороспелостью, высокой урожайностью, но вот почвы любит все же рыхлые, плодородные.



Краса Мещеры, урожай с трех кустов

ний, возможно, это дало ему преимущество использовать весеннюю влагу и сформировать отменный урожай крупных красивых клубней. Клубни у сорта овальные, с мелкими глазками, кожура гладкая, красная. Мякоть кремовая. Содержание крахмала 16–21%. Лежкость 92%. По вкусовым качествам не скажу, что чем-то поразил необычным, для ранних и среднеранних сортов вкусовые качества у сорта Евгения хорошие.

Много надежд возлагали из этой группы на сорт Агата, о котором было много наслышан, что это самый удачный сорт, позволяющий получить достойную урожайность на бедных суглинистых почвах в условиях короткого лета. В этом сезоне получился как раз короткий вегетационный период, и к тому же очень жаркий. Почва у нас хоть и плодородная, но тяжелая суглинистая, не каждому сорту подходит.

Кусты у сорта Агата невысокие, среднеоблиственные. Сорт скороспелый, первый урожай можно получить через 50–55 дней. Именно этот период выпал на середину лета, когда солнце палило нещадно и температура в тени доходила до +38 градусов. Сорт Агата не выдержал такой жары, и ботва стала увядать от недостатка влаги и палящего солнца. Данный сорт хоть и успел использовать весеннюю влагу для образования клубней, но летняя жара погубила ботву и дальнейший рост клубней остановился. При копке под каждым кустом клубней было много, до 15 шт., но все они были некрупные, примерно с куриное яйцо. Несомненно, в годы с благоприятными погодными условиями сорт Агата отблагодарит хорошим урожаем. Сорт Агата не выдержал солнцепека, но ее компактные кустики выглядели до последнего бодрыми и здоровыми, что говорит об устойчивости к болезням и вирусам. Данный сорт с высоким иммунитетом, способен не подвергаться вырождению при использовании своих семян для посадки в следующие годы.

Клубни у сорта Агата с желтой кожурой и белой мякотью, содержат 12–14% крахмала. Клубни имеют приятный насыщенный вкус, при приготовлении не темнеют, сохраняя приятный кремовый оттенок.

Несомненно, селекционеры Нидерландов знают толк в создании сортов. Сорта, созданные в этой стране, известны во всех уголках, где возможно вы-

Тройка сортов с красной кожурой Романо, Дезире, Ред Скарлет, словно три коня, запряженные в одну упряжку, показали себя ровно, стабильно. Клубни у всех были некрупные, на что повлиял короткий срок вегетации. Посади их пораньше, в начале мая, и урожай был бы заметно лучше и клубни крупнее.

Стоит отметить, вся тройка отличается нетребовательностью в уходе, жаро- и засухоустойчивостью, устойчивостью к фитофторозу и картофельному раку. Практически не вырождаются, что позволяет использовать свои клубни для дальнейших посадок.

Романо – сорт среднеранний, выделяется высокой урожайностью, универсальным в использовании. Кожура у сорта плотная, что надежно защищает от повреждений и способствует хорошей лежкости клубня. Клубни округло-овальные, с розовой кожурой и светло-кремовой мякотью. Содержание крахмала 14–17%.

Дезире – универсальный среднеранний сорт с высоким содержанием крахмала, до 22%. Клубни овальной формы, гладкие, выровненные по размеру, кожура красная, мякоть на срезе светло-желтая.

Ред Скарлет – сорт ранний, имеет удлиненные клубни, с кожурой розово-малинового цвета. Сорт популярен у фермеров из-за отличного товарного вида и способности хорошо переносить транспортировку.

Окончание на стр. 6





Окончание. Начало на стр. 5

Сорта, созданные в Ставропольском крае под руководством Бориса Михайловича Вершинина, – Кисловодский, Валентина, Вершининский и вышеназванный сорт Евгения, выращивали на своем участке впервые. Цель была изучить данные сорта в нашей местности и оценить то, что у них указано в характеристиках: переносят засушливую, жаркую погоду и при этом формируют хороший урожай.

Сорт Евгения порадовал неплохим урожаем, красивые крупные клубни, при варке и оценке вкусовых качеств сорт нам понравился как в пюре, так и в супе. Остальная оценка сортов по урожайности: всех больше дал сорт Валентина, на втором месте – Вершининский, Кисловодский – на третьем месте. Несмотря на то, что Кисловодский сорт ранний, все же он сформировал невысокий урожай, но клубни, по сравнению с другими, были крупные. Вершининский и Валентина – сорта среднеран-

ние, клубни были помельче, но их под кустом было больше, и за счет этого урожайность была больше. При ранней посадке, несомненно, урожайность и величина клубней у данных сортов значительно увеличится.

Сорт Кисловодский имеет овально-округлые клубни, с глазками средней глубины. Кожура красная, мякоть светло-желтая, крахмалистость 12–15%. Хорошие вкусовые качества.

Сорт Вершининский. Клубень овальный, с мелкими глазками, кожура гладкая, желтая. Мякоть кремовая. Крахмалистость до 20%, вкус хороший.

Сорт Валентина. Клубень овально-округлый, с глазками средней глубины. Кожура гладкая, желтая. Мякоть светло-желтая. Крахмалистость 14–19%. Вкус отличный.

Отмечу вновь, что данные сорта интересовали в первую очередь способные в засушливые

и жаркие годы порадовать хорошим урожаем. И тут мы оценивали не только новинки, но и старые, проверенные годами. Сорт Волжанин был получен в 1950 г. И главное его достоинство – как раз устойчивость к жаркой погоде. В сезоне 2022 г. по урожайности он превзошел все сорта и стал лидером. Сорт среднеспелый, клубень овальный, глазки средней глубины. Кожура светло-бежевая, мякоть белая. Вкусовые качества хорошие. Крахмалистость 13–16%. Сорт старенький и заметно отстает от новых по устойчивости к болезням и вирусам, но благодаря своей урожайности, особенно в засушливые годы, сорт достоин присутствовать на огородных участках.

Сорт с оригинальным названием Мишка – новинка и мало известен, но уже набирает популярность благодаря своей продуктивности и замечательными вкусовыми качествами. Сорт родом с Урала, а сорта уральских селекционеров популярны и с успехом выращиваются как на огородных участках, так и на промышленных полях. Наверное, один из известных сортов и всем уже знакомый это Ирбитский. Многим он нравится своей пластичностью к различным типам почв и к погодным условиям, хорошей урожайностью и, конечно, отличными вкусовыми качествами. Наравне с Ирбитским популярны и такие сорта, как Каменский, Барон, Маяк, Браво, Люкс. К новым сортам селекции уральских ученых

Краса Мещеры,
выкопанные кусты

сразу же возникает интерес и спрос на посадочный материал. К примеру, сорт Аляска высокоустойчив к фитофторозу, поэтому посадки не придется обрабатывать химикатами. Сорт Терра – самый ранний и вкусный. Последние новинки Легенда и Арго быстро стали популярны. Легенда – ранний сорт, с высокой урожайностью и крепким иммунитетом ко многим заболеваниям, он отлично показал себя и в засушливый год.

Но вернемся к сорту Мишка. Его популярность вызвана хорошими вкусовыми качествами, способностью адаптироваться к различным условиям выращивания, неприхотливостью в уходе. Красивые гладкие клубни с красноватой кожурой и кремово-бежевой мякотью, приятной на вкус и с плотной текстурой.

Как видим, имея такой ассортимент сортов, которые способны нас порадовать хо-

рошим урожаем при соответствующем уходе в любой год, несмотря на погодные условия, которые нам преподнесет матушка-природа. Картофель это словно «клад», всегда с интересом осенью выкапываешь каждый сорт. Чем нас порадуют очередная новинка и сорта, выращиваемые уже не первый десяток лет: высоким урожаем или парой клубней размером с орех? Какой бы ни был урожай, он всегда награда для овощевода за его труд и уход за картофелем. Ну а вкусные клубни нас будут радовать в различных блюдах на протяжении всего года. Многие сорта отлично хранятся практически до нового урожая, не теряя своих вкусовых качеств.

**Лукшин Александр,
Мордовия, Ельники.
Тел. 8-987-567-84-32.
Электронная почта:
sas8634@yandex.ru**



Иван да Шура

Хотелось бы больше узнать о целебных свойствах лаконоса американского: в каких целях его можно применять и как выращивать?

Павел Алещенков

Один из многочисленных видов лаконоса был завезен на территорию бывшего Советского Союза из Северной Америки десятилетиями тому назад. Благодаря легкому размножению, относительной зимостойкости и, возможно, потеплению климата довольно быстро распространился по многим республикам. Растение на вид очень броское, его невозможно не заметить.

Лаконос американский – травянистый многолетник с многоглавым стержневым корневищем. На наших землях многолетние

экземпляры растут в среднем до 1,5 м, а на родине достигают 3 м и более. Листья большие и блестящие, цветки мелкие, белые, собраны в длинные кистевидные соцветия на концах побегов. Цветет все лето, темно-фиолетовые плоды начинают созревать с августа.

В литературе много сведений о пищевом и лекарственном применении всех частей растения, но авторы, как правило, пребывают в эйфории благодаря великолепному внешнему виду лаконоса. В реальной жизни нуж-

но разделять, где и какое средство рационально и полезно применять, а где – нет. Одно дело, если растением лечатся жители той же местности, где оно первоначально произрастало и использовалось (за многие тысячелетия организм адаптируется к их свойствам). И совсем другое, когда применяют лаконос в фармацевтической промышленности, где нужные вещества выделяют и вводят в разные препараты для лечения болезней. Самостоятельно же приготовленные лекарства из лаконоса

нужно использовать с особой осторожностью – можно получить одышку, судороги и вообще отравление.

Наша семья выращивает лаконос уже много лет. Зная о целебных свойствах этого растения, мы, конечно же, ни разу не варили из него супы, не делали салаты (хватает других полезных растений), не пробовали ягоду, хотя их хорошо поедают птицы. Оста-

новились на наружном применении свежих корневищ. Их я вожу в сборы для лечения суставных болезней (артрозы, остеохондрозы и др.). Готовлю лекарство следующим образом. Беру в равных частях свежие корневища брионии (белой или двудомной), лаконоса и свежие корни окопника (все – по 50–70 г), мелко нарезаю и заливаю 0,5 л водки, настаиваю неделю. При этом все корни должны быть не первогодки, а хотя бы 2–3-летние. Примене-

ние только наружное, то есть настойку нужно втирать в больные суставы, сухожилия и даже мышцы. Я пользуюсь таким составом уже много лет, помогает хорошо. Было немало положительных отзывов от больных, взявших у меня корни этих растений. Кстати, брионию (пеструпу) тоже не часто встретишь в наших краях, особенно брионию белую – она не выдерживает наших зим. Это растение, как и лаконос, применяют только наружно. Окопник

же растет в Беларуси повсеместно во всех сырых местах (но болота не любит). Он менее опасен для внутреннего применения, но и его надо строго дозировать – каплями.

Многих очаровывает декоративность лаконоса. Но скажу откровенно: очень хорошо смотрится на чужом участке, а на своем выращивать только ради красоты такое растение невыгодно. Во-первых, засоряет участок за счет самосева, во-вторых, оно мощное, естественно, берет много питания и влаги и, конечно, затеняет другие растения. Как с этим бороться? Чтобы прекратить рост, достаточно срезать лопатой верхнюю часть лаконоса с почками возобновления, и корневище уже не дает отростков. А чтобы птицы не распространяли семена, нужно у растущих экземпляров удалить еще незрелые початки.

Лаконос американский легко размножается семенами при осеннем посеве, а затем однолетние сеянцы пересаживают в нужное место.

Зуфар Кадиков

ОТ РЕДАКЦИИ. Следует помнить, что все части фитолакки, в том числе и незрелые ягоды, ядовиты. Препараты из растения необходимо использовать с большой осторожностью.

Лаконос американский в моем саду

Фитолекарство из фитолакки

Впервые о лаконосе американском я узнала в Германии – видела, как растет, цветет, и слышала отзывы о нем. Я много путешествовала: была на Кипре, в Турции, Румынии, Болгарии, Англии и везде встречала лаконос. А потом мы посадили его и в своем саду. Я очень благодарна этому антисептическому, иммуноукрепляющему растению.

В мае – июне на кустах появляются белые гроздья цветов, в сентябре их украшают лакированные ягоды. Мы убедились на собственном опыте, что ягоды лаконоса (фитолакки) помогают при воспалительных процессах, заболеваниях (экземах) кожи, ранах, ожогах и др.

Из созревших ягод я выжимаю сок, затем добавляю водку (на 1,5 л сока – 0,25 л водки) и ставлю в холодильник. Употребляю по 1 ст. ложке при простудных заболеваниях (ангина, бронхит и др.). Можно делать компрессы и повязки при ушибах, ожогах и ранах.

