

Суперсоветы для всей семьи

Плюс
ВНУТРИ
6 полезных
СХЕМ

16+

Сваты

№ 24 (114), декабрь 2017 г.

Толока

**НОВЫЙ ГОД И...
ПАНКРЕАТИТ** стр. 3

**Если напряжение
скачет** стр. 11

**«ХОЛОДНОЕ
МЕНЮ»:
ТОП-РЕЦЕПТЫ
ЗАКУСОК** стр. 22

**Подписка
продлена!**

Выписать «Сваты»
на 1-е полугодие
2018 года можно
до 12 января.

**На лице
написано**

Скрывать эмоции — выгодно? стр. 24

ISSN 2305-5693

17024>



9 772305 569995

Всегда с вами!**Наши добрые знакомые**

Чета Шевченко: Любовь Сергеевна (можно — Любаша) и Михал Михалыч — кулинары и дачники от бога!



И их сваты Богатыревы: красотка и рукодельница Маргарита Петровна (Марго) и мастер на все руки Анатолий Степаныч.

На фоне Шекспира

В конце декабря вольно-невольно оглядываешься на год минувший: что ты в нем накуролесил? Прикинул: подвигов не совершил, Нобелевка — опять мимо, тещину швейную машинку «Зингер» не отремонтировал, а собирался... На друга из-за ерунды зуб заимел, дочке нагрубил (пускай и по делу), в важном для себя разговоре глупость сморозил. Даже портмоне, ворона, потерял! Не денег жалко — их там было с гулькин нос, а кошелек: жена подарила. Черт, почему-то одни «косяки» приходят на память — будто Огненный Петух только и делал, что клевал меня весь год...

А с другой стороны, в 2017-м я вроде никого не предавал. На работе не обмешурился. Семья любит (даже обиженная дочка!). Друзья верят... А «косяки» — так их у каждого навалом. Шекспир вон в драме про Юлию Цезаря писал: «Чу! Бьют часы». Хотя часы с боем придумали через 800 лет после убийства Цезаря. Так то сам классик нахомутал — чего ж я со своим обшарпанным портмоне мельтешу на фоне Шекспира?

Не заикливайтесь на ошибках! Главное, чтобы в итоге они превращались в опыт, а не в комплексы; делали нас мудрее, а не растеряннее; смягчали сердце, а не ожесточали его. Чтобы не прятались за ошибками фальшь и подлость.

И тогда за праздничным столом вдруг поймешь: «Ёлы-палы, а год-то не зря прожил».

С наступающим!
Удачи!

Александр ТОРПАЧЕВ, редактор

«Сваты»: плохого не посоветуем!

Подписка на «Сваты» на 1-е полугодие 2018 года продлена до 12 января! Поспешите на почту и продлите дружбу с любимым изданием: мы найдем чем удивить вас.

Подписные индексы: 83420 — «КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ»; 82621 — «Пресса России»; П1215 — «Подписные издания».

Официальный каталог ФГУП «Почта России».

Наши лучшие номера еще впереди!

Заливная рыба у нас всегда на новогоднем столе. Поделюсь двумя секретами вкусного блюда. Во-первых, перед варкой отрезаю у рыбы голову, хвост и плавники, чтобы бульон не горчи. Во-вторых, варю тушку на очень слабом огне — иначе заливное получится темным.

«Джакузи» для Деда Мороза

Ну, какой Новый год без ватного Деда Мороза под елкой! Глянула: атрибут праздника изрядно пропылился, пока хранился на антресолях. Положила «старичка» в мешок с застежкой, сунула в

барабан машинки и постирала с небольшим количеством порошка в холодной воде — горячая расплавит клей. Режим отжима — на минимум оборотов. Просушила — Дед Мороз хоть куда!

Чтобы убрать с лица мелкие прыщики и черные точки, делаю простую дрожжевую маску. Развожу в миске 20 г дрожжей перекисью водорода (до однородной кашицы) и наносю на распаренную кожу. Через 15 минут смываю теплой водой. Очищает классно!

Пластиковый стакан электророзетки устанавливаю в гнездо в стене на двусторонний скотч, а под лапки самой розетки ставлю резиновые прокладки. Так фиксация получается надежнее.

Безопасный фейерверк

Внук ждет не дожидается, когда я в новогоднюю ночь стану запускать петарды. Но я предупредил малыша: будет сильный ветер — про пиротехнику забудь! Уже при скорости ветра более 5 метров в секунду «ракета» может изменить траекторию и угодить в соседское окно. Кстати, стекло петарда легко пробивает с 10 метров!