Мария Жук



Первый	Россия 1	НТВ	Россия R	ТВУ	Звезда	МАТЧ!	ОТВ
5.00 «ДОБРОЕ УТРО» 9.00 НОВОСТИ 9.10 «АНТИФЕЙК» 16+ 9.50 «ЖИТЬ ЗДОРОВО!» 16+ 10.40 ФИЛЬМ «БЕДНАЯ САША» 12+ 11.00 НОВОСТИ 11.20 «БЕДНАЯ САША» 12+ 12.45 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+ 14.00 НОВОСТИ 14.15 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+ 17.00 НОВОСТИ 17.15 «МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ» 16+ 18.05 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+ 20.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ 20.20 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+ 21.00 «ВРЕМЯ» 21.45 Т/С «МАЖОР» 16+ 22.45 «БОЛЬШАЯ ИГРА» 16+ 00.00 Т/С «КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ» 16+ 01.00 ПОДКАСТЛАБ 16+ 03.00 НОВОСТИ 03.05 ПОДКАСТЛАБ 16+ СТС 6.00 «ЕРАЛАШ» 7.00 М/С «ЛУНТИК» 8.20 КОМЕДИЯ «НЯНЯКА НА РОЖДЕСТВО» 12+ 10.20 Т/С «ЖЕНА ОЛИГАРХА» 16+ 19.50 ФАНТАСТИЧЕСКАЯ КОМЕДИЯ «НОЧЬ В МУЗЕЕ» 12+ 21.55 ТРИЛЛЕР «ДВАДЦАТЬ ОДНО» 16+ 00.20 «КИНО В ДЕТАЛЯХ» С ФЁДОРОМ БОНДАРЧУКОМ 18+ 01.10 ФАНТАСТИЧЕСКАЯ ДРАМА «КОСМОС МЕЖДУ НАМИ» 16+ 03.00 «6 КАДРОВ» 16+	5.00 «УТРО РОССИИ» 9.00 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ 9.30 «УТРО РОССИИ» 9.55 «О САМОМ ГЛАВНОМ». ТОК-ШОУ 12+ 11.00 ВЕСТИ 11.30 «60 МИНУТ» 12+ 14.00 ВЕСТИ 14.30 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ 14.55 «КТО ПРОТИВ?» ТОК-ШОУ 12+ 16.00 ВЕСТИ 16.30 «МАЛАХОВ» 16+ 17.30 «60 МИНУТ». ТОК-ШОУ 12+ 20.00 ВЕСТИ 21.05 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ 21.20 Т/С «СКЛИФОСОВСКИЙ» 16+ 23.20 «ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ» 12+ 02.00 Т/С «КАМЕНСКАЯ» 12+ 03.55 Т/С «ЛИЧНОЕ ДЕЛО» 12+ ПЯТНИЦА! 5.00 «ПЯТНИЦА NEWS. ДАЙДЖЕСТ» 16+ 5.20 «КОНДИТЕР - 5». ТОРТ «СУМОИСТ» ДЛЯ ДМИТРИЯ КРАСИЛОВА 16+ 6.40 «КОНДИТЕР - 5». ТОРТ ДЛЯ АНАСТАСИИ ВОЛЧКОВОЙ 16+ 7.50 «НА НОЖАХ». АДЛЕР. ВЕРМАН 16+ 8.50 «НА НОЖАХ». КАТЕРИНБУРГ. У ВАНИ 16+ 9.50 «КОРОЛЬ ДЕСЕРТОВ». СЛАДКАЯ ФЛОРИСТИКА 16+ 11.20 «БИТВА ШЕФОВ - 2» 16+ 13.10 «БИТВА ШЕФОВ - 2» 16+ 23.00 Х/Ф «МАРС АТАКУЕТ!» 16+ 01.00 «ПЯТНИЦА NEWS» 16+ 01.20 Т/С «ДРЕВНИЕ» 16+	4.45 Т/С «ГОРИОНОВ» 16+ 8.00 «СЕГОДНЯ» 8.25 Т/С «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ» 16+ 10.00 «СЕГОДНЯ» 10.35 Т/С «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ» 16+ 13.00 «СЕГОДНЯ» 13.25 «ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ» 14.00 Т/С «БАЛАБОЛ» 16+ 16.00 «СЕГОДНЯ» 16.45 «ЗА ГРАНЬЮ» 16+ 17.50 «ДНК» 16+ 19.00 «СЕГОДНЯ» 20.00 ОСТРОСЮЖЕТНЫЙ ДЕТЕКТИВ «БИМ» 16+ 22.50 ЕВГЕНИЙ МИЛЛЕР В ДЕТЕКТИВЕ «ГЕРОЙ ПО ВЫЗОВУ» 16+ 00.40 Т/С «МЕДВЕЖИЙ УГОЛ» РЕН 5.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+ 6.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+ 8.30, 12.30, 16.30 НОВОСТИ 16+ 9.00 «СОВБЕЗ» 16+ 11.00 «КАК УСТРОЕН МИР» 16+ 12.00, 16.00, 19.00 «112» 16+ 13.00 «ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА» 16+ 14.00 НЕВЕРОЯТНО ИНТЕРЕСНЫЕ ИСТОРИИ 16+ 15.00 «ЗАСЕКРЕННЫЕ СПИСКИ» 16+ 17.00 «ТАЙНЫ ЧАПМАН» 16+ 18.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+ 19.30, 23.00 НОВОСТИ 16+ 20.00 Х/Ф «KINGSMAN: СЕКРЕТНАЯ СЛУЖБА» 16+ 22.30 ВОДИТЬ ПО-РУССКИ 16+ 23.30 ДОКУМ. ПРОЕКТ 16+ 00.30 Х/Ф «ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ» 18+ 02.15 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+ 03.00 «ТАЙНЫ ЧАПМАН» 16+	6.30 ДОКУМ. ФИЛЬМЫ 8.35 Х/Ф «О ТЕБЕ» 10.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 10.15 «НАБЛЮДАТЕЛЬ» 11.10 ХХ ВЕК 12.25 Х/Ф «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ», 1 СЕРИЯ 13.45 КИНО О КИНО 14.30 «КУРЬЕЗЫ, ТЕАТР, КИНО, ЖИЗНЬ». ИЗБРАННОЕ 15.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 15.20 РОМАН В КАМНЕ 15.50 Х/Ф «О ТЕБЕ» 17.10 85 ЛЕТ СО ДНЯ РОЖДЕНИЯ ВАЛЕРИЯ ЧИГИНСКОГО. ОСТРОВА 17.50 ШЕДЕВРЫ БЕТХОВЕНА 18.35 ДОКУМ. ФИЛЬМ 19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 20.05 «ПРАВИЛА ЖИЗНИ» 20.30 «СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!» 20.50 «ДНЕВНИК «БЕЛОЙ ВОРОНЫ». Д/Ф 21.30 Х/Ф «400 УДАРОВ» 16+ 23.20 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 23.40 ХХ ВЕК 00.50 ОСТРОВА 01.30 ШЕДЕВРЫ БЕТХОВЕНА 02.10 ДОКУМ. ФИЛЬМ СТС 4.05 «ХБ» 16+ 7.00 «ОДНАЖДЫ В РОССИИ» 16+ 9.00 «САШАТАНЯ» 16+ 21.00 Т/С «СТРИМ» 16+ 22.00 Т/С «ОЛИВЬЕ И РОБОТЫ» 12+ 23.20 Х/Ф «ТРЕТИЙ ЛИШНИЙ» 18+ 00.30 «ИМПРОВИЗАЦИЯ» 16+ 03.05 «COMEDY БАТТЛ» 16+	6.00 «НАСТРОЕНИЕ» 8.00 БОЛЬШОЕ КИНО 12+ 8.40 Т/С «ДОКТОР ИВАНОВ» 12+ 10.35 ДОКУМ. ФИЛЬМ 12+ 11.30 СОБЫТИЯ 11.50 Т/С «АННА-ДЕТЕКТИВ» - 2» 16+ 13.40 «МОЙ ГЕРОЙ» 12+ 14.30 СОБЫТИЯ 14.50 «ПЕТРОВКА, 38» 16+ 15.00 Т/С «СВОИ» 16+ 16.55 «ЗВЕЗДНЫЙ СУД». Д/Ф 16+ 17.50 СОБЫТИЯ 18.05 Т/С «ЛАНЦЕТ» 12+ 22.00 СОБЫТИЯ 22.40 «ПО ОБЕ СТОРОНЫ ЗИМЫ» 16+ 23.10 «ЗНАК КАЧЕСТВА» 16+ 00.00 СОБЫТИЯ 00.30 «ПЕТРОВКА, 38» 16+ 01.30 «90-Е» 16+ 02.10 «ХРОНИКИ МОСКОВСКОГО БЫТА» 12+ 02.50 «ПЕТРОВКА, 38» 16+ 03.05 Т/С «АННА-ДЕТЕКТИВ» - 2» 16+ ТВ3 4.15 «СВЯТЫЕ» 12+ 5.45 МУЛЬТФИЛЬМЫ 6.00 «СВЯТОЧНЫЕ ГАДАНИЯ» 16+ 6.15 МУЛЬТФИЛЬМЫ 7.15 М/Ф «КОМАНДА КОТИКОВ» 6+ 9.15 «СВЯТОЧНЫЕ ГАДАНИЯ» 16+ 9.30 «СЛЕПАЯ» 16+ 11.15 «ЗНАКИ СУДЬБЫ» 16+ 12.20 «МИСТИЧЕСКИЕ ИСТОРИИ» 16+ 13.30 «ГАДАЛКА» 16+ 17.20 «СЛЕПАЯ» 16+ 19.30 Т/С «ОБМАНИ МЕНЯ» 16+ 23.00 Т/С «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ» 16+ 01.30 Т/С «СНЫ» 16+	4.00 Т/С «КАДЕТЫ» 12+ 7.00 «СЕГОДНЯ УТРОМ» 12+ 9.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+ 9.15 Т/С «ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ» 12+ 11.35 «ОРУЖИЕ МИРА. 100 ЛЕТ МИХАИЛУ КАЛАШНИКОВУ». Д/С 16+ 13.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+ 13.15 Т/С «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»» 16+ 18.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+ 18.20 «СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ» 16+ 18.50 Д/С «НЕПОКОРЁННЫЕ: НЕПОКОРЁННЫЕ: АЛЕКСАНДР ПЕЧЕРСКИЙ» 16+ 19.40 «ЗАГАДКИ ВЕКА» 12+ 21.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+ 21.15 «ОТКРЫТЫЙ ЭФИР» 12+ 22.55 Х/Ф «ДВА ФЕДОРА» 12+ 00.40 Т/С «ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ» 12+ 01.50 ДОКУМ. ФИЛЬМЫ 12+ 03.15 Т/С «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»» 16+ ДОМАШНИЙ 5.05 ДОКУМ. ФИЛЬМ 16+ 5.50 ДОМАШНЯЯ КУХНЯ 16+ 6.15 «6 КАДРОВ» 16+ 6.35 «ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ» 16+ 8.30 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+ 9.30 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+ 11.45 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ 16+ 13.00 «ПОРЧА» 16+ 13.30 «ЗНАХАРКА» 16+ 14.05 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО 16+ 14.45 МЕЛОДРАМА «КОНТРАКТ НА СЧАСТЬЕ» 16+ 19.00 МЕЛОДРАМА «БЕЗЗАЩИТНОЕ СЕРДЦЕ» 16+ 23.15 «ПОРЧА» 16+ 23.50 «ЗНАХАРКА» 16+ 00.20 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО 16+ 00.45 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ 16+ 01.40 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+ 03.20 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+	5.35 «ГЕОГРАФИЯ СПОРТА. ТЮМЕНЬ» 12+ 6.00 «ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СПОРТА» 12+ 6.25 БАСКЕТБОЛ. «ПАРМА-ПАРИ» - УНИКС 8.00 «НАШИ ИНОСТРАНЦЫ» 12+ 9.05 ВСЕ НА МАТЧ! 12.05 «БОКА ХУНИОРС». Д/Ф 12+ 14.25 ВСЕ НА МАТЧ! 15.00 СПЕЦ. РЕПОРТАЖ 12+ 15.20 «ГЕОГРАФИЯ СПОРТА» 12+ 15.50 МАТЧ ПАРАД 16.25 ВСЕ НА МАТЧ! 17.25 ХОККЕЙ «СИБИРЬ» - «АК БАРС» 19.45 «ГРОМКО» 20.55 ГАНДБОЛ. ЖЕНЩИНЫ. «РОСТОВ-ДОН» - «АСТРАХАНЧКА» 22.30 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. ЭДУАРД ВАРТАНЯН ПРОТИВ ЮСУФА РАЙСОВА 16+ 23.25 ВСЕ НА МАТЧ! 00.00 БИЛЛЯРД. «ВЕТВОМ ЛИГА ЧЕМПИОНОВ» 02.00 ВСЕ НА МАТЧ! 02.50 ВОЛЕЙБОЛ. МУЖЧИНЫ. «ФАКЕЛ» - «КУЗБАСС» МИР 4.55 МУЛЬТФИЛЬМЫ 6+ 5.25 Т/С «БАЛАБОЛ» 16+ 10.00, 13.00 НОВОСТИ 10.20 Т/С «БАЛАБОЛ» 16+ 13.15 «ДЕЛА СУДЕБНЫЕ» 16+ 16.00, 18.30 НОВОСТИ 16.15 «ДЕЛА СУДЕБНЫЕ» 16+ 17.05 «МИРОВОЕ СОГЛАШЕНИЕ» 16+ 17.55 «ДЕЛА СУДЕБНЫЕ» 16+ 18.50 «ИГРА В КИНО» 12+ 20.50 «СЛАБОЕ ЗВЕНО» 12+ 21.45 НАЗАД В БУДУЩЕЕ 16+ 22.40 Т/С «КУЛИНАР» 16+ 00.30 «НАШЕ КИНО» 12+ 00.55 Т/С «ВАНГЕЛИЯ» 12+	4.00, 6.00 «ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ» 16+ 5.00, 7.45 ПАРЛАМЕНТСКОЕ ВРЕМЯ 16+ 6.30, 8.30 НОВОСТИ ТАУ 16+ 7.25, 9.25 «ОТПУСК НЕПОДАЛЕКУ» 12+ 8.00, 10.00 ИЗВЕСТИЯ 16+ 10.30 ПРАЗДНИЧНЫЙ КОНЦЕРТ АЛЕКСАНДРА НОВИКОВА 16+ 12.30 «ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ» 16+ 13.00 НОВОСТИ ТАУ 16+ 14.00 «ОТПУСК НЕПОДАЛЕКУ» 12+ 14.40 UTRAVEL РЕКОМЕНДУЕТ 12+ 15.00 НОВОСТИ ТАУ 16+ 16.00 Т/С «АКВАТОРИЯ» 16+ 17.50 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК 16+ 18.00 ИЗВЕСТИЯ 16+ 18.30, 20.30, 00.30, 01.40, 02.50 «ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ» 16+ 19.00 НОВОСТИ ТАУ 16+ 20.00 СОБЫТИЯ 16+ 21.00, 23.10 НОВОСТИ ТАУ 16+ 22.00 ИЗВЕСТИЯ 16+ 22.30, 01.10, 02.20, 03.30 СОБЫТИЯ 16+ 5 5.00 «ИЗВЕСТИЯ» 16+ 5.25 «ВЫЖИТЬ ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». 3 СЕРИЯ 16+ БОЕВИК, КРИМИНАЛЬНЫЙ 6.10 Т/С «ОДИН» 9.00 «ИЗВЕСТИЯ» 16+ 9.30 Т/С «ОДИН» 16+ 13.00 «ИЗВЕСТИЯ» 16+ 13.30 Т/С «ОДИН» 16+ 17.30 «ИЗВЕСТИЯ» 16+ 18.00 Т/С «ОДИН» 16+ 19.50 Т/С «СЛЕД» 16+ 22.20 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА» 16+ 00.00 «ИЗВЕСТИЯ. ИТОГОВЫЙ ВЫПУСК» 16+ 00.30 Т/С «СЛЕД» 16+ 03.15 Т/С «ДЕТЕКТИВЫ» 16+

Есть гибриды огурцов, которые не нуждаются в рекламе. Их знают практически все опытные дачники и огородники. Но для новичков в деле овощеводства эта информация будет полезна.

Я выращиваю много сортов и гибридов огурца. Но есть у меня в копилочке гибрид, который лично для меня имеет всего один недостаток. Впрочем, я с этим его промахом отлично мирюсь. Просто выращиваю пару сортов с другими характеристиками.

Я хочу рассказать вам сегодня про огурец Герман F1.

ЧТО В НЕМ ОСОБЕННОГО

Начну с того, что это проверенный временем партенокарпик. Тип цветения и плодообразования – пучковый. Он неприхотлив к погодным условиям. Быстро растет, созревание зеленцов дружное и раннее. Не требует опыления, имеет

Гибрид огурца, который имеет всего один недостаток – из него «царский разносол» не приготовить

преимущественно женские цветы. А вот что в нем особенного, так это его шикарная вторая волна плодоношения. Но для этого нужно знать одну небольшую хитрость.

В первую волну плодоношения в пазухах листьев формируется по 4–5 корншонов. Если проводить регулярные сбалансированные подкормки, то все они прекрасно развиваются и быстро достигают товарного размера.

На боковых плетях у этого гибрида развивается гораздо меньшее количество завязи.

Поэтому хитрость заключается в том, что вести его нужно



исключительно в один стебель. Тщательно удаляйте все боковые плети. И награда не заставит себя ждать. Примерно во второй половине августа Герман начинает плодоносить заново. Из всех листовых пазух начинают вырастать все новые огурчики. Причем идет одновременный налив большого количества плодов. Из каждой пазухи сразу развивается по 6–7 корншонов.

При благоприятных погодных условиях вторая волна плодоношения у этого гибрида продолжится до середины октября.

плети, то второй волны плодоношения вряд ли дождетесь. Я много раз экспериментировала. В одной теплице был куст с боковыми плетями и куст без них. Первый не дал вторичного роста зеленцов в нижних пазухах.

Особенность агротехники этого высокоурожайного гибрида заключается в том, что нужно уже при планировании посадки закладывать в грунт большое количество органики. Лучшим удобрением является перепревший 2–3 года навоз КРС. При его отсутствии закладывайте компост, перегной и т. д.

В нашем климате на Урале мы под огурцы обязательно устраиваем теплые гряды. Сначала выкапывается траншея, в нее закладывается био-

топливо, сверху прошлогодняя опавшая листва, солома. Затем навоз и грунт.

По мере роста лианы даю комплексную органо-минеральную подкормку. Состав ее меняется в течение сезона 4 раза.

А в отношении Германа могу сказать, что для раскрытия всего потенциала его урожайности, помимо регулярных обильных поливов, дождей и подкормок, нужна высокая степень освещенности растения в течение всего дня. Даже небольшое затенение резко снижает интенсивность роста завязи. А при длительной пасмурной погоде наблюдается массовое пожелтение и загнивание завязи.

А В ЧЕМ ЖЕ ЕГО НЕДОСТАТОК

Ну и наконец-то расскажу, в чем же его существенный для меня недостаток. Дело в том, что Герман дает идеально ровные по форме и размеру зеленцы. Даже при наличии дефицита того или иного элемента питания он будет продолжать давать хоть и меньшее количество, но абсолютно товарных огурчиков.

А мы любим бочковые соленые огурцы, которые по форме крючками. Такие делала моя прабабушка, и она всегда называла их «царский разносол».

Обычно для этих целей выращиваю в открытом грунте сорт Пальчик. Он уже в середине августа при снижении среднесуточной температуры воздуха начинает выдавать тонкие кривые крючки небольшого размера.

Светлана Трейерова

Огурец партенокарпический ГЕРМАН F1

Огурец партенокарпический ГЕРМАН F1. Гибрид ранний, среднепоздний, партенокарпический, устойчивый к болезням, плоды имеют форму цилиндра, поверхность покрыта мелкими бугорками. Средняя длина плодов — 10–14 см. При благоприятных условиях в тепличном укрытии по 4–7 завязей. Плоды имеют приятный вкус, хрустящую структуру, мякоть сочная, без пустот. Подходит для употребления в свежем виде, консервирования. Гибрид устойчив к болезням и вредителям.

100% качество

Первый

5.00 «ДОБРОЕ УТРО»
9.00 НОВОСТИ
9.05 «АНТИФЕЙК» 16+
9.40 «ЖИТЬ ЗДОРОВО!» 16+
10.30 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+
11.00 НОВОСТИ
11.20 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+
14.00 НОВОСТИ
14.15 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+
17.00 НОВОСТИ
17.15 «МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ» 16+
18.05 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+
20.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
20.20 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+
21.00 «ВРЕМЯ»
21.45 Т/С «МАЖОР» 16+
22.45 «БОЛЬШАЯ ИГРА» 16+
00.00 Т/С «КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ» 16+
01.00 ПОДКАСТЛАБ 16+

СТС

5.20 МУЛЬТФИЛЬМЫ
5.50 «ЕРАЛАШ»
7.00 М/С «ЛУНТИК»
8.00 Т/С «ЖЕНА ОЛИГАРХА» 16+
9.00 «УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ». «СМЕХВООК» 16+
9.10 «СЕНЯ-ФЕДЯ» 16+
12.20 ТРИЛЛЕР «ДВАДЦАТЬ ОДНО» 16+
14.50 Т/С «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ» 16+
18.30 Т/С «ЖЕНА ОЛИГАРХА» 16+
20.00 Х/Ф «НОЧЬ В МУЗЕЕ - 2» 12+
22.00 Х/Ф «ЭТЕРНА. ЧАСТЬ ПЕРВАЯ» 12+
23.40 БОЕВИК «НЕУДЕРЖИМЫЕ» 18+
01.25 БОЕВИК «НЕУДЕРЖИМЫЕ - 2» 18+
02.55 «6 КАДРОВ» 16+

РОССИЯ 1

5.00 «УТРО РОССИИ»
9.00 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ
9.30 «УТРО РОССИИ»
9.55 «О САМОМ ГЛАВНОМ» 12+
11.00 ВЕСТИ
11.30 «60 МИНУТ». ТОК-ШОУ 12+
14.00 ВЕСТИ
14.30 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ
14.55 «КТО ПРОТИВ?» ТОК-ШОУ 12+
16.00 ВЕСТИ
16.30 «МАЛАХОВ» 16+
17.30 «60 МИНУТ». ТОК-ШОУ 12+
20.00 ВЕСТИ
21.05 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ
21.20 Т/С «СКЛИФОВОСОВСКИЙ» 16+
23.20 «ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ» 12+
02.00 Т/С «КАМЕНСКАЯ» 12+
03.55 Т/С «ЛИЧНОЕ ДЕЛО» 12+

ПЯТНИЦА!

4.00 «ПЯТНИЦА NEWS» 16+
4.30 «ЗОВ КРОВИ - 2» 16+
5.00 «ПЯТНИЦА NEWS» 16+
5.20 «КОНДИТЕР - 5». ТОРТ ДЛЯ МАРИИ ТРЕТЬЯКОВОЙ И ЛАУРЫ ЛУКИНОЙ 16+
6.30 «КОНДИТЕР - 5». ТОРТ С НЕГОНОВИКА ОЛАФ ДЛЯ МИХАИЛА БАШКАТОВА 16+
7.40 «НА НОЖАХ» 16+
9.40 «КОРОЛЬ ДЕСЕРТОВ». ПРЯНИЧНОЕ ДЕЛО 16+
11.00 «БИТВА ШЕФОВ» 16+
19.00 «КОНДИТЕР-7» 16+
20.30 «ВУНДЕРКИНДЫ - 2» 16+
00.00 Х/Ф «47 РОНИНОВ» 16+
01.50 «ПЯТНИЦА NEWS» 16+
02.10 Т/С «ДРЕВНИЕ» 16+

НТВ

4.25 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР» 16+
4.55 Т/С «ГОРИЮНОВ» 16+
8.00 «СЕГОДНЯ»
8.25 Т/С «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ» 16+
10.00 «СЕГОДНЯ»
10.35 Т/С «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ» 16+
13.00 «СЕГОДНЯ»
13.25 «ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ»
14.00 Т/С «БАЛАБОЛ» 16+
16.00 «СЕГОДНЯ»
16.45 «ЗА ГРАНЬЮ» 16+
17.50 «ДНК» 16+
19.00 «СЕГОДНЯ»
20.00 ОСТРОСОУЖЕТНЫЙ ДЕКТИВ «БИМ» 16+
22.50 ДЕТЕКТИВ «ГЕРОЙ ПО ВЫЗОВУ» 16+
00.40 Т/С «МЕДВЕЖИЙ УГОЛ»

РЕН

5.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+
6.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
8.30, 12.30, 16.30 НОВОСТИ 16+
9.00 «СОВБЕЗ» 16+
11.00 «КАК УСТРОЕН МИР» 16+
12.00, 16.00, 19.00 «112» 16+
13.00 «ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА» 16+
14.00 НЕВЕРОЯТНО ИНТЕРЕСНЫЕ ИСТОРИИ 16+
15.00 «ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ» 16+
17.00 «ТАЙНЫ ЧАПМАН» 16+
18.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+
19.30, 23.00 НОВОСТИ 16+
20.00 Х/Ф «KINGSMAN: ЗОЛОТОЕ КОЛЬЦО» 16+
22.40 ВОДИТЬ ПО-РУССКИ 16+
23.30 «ЗАНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО?» 16+
00.30 Х/Ф «ЗАВИСНУТЬ В ПАЛМ-СПРИНГС» 18+
02.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+
02.50 «ТАЙНЫ ЧАПМАН» 16+

РОССИЯ K

6.30 ДОКУМ. ФИЛЬМЫ
8.50 Х/Ф «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». 1 СЕРИЯ
10.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
10.15 «НАБЛЮДАТЕЛЬ»
11.10 ДОКУМ. ФИЛЬМЫ
12.30 Х/Ф «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». 2 СЕРИЯ
13.45 «ИГРА В БИСЕР»
14.30 «КУРЬЕЗЫ, ТЕАТР, КИНО, ЖИЗНЬ». ИЗБРАННОЕ
15.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
15.20 «ПЕРЕДВИЖНИКИ»
15.50 Х/Ф «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». 1 СЕРИЯ
16.55 «ЗАБЫТОЕ ремесло»
17.10 «САТИ. НЕСКУЧНАЯ КЛАССИКА...»
17.50 ШЕДЕВРЫ БЕТХОВЕНА
18.40 ДОКУМ. ФИЛЬМ
19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ
20.05 «ПРАВИЛА ЖИЗНИ»
20.30 «СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!»
20.50 ДОКУМ. ФИЛЬМ
21.30 Х/Ф «ЧЕРНАЯ ОРХИДЕЯ» 12+
23.05 «ПЕРВЫЕ В МИРЕ»
23.20 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
23.40 ДОКУМ. ФИЛЬМ
01.25 ШЕДЕВРЫ БЕТХОВЕНА
02.15 ДОКУМ. ФИЛЬМ

ТВЭ

4.40 «ОТКРЫТЫЙ МИКРОФОН» 16+
6.15 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+
9.00 Т/С «УНИВЕР» 16+
13.30 «САШАТАНЯ» 16+
18.00 Т/С «БЕДНЫЙ ОЛИГАРХ» 16+
20.00 «САШАТАНЯ» 16+
21.00 Т/С «СТРИМ» 16+
22.00 Т/С «ОЛИВЬЕ И РОБОТЫ» 12+
23.10 Х/Ф «ТРЕТИЙ ЛИШНИЙ» 2» 18+
01.20 «ИМПРОВИЗАЦИЯ» 16+
03.40 «КОМЕДУ БАТТЛ» 16+

ТВУ

4.35 ДОКУМ. ФИЛЬМ 12+
5.20 «МОЙ ГЕРОЙ» 12+
6.00 «НАСТРОЕНИЕ»
8.00 «ДОКТОР И...» 16+
8.40 Т/С «ДОКТОР ИВАНОВ» 12+
10.30 ДОКУМ. ФИЛЬМ 12+
11.30 СОБЫТИЯ
11.50 Т/С «АННА-ДЕТЕКТИВ» 2» 16+
13.40 «МОЙ ГЕРОЙ» 12+
14.30 СОБЫТИЯ
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ
15.00 Т/С «СВОИ» 16+
17.00 ДОКУМ. ФИЛЬМ 16+
17.50 СОБЫТИЯ
18.05 Т/С «ЛАНЦЕТ» 12+
22.00 СОБЫТИЯ
22.40 «10 САМЫХ...» 16+
23.10 «ВДОВЫИ СЛЕЗЫ». Д/Ф 16+
00.00 СОБЫТИЯ. 25-Й ЧАС
00.30 «ПЕТРОВКА, 38» 16+
00.45 «ПРОЩАНИЕ» 16+
01.25 «90-Е» 16+
02.05 «ХРОНИКИ МОСКОВСКОГО БЫТА» 16+
02.50 «ПЕТРОВКА, 38» 16+
03.00 Т/С «АННА-ДЕТЕКТИВ» 2» 16+

ТВЭ

4.00 «ГОРОДСКИЕ ЛЕГЕНДЫ - 2012» 16+
6.00 «СВЯТОЧНЫЕ ГАДАНИЯ» 16+
6.15 МУЛЬТФИЛЬМЫ
7.30 М/Ф «КУНГ-ФУ ВОИН» 6+
9.15 «СВЯТОЧНЫЕ ГАДАНИЯ» 16+
9.30 «СЛЕПАЯ» 16+
11.15 «ЗНАКИ СУДЬБЫ» 16+
12.20 «МИСТИЧЕСКИЕ ИСТОРИИ» 16+
13.30 «ГАДАЛКА» 16+
17.20 «СЛЕПАЯ» 16+
19.30 Т/С «ОБМАНИ МЕНЯ» 16+
23.00 Т/С «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ» 16+
01.30 «КОЛДУНЫ МИРА» 16+

Матч!

4.00 Т/С «ПСЕВДОНИМ «АЛБА-НЕЦ» 16+
7.00 «СЕГОДНЯ УТРОМ» 12+
9.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
9.15 Т/С «ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ» 12+
10.50 «ОСВОБОЖДЕНИЕ» 16+
11.20 «ОТКРЫТЫЙ ЭФИР» 12+
13.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
13.15 Т/С «ПСЕВДОНИМ «АЛБА-НЕЦ» 16+
16.00 Т/С «ПСЕВДОНИМ «АЛБА-НЕЦ - 2» 16+
18.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
18.20 «СПЕЦ. РЕПОРТАЖ» 16+
18.50 «НЕПОКОРЁННЫЕ» 16+
19.40 «УЛИКА ИЗ ПРОШЛОГО» 16+
21.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
21.15 «ОТКРЫТЫЙ ЭФИР» 12+
22.55 «МЕЖДУ ТЕМ» 12+
23.20 Х/Ф «В ПОЛОСЕ ПРИБОЯ» 16+
01.10 Т/С «ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ» 12+
02.20 ДОКУМ. ФИЛЬМ 12+
03.10 Т/С «ПСЕВДОНИМ «АЛБА-НЕЦ» 16+

ДОМАШНИЙ

4.10 «ПРЕДСКАЗАНИЯ 2023»
5.00 «ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ» 16+
8.30 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
9.30 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+
11.45 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ 16+
13.00 «ПОРЧА» 16+
13.30 «ЗНАХАРКА» 16+
14.05 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО 16+
14.45 МЕЛОДРАМА «ВРАЧЕБНАЯ ОШИБКА» 16+
19.00 Х/Ф «ДОЛГАЯ ДОРОГА К СЧАСТЬЮ» 16+
22.50 «ПОРЧА» 16+
23.30 «ЗНАХАРКА» 16+
00.00 ВЕРНУ ЛЮБИМОГО 16+
00.25 ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ 16+
01.20 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+
03.00 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+

Матч!

4.30 «ГЕН ПОБЕДЫ» 12+
5.00 ГАНДБОЛ. ЖЕНЩИНЫ. «РОСТОВ - ДОН» - «АСТРАХАНОЧКА»
6.20 СПЕЦ. РЕПОРТАЖ 12+
6.35 «ЧЕЛОВЕК ИЗ ФУТБОЛА» 12+
7.00 «ГРОМКО» 12+
8.00 «НАШИ ИНОСТРАНЦЫ» 12+
9.05 ВСЕ НА МАТЧ!
12.20 ДОКУМ. ФИЛЬМ 12+
14.25 ВСЕ НА МАТЧ!
15.20 «ЧТО ПО СПОРТУ? НОВОСИБИРСК» 12+
15.50 «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ. БАСКЕТБОЛ» 12+
16.25 ВСЕ НА МАТЧ!
17.55 «ГЕОГРАФИЯ СПОРТА» 12+
18.25 «ТЫ В БАНЕ!» 12+
18.55 ХОККЕЙ. «АВТОМОБИЛИСТ» (ЕКАТЕРИНБУРГ) - ЦСКА
21.15 ВСЕ НА МАТЧ!
21.55 БАСКЕТБОЛ. «ЗЕНИТ» (СПБ) - «ЛОКОМОТИВ-КУБАНЬ»
00.00 БИЛЬЯРД. «ВЕТВОМ ЛИГА ЧЕМПИОНОВ»
02.00 ВСЕ НА МАТЧ!
02.50 ДОКУМ. ФИЛЬМ 12+

МИР

5.00 Т/С «ВАНГЕЛИЯ» 12+
5.25 Т/С «БАЛАБОЛ» 16+
10.00, 13.00 НОВОСТИ
10.10 Т/С «БАЛАБОЛ» 16+
13.15 «ДЕЛА СУДЕБНЫЕ» 16+
16.00, 18.30 НОВОСТИ
16.15 «ДЕЛА СУДЕБНЫЕ» 16+
17.05 «МИРОВОЕ СОГЛАШЕНИЕ» 16+
17.55 «ДЕЛА СУДЕБНЫЕ» 16+
18.50 «ИГРА В КИНО» 12+
20.50 «СЛАБОЕ ЗВЕНО» 12+
21.45 НАЗАД В БУДУЩЕЕ 16+
22.40 Т/С «КУЛИНАР» 16+
00.30 Т/С «ВАНГЕЛИЯ» 12+

ОТВ

4.00, 6.00 «ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ» 16+
4.40, 5.40 UTRAVEL РЕКОМЕНДУЕТ 12+
5.00, 7.25, 9.25 СОБЫТИЯ 16+
6.30, 8.30 НОВОСТИ ТАУ 16+
8.00, 10.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
10.30 Т/С «АКВАТОРИЯ» 16+
12.30 «ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ» 16+
13.00 НОВОСТИ ТАУ 16+
14.00 СОБЫТИЯ 16+
14.40 UTRAVEL РЕКОМЕНДУЕТ 16+
15.00 НОВОСТИ ТАУ 16+
16.00 Т/С «АКВАТОРИЯ» 16+
17.50 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК 16+
18.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
18.15, 00.30, 01.40, 02.50 «ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ» 16+
18.45 АНАЛИТИКА 16+
19.00 ХЛ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ МАТЧА АВТОМОБИЛИСТА (ЕКАТЕРИНБУРГ) - ЦСКА (МОСКВА) 16+
21.30, 23.10 НОВОСТИ ТАУ 16+
22.30, 01.10, 02.20, 03.30 СОБЫТИЯ 16+