Кофе и... быстрый сон

Перед праздником любая хозяйка устает до чертиков. А так хочется подольше порадоваться чуду новогодней ночи. Записывайте совет, как сохранить бодрость. За час до застолья сварите чашку крепкого кофе (растворимый не подойдет), выпейте залпом, поставьте будильник ровно на 15 минут и постарайтесь... уснуть! После фазы быстрого сна подниметесь по свежей, с ясной головой.

Зима — пора доставать лыжи! Чтобы ноги меньше уставали в лыжных походах, пару дней перед этим растираю ступни теплым льняным маслом — мышцы питание дополнительное получают, да и массаж им на пользу пойдет.

Не чета пилюлям

Бокал пива пару раз в неделю — не баловство, как считает Любаша, а забота о здоровье! Армейский доктор меня учил: микроэлементов (калия, магния, фосфора, железа, меди, цинка) в пиве больше, чем в свежавыжатом апельсиновом соке. А витамины В₁ и В₂ из пенного напитка усваиваются лучше, чем из аптечных пилюль!



Новый год и... панкреатит

Не за горами затяжные торжества с «тазиками» оливье и рекой спиртного. Как после всего этого не попасть на больничную койку с панкреатитом? За ответом на этот вопрос «Сваты» обратились к терапевту Ольге Жлобо из г. Могилева:

— В праздники поджелудочной железе приходится справляться с возросшей нагрузкой. Мы охотно налегаем на жирные блюда, майонезные салаты, копчености, сладости и алкоголь. Но подобное сочетание — толчок к развитию различных заболеваний ЖКТ. Под особым «ударом» в Новогодье люди, соблюдавшие до него пост или диету: резкая смена пищевого режима усугубляет ситуацию.

— Как распознать симптомы панкреатита и что предпринять для их устранения?

— Воспаление поджелудочной железы сопровождается сильными болями в верхней части живота — опоясывающими или локализованными в левом подреберье. Дополнительные симптомы — тошнота, вздутие живота и нарушение стула, повышение температуры тела. Не ждите, что это само пройдет, — срочно обращайтесь к врачу. Острый панкреатит, как и обострение хронического, начинают лечить уколами и капельницами. А если они не помогают

— нужна операция. Ожидая «скорую», соблюдайте три правила: голод, холод и покой. На верхнюю часть живота, чтобы уменьшить боль и воспаление, можно положить завернутый в полотенце пакет с овощами из морозилки. Из медикаментозных препаратов поджелудочной помогут панкреатин, мезим, фестал.

— Подскажите «рецепт» правильного новогоднего меню?

— Не налегайте на сладости, алкоголь, острые блюда. Вяленые и копченые колбасы замените нежирным отварным (запеченным) мясом или постной рыбой, шоколадный десерт — запеченными фруктами, сладкую газировку — соком, разбавленным водой. Откажитесь от закусок с майонезом, соусов на основе кетчупа. Добавьте в меню неострые овощи (морковь, свеклу, картофель), а на утро съешьте кашу на воде.

Помните: еда и алкоголь — отнюдь не главные составляющие праздника.

Беседовала Ирина КОМЛЕВА, г. Могилев

Дегтярное мыло: за и против

Сегодня мыло с березовым дегтем популярно в рецептах народной медицины. Разберемся в его достоинствах и недостатках.

Плюсы

❖ Дегтярное мыло избавляет от угрей, зуда при экземе, перхоти, чесотке. Умываться нужно утром и вечером два раза в неделю, оставляя мыльный слой на проблемных участках на 15 минут. Смыть сначала теплой, затем холодной водой. Курс — 30 дней, повторение — не ранее чем через 3 месяца.

❖ Мыло пригодится при пролежнях, заживляет ссадины и трещины на коже ног. Можно использовать для обработки слизистой носа при эпидемии гриппа и ОРВИ.

❖ Для интимной гигиены эффективно при начальных признаках кандидоза.

❖ Для борьбы с грибковой инфекцией на стопах ног делают ванночки (2 ст.л. стружки мыла разводятся в 2 л воды). Затем наносят аптечные средства. Конечно, мыло не решает проблему полностью, но значительно облегчает зуд и замедляет развитие инфекции.

❖ Мылом можно пользоваться в профилактических целях. Мойте им руки и ноги после посещения бассейна, пляжа.

Минусы

❖ Дегтярное мыло сушит кожу, поэтому после мытья наносите увлажняющий крем.

❖ Может вызывать аллергию. Выполните предварительный тест — смажьте локтевой сгиб и минут через 10 посмотрите, нет ли сильного покраснения.