5

5.00 «ИЗВЕСТИЯ» 16+
5.25 Т/С «ПОСЕЛЕНЦЫ» 16+
9.00 «ИЗВЕСТИЯ» 16+
9.30 Т/С «ПЛАТА ПО СЧЕТЧИКУ» 16+
13.00 «ИЗВЕСТИЯ» 16+
13.30 Т/С «ГЛУХАРЬ» 16+
17.30 «ИЗВЕСТИЯ» 16+
18.00 Т/С «ГЛУХАРЬ» 16+
19.50 Т/С «СЛЕД» 16+
22.20 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА» 16+
00.00 «ИЗВЕСТИЯ. ИТОГОВЫЙ ВЫПУСК» 16+
00.30 Т/С «СЛЕД» 16+
03.15 Т/С «ДЕТЕКТИВЫ» 16+

среда 11 января

Первый

5.00 «ДОБРОЕ УТРО»
9.00 НОВОСТИ
9.05 «АНТИФЕЙК» 16+
9.40 «ЖИТЬ ЗДОРОВО!» 16+
10.30 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+
11.00 НОВОСТИ
11.20 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+
14.00 НОВОСТИ
14.15 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+
17.00 НОВОСТИ
17.15 «МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ» 16+
18.05 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+
20.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
20.20 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+
21.00 «ВРЕМЯ»
21.45 Т/С «МАЖОР» 16+
22.40 «БОЛЬШАЯ ИГРА» 16+
00.00 Т/С «КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ» 16+
01.00 ПОДКАСТЛАБ 16+
03.00 НОВОСТИ
03.05 ПОДКАСТЛАБ 16+

СТС

5.20 МУЛЬТФИЛЬМЫ
5.50 «ЕРАЛАШ»
7.00 М/С «ЛУНТИК»
8.00 Т/С «ЖЕНА ОЛИГАРХА» 16+
9.00 «СЕНЯ-ФЕДЯ» 16+
11.10 Х/Ф «ЯЯЯ: РЯДОМ РЕВЁТ РЕВОЛЮЦИЯ» 16+
14.55 КОМЕДИЙНЫЙ СЕРИАЛ «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ» 16+
18.30 Т/С «ЖЕНА ОЛИГАРХА» 16+
20.00 Х/Ф «НОЧЬ В МУЗЕЕ. СЕКРЕТ ГРОБНИЦЫ» 6+
21.55 КОМЕДИЯ «ПРЫГУЧАЯ БРАТВА» 6+
23.40 БОЕВИК «НЕУДЕРЖИМЫЕ - 2» 18+
01.20 БОЕВИК «НЕУДЕРЖИМЫЕ» 18+
02.50 «6 КАДРОВ» 16+

РОССИЯ 1

5.00 «УТРО РОССИИ»
9.00 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ
9.30 «УТРО РОССИИ»
9.55 «О САМОМ ГЛАВНОМ» 12+
11.00 ВЕСТИ
11.30 «60 МИНУТ» 12+
14.00 ВЕСТИ
14.30 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ
14.55 «КТО ПРОТИВ?» ТОК-ШОУ 12+
16.00 ВЕСТИ
16.30 «МАЛАХОВ» 16+
17.30 «60 МИНУТ». ТОК-ШОУ 12+
20.00 ВЕСТИ
21.05 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ
21.20 Т/С «СКЛИФОВОСОВСКИЙ» 16+
23.20 «ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ» 12+
02.00 Т/С «КАМЕНСКАЯ» 12+
03.55 Т/С «ЛИЧНОЕ ДЕЛО» 12+

ПЯТНИЦА!

4.20 «ПЯТНИЦА NEWS» 16+
4.40 «ЗОВ КРОВИ - 2» 16+
5.00 «ПЯТНИЦА NEWS» 16+
5.20 «КОНДИТЕР - 5». ТОРТ ДЛЯ АННЫ СЕДОВОЙ 16+
6.40 «КОНДИТЕР - 5». ТОРТ ДЛЯ НАТАЛИИ МЕДВЕДЕВОЙ 16+
7.50 «НА НОЖАХ». САНКТ-ПЕТЕРБУРГ. ROUTE 148 16+
8.50 «НА НОЖАХ». МОСКВА. КРОЛИЧЬЯ НОРА 16+
9.50 «КОРОЛЬ ДЕСЕРТОВ». САХАРНАЯ ПАСТА 16+
11.10 «НА НОЖАХ» 16+
23.00 Х/Ф «АДВОКАТ ДЬЯВОЛА» 16+
01.20 «ПЯТНИЦА NEWS» 16+
01.50 Т/С «ДРЕВНИЕ» 16+
03.50 «ПЯТНИЦА NEWS» 16+

НТВ

4.25 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР» 16+
4.55 Т/С «ГОРИЮНОВ» 16+
8.00 «СЕГОДНЯ»
8.25 Т/С «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ» 16+
10.00 «СЕГОДНЯ»
10.35 Т/С «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ» 16+
13.00 «СЕГОДНЯ»
13.25 «ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ»
14.00 Т/С «БАЛАБОЛ» 16+
16.00 «СЕГОДНЯ»
16.45 «ЗА ГРАНЬЮ» 16+
17.50 «ДНК» 16+
19.00 «СЕГОДНЯ»
20.00 Т/С «БИМ» 16+
22.50 ДЕТЕКТИВ «ГЕРОЙ ПО ВЫЗОВУ» 16+
00.40 Т/С «МЕДВЕЖИЙ УГОЛ»

РЕН

5.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+
6.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
8.30, 12.30, 16.30 НОВОСТИ 16+
9.00 «ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ» 16+
11.00 «КАК УСТРОЕН МИР» 16+
12.00, 16.00, 19.00 «112» 16+
13.00 «ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА» 16+
14.00 НЕВЕРОЯТНО ИНТЕРЕСНЫЕ ИСТОРИИ 16+
15.00 «ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ» 16+
17.00 «ТАЙНЫ ЧАПМАН» 16+
18.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+
19.30, 23.00 НОВОСТИ 16+
20.00 Х/Ф «ДЕНЬ КУРКА» 16+
22.00 СМОТРЕТЬ ВСЕМ! 16+
23.30 «ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА» 16+
00.30 Х/Ф «НОЧНОЙ РЕЙС» 16+
01.55 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+
02.45 «ТАЙНЫ ЧАПМАН» 16+

РОССИЯ K

6.30 ДОКУМ. ФИЛЬМЫ
8.35 Х/Ф «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». 2 СЕРИЯ
10.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
10.15 «НАБЛЮДАТЕЛЬ»
11.10 XX ВЕК. «ПЕСНЯ-80. ФИНАЛ»
12.30 «ПРОСНИСЬ И ПОЙ!». СПЕКТАКЛЬ
14.15 «ЗАБЫТОЕ ремесло»
14.30 «КУРЬЕЗЫ, ТЕАТР, КИНО, ЖИЗНЬ». ИЗБРАННОЕ
15.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
15.20 «БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ»
15.50 Х/Ф «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». 2 СЕРИЯ
17.15 РОМАН В КАМНЕ
17.45 ШЕДЕВРЫ БЕТХОВЕНА
18.35 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ
19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ
20.05 «ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС». Д/Ф
20.45 Д/Ф «ВАЛААМ. ОСТРОВ СПАСЕНИЯ»
21.30 Х/Ф «КТО ЕСТЬ КТО?» 16+
23.20 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
23.40 ДОКУМ. ФИЛЬМ
01.55 ШЕДЕВРЫ БЕТХОВЕНА
02.40 ДОКУМ. ФИЛЬМ

ТВЭ

5.15 «ОТКРЫТЫЙ МИКРОФОН» 16+
6.50 «ОДНАЖДЫ В РОССИИ» 16+
9.00 Т/С «УНИВЕР» 16+
13.30 «САШАТАНЯ» 16+
18.30 Т/С «БЕДНЫЙ ОЛИГАРХ» 16+
20.00 «САШАТАНЯ» 16+
21.00 Т/С «СТРИМ» 16+
21.55 Х/Ф «МАЧО И БОТАН» 16+
23.50 «ИМПРОВИЗАЦИЯ» 16+
03.10 «КОМЕДУ БАТТЛ» 16+

ТВУ

4.30 ДОКУМ. ФИЛЬМ 12+
5.15 «МОЙ ГЕРОЙ» 12+
6.00 «НАСТРОЕНИЕ»
8.05 «ДОКТОР И...» 16+
8.40 Т/С «ДОКТОР ИВАНОВ» 12+
10.35 ДОКУМ. ФИЛЬМ 12+
11.30 СОБЫТИЯ
11.50 Т/С «АННА-ДЕТЕКТИВ» 2» 16+
13.40 «МОЙ ГЕРОЙ» 12+
14.30 СОБЫТИЯ
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ
15.00 «ПЕТРОВКА, 38» 16+
15.15 Т/С «СВОИ» 16+
17.00 ДОКУМ. ФИЛЬМ 16+
17.50 СОБЫТИЯ
18.05 Т/С «ЛАНЦЕТ» 12+
22.00 СОБЫТИЯ
22.40 «10 САМЫХ...» 16+
23.10 «СОВЕТСКИЕ МАФИИ» 16+
00.00 СОБЫТИЯ. 25-Й ЧАС
00.30 «ПЕТРОВКА, 38» 16+
00.45 «ПРОЩАНИЕ» 16+
01.30 ДОКУМ. ФИЛЬМЫ 16+
02.50 «ПЕТРОВКА, 38» 16+
03.05 Т/С «АННА-ДЕТЕКТИВ» 2» 16+

ТВЭ

4.00 «ГОРОДСКИЕ ЛЕГЕНДЫ - 2012» 16+
6.00 «СВЯТОЧНЫЕ ГАДАНИЯ» 16+
6.15 МУЛЬТФИЛЬМЫ
7.30 М/Ф «СКУБИ-ДУ» 6+
9.15 «СВЯТОЧНЫЕ ГАДАНИЯ» 16+
9.30 «СЛЕПАЯ» 16+
11.15 «ЗНАКИ СУДЬБЫ» 16+
12.20 «МИСТИЧЕСКИЕ ИСТОРИИ» 16+
13.30 «ГАДАЛКА» 16+
17.20 «СЛЕПАЯ» 16+
19.30 Т/С «ОБМАНИ МЕНЯ» 16+
23.00 Т/С «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ» 16+
01.30 «КОЛДУНЫ МИРА» 18+

Матч!

4.00 Т/С «ПСЕВДОНИМ «АЛБА-НЕЦ» 2» 16+
7.00 «СЕГОДНЯ УТРОМ» 12+
9.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
9.15 Т/С «ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ» 12+
10.50 «ОСВОБОЖДЕНИЕ» 16+
11.20 «ОТКРЫТЫЙ ЭФИР» 12+
13.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
13.15 Т/С «ПСЕВДОНИМ «АЛБА-НЕЦ - 2» 16+
18.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
18.20 «СПЕЦ. РЕПОРТАЖ» 16+
18.50 «НЕПОКОРЁННЫЕ» 16+
19.40 «СЕКРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ». Д/С 16+
21.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
21.15 «ОТКРЫТЫЙ ЭФИР» 12+
22.55 «МЕЖДУ ТЕМ» 12+
23.20 Х/Ф «КОНТРАБАНДА» 12+
01.10 Т/С «ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ» 12+
02.20 «ДРУГОЙ АТОМ». Д/Ф 12+
03.05 Т/С «ПСЕВДОНИМ «АЛБА-НЕЦ - 2» 16+

ДОМАШНИЙ

4.00 «ПРЕДСКАЗАНИЯ 2023»
4.50 «ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ» 16+
8.25 ДА

Первый

5.00 «ДОБРОЕ УТРО»
9.00 НОВОСТИ
9.05 «АНТИФЕЙК» 16+

СТС

5.20 МУЛЬТФИЛЬМЫ
5.50 «ЕРАЛАШ»
7.00 М/С «ЛУНТИК»

РОССИЯ 1

5.00 «УТРО РОССИИ»
9.00 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ
9.30 «УТРО РОССИИ»

ПЯТНИЦА!

4.10 «ЗОВ КРОВИ - 2». ДВЕ
ЮЛИ 16+

ТВ

4.40 Т/С «ГОРЮНОВ» 16+
8.00 «СЕГОДНЯ»
8.25 Т/С «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ» 16+

РЕН

5.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ
ГИПОТЕЗЫ 16+

РОССИЯ K

6.30 ДОКУМ. ФИЛЬМЫ
8.35 Х/Ф «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ», 3 СЕРИЯ

ТВ

4.45 «ОТКРЫТЫЙ МИКРО-
ФОН» 16+

ТВУ

4.30 ДОКУМ. ФИЛЬМЫ 12+
6.00 «НАСТРОЕНИЕ»
8.05 «ДОКТОР И...» 16+

ТВ

4.00 «ГОРОДСКИЕ ЛЕГЕНДЫ -
2012» 16+

МАТЧ!

4.00 Т/С «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ - 2» 16+
7.00 «СЕГОДНЯ УТРОМ» 12+

ДОМАШНИЙ

4.15 «ПРЕДСКАЗАНИЯ 2023»
5.05 «ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ» 16+

МАТЧ!

4.30 «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ.
БАСКЕТБОЛ» 12+

МИР

4.45 Т/С «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА» 16+

ОТВ

4.00, 6.00 «ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ» 16+

5

5.00 «ИЗВЕСТИЯ» 16+

пятница 13 января

Первый

5.00 «ДОБРОЕ УТРО»
9.00 НОВОСТИ
9.05 «АНТИФЕЙК» 16+

СТС

5.20 МУЛЬТФИЛЬМЫ
5.50 «ЕРАЛАШ»
7.00 М/С «ЛУНТИК»

РОССИЯ 1

5.00 «УТРО РОССИИ»
9.00 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ
9.30 «УТРО РОССИИ»

ПЯТНИЦА!

4.10 «ПЯТНИЦА NEWS» 16+

ТВ

4.40 Т/С «ГОРЮНОВ» 16+
8.00 «СЕГОДНЯ»
8.25 «МОИ УНИВЕРСИТЕТЫ. БУДУЩЕЕ ЗА НАСТОЯЩИМ» 6+

РЕН

5.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ
ГИПОТЕЗЫ 16+

РОССИЯ K

6.30 ДОКУМ. ФИЛЬМЫ
8.30 Х/Ф «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ», 4 СЕРИЯ

ТВ

4.45 «ОТКРЫТЫЙ МИКРО-
ФОН» 16+

ТВУ

4.35 ДОКУМ. ФИЛЬМЫ 12+
6.00 «НАСТРОЕНИЕ»
8.05 БОЛЬШОЕ КИНО 12+

ТВ

4.00 ГОРОДСКИЕ ЛЕГЕНДЫ 16+

МАТЧ!

4.15 Т/С «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ - 2» 16+

ДОМАШНИЙ

4.05 «6 КАДРОВ» 16+

МАТЧ!

4.30 «ЧТО ПО СПОРТУ? НОВО-
СИБИРСК» 12+

МИР

4.05 Т/С «КУЛИНАР» 16+

ОТВ

4.00, 6.00 «ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ» 16+

5

5.00 «ИЗВЕСТИЯ» 16+

Первый

РОССИЯ 1

НТВ

РОССИЯ К

ТВУ

Матч!

ОТВ

6.00 ТЕЛЕКАНАЛ «ДОБРОЕ УТРО. СУББОТА»

5.00 «УТРО РОССИИ. СУББОТА»

4.25 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР» 16+

6.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 7.50 Х/Ф «ГАННА ГЛАВАРИ»

4.50 «ГЕОРГ ОТС. ПУБЛИКА ЖДЕТ...» Д/Ф 12+

4.40 Т/С «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ - 2» 16+

4.00, 6.00 «ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ» 16+

4.40, 5.40 UTRAVEL РЕКОМЕНДУЕТ 12+

СТС

ПЯТНИЦА!

РЕН

ТВ 3

ТВ 3

ДОМАШНИЙ

МИР

5

5.20 МУЛЬТФИЛЬМЫ 5.50 «ЕРАЛАШ»

4.20 «ПЯТНИЦА NEWS» 16+

5.00 НЕВЕРОЯТНО ИНТЕРЕСНЫЕ ИСТОРИИ 16+

4.55 «ОТКРЫТЫЙ МИКРОФОН» 16+

4.45 «МИСТИЧЕСКИЕ ИСТОРИИ» 16+

4.05 «ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ» 16+

5.00 МУЛЬТФИЛЬМЫ 6+

4.25 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА» 16+

воскресенье 15 января

Первый

РОССИЯ 1

НТВ

РОССИЯ К

ТВУ

Матч!

ОТВ

4.30 Х/Ф «ДОН СЕЗАР ДЕ БАЗАН» 12+

4.05 Х/Ф «СО ДНА ВЕРШИН» 12+

4.50 КРИСТИНА БАБУШКИНА В КОМЕДИИ «Я - АНГИНА!» 16+

6.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 8.15 Х/Ф «ЧЕЛОВЕК-АМФИБИЯ»

4.00 Х/Ф «ЧЕТЫРЕ КРИЗИСА ЛЮБВИ» 12+

4.15 Т/С «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ - 2» 16+

4.00 ПАРЛАМЕНТСКОЕ ВРЕМЯ 16+

5.00 «ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ» 16+

СТС

ПЯТНИЦА!

РЕН

ТВ 3

ТВ 3

ДОМАШНИЙ

МИР

5

5.20 МУЛЬТФИЛЬМЫ 5.50 «ЕРАЛАШ»

4.00 «ПЯТНИЦА NEWS» 16+

5.00 «ОТКРЫТЫЙ МИКРОФОН» 16+

5.20 «ОТКРЫТЫЙ МИКРОФОН» 16+

4.30 Т/С «ТРИНАДЦАТЬ» 16+

4.55 «6 КАДРОВ» 16+

4.50 Х/Ф «НОЧЬ ОДИНОКОГО ФИЛИНА» 12+

4.00 Т/С «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА» 16+



Секреты ухода за орхидеями

ЧТО НУЖНО ОРХИДЕЕ?

Эти тропические растения требуют определенных условий для хорошего роста и эффектного цветения, однако нельзя сказать, что их выращивание – дело чрезвычайно сложное. Цветы, которые продаются сегодня в супермаркетах или садовых центрах, обычно прекрасно растут в обычных квартирных условиях. В мире насчитывается 25 тыс. видов орхидей, и не растут они только на Северном и Южном полюсах. Самый распространенный в торговой сети вид орхидей – фаленопсис, который цветет два раза в год по несколько месяцев кряду, а иногда и непрерывно.

ПРАВИЛА ПОКУПКИ

При приобретении растения следует обращать внимание на то, чтобы его корневая система плотно располагалась в горшке, это значит, что она хорошо развита. Важно, чтобы листья были не вялые, с хорошим тургором. Сколько цветков в данный момент на растении – не имеет значения, поскольку следующее цветение орхидей в квартире, как правило, не повторяет того цветения, которое было в оранжерее. Это будет зависеть от того, в какое время начинается цветение, насколько орхидея обеспечена светом, от качества полива и т. д. Начинаяющим можно посоветовать приобрести фаленопсис с не очень крупными цветками. Мнение по поводу того, что белые орхидеи – самые неприхотливые, не верно. Лучше всего растут и чаще цветут фаленопсисы с пестрыми цветками, в быту их называют «промокашки». Это очень устойчивые сорта, они вероятнее всего дадут повторные цветения, нежели многие белые виды.

Лучше покупать хорошо распустившийся цветок, поскольку при перемещении с места на место бутоны могут опадать.

КУДА ПОСТАВИТЬ?

До того момента, пока на орхидее есть нераспустившиеся бутоны, ей следует «прописаться» на подоконнике. Как только все цветки распустятся, растение впадает в состояние покоя – и тогда его можно использовать как интерьерное, расположив в красивом кашпо где-то недалеко от подоконника.

КАК ПОЛИВАТЬ?

– Поливать орхидею лучше методом погружения. Для этого горшок с растением на 10–15 минут опускаем в емкость с отстоявшейся водой, температура которой должна быть чуть теплее комнатной. Желательно, чтобы вода не доходила до

края горшка. В помещении, где температура воздуха не превышает 20–22°C, нужно поливать таким образом не чаще двух раз в неделю. Следует помнить, что орхидеи самой природой защищены от пересыхания корней. Видимая часть их – это не сами корни, а пробковый слой, который, как губка, впитывает влагу и отдает ее настоящим корням – тоненьким ниточкам внутри.

Главный принцип – не заливать. Если сомневаетесь, полить или нет, лучше не полить. Орхидея – как раз то растение, которое не надо отдавать соседке, покидая дом на 1,5–2 недели. Полили – и уехали спокойно. В крайнем случае, поставьте 2–3 стаканчика с водой вокруг горшка. Вся влага, которая испарится, будет доступна корням растения, и ее им будет достаточно.

КОГДА НУЖНО ПОЛИВАТЬ?

Можно ориентироваться по наличию или отсутствию конденсата на стенках горшка. Если капельки внутри есть – не надо. Еще один способ «диагностики» – по весу горшка. Сухой цветок легкий, влажный – гораздо тяжелее. Однако этот способ не годится для недавно пересаженных растений, поскольку в первые несколько месяцев после пересадки кора еще не разбухла и набирает и удерживает влагу слабее. Самый верный способ – ориентироваться по цвету корней. Напоенные влагой, они приобретают ярко-зеленый цвет. Как только корни побледнели и стали серебристого оттенка – орхидею пора полить.

ЧТО ДЕЛАТЬ, КОГДА РАСТЕНИЕ ОТЦВЕЛО?

Есть растения, которые цветут повторно на спящих почках. Учитывая это, нужно срезать отцветшую стрелку, смазав срез зеленой или йодом. При хорошем освещении растение через 3–4 месяца, а возможно, и раньше, зацветет вновь. Растения, выращенные производителем с использованием гормональных средств, цветут чаще.

ПЕРЕСАДКА

Орхидеи – это эпифиты, то есть растения, растущие на деревьях. Кору для питания они не используют – она нужна им лишь для того, чтобы закрепиться. В



природе орхидеи питаются растворенными веществами, которые смываются ливневыми дождями, омывая корни растения. Поэтому недопустимо «баловаться удобрениями», выращивая комнатные экземпляры. Как только вы закармливаете зеленого питомца, поверхность пробкового слоя засаливается и корешки начинают погибать. Об этом свидетельствует их почернение.

Как только вы заметили, что растение плохо себя чувствует, следует его пересадить. Перед этим его надо полить в старом горшке. Затем достаньте орхидею и обрежьте все погибшие корни. Если корневая система в целостности и здорова, можно использовать тот же горшок, нужно лишь заменить субстрат. Если погибших корней много, нужно взять меньший по размеру горшок – для того чтобы растение в нем могло вновь полностью нарастить корневую систему. Если орхидея с небольшим количеством слабых корешков окажется в большом количестве субстрата, он неизбежно будет переувлажняться, от этого растение будет плохо дышать и неизвестно, сможет ли восстановиться.

Последнее и самое важное условие – высаживать орхидею нужно только в сухую сосновую кору. Кусочки коры, прилипшие к корешкам, можно оставить, чтобы не травмировать корни. Кроме того, на коре есть определенное количество гриба сапрофита, который способствует хорошему развитию растения.

Иногда орхидею можно встретить на распродаже. Как правило, это отцветшие экземпляры, но они отнюдь не худший вариант для тех, кто хочет попробовать выращивать орхидею, тем более что цена на такие растения значительно ниже. Для начала их нужно пересадить. Если листья оказались вялые, поникшие, их нужно закрепить шпильками в более вертикальном положении, приподняв с помощью скажем, деревянных шпажек для шашлычков. В этом случае растению будет гораздо легче прижиться.

КРУПНЫЙ ИЛИ МЕЛКИЙ СУБСТРАТ ПРЕДПОЧИТЕЛЬНЕЕ?

Для фаленопсиса он не должен быть слишком мелким, иначе придется часто пересаживать

растение. Между тем орхидеи не очень любят пересадки, и делать это нужно не чаще одного раза в 3–4 года.

Если кто-то захочет приготовить субстрат самостоятельно, подвергать кору сосны какой-либо обработке не следует, поскольку заболелый, который кора могла бы передать растению, не существует. Кору нужно просто поломать на кусочки и высушить.

ПОЛИВ ПОСЛЕ ПЕРЕСАДКИ

В день пересадки растение не поливают, и в течение всей последующей недели – тоже. На протяжении 7 дней необходимо увлажнять поверхность коры с помощью пульверизатора. При этом в розетку фаленопсиса вода попадать не должна, потому что это может вызвать отмирание всего растения. Через 7 дней орхидею надо полноценно полить погружением.

КАК ПОДКАРМЛИВАТЬ ОРХИДЕИ?

Как практик могу сказать, что лучше подкармливать растение меньше, но чаще, применяя микродозы удобрений при каждом поливе. Для этого добавляем 1–2 капли удобрения для орхидей на литр воды.

Желательно чередовать корневые и некорневые подкормки. При некорневой достаточно добавить 1–2 капли жидкого удобрения для орхидей на литр воды и обрызгивать раствором нижнюю сторону листьев. Во-первых, не будет никакого налета, во-вторых, питательные вещества клетками нижней стороны листа воспринимаются лучше. Можно применить также спрей, готовые для использования, обрызгивая ими цветы раз в неделю.

СВЕТ

Орхидеи светолюбивы, но прямых солнечных лучей не выносят, для них необходим рассеянный свет. Зимой для цветения требуется досвечивание, иначе могут выйти неполноценные бутоны. Очень важно не выставлять орхидею ранней весной на подоконник под прямой солнечный свет, поскольку листья содержат большое количество влаги и могут легко образоваться ожоги. От интенсивного весеннего солнца орхидею нужно защи-

щать. Для этой цели подойдет марля, тюль, да и просто лист бумаги.

МИНИ-ФОРМЫ ОРХИДЕЙ: КАК ЗА НИМИ УХАЖИВАТЬ?

Вы, наверное, заметили, что в горшочке с мини-растениями не сосновая кора, а мох сфагнум. Выращивая в нем орхидею, производители почему-то их не пересаживают. Поскольку сфагнум очень гигроскопичен, с влагой легко переборщить. Если оставить все как есть, нужно погружать горшочек с мини-экземпляром в воду на сантиметр, не более. Не важно, что сверху мох будет сухой, влага постепенно доберется и туда. Но все же я рекомендую пересаживать мини, предварительно размочив мох, в сосновую кору, используя тот же горшок. И ничего, если растение цветет. Как правило, при пересадке фаленопсисы цветки не сбрасывают.

МОЖНО ЛИ ИСПОЛЬЗОВАТЬ КАШПО?

Поскольку у орхидей корни обладают способностью к фотосинтезу, важно, чтобы на них попадал свет. Если вы пользуетесь кашпо, значит, оно должно быть прозрачным. Ни в коем случае не следует пересаживать растение прямо в кашпо без дренажных отверстий, как делают многие. Нужно просто вставить прозрачный горшок с растением в кашпо, периодически наполняя его водой для полива. Не страшно, если часть влаги будет оставаться внизу приподнятого донышка кашпо. Со временем корешки пролезут сквозь дренажные отверстия горшка и будут подпитываться влагой. Но если сразу оставлять в кашпо много воды, есть вероятность того, что орхидея задохнется и погибнет. Поэтому приучать растение к постоянному присутствию влаги нужно постепенно.

ЗАГЛУБЛЯТЬ ЛИ СТОЛ ПРИ ПЕРЕСАДКЕ?

По мере роста растения нижние листья отмирают и ствол удлиняется. Его надо непременно заглублять. И еще один нюанс: если ствол оголяется, на нем остаются сухие остатки листьев, которые надо обязательно удалять, потому что под ними скрываются спящие корешки. Жесткие пенки отмерших листьев препятствуют пробуждению этих корешков. Удалять сухую пластинку старого листа очень легко, если разорвать ее посередине и слегка потянуть в стороны. Если вы начнете «ковырять» лист с какой-либо одной стороны, вы неминуемо повредите ствол.

В заключение хочется отметить, что выращивание орхидей в вашей квартире или доме – это только ваш самостоятельный опыт. Ни один специалист, книга или Интернет не научат вас дружить с растением. Поэтому советую наблюдать за ним. Если в книге написано поливать раз в 4 дня, а вы видите, что в условиях вашей квартиры это много, руководствуйтесь собственным опытом. И помните, что фаленопсисы погубить практически невозможно.

Подготовила
Наталья Гусакова



У меня в этом году совсем не было ягод на землянике, хотя цвела она обильно. Все ягоды были как бы искалеченными – с какими-то рубцами, твердые и неспелые. На нижней стороне листьев ржавые ходы. Что это значит и что сейчас делать?

Л.И. Федотова

Судя по всему, на вашу плантацию напала стеблевая (или земляничная) нематода. Это мелкий червь длиной 0,6–0,9 мм (стеблевая) и 0,45–0,80 мм (земляничная), не видимый простым глазом. Нематода живет и размножается внутри тканей растения, в межклеточном пространстве. Поражает она в основном надземные части – листья, цветы, стебли, ягоды. Стеблевая нематода зимует во всех стадиях развития в растении, а на стадии личинок старших возрастов – в почве на глубине 40–60 сантиметров. При обилии влаги и умеренной температуре, как было нынешним летом, на одном растении могут расселиться до 2–3 тысяч нематод. Этот вредитель способен жить и на гречихе, клевере, люцерне и разных сорняках. Именно оттуда чаще всего он и перебирается на плантацию или же попадает с дождевой поливной водой, а также при обработке почвы.

Стеблевая нематода очень жизнестойка, способна даже при высыхании и в условиях черного пара сохраняться до двух лет, а земляничная – «неженка» – неблагоприятные условия выносит не более трех месяцев и в почве хранится недолго. Растения, зараженные стеблевой нематодой, отличаются морщинистостью и скрученностью листьев, утолщением черенков и побегов, уродливостью ягод, общей угнетенностью. Часто у основания листовых пластинок наблюдается характерное вздутие. Ягоды на пораженных кустах вырастают мелкие, уродливые.

Земляничная нематода из других растений предпочитает только лютики и некоторые виды лапчаток. При сильном заражении больные кусты напоминают по виду головку цвет-

Нематода: живучая и очень опасная

ной капусты. Наблюдается деформация цветков, черешков и листьев. Часто число долей листовых пластинок увеличивается с трех до пяти или даже восьми. Весь куст становится приземистым и практически не дает урожая. Иногда листовые пластинки приобретают лилово-красную окраску. Эти признаки четче всего проявляются в первой половине вегетации вплоть до сбора урожая, а также осенью, когда идет массовое образование усев. При сильном заражении земляничной нематодой теряется до половины урожая ягод.

ГОРЯЧИЙ ДУШ ДЛЯ НЕМАТОДЫ

Похоже, что на ваших грядках преобладает как раз самая стойкая и потому более опасная стеблевая нематода. Но не исключено, что после дополнительного анализа вы найдете и следы присутствия земляничной.

Что делать? Если учесть, что стеблевая нематода способна сохраняться в почве годами, нужны радикальные меры. К сожалению, самое надежное – выкопать кусты с корнями и сжечь, чтобы не оставлять вредителю шансов. А освободившуюся почву на всякий случай пролейте кипятком. Свежую плантацию закладывайте обязательно в другом месте. Используйте только здоровый посадочный материал, лучше – не с ваших грядок. Но если на вашей плантации есть особо ценные сорта или крепкие усы, на ваш взгляд, еще не успевшие заразиться, можно попробовать сформировать новую плантацию из них. Но перед посадкой их обязательно следует обеззаразить – прогреть в горячей воде (46–47°C) в течение 15 минут.

Для прогрева рассаду берут весной в состоянии покоя, все



листья удаляют, а корни подрезают до 5 см. Кстати, выживают после такой процедуры далеко не все растения. Так что берите кусты и розетки с запасом.