❖ Средство обладает специфическим запахом, который отбивает у многих желание его применять.

Елена ДОРОХОВА, к.м.н., г. Москва



Взбодрит лимонник

Два года я зимой принимаю настойку по рецепту соседки.

Заливаю 30 г сухих плодов лимонника китайского 300 мл водки, выдерживаю в темном месте неделю, вре-

мя от времени взбалтываю. Добавляю 10 капель настойки в рюмочку теплой воды и выпиваю после завтрака. Чувствую себя гораздо бодрее.

Людмила Викторовна, г. Могилев



Комментарий специалиста

Основное действие препаратов на основе лимонника китайского — стимуляция нервной системы и мозга. Такую настойку советую принимать при переутомлении, слабости, сезонном упадке сил и настроения.

Но посоветуйтесь с врачом. Лимонник противопоказан гипертоникам, лицам с нарушениями сердечной деятельности, больным атеросклерозом, а также беременным и детям до 12 лет.

Регина СЕЛИВАНОВА, травница, г. Минск

Дорогие читатели!

Организм каждого человека индивидуален: что полезно для одного, может не подойти другому. Перед использованием любого народного средства посоветуйтесь с врачом.

Испытано на себе

Избавиться от бронхита мне помог настой цветков бузины черной. 1 ст.л. сухого сырья заливала стаканом кипятка, выдерживала под крышкой полчаса, процеживала. Принимала равными дозами 3-4 раза в день за полчаса до еды. Лечилась так до выздоровления.

*Ольга РОМАНОВА,
Ленинградская обл.*



Хотите сохранить мужскую силу до старости — каждый день съедайте натошак по 0,5 ч.л. порошка из сухих ягод шиповника. На собственном опыте убедился: совет эффективен!

Сергей Васильевич, Алтайский край



Босиком к здоровью



Начал босиком заниматься в спортзале. Через некоторое время заметил, что чаще стал ходить в туалет. Это мочеполая система так реагирует на переохлаждение?

Андрей Евгеньевич, г. Березники

— Кратковременное пребывание босиком, тем более в моменты физической активности, полезно для закаливания организма. Другое дело, что долго сидеть на холодной поверхности нельзя ни мужчинам, ни женщинам, ни детям: можно получить проблемы, связанные со здоровьем органов мочеполовой системы. Участвовавшие позы к мочеиспусканию не всегда свидетельствуют о начале патологического процесса, зачастую это связано с употреблением в течение дня более 2,5-3 л жидкостей; с обилием в рационе продуктов, обладающих мочегонным

действием (травяных чаев, отваров, арбуза, ягод брусники); с состоянием стресса или общим переохлаждением организма. После устранения любого из этих факторов самочувствие нормализуется.

Но если частые походы в туалет сопровождаются неприятными ощущениями, резью, жжением, болью внизу живота или в пояснице, повышением температуры, нужно незамедлительно обратиться к врачу: это может быть признаком острых заболеваний мочеполовой системы.

*Олеся ДЯБКИНА,
уролог, г. Пермь*



Зимой для укрепления иммунитета и профилактики простуды простой чай заменяю витаминным. Смешала по 200 г сухих плодов черной смородины и шиповника. Каждое утро заливаю 2 ст.л. сырья 2 стаканами кипятка, выдерживаю в термосе 1-2 часа. Пью как обычный чай в течение дня. На здоровье не жалуюсь!

Анна АЛЕКСИНА, Ровенская обл.

Зеленое успокоительное

Справиться с бессонницей мне помог сбор из трав вероники лекарственной, зверобоя, тысячелистника, листьев земляники (все ингредиенты купила в аптеке). Смешала по 5 ст.л. каждого компонента, хранила сырье в плотно закрывающейся банке. Каждое утро 2 ст.л. сбора заливала в термосе 0,5 л кипятка, настаивала 2 часа, процеживала. Выпивала настой в течение дня за 4-5 приемов. Повторяла до улучшения состояния — сон стал беспроblemным, раздражительность ушла.

Светлана ГАЛИНСКАЯ, г. Витебск

6 советов для укрепления работы сердца



овощи и фрукты, цельнозерновые крупы, нежирную рыбу



уровень глюкозы должен быть ниже 100 мг/дл

Чаша терпения переполнена?

ПроПроТен-100 для лечения алкоголизма

При курсовом приёме
снижает тягу к алкоголю и
помогает предупредить
возникновение запоев



materia  medica

Телефон горячей линии **+7 (495) 681-93-00** www.materiamedica.ru

Регистрационное удостоверение: N002352/01-300408, N002352/02-040508

РЕКЛАМА

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ
ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

Пластик-«хранитель»

Пятилитровые пластиковые бутылки приспособила на даче под стеллаж для обуви — получилось компактно и вместительно.

Отрезав у каждой бутылки дно, соединила емкости между собой суперклеем. Прикрутила «стеллаж» к стене саморезами в углу между двумя опорами — для устойчивости конструкции.

Мария ДМИТРУК,
Ровенская обл.



Чтобы нитки не путались и не терялись, сделала для них «склад» из пол-литровой пустой пластиковой прямоугольной бутылки. Срезала доньшко, прихватив 2 см стеклок. На противоположных боковинах прожгла разогретой металлической спицей по 8 отверстий. Разрезала коктейльные трубочки на кусочки-«оси» длиной на 1 см больше, чем ширина бутылки. На каждую заготовку надела по катушке ниток. Вставив «оси» в отверстия стенок, сделала под каждой проколы раскаленной иглой и продела в них нитку с катушки. Закрыла бутылку ее же доньшком, насадив на основную часть. Чтобы емкость была устойчивее, положила на дно магнит.

Понадобилась нитка нужного цвета — просто вытаскиваю ее кончик на необходимую длину.

Анна БОЛОШОВА, г. Минск



Ремонтируем гирлянду

С китайскими елочными гирляндами (даже новыми) нередко так бывает: включишь — лампочки не горят! Или хуже того — треск, в квартире гаснет свет и пахнет горелой пластмассой... Главная беда таких гирлянд — хлипкие провода и электроника в блоке управления, некачественная сборка. Если лампочки не горят, сначала проверяю, не обломился ли проводок возле сетевой вилки. Зафиксируйте провода здесь (и на выходе из блока управления) термоклеем — застрахуетесь от внезапных обрывов.

После прозваниваю мультиметром цепь и каждую лампочку.

Изоляция нередко либо облетает с жилки, либо пробивается током. Сомнительные участки обматываю изолентой, перегоревшие лампочки заменяю.

Вырубился блок управления? Выбрасываю его и соединяю обе ветки гирлянды параллельно — лампочки засветятся, но мигать не будут.

И два совета напоследок. Не ремонтируйте включенную в сеть гирлянду: в тоненьких проводах — опасное для жизни напряжение! Не вешайте устройство на елку низко: ребенок или кошка случайно зацепятся — либо порвут, либо елку опрокинут.

Александр БОБРОВ, Волгоградская обл.



Полку под коробки с тяжелыми инструментами повесил в кладовой не на шурупы с дюбелями, а на... болты. Высверлил в стене отверстия с запасом в 3-4 мм, вставил в них болты, чтобы резьба выступала на нужную длину, и зацементировал. Сами полки закрепил на болтах гайками. Не упадем!

Украшения в порядке

Для своей «коллекции» браслетов смастерила подставку из подручных средств.

Рулон из-под пищевой пленки оформила белой самоклеющейся бумагой. Закрепила горячим клеем на ненужном CD-диске. Чтобы поверхность склейки была больше, а изделие устойчивее, можно либо надрезать низ картонной основы и подогнуть его внутрь рулона, либо вклеить внутрь, как заглушку, подходящую по размеру крышку от пластиковой бутылки — и уже эту поверхность «стыковать» с диском. Надела на подставку свои браслеты и часы — удобно и стильно!

Светлана БУНИЧ,
г. Одесса. Фото автора

Веселые прихватки

К Новому году сшила подружкам по сувениру — прихватки хозяйкам всегда пригодятся. Украсила каждую работу праздничной вышивкой.

Использовала белую и голубую канву, нитки мулине нужных оттенков (можно заменить цвета на свое усмотрение). Перед тем как закрепить вышивку на основе, выстирала ее и отгладила с изнанки. Фиксировала на прихватку швом «зигзаг».

Елена УШАКОВА, г. Санкт-Петербург. Фото автора



Смотрите
схему № 1
на стр. 16



Варежка для подарков

Понадобились: по 50 г пряжи красного, бежевого, белого цветов; белая пряжа «травка»; чулочные спицы № 4; булавка; крючок № 3.