Конечно, обидно снова остаться без ягод. В качестве эксперимента можно попробовать спасти и часть наименее зараженных имеющихся грядок. Попробуйте скосить все кусты на тех грядках, которые хотите оставить. Можно воспользоваться острой тяпкой, но тяпайте щадящие, на поверхности оставляя примерно 2 см ростков. Все скошенные части сожгите. Затем почву слегка взрыхлите и обильно полейте сами растения и землю вокруг горячей водой. А ранней весной, пока кусты не успели разрастись, процедуру повторите. Заодно сделайте профилактическое опрыскивание от других вредителей настоем полыни, чеснока, чистотела или луковой шелухи с добавлением мыла. В горячий (не более 50°C) раствор сразу же можно добавить и минеральные удобрения для подкормки ослабленных после такой экзекуции кустов.

Кстати, эти меры помогут избавиться и от паутинных клещей и земляничного долгоносика, которые также часто досаждают садовой землянике.

ВМЕСТО ЯДА – НАСТОИ ИЗ ТРАВ

Вот несколько рецептов травяных настоев широкого спектра действия для профилактического и искореняющего опрыскивания:

Полынь

Используются все части растения как свежего, так и высушенного в тени. Траву измельчают, насыпают полведра зеленой массы, заливают водой. Дают настояться. Через сутки кипятят в течение 30 минут, процеживают и доливают водой до ведра. В отвар добавляют мыло (чтобы лучше приставало) или горсть стирального порошка. Можно в него влить настой птичьего помета или минеральных удобрений для одновременной подкормки растений. Полынный отвар применяют против листогрызущих гусениц, жуков, паутинного клеща, тли и других вредителей.

Помидорная и картофельная ботва

Помидорной ботвой наполняют ведро, заливают водой, кипятят полчаса. Отвар процеживают. Берут 2 л на ведро воды, добавляют 20 г жидкого зеленого мыла или 40 г хозяйственного. Используют свежим против гусениц, личинок, пилильщиков, листогрызущих вредителей, тлей.

Картофельной ботвы надо всего 1 кг на ведро воды. Настаивают 12 часов, процеживают, добавляют 50 г мыла, хорошо вспенивают. Настой особенно эффективен против тлей и клещей. Через 12 часов после обработки гибнет до 90% клещей.

Луковая шелуха

200–400 г луковой шелухи заливают 10 л горячей воды, дают настояться, добавляют 50 г мыла и хорошо вспенивают. Опрыскивают три раза с интервалом 5 дней. Настой эффективен против различных клещей.

Чеснок

300–500 г чеснока измельчают, заливают 10 л воды, настаивают двое суток. Процеживают через сито или марлю, добавляют 50 г мыла, хорошенько вспенивают. Настой эффективен против личинок, тлей, гусениц, паутинных и почковых клещей и многих других вредителей.

После опрыскивания рекомендуется грядки накрыть пленкой на одни сутки. Это повысит результативность обработки.

Чтобы на плантациях земляники не завелись нематода и другие опасные вредители, после сбора урожая следует удалять с корнем и сжигать все больные и подозрительные растения. Грядки пятилетнего возраста убирать, перекапывать и засаживать зелеными культурами. Обязательно применять севооборот, то есть новые плантации закладывать в другом месте, лучше после капусты и зеленных культур. Использовать только здоровый посадочный материал.

О. Крылова

Навоз надо заквашивать

Действительно, подкармливать растения можно свежеприготовленным раствором из местных удобрений – коровяка, навозной жижи или куриного помета. Так лучше усваивается аммиачная форма азота, при брожении она улетучивается. Обычно эти удобрения закладывают в бочку до половины ее объема и наливают доверху воды. Как только навоз размокнет, его размешивают.

При небольшом объеме подкормки можно готовить раствор и в ведре. Концентрация его устанавливается в зависимости от возраста и вида растений, степени его развития, климатических условий, влажности почвы. Птичий помет разбавляется в 10–15 раз водой, т. е. на 1 часть помета 12 частей воды, навозная жижа – в 3–4 раза, а коровяк – в 5–10 раз. Для первой подкормки, чтобы не обжечь растения, раствор из этих удобрений должен быть слабее в 1,5 раза. Растворы органических удобрений вносятся

из расчета 10 л на 10 погонных метров или на 10 растений.

Используют и бродящий коровяк или куриный помет, когда хотят обогатить почву полезной микрофлорой, а чтобы аммиак не так сильно улетучивался, бочку закрывают пленкой, которую завязывают веревкой. Подкормка таким раствором коровяка действует более мягко, и ее можно повторять неоднократно, т. е. в одной бочке сразу готовить маточный раствор на несколько подкормок, периодически доливая воду.

Бочку с бродящим коровяком полезно ставить в теплички, где растут огурцы, но при этом чаще

помешивать. При брожении выделяется углекислый газ, столь необходимый растениям. При этом повышается фотосинтез и в конечном итоге урожайность. В любом случае подкармливать коровяком, раствором навозной жижи или куриным пометом следует по увлажненной почве под корень. А после подкормки – полить чистой водой из лейки или шланга через ситечко, смыв остатки раствора, чтобы предупредить ожоги.



Заменяют навоз

Уже не первый год засеваю огород рожью или овсом и использую их в качестве зеленого удобрения. По содержанию полезных веществ зеленое удобрение приравнивается к навозу, про который старые люди говорят, что «земля его 5 лет помнит». Кроме того, рожь и овес способствуют накоплению гумуса в почве, чего не может сделать ни одно минеральное удобрение.

После сбора урожая рассеиваю зерно и перекапываю. Делаю это по мере освобождения грядок от урожая. Рожь можно высевать в любое время, до зимы она успеет вырасти. А вот овес надо сеять пораньше – он яровой.

Отросшую зелень перекапываю осенью, также по мере готовности.

Длинную зелень закапывать неудобно, ее надо предварительно скосить,



а это лишняя работа. Чаще всего закапываю растения, когда они вырастут на 15 сантиметров. К этому времени образуется сильная мочка, около которой почти всегда извиваются черви. Земляной ком практически полностью пронизан корнями, он очень рыхлый. Перекопанная с зеленью почва меньше уплотняется осенними

дождями, весной – более рыхлая и быстрее поспевает, а значит – и урожай даст раньше.

И еще одно преимущество зеленого удобрения. Как я заметил, после выращивания зелени подавляется развитие сорняков, в том числе трудноискореняемых, например осота.

Т. Пшеничников

ОРХИДЕИ РУССКОГО ЛЕСА

Известно ли вам, что некоторые обитатели наших лесов имеют самых ближайших родственников в далеких тропиках Америки, Азии и Африки? Речь идет о представителях семейства Орхидных – самом многочисленном семействе в растительном мире.

Царство орхидей – влажные тропические леса. Обилие света, влаги и тепла. Крупные цветки орхидей поражают своей причудливой изящной формой и необыкновенно яркой, сочной окраской. Их ароматы очень разнообразны: одни пахнут свежескошенным сеном, другие имеют запах ванили, гвоздики, фиалки, корицы, аниса, меда и т. д. Цветки одних орхидей издают аромат только днем, других – только ночью, третьих – днем имеют один запах, а вечером и ночью – другой. Орхидеи приспособились к своеобразному способу питания: корни поглощают воду прямо из влажного воздуха, а питательные вещества – из оседающей на них пыли.

Когда люди узнали волшебную красоту орхидей, возникли специальные предприятия по их разведению. Участились экспедиции, нередко опасные для жизни, по сбору орхидей в тропиках и субтропиках. Конечно, цены на полученные таким путем цветы были исключительно высоки. В последнее время импорт орхидей из мест их естественного произрастания уменьшился, так как часто орхидеи выращивают из привезенных семян, а многие очень интересные новые формы были получены путем скрещивания.

Но даже если вам никогда не приходилось бывать в тропических лесах, не унывайте. Увидеть орхидеи можно и в наших лесах. Правда, они не такие крупные и яркие, как их родственники, их красота не так заметна, но в изяществе наши северные орхидеи не уступают тропическим сестрам, да, кроме того, они еще и пользу приносят людям, числясь в списках зеленой аптеки. А зовут их любка двулистная, или ночная фиалка, и ятрышник пятнистый. Вспомнили их? О родстве с тропическими орхидеями нам подсказывает строение цветка. Нижний лепесток образует вытянутую губу и снабжен шпорцем, как и у всех орхидей.

Северные орхидеи можно встретить по всей лесной зоне России, кроме Крайнего Севера. Они растут на лесных полянах и опушках, на лугах и болотах.

Ятрышник пятнистый в народных преданиях известен как кукушкины слезки. С чем связано такое поэтическое название? Раньше в деревнях существовал

обычай встречи и проводов времен года. В преддверии красного лета, на «зеленой неделе», девушки отправлялись в лес плести венки и водить хороводы. Песни свои они обращали к кукушке, исстари почитаемой за вещую птицу. А поскольку кукушку легче услышать, чем увидеть, то все представления в честь наступающего лета устраивали возле травки, помеченной пятнышками, полагая, что пятнышки эти не что иное, как следы кукушкиных слез, которые она роняет в одиночестве. Вот и прозвали ятрышник пятнистый кукушкиными слезками. Латинское название растения *Orhis* образовано от греческого слова «яичко» и дано растению за форму его клубеньков, как и русское название «ятрышник» от «ятро», «ядро». У ятрышника фиолетовые цветки, плотные цветочные кисти и 3–4 прикорневых листа.

Если вам приходилось бывать в лесу лунной июньской ночью, то вы на всю жизнь запомните тонкий аромат, которым напоен воздух. Его источают цветки любки двулистной, неспроста прозванной ночной фиалкой. В теплом полумраке таинственно гаснут и вспыхивают блуждающие холодные огоньки светлячков, призрачным светом светятся гнилушки, а на сырых лесных полянах, залитых лунным светом, красуется любка двулистная, наполняя воздух тонким ароматом своих бело-серебристых цветов. Но как только солнечные лучи рассеют ночной мрак, бледные цветки любки теряют свой аромат до следующей ночи.

О таком прекрасном цветке, как ночная фиалка, в народе бытуют легенды. Особенно поэтичной является латышская легенда. В этой легенде рассказывается о том, как юноша Янис полюбил прекрасную девушку Занэ. Молодые люди были счастливы. Красавица Занэ больше всего на свете любила собирать лесные цветы, ими она украшала свою хижину и вместе с матерью лечила людей от разных недугов. В те давние времена любимым праздником молодежи была ночь на Ивана Купалу (Янова ночь), когда юноши и девушки собирались на лесных лужайках, пели песни, танцевали и украшали себя венками из лесных цветов. Говорили, что особенно прекрасны цветы в Черном бору, где жил страшный леший, у которого в эту ночь расцветал чудесный цветок, не имевший себе равных по красоте и аромату. Обладателя его ждала удача во всех делах и долгая счастливая жизнь. Леший охранял свой волшебный цветок, а смелых девушек, которые попадали к нему на лужайку, он заколдовывал, превращая в цветы. У Занэ было храброе сердце, и она сумела уговорить Яниса, чтобы он отпустил ее на поиски чудесного цветка. Черный бор был дремучий и мрачный, но Занэ смело направилась на лужайку, залитую серебристым светом луны, откуда доносился дивный аромат невиданного цветка. Наконец-то она его увидела и хотела сорвать, но раздался грозный хохот лешего, который превратил девушку в ночную фиалку. Леший нарочно заманивал прекрасным цвет-



ком самых красивых девушек и превращал их в ночные фиалки, которые особенно сильно благоухали в светлую Янову ночь, в ночь их таинственного исчезновения и превращения.

Корневая система у растений слабая, всего пять-шесть тонких корешков да два клубенька. Один темно-бурый, дряблый – это старый, прошлогодний клубень, а рядом с ним светлый, твердый, молодой. Вот за эти-то клубни и ценит зеленая аптека растения. Дело в том, что они очень богаты крахмалом и легко растворимой в воде слизи. Высушенные клубни любки и ятрышника известны к медицине под названием «салепа». Он издавна применяется в народной медицине Востока, откуда был позаимствован вначале как народное средство и лишь позднее стал использоваться научной медициной. Народные врачеватели считали салепа хорошим общеукрепляющим средством.

В старинных травниках приводились рецепты использования отвара из клубней салепа при лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта (язвах желудка и двенадцатиперстной кишки, гастритах, энтеритах), дизентерии, особенно у детей. В старые времена отвары клубней салепа применяли и в качестве хороших обволакивающих средств при острых хронических бронхитах, при отравлении некоторыми ядами. Особенно хорошо они себя зарекомендовали при дистрофии, истощении после продолжительных заболеваний. В Армении клубни салепа применялись в народе при лечении печени, а также как средство, улучшающее состав крови.

В наши дни лекарственным сырьем у всех орхидных являются молодые дочерние клубни, собранные во время цветения или в период отцветания, когда растение еще можно распознать в густом разнотравье. Очищенные от кожицы, они перед сушкой погружаются на несколько минут в кипящую воду. Для удобства при выполнении этой первичной обработки клубни обычно нанизываются на суровую нитку. В результате такой процедуры клубни теряют способность к прорастанию (при хранении). Помимо этого, у них исчезают неприятный запах и горький привкус, свойственные свежесвыкопаным

клубням. Крахмал в их наружных слоях частично клейстеризуется, что придает высохшим клубням особую плотность, роговидность. Высушенные клубни некорни округлой, яйцевидной или пальчатой формы, тяжелые, твердой консистенции, желтовато-белого или сероватого цвета, слегка просвечивают. Поверхность мелкоморщинистая, гладкая или с немногими продольными бороздками. Запаха и вкуса не имеют. При соприкосновении с водой поверхность клубней покрывается слизью, становится скользкой. Главной составной частью клубней салепа и является эта растворимая в воде слизь, количество которой достигает 50%. Она относится к полисахаридам, состоит главным образом из маннана и при гидролизе освобождает маннозу. В клубнях много крахмала (до 30%), немного сахара (около 1%) и белковых веществ. Они содержат также жизненно важные химические элементы (цинк, медь, кобальт, хром, марганец и другие).

При взбалтывании порошка салепа в воде содержащаяся в нем слизь переходит в раствор, который раньше находил применение в медицине в качестве обволакивающего средства и особенно часто применялся в педиатрии при различных желудочно-кишечных заболеваниях. Слизь салепа является также противоядием при отравлении ядами прижигающего действия.

Салепа используется и за рубежом. Например, в Болгарии клубни салепа используются как хорошее обволакивающее и противовоспалительное средство при острых и хронических заболеваниях дыхательных путей, а также при желудочно-кишечных заболеваниях. В австрийской медицине их применяют при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, гастритах, поносе, особенно широко – в педиатрии. В Польше препараты салепа используются при болезнях желудка, кишечника, дыхательных путей. Клубни растения применяются и в качестве диетического продукта для приготовления супов, желе, теста. А тот факт, что клубни любки и ятрышника содержат до 50% полисахаридов, может привести к новому использованию давно известного лекарственного растительного сырья.

Дело в том, что буквально в последние годы было установлено прекрасное качество полисахаридов – способность повышать иммунные (защитные) силы человеческого организма.

В настоящее время известно, что даже при таком заболевании, как рак, полисахариды помогают больному организму бороться со страшным недугом. В эксперименте и в клинике находят применение бактериальные и дрожжевые полисахаридные комплексы зимозан и продигизан. Эти препараты нельзя рассматривать как специфические противоопухолевые агенты. Они повышают общую сопротивляемость организма. Их эффект при химиотерапии опухолей сказывается главным образом при совместном применении с другими противоопухолевыми веществами. Действие этих полисахаридов различно. Установлено, что особенно чувствительны к ним саркомы, экспериментально вызванные у животных, которые подвергают эффективной регрессии вплоть до полного выздоровления животных. Большинство индивидуальных препаратов представляют собой глюкозы и манианы, т. е. их молекулы построены только из глюкозы или маннозы. В отношении изучения природных источников полисахаридов еще предстоит многочисленных исследований, но уже полученные данные являются обнадеживающими. Как знать, может быть, и нашим северным орхидеям еще предстоит второе рождение в науке?