Красной нитью на спицах набрала 41 п. 1 ряд: лиц. п., распределила их на 4 спицах, смыкая в круг, провязала первую и последнюю п. вместе лиц. Осталось 40 п. 2 ряд — изн. п. Далее 15 рядов — лиц. п. Для большого пальца после первой и перед последней петлями кругового ряда сделала накиды. Повторила эти прибавления в каждом 3-м ряду 6 раз. Петли большого пальца перевела на булавку. На оставшихся связала 3 круговых ряда лиц. п. Добавила бежевую пряжу — 19 рядов лиц. п. Затем белую — 1 ряд лиц. п. Начала вязать мысок: следующий ряд в начале каждой спицы провязала 2 п. вместе. Повторяла, пока

вышла на угол треугольника. Оставшиеся 4 п. стянула и закрыла. Отложенные петли перевела с булавки на 3 спицы, прибавив в месте соединения большого пальца и основы варежки 2 п. Выполнила 16 рядов лиц. п. Перешла на белый цвет и вывязала кончик, как и на варежке. «Травку» провязала крючком на стыке бежевого и красного цветов и по низу мыска варежки. Оформила глаза и нос пряжей (можно бусинками). Чтобы стянуть верх у варежки, связала шнур. Красной пряжей набрала на спицу 3 п. Провязала их лиц. п., переместила петли на конец спицы и выполнила еще 3 лиц. п. Так подготовила шнур необходимой длины.



Смотрите схему № 6 на стр. 18

Лидия ИВАНОВА,
г. Новосибирск. Фото автора

Термоклея вырочит

Неожиданно

В «Сватах» № 17 меня заинтересовала подборка советов «Склеим все» — о необычном использовании горячего клея в быту. Хочу и своими хитростями поделиться:

- ❖ чтобы резиновые сланцы, в которых хожу в баню, не скользили, нарисовала на подошве точки и полоски клеевым пистолетом — она стала более рифленой;
- ❖ на покатые части пластиковых плечиков нанесла термоклеем «волну» — теперь легкие наряды на бретельках не сползают с вешалки;
- ❖ на серединке спички сделала «юбочку» из термоклея. Несколько таких заготовок держу в ящике рабочего стола. Когда недавно у меня в офисе разломалась клипса, зажгла свою «чудо-спичку». Пламя растопило клей, я нанесла ставшую податливой термомассу на линию разлома частей клипсы, прижала их вместе — ремонт закончен!

Мария ДМИТРУК, Ровенская обл.

ВETERАНЫ СПЕЦНАЗА РЕКОМЕНДУЮТ
СПЕЦМАЗЬ

СПЕЦМАЗЬ
крем с пихтой
сибирской
и муравьиным
спиртом

Крем-бальзам универсальный Спецмазь. Декларация о соответствии ЕАЭС № RU.LR.14.0118.0.08735. Действительна по 30.08.2022 включительно. Косметическое средство. Зарегистрированный товарный знак. Россия.



8-800-200-53-77

звонок по России бесплатный

+7 (727) 323-13-80

Казахстан, г. Алматы



НАДЕЖНАЯ ОПОРА

ЧУДО ХАИШ

ГЕЛЬ-БАЛЬЗАМ
С ХОНДРОИТИНОМ
И МУРАВЬИНЫМ
СПИРТОМ



MIRACLE-HUSH

**СУСТАВЫ
ПОЗВОНОЧНИК**

8-800-200-53-77

звонок по России бесплатный

+7 (727) 323-13-80

Казахстан, г. Алматы



Гель-бальзам для тела ЧУДО-ХАИШ MIRACLE-HUSH. Декларация о соответствии ЕАЭС № RU.LR.14.0118.0.08735. Действительна по 30.08.2022 включительно. Косметическое средство. Зарегистрированный товарный знак. Россия.



«Секретная» акция

? Рассчиталась на кассе за упаковку стирального порошка, но на выходе из магазина узнала, что в торговой сети проводилась акция «Два товара по цене одного». Выбранный мной порошок как раз был в числе товаров-«участников». Получается, я упустила выгоду. Не должны ли были меня предупредить о ней заранее?

Евгения КОЛЬЦЕВАЯ, г. Тамбов

— Как правило, акции магазинов и торговых сетей направлены на стимулирование сбыта, поэтому продавцы заинтересованы в привлечении к участию возможно большего количества покупателей. Информацию о скидках и выгодных предложениях публикуют на сайтах, размещают на рекламных щитах, витринах и ценниках. Если вы пытались полу-

чить эти сведения, но продавец отказалась разъяснять условия или дала неверную информацию об акции, тогда налицо нарушение ваших прав. В любом случае советуем обратиться к руководству или оставить запись в книге отзывов и предложений, чтобы о возможной выгоде покупателей предупреждали впредь до расчета за покупку.



Самый новогодний фрукт

Выбираем вкусные мандарины

Сладкие сорта — испанские, марокканские, израильские. Абхазские и турецкие — с легкой кислинкой. Последние и вовсе «на любителя»: часто плохо чистятся, богаты косточками, мелкие. Оpoznать их можно по желтому, а не привычному ярко-оранжевому цвету кожуры. **5 признаков, из-за которых стоит отказаться от покупки:**

- зеленоватые пятна на кожуре или неоднородный ее оттенок — цитрусовые собрали недозрелыми;
- отсутствие запаха сигнализирует о том же;
- глянцевый блеск, фрукты словно покрыты прозрачной пленкой — их щедро обработали «химией»;
- на кожуре есть мягкие участки, если нажать на них, остается вмятина — мандарины переморожены или уже начали портиться;
- плоды слишком легкие — такие обычно кислые и несочные.

Меняю телефон на деньги

? Новый смартфон стал сам по себе отключаться. Сдал его в гарантийный ремонт, но через неделю после починки проблема появилась снова. В сервисном центре посоветовали опять принести товар к ним. Я же не хочу нового ремонта — можно ли расторгнуть договор купли-продажи?

Павел ВИКТОРОВ, г. Челябинск

— Обратитесь в магазин с письменным требованием о расторжении договора купли-продажи и возврате денег по причине выявления в товаре существенного недостатка (проявляется вновь после его устранения). Эту возможность вам гарантирует п. 1 ст. 18 Закона «О защите прав потребителей».

Гарантия без гарантии?

? В магазине гарантийный срок на музыкальный центр определили 3 месяца, а в сопроводительных документах завода-изготовителя — год. Через полгода в аппаратуре возникла поломка. Продавец отказывается обменять товар на другой или отправить на бесплатный ремонт. Как быть?

Мария ЕРЕМУШКИНА, г. Курган

— Согласно п. 7 ст. 5 Закона «О защите прав потребителей» продавец вправе установить на товар гарантийный срок только в том случае, если таковой не обозначен изготовителем. В данном слу-

чае продавец незаконно уменьшил гарантийный срок и значение имеет больший — от завода. Поэтому обратимся к п. 1 ст. 19 того же Закона: вы вправе предъявить продавцу требования в отношении недостатков товара, если они обнаружены в течение гарантийного срока.

Вы ломаете голову, выбирая товар? Сомневаетесь в его качестве? Хотите больше узнать о практике использования? Вам помогут эксперты «Сватов»! Ждем ваши вопросы на e-mail: svaty@toloka.com или на адрес редакции.



Кружевная блуза «Капучино»

Ажурная, выглядит нарядно. Связать ее можно однотонной нитью или, как я, — использовав остатки пряжи разных цветов.

Понадобились: пряжа Yarn Art Violet (100% мерсеризованный хлопок, 282 м/50 г) — 3 мотка белого цвета, 1,5 — оттенка какао и 1 — шоколада; крючок № 1,5.

Мотивы вывязывала по схеме, их требуется 202. Каждый выполняется отдельно и соединяется с предыдущим в процессе работы. Горловину обвязала ст. б/н,

выполнив по два ряда разными цветами — какао, шоколадным и белым. Рукава и низ также оформила ст. б/н по 2 ряда: если оста-

вить мотивы необязанными, как предлагается по схеме, на мой взгляд, работа выглядит неоконченной.

Схему раскладки я тоже изменила. Добавила ряд мотивов на горловине со стороны спинки и рукава оставила короче. Не бойтесь экспериментировать!

Елена БОЖКОВА,
г. Ирпень.
Фото автора



Смотрите схему № 3 на стр. 17

4 копеечных помощника цветовода

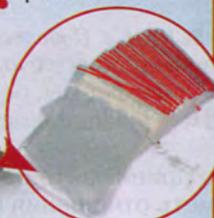
Пригодятся и дачникам, которые скоро займутся рассадой.

Пластиковые стаканчики — отличная тара при укоренении черенков и выращивании рассады. Плюсы: небольшой объем (на каждый экземпляр не требуется много грунта), чистота (при использовании новых стаканчиков минимален риск возникновения плесени, грибов, черной ножки), невысокая стоимость.



Бамбуковые шпажки — дешевая и удобная опора для подвязки растений.

Пакеты с застежкой зип-лок. Подойдут в качестве теплички для укоренения черенков, хранения клубней, ризом, семян, удобрений. Плюсы: гигиеничность, прозрачность, герметичность.



Прозрачный скотч — также хорош для подвязки. Плюсы: незаметен, надежно фиксирует растение, экономичен (рулончика хватит на весь сезон).