А пока мы говорим о применении салепа в медицине в прошедшем времени. Дело в том, что за свою красоту наши орхидеи жестоко расплачиваются. Как только сойдут ландыши, безжалостные расхитители лесных даров принимают за любку и ятрышник, составляя из них некрасивые букеты. Толку от таких букетов нет, а растения страдают от черствых рук. В результате сейчас и любка и ятрышник находятся на грани вымирания и занесены в Красную книгу. Но от нас самих зависит, смогут ли наши дети любоваться живыми северными орхидеями или будут знакомиться с ними только по картинкам. Эти нежные, хрупкие растения требуют нашей защиты.

Л.В. Михайличенко



Арбуз – идеальное летнее лакомство, но необходимость вычищать семечки может ослабить энтузиазм в отношении этого фрукта. Некоторые взрослые могут беспокоемся из-за того, что подавятся семенами, а дети боятся, что из семян в животе вырастет арбуз. Но чаще всего мы слышим, что арбузные семечки вызывают аппендицит. В этой статье мы рассмотрим, чем могут быть полезны арбузные семечки и так ли они вредны.

ЧТО ГОВОРЯТ ЭКСПЕРТЫ

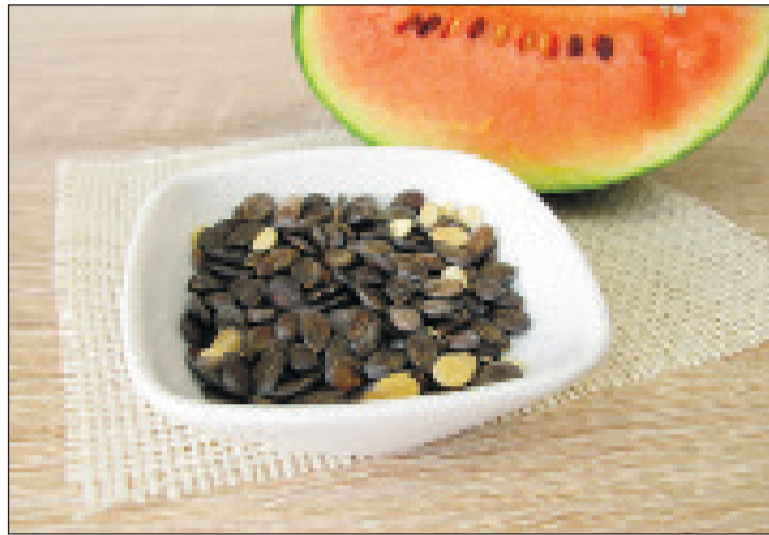
Изучив мнение экспертов в вопросах питания, можно убедиться, что употребление семечек арбуза – не повод для беспокойства. В частности, доктор медицинских наук, автор книги «Маленькие поправки к диете. 10 шагов к стройности и здоровью» (The Small Change Diet: 10 Steps to a Thinner, Healthier You) Кери Ганс, заявляет, что семечки арбуза полностью безопасны для употребления в пищу. По его словам, когда вы едите их сырыми, то не переваренные черные оболочки проходят через ваше тело целиком. В конечном итоге, через пару дней они просто выводятся из организма естественным путем.

Однако есть некоторые нюансы. Если у вас чувствительная пищеварительная система и вы съедите слишком много арбузных семечек, то могут возникнуть некоторые проблемы, такие как газообразование или вздутие живота.

У людей, склонных к запорам, семечки арбуза также могут вызвать такую реакцию. Но во многом все дело в количестве, которое вы употребляете. В семенах арбуза содержится много нерастворимой клетчатки, которая способна замедлить работу пищеварительной системы, если не будет достаточно воды и другого материала, чтобы ее протолкнуть.

Некоторые врачи, однако, предостерегают, что семечки арбуза содержат аминокислоту – цитруллин. Распадаясь в организме человека, она высвобождает аммиак. Для здорового человека обычно это не имеет серьезных последствий, а вот людям с проблемами со здоровьем, детям и беременным есть арбуз с семечками в больших количествах все же не стоит.

Что касается ситуации с риском аппендицита, то существует исследование турецких врачей, которые изучали содержа-



мое удаленных аппендиксов. По их результатам, семена плодов оказались внутри аппендикса только у 0,5% пациентов. При этом, были ли это семечки от арбуза или других фруктов, не уточнялось.

Таким образом, если вы съедите немного семечек вместе с сочной мякотью арбуза, это совершенно нормально и не вызовет опасных последствий, ведь маловероятно, что кто-то захочет есть их горстями.

ЧЕТЫРЕ СПОСОБА УПОТРЕБЛЯТЬ АРБУЗНЫЕ СЕМЕЧКИ С ПОЛЬЗОЙ

1. Пророщенные семечки арбуза

Как и семена чиа и льна, семена арбуза содержат ценные питательные вещества, включая витамины группы В, калий, магний и цинк. Они также являются источником здоровых жиров и белков.

Чтобы получить полную дозу белка, вы должны съесть семена, когда они прорастут и с



Жаренные арбузные семечки

них можно будет легко удалить черную жесткую оболочку. Этот процесс занимает как минимум несколько дней.

Сначала семена нужно замочить в воде на всю ночь, а затем подождать несколько дней, пока они не прорастут. После того как семена арбуза проросли и очищены от кожуры, их можно подсушить в духовке или сушилке, а после есть как здоровый перекус.

2. Жареные арбузные семечки

Вы также можете поджарить семечки арбуза в духовке. Разложите семена на противне и отправьте в духовку примерно на 15 минут при температуре 150°C, чтобы они стали коричневыми и хрустящими. Таким образом вы теряете часть питательных веществ, но они по-прежнему остаются вкусной закуской, особенно если добавить немного оливкового масла и морской соли.

Кушать их нужно, расколов скорлупу. Для разнообразия приправ вы можете добавить паприку, корицу или немного сахара.

Жареные арбузные семечки можно добавлять в салаты, йогурт и овсянку. Они богаты питательными веществами, а также полезными жирными кислотами, такими как омега-3.

Можно безопасно употреблять около 0,5–1 стакана арбузных семечек в день. Обязательно тщательно пережевывайте семена арбуза, прежде чем проглотить их, чтобы убедиться, что все питательные вещества будут поглощены пищеварительной системой, поскольку они являются жесткими.

Арбузные семечки содержат много клетчатки, которая позволяет почувствовать сытость. Семена арбуза низкокалорийны, примерно одна горсть арбузных семечек содержит всего около 23 калорий. Таким образом, они могут работать как здоровая закуска между приемами пищи для людей, которые пытаются контролировать свой вес.

3. Арбузное масло

Существуют и другие способы употребления семян арбуза, чтобы получить от них пользу. В Западной Африке из семян арбуза делают масло. Оно имеет кремовую текстуру, похожую на арахисовое масло. Его можно использовать для бутербродов или в качестве соуса к фруктам или добавить ложечку в смузи, или в каше. Но стоит такое масло очень недорого.

4. Мука из семечек

Семена арбуза также измельчают в муку. Питательный профиль семян арбуза сравнивается с другими популярными альтернативами пшеничной муке, такими как миндальная и кокосовая. Мука из арбузных семечек при этом выходит на первое место. По сравнению с миндальной мукой, мука из арбузных косточек содержит больше белка, железа и цинка.

ПОЛЬЗА АРБУЗНЫХ СЕМЕЧЕК

Арбузные семечки имеют некоторую питательную ценность. В частности, они являются хорошим источником магния. 30

граммов семечек арбуза обеспечивают около 30% ежедневных потребностей в магнии.

Семена арбуза полезны для сердца благодаря антиоксиданту под названием ликопин, который придает красным фруктам и овощам яркий цвет. Это питательное вещество считается полезным при сердечно-сосудистых заболеваниях и для профилактики рака.

Арбузные семечки также содержат фолиевую кислоту, марганец, цинк, белок и немного железа.

Также считается, что семена могут укрепить кости из-за присутствия в них меди, марганца и калия. Когда эти минералы объединяются, они улучшают плотность костей. Микроэлементы также могут ускорить метаболизм.

Потребление семян арбуза может помочь в уходе за кожей и волосами. В то время как известно, что белки и железо улучшают текстуру и качество волос, антиоксиданты, присутствующие в семенах, могут помочь коже оставаться молодой. Фактически, масло семян арбуза считается одним из основных ингредиентов косметических продуктов, поскольку оно может лечить прыщи и замедлять раннее старение кожи.

Таким образом, арбузные семечки оказываются не таким уж и вредным продуктом. Но это не означает, что вы можете потреблять их в неограниченном или чрезмерном количестве. Чтобы любая пища приносила пользу нашему здоровью, мы должны



Мука из семечек

потреблять ее в умеренных количествах как часть полезной, хорошо сбалансированной диеты.

Так что есть или не есть арбуз с семечками, решать все-таки вам. Но если вы проглотите немного, то скорее всего никакого вреда для организма не будет.

Людмила Светлицкая

АСПИРИН ПОЛЕЗЕН ИЛИ ВРЕДЕН

Миллионы людей в мире, заботясь о своем здоровье, ежедневно принимают аспирин. Ежегодно в мире потребляется более 80 миллиардов таблеток аспирина.

Однако британские медики заявили, что аспирин приносит значительно больше вреда, чем пользы, в том случае, если его «для профилактики» принимает здоровый человек.

Вопреки расхожему мнению, ежедневная доза аспирина неспособна существенно снизить риск инфаркта или сердечного приступа. А вероятность того, что человек, регулярно принимающий аспирин, окажется в больнице с диагнозом «внутреннее кровотечение», удваивается.

В течение восьми лет ученые проводили специальные исследования и пришли к выводу, что прием аспирина для профи-

лактики сердечно-сосудистых заболеваний здоровыми людьми приводит к развитию у них рассеянного атеросклероза. Также постоянный прием этого лекарства повышает риск возникновения внутренних кровотечений.

Однако по заявлению ученых, для людей, перенесших инфаркт миокарда, ежедневный прием небольшой дозы аспирина все же сокращает риск повторного инфаркта. Кроме того, по заявлению все тех же британских ученых, ежедневный прием аспирина сокращает вероятность заболеть раком.

По мнению специалистов, препарат блокирует появление ферментов, которые вырабатываются при воспалительных процессах. Именно эти протеины обычно находятся в организме больного раком в больших количествах.

БЕРЕГИТЕСЬ ДВЕРНЫХ РУЧЕК И КЛАВИАТУРЫ

Британские ученые выяснили, на каких предметах в доме собирается самое большое количество болезнетворных микроорганизмов.

Эксперимент, проведенный учеными, свидетельствует, что одним из самых опасных предметов в доме является обычный плюшевый медведь.

Любимая детская игрушка собирает огромное количество микробов и бактерий, способных вызвать пищевое отравление, серьезные кожные забо-



левания и даже заражение крови. Медики отмечают, что детские игрушки нужно регулярно дезинфицировать и стирать их в стиральной машине с применением специальных порошков.

Второе место в рейтинге заняла ручка холодильника, на которой обнаружили сальмонеллу. Лидером в списке стала компьютерная клавиатура, на которой собирается 33 миллиона бактерий и 10 миллионов плесневых грибов.

Л.В. Михайличенко

Каменные композиции

Традиция использовать камни в качестве декоративного элемента взяла свое начало в Японии. Постепенно каменные композиции набирали все большую популярность – стали создаваться целые каменные сады. Мы живем не в Японии, но что мешает перенять лучший опыт восточных жителей и украсить свой двор камнями.

Каждый камень имеет свой уникальный узор, и поэтому удивителен. Его не надо ни обрабатывать, ни покрывать краской для улучшения его внешних данных. Достаточно лишь продумать порядок раскладки камней на вашем участке, и расположить их согласно плану. Вдобавок камень является практически вечным материалом. Сад камней обладает неоспоримыми преимуществами: отсутствием ухода за ним, аккуратностью, долговечностью, огромным разнообразием вариаций украшения, малыми затратами на создание.

Вам пригодятся камни самых различных размеров и видов. Вы можете как заказать их, так и собрать на ближайших полях. Но второй метод добычи материала займет немало времени, поэтому лучше остановиться на первом. Лучше всего подойдут крупные булыжники

и камни среднего размера.

Перед началом работ тщательно продумайте планировку и представьте ее себе. Если она вас устраивает, можно начинать.

Основные принципы создания каменных композиций:

1. В ансамбле должны сочетаться камни различных форм и размеров. Если все камни будут подобраны одинаковыми, то вы, скорее всего, получите обычное скопление камней, но никак не интересное место, которым приятно любоваться. Старайтесь не использовать камни диаметром меньше 10 см.

2. Самые необычные камни следует располагать на переднем плане.

3. В центре композиции желательно создать другой элемент, отличный от камня. Для этого отлично подойдет небольшой водоем, водопад. Также можно соорудить клумбу. Цветы лучше использовать неяркие, т. к. они будут слишком выделяться на фоне камней, а композиция будет выглядеть не органично.

4. Если есть возможность, то желательно подобрать камни одного происхождения и одинаковой структуры. Тогда ваш сад будет выглядеть естественно, как будто это природа создала его в этом месте, а не человек приложил свою руку.

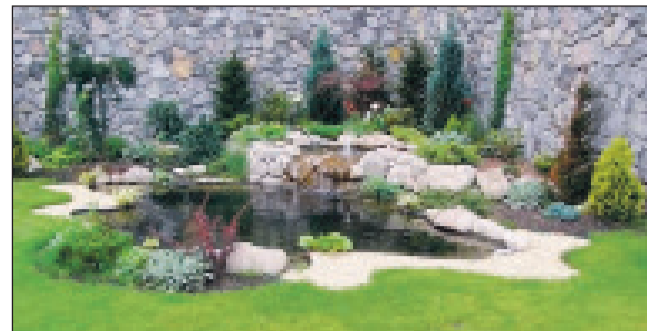
5. Не нагромождайте в одном

месте слишком много крупных камней. Это будет выглядеть хаотично и непривлекательно. Лучше расположите несколько валунов на небольшом расстоянии друг от друга, а пространство между ними пусть будет заполнено травой или галькой. Однако этот совет не касается того, если вы захотите создать некое подобие участка скалы. В таком случае камни как раз должны быть расположены как можно ближе друг к другу.

6. Очень интересно смотрится композиция, составленная из групп камней. В каждой группе (желательно) должно быть не более 4 крупных камней или 7 средних.

7. Необязательно, чтобы камни в композиции располагались исключительно в одном положении относительно плоскости. Вы можете часть камней поставить, а часть положить – гармония все равно будет соблюдена, а ваш уголок из камней только выиграет от применения такого метода.

Пространство между камнями вы можете оставить нетронутым, а можете дополнительно украсить. Если же вы решили использовать и эту площадь, то лучше всего будет засыпать ее галькой разных цветов в виде узоров. Также можете заполнить территорию чистым светлым песком, который подчеркнет красоту вашей каменной композиции.



БУТЕРБРОДНЫЙ ТОРТ

Бутербродный торт – это своего рода закуска перед основными блюдами. Поскольку этот торт весьма нарядный, то он чаще готовится для праздничных застолий.

Шесть охлажденных яичных белков взбить в крепкую пену и перемешать с шестью яичными желтками, мукой, топленым сливочным маслом и щепоткой соли. Из всех этих ингредиентов замесить мягкое тесто. Тесто разделить на четыре части и выпечь четыре одинаковых круглых пласта. Для этого использовать круглую металлическую форму для выпечки тортов, которую надо застелить промасленной бумагой или фольгой.

Приготовление начинки. Первый слой состоит из ветчины, мелко порубленной и смешанной со сметаной. Второй слой – это натертый на терке сыр, перемешанный с 50 граммами мягкого сливочного масла. Третий слой – это порубленные шпроты или сардины, перемешанные с 50 граммами мягкого сливочного масла.

Затем выпеченные пласты переслаивают начинками: на нижний корж выкладывают ветчину со сметаной, покрывают вторым коржом, на него укладывают тертый сыр с маслом, накрывают третьим коржом и раскладывают на него рубленые шпроты или



сардины с маслом, и накрывают четвертым пластом.

Поверхность бутербродного торта посыпать тертым сыром и украшают помидоркой и зеленью.

Перед подачей на праздничный стол бутербродный торт желательно 2–3 часа охладить в холодильнике. Холод помогает всем слоям хорошо пропитаться коржи. Эта оригинальная закуска для праздничного застолья, заменяющая хлеб, бутерброды, тосты и т. д.