Елена ГЛУШКОВА,
владелица интернет-магазина ахименесов, г. Ижевск

НА СЕКРЕТНОЙ СЛУЖБЕ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ

ОБ ЭТОМ НЕ ПРИНЯТО ГОВОРИТЬ ВСЛУХ. НО УЖЕ ПОСЛЕ 50 ЛЕТ МНОГИЕ МУЖЧИНЫ УЗНАЮТ О ПРОСТАТИТЕ И АДЕНОМЕ НЕ ПОНАСЛЫШКЕ.

Чем мужчина становится старше, тем тяжелее проявляются симптомы заболеваний. Неприятные болевые ощущения, чувство неуверенности в себе — вот что приходит на смену былой решимости и героической браваде. Но желание держать ситуацию под контролем и добиваться всего задуманного никуда не уходит — есть еще энергия, и этот внутренний запал заставляет искать путь выхода из неприятной ситуации.

ВЫХОД ЕСТЬ!

ЦЕРНИЛТОН® и **ЦЕРНИЛТОН® форте** — лекарственные препараты для курсового лечения простатита и аденомы простаты. Благодаря натуральному компоненту (экстракт пыльцы разнообразных растений, полученный особым способом микробиологической ферментации) они оказывают комплексное действие и способствуют:

- ✓ облегчению акта мочеиспускания;
- ✓ уменьшению болевого синдрома;
- ✓ улучшению эректильной функции, повышению потенции (нарушенной на фоне простатита);
- ✓ усилению полового влечения;
- ✓ уменьшению объема остаточной мочи после опорожнения мочевого пузыря;
- ✓ уменьшению частоты позывов к мочеиспусканию.



ЦЕРНИЛТОН® и **ЦЕРНИЛТОН® форте** помогут Вам ощутить себя полным сил, физически активным и уверенным в своих сексуальных возможностях.

Всегда привык держать ситуацию под контролем? Пора заняться этим вместе с препаратами ЦЕРНИЛТОН® и ЦЕРНИЛТОН® форте!

«Горячая линия»: 8 (495) 795-61-56, 8 (499) 124-02-21
www.cernilton.ru

ЦЕРНИЛТОН®: 100 или 200 таблеток; **ЦЕРНИЛТОН® форте:** 50 капсул.

ООО Группа компаний «Граминекс-фарма» — официальный представитель «Graminex LLC» (США) в РФ, СНГ и Балтии.
Рег. уд. П № 014227/01, ЛП-000453. Реклама. 18+



СЕКРЕТНЫЙ АГЕНТ МУЖСКОГО ЗДОРОВЬЯ

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ И ИСПОЛЬЗОВАНИЮ, НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ ИЛИ ПОЛУЧИТЬ КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТА



Вернуть деньги за лечение



В прошлом году потратила много денег на операцию и лекарства. Слышала, что государство возвращает средства на такие расходы. Правда ли это?

Галина Р., г. Омск



— Вы имеете право на налоговый вычет за оплату лечения и медикаментов (в соответствии со ст. 219 Налогового кодекса РФ). Если официально работаете и уплачиваете подоходный налог, то обратитесь с заявлением об оформлении вычета к работодателю или напрямую в налоговый орган. Сумма вычета рассчитывается исходя из расходов на лечение за календарный год, но не может превышать суммы, удержанной у вас в течение года в счет подоходного налога (13%). Компенсацию за оплаченные вами медицинские услуги и приобретенные препараты оформляют, если они входят в перечни, установленные Постановлением Правительства от 19.03.2001 г. № 201. Ознакомиться с перечнями можно, пройдя по ссылке http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_30835/.

Для получения вычета необходимо подготовить следующие документы:

- ❖ декларацию по форме 3-НДФЛ,
- ❖ справку 2-НДФЛ,
- ❖ договор с медучреждением,
- ❖ документы, подтверждающие оплату (квитанции, платежные поручения),
- ❖ чеки на лекарства.

Если оформляете вычет через работодателя, то сначала нужно по-

лучить в налоговой инспекции уведомление и передать его в бухгалтерию. После оформления налогового вычета из вашей зарплаты какое-то время не будет удерживаться подоходный налог — таким образом вы возместите затраты на лечение.



Временный житель

Как получить временную регистрацию по месту пребывания и когда нужно это делать?

Николай Константинович,
г. Великие Луки

— Если вы более 90 дней проживаете в жилом помещении, не являющемся местом постоянного жительства, обратитесь с заявлением для оформления временной регистрации по месту пребывания. Для этого нужно руководствоваться Постановлением Правительства от 17.07.1995 г. № 713 «Об утверждении Правил регистрации и снятия граждан РФ с регистрационного учета по месту пребывания и по месту жительства в пределах РФ и перечня лиц, ответственных за прием и передачу в органы регистрационного учета документов для регистрации и снятия с регистрационного учета граждан РФ по месту пребывания и по месту жительства в пределах РФ».

К заявлению приложите:

- документ, удостоверяющий личность,
 - документ, являющийся основанием для временного проживания в жилом помещении.
- Срок пребывания согласовывается с нанимателями и всеми совместно проживающими с ними членами их семей, с собственниками, с правлениями жилищно-строительных кооперативов, если члены кооперативов не являются собственниками данного жилья.



Отвечает Константин Морозов, юрист правозащитного центра «Морозов и Партнеры», г. Зеленоград



«Просканируй» фирму

Хочу заказать пластиковые окна. Фирм много — как выбрать ту, которая не «кинет»?

Матвей ИВАНОВСКИЙ, г. Подольск

— Самостоятельно вы можете сделать следующее.

- 1) Проверьте в Сети отзывы о конкретной фирме.
- 2) Узнайте ее юридический адрес и зайдите на сайт местного суда (мирового и районного).

В разделе «Судебное делопроизводство» ищите информацию о тяжбах с этой конторой. Если таковой нет — отлично, если есть — изучайте, делайте выводы.

3) Зайдите на сайт арбитражного суда по юридическому адресу фирмы, повторите действия из п. 2 (раздел «Карточка дел»).

Только после этого принимайте решение, стоит ли иметь отношения с организацией. Если же вы, заказав пластиковые окна или двери, заключили договор, внесли предоплату, но в итоге товара/услуги не получили, то обращайтесь в суд. Также можно направить жалобу в Роспотребнадзор.



Совет дня



Комментирует инженер-электрик
Сергей Карпович, г. Москва

Если скачет напряжение

Почти каждый вечер в нашем доме напряжение падает до 180-190 вольт. Лампочки светят тускло, бытовая техника барахлит. В чем причина и как поправить дело?

Виктор Павлович, Псковская обл.

- Возможны неполадки во внутридомовой сети.
- Самая серьезная из них — обрыв провода с нулевой фазой: из-за этого напряжение может скакать от 170 до 300 вольт. Вызывайте квалифицированного электрика, иначе беды не миновать.
- Проверьте контакты в распределительном электрощитке: если они ненадежные, при включении мощных электроприборов в цепи возникает дополнительное сопротивление — напряжение падает. Замените в соединениях примитивные скрутки на качественные клеммники.
- Возможно, требуется замена проводки: старая, с малым сечением, уже не соответствует потребляемой мощности. Да, качественный медный провод стоит недешево, но покупка новой бытовой техники взамен сгоревшей обойдется дороже.
- Стабилизаторы напряжения — не панацея. Во-первых, если ими обзаведутся все жильцы, возросшая нагрузка на сеть может еще больше «обрушить» напряжение. Во-вторых, стабилизатор не защитит от системных сбоев в функционировании трансформаторной подстанции и идущей от нее ЛЭП. А это — сфера ответственности энергопоставляющей организации.

Дачная тумбочка



Она, может, и не очень изящна, зато сделал я ее из бросовых материалов буквально за 4 часа!

Из сосновой доски сечением 100x20 (все размеры — в мм) выпилил элементы цоколя длиной: фасад — 420; боковые опоры (2 ед.) — 520.

На корпус тумбы пошли панели 20-мм ламинированной МДФ от старого серванта из городской квартиры: основание и столешница — 450x550; боковины (2 ед.) — 540x700; полка — 540x380; дверца — 556x696.

На фасаде цоколя выполнил фигурный вырез согласно схеме.

Все заготовки покрыл в два слоя бежевой акриловой краской (столешницу — черной), просушил.

Собрал цоколь с помощью саморезов и мебельных уголков. Ими же зафиксировал его на нижней плоскости

основания, дополнительно усилив клеем «Момент Столяр».

Корпус тумбы также смонтировал с помощью аналогичного крепежа.

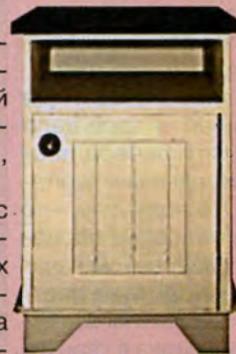
Чтобы установить внутри полку, использовал 4 угловых пластиковых кронштейна и саморезы. Тильную часть тумбочки — от нижней плоскости столешницы до цоколя — зашил листом ДВП с помощью мебельных гвоздиков.

На рояльной петле навесил дверцу, закрепит на ней ручку.

Для фиксации дверцы прикрутил к ней (изнутри в нижнем левом углу