Для приготовления торта необходимо: 7 яиц, 4–5 столовых ложек муки, 1 столовая ложка топленого сливочного масла, 150 г ветчины, 2 столовые ложки сметаны, 150 г сыра, 100 г сливочного масла, шпроты или сардины, желатин, хлеб.

В.А. Лойко

ЯБЛОЧНЫЕ ДЕЛИКАТЕСЫ НА ПРАЗДНИЧНОМ СТОЛЕ

ЯБЛОКИ В БЕЛКЕ

Очистить яблоки и удалить сердцевину. Положить в кипящую воду и отварить в течение нескольких минут. Вынуть из воды, положить в глубокую сковороду, взбить белки, добавить сахарную пудру, смешанную с корицей, выложить полученную массу на яблоки и запекать в духовке 10–15 минут.

На 8 яблок – две трети стакана сахарной пудры, 4 белка, половина чайной ложки корицы.

ЯБЛОКИ В ТЕСТЕ

Слоеное тесто раскатать в виде пласта толщиной 0,5 см, нарезать на квадратики такой величины, чтобы в них можно было завернуть яблоко. У подготовленных яблок удалить сердцевину.

На квадратик слоеного теста положить яблоко, в отверстие насыпать сахар, углы смазать яйцом и соединить. На смоченный холодной водой противень уложить изделия, смазать их яйцом и запекать в духовке в течение 20–25 минут при максимальном нагреве. Готовые изделия переложить на тарелку и посыпать сахарной пудрой.

На 1 кг сахара – 0,75 стакана сахара, 350 г муки, 200 г сливочного масла, 1 яйцо, 50 г сахарной пудры.

ЯБЛОКИ СО СЛИВКАМИ И ОРЕХАМИ

Подготовленные яблоки разрезать пополам, очистить от семян и варить в подкисленной лимонной кислотой воде до готовности. Сливки или сметану взбить,

заправить сахарной пудрой с добавлением мелко нарезанных и поджаренных орехов (половина нормы).

Охлажденные яблоки выложить в вафельницы, залить подготовленными сливками, сверху посыпать оставшимися орехами. На 1 кг яблок – 0,75 литра сливок или сметаны, 200 г сахарной пудры, 100 г ядер грецких орехов.

САЛАТ ФРУКТОВЫЙ СМЕШАННЫЙ

Подготовленные груши и яблоки порезать кубиками. Апельсины разделить на дольки и измельчить. Бананы порезать ломтиками толщиной 0,5 см, персики крупно порезать кубиками, крупные ягоды винограда разрезать пополам. Из лимона выдавить сок. Сахар растворить в смеси лимонного сока и ликера. Перемешать кусочки фруктов с ликеро-лимонным маринадом. Виноградом украсить салат сверху.

На 2 яблока – 2 груши, 2 апельсина, 2 банана, 2 персика, 250 г винограда, 2 лимона, 1,5 ст. ложки сахара, 0,5 стакана вишневого ликера.

КРЕМ ИЗ ЯБЛОК С ОРЕХАМИ

Яблоки натереть на терке, перемешать с лимонным соком, сахарной пудрой, толчеными орехами и лимонной цедрой. Оставить на холоде на 1–2 часа а затем перемешать со взбитыми сливками.

На 4 больших яблока – 50 г толченых грецких орехов, 1 стакан взбитых сливок, 3–4 ст. ложки сахарной пудры, лимонный сок, лимонная цедра (по вкусу).

Вихри враждебные

При расстройстве различных функций организма человек в той или иной степени теряет способность адаптироваться (приспосабливаться) к изменениям метеоусловий, становясь нередко «человеком погоды».

Велика вероятность, стать заложником изменчивой погоды:

- * малышу до 3 лет;
- * подростку;
- * обладателю подвижной психики, «тонкой и ранимой» души;
- * человеку, имеющему хронические заболевания;
- * «не любителю» здорового и активного образа жизни;
- * а также любому человеку «за тридцать».

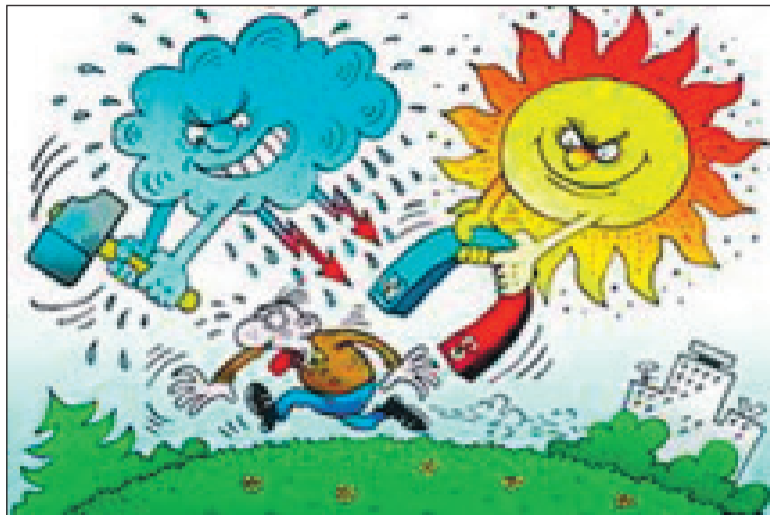
Если вы обнаружили себя в этом перечне, да к тому же не раз замечали, казало бы, без причины повышенную раздражительность или заторможенность, тревожность, слабость, разбитость, чувство нехватки воздуха, быструю утомляемость, боли различного происхождения, плохой сон – очень может быть, что вы тоже метеозависимый человек.

Неприятно, но не отчаивайтесь. Для начала: при первом же визите к своему лечащему врачу обсудите с ним это. И, конечно же, попробуйте помочь себе сами.

Метеофилактика состоит из мероприятий, направленных прежде всего на снижение повышенной чувствительности организма к воздействию внешней среды, а также на повышение адаптационных, приспособительных и защитных механизмов.

Старые истины о пользе активного и здорового образа жизни и закалывания ни в коем случае не утратили своего решающего значения. Вот и профилактические мероприятия против козней погоды (круглогодично!) включают саунотерапию, йодобромные и сероводородные ванны, массаж головы и воротниковой зоны, а в летний период – еще песочные и воздушные ванны. Широко применяются фитотерапия и, конечно, физкультура (предпочтительно – на чистом воздухе).

Больше двигайтесь. Те, кто привык регулярно посещать спортзал или бассейн, имеют



гораздо больше шансов не замечать перемены погоды. Впрочем, эта профилактика будет полезна и тем, кто не реагирует на погоду.

Следующим этапом в борьбе с изменчивой погодой может стать поиск среди множества телевизионных программ той, в которой передают медицинский прогноз погоды, предупреждают о неблагоприятных для тех или иных заболеваний метеорологических явлениях. Если прогноз неблагоприятен именно для вас – примите заранее все прописанные доктором лекарства. А далее – прочтите выше о типах погоды, влияющих на ваше здоровье.

При выраженных гипоксических (при пониженном содержании кислорода в воздухе) реакциях, продолжая базисную терапию основного заболевания, рекомендуется увеличить время пребывания на свежем воздухе. В теплое время года в утренние и вечерние часы совершать дальние пешие прогулки, заниматься дыхательной гимнастикой, принимать тонизирующие средства (настойка элеутерококка, лимонника или корня женьшеня), а также пить крепкий чай и черный кофе.

В зависимости от формы заболевания, характера и степени тяжести метеопатических реакций лечащий врач может назначать массаж головы и воротниковой зоны и медикаментозное лечение (кофеин бензоат натрия, винпоцетин, аскофен и др.). Но лекарственные средства применять только по назначению врача!

А вот при спастических реакциях необходимо уменьшить

физические нагрузки, отказаться от любых стимуляторов (алкоголя, кофе), избегать стрессовых ситуаций, принимать успокаивающие средства (настойки валерианы, пустырника), заваривать чай с мятой, которая обладает антиспастическим эффектом. При значительном проявлении патологических реакций по совету лечащего врача принимать спазмолитические (папаверин гидрохлорид или но-шпа), противоболевые (бруфен, ибупрофен, ортофен) и улучшающие мозговую и коронарный кровоток препараты (курантил, кавинтон, трентал и др.).

В дни, когда ожидается резкая смена одного типа погоды на другой, рекомендуется снизить физические нагрузки, избегать стрессовых ситуаций, принимать препараты, понижающие порог чувствительности (ами триптилин, валериану и др.).

И еще несколько дополнительных советов:

если на погоду реагируют суставы, воспользуйтесь согревающими мазями, спортивными бальзамами – они содержат противовоспалительные компоненты, которые уменьшат боль и отек;

от депрессии, спровоцированной грозой, вам помогут настойка пустырника, чай с успокаивающими травами, витамины, препараты магния и кальция;

на «магнитный» день лучше не планировать важных встреч, желательно снизить нагрузку на организм и не садиться за руль.

Л.В. Михайличенко

Ночные перекусы увеличивают тревогу и депрессию

Сотрудники Медицинской школы Гарварда (США) провели исследование, в результате которого доказали, что время приема пищи может влиять на психическое здоровье людей с гибким графиком работы. Ученые отметили, что эти работники в среднем на 25–40% более депрессивны и тревожны, отчасти из-за нарушения биологических циклов.

Исследователи хотели найти способ положительно влиять на организм, чтобы предотвратить негативные последствия ненормированного, сменного или ночного рабочего графика. Для этого участники эксперимента, 12 мужчин и 7 женщин возрастом от 26 до 31 года, прошли вынужденную

биологическую «десинхронизацию»: на протяжении 28 рабочих дней они находились в тусклом помещении, что позволило изменить их восприятие времени.

К четвертому «дню» поведенческие циклы добровольцев изменились настолько, что это нарушило их колебания интенсивности биологических процессов, связанные со сменой дня и ночи. Работающих участников произвольно разделили на две группы и следили за уровнем их настроения. Первая ела в соответствии с 28-часовым циклом, что вынуждало их принимать пищу как в дневное, так и в ночное время суток. Вторая же жила по 24-часовому циклу, то есть в ночное время только спала.

Ученые обнаружили, что у первых участников депрессивное настроение увеличилось на 26%, а тревожность – на 16%. У остальных негативных тенденций не наблюдалось.

«Время приема пищи становится важным аспектом, который может влиять на физическое здоровье. Но его роль для психического состояния еще предстоит изучить», – говорят исследователи.

Также ученые отмечают, что на здоровье и работоспособность влияют здоровый сон и чувство голода, которые не столь стабильны и контролируются в условиях гибкого графика.

Л.В. Михайличенко

Предлагаю семенной картофель и саженцы плодово-ягодных культур

Высылаем почтой в любой регион.

Картофель. НОВИНКИ: Аляска, Легенда. Шарвари пирожка, Уника, Иван да Шура, Фламинго, Рубайру, Панда, Принцесс, Кисловодский, Эстрелла, Петрович, Восход, Мираж, Гусар, Гранд, Ред-соня, Ажур, Алладин. **ИЗВЕСТНЫЕ:** Венета, Метеор, Аврора, Киви, Лаура, Маяк, Маугли, Пикассо, Шаман, Манifest, Лыковский, Леди розетта, Роко, Улыбка, Чародей, Скарб, Синеглазка, Галактика, Лина, Барс, Накра, Родриго, Вектор, Юлия, Гарант, Морокко, Любава, Фиделия, Рассет Бербанк, Алена, Сапон, Сафо, Адретта, Вега, Волжанин, Королева Анна, Мерлот, Валентина, Нандина, Краса мещеры, Ред соня, Люкс, Агата, Романо, Синеглазка. Сорта с фиолетовой и красной мякотью очень полезны в питании, особенно при повышенном сахаре. **Всего около 200 сортов.**

Саженцы чёрной смородины – новинки и лучшие сорта: Бен Невис, Добрый джин, Селеченская 2; зеленоплодная – Вертти; новинка – Бессемянная.

Жимолость крупноплодных сортов без горечи: Дочь великана, Сильгинка, Бакчарская юбилейная, Синий утес и др.

Калина с пониженной горечью: Реликт Гинкго Билоба. Комнатные лимоны: Знаменитый Павловский, Мейер. **А также** лавр, фейхоа, муррайя. Яблони редких сортов Чудо рэя, Пекка, Хани крисп, Память Сикоры, Легенда, Веселина, Надежны, Заславское. Сорта с плодами с розовой мякотью. Груша с плодами с розовой мякотью сорт Блютберне. Самые морозостойкие сорта голубики: Патриот, Бонус, Чандлер. Ежевика Торнфри. Алыча Нектаринная.

431370, Мордовия, Ельники, Заречная–263. Лукшин Александр Васильевич. При письменном обращении вложите оплаченный конверт со своим адресом.

Эл. почта: Sas8634@yandex.ru

Страница ВКонтакте: Ельниковский сад.

Тел.: 8-987-567-84-32, 8-951-054-18-46.

Уважаемые садоводы!

Магазин «ВЕТ-АГРО»

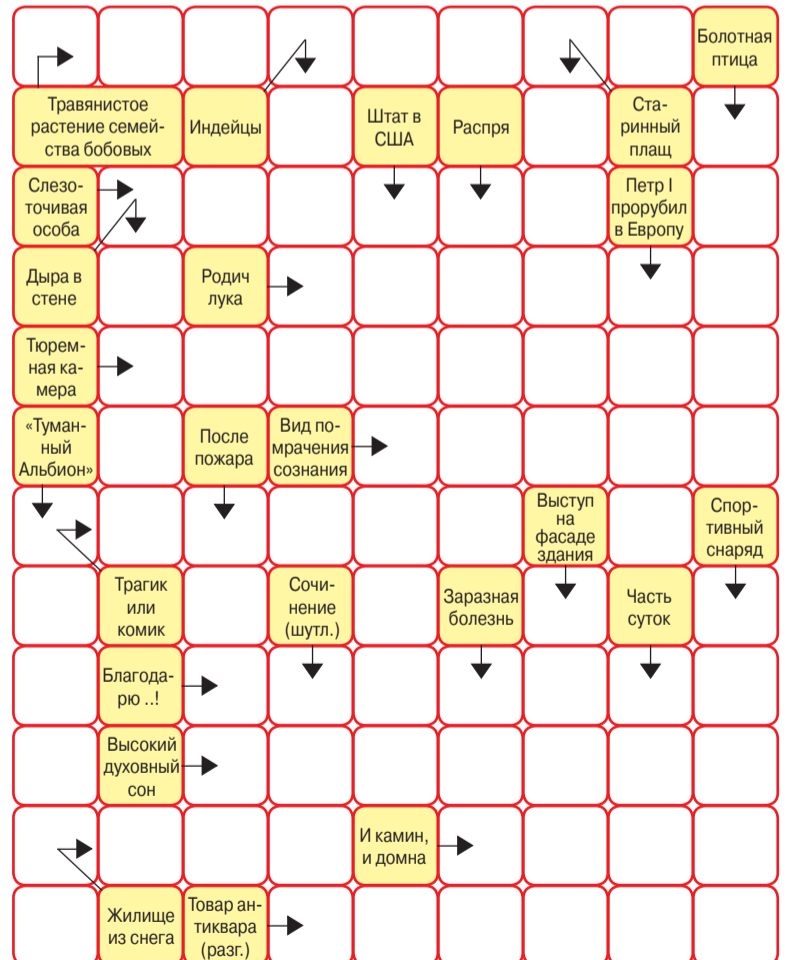
предоставляет новогоднюю скидку 10%

на все товары с 15 декабря 2022 г. по 15 января 2023 г.

(более 3000 видов семян и сопутствующих товаров).

г. Екатеринбург, пр. Космонавтов, 42,

станция метро «Уралмаш».



ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В № 52

По горизонтали: Астрагал. Эконом. Арбат. Надфиль. Петля. Ниобий. Твен. Шале. Дробовик. Тога. Охта. Адам.

По вертикали: Брандт. ВДНХ. Секундомер. Нога. Надпил. Орфей. Шота. Гамбит. Завод. Алле. Лига. Листья. Секам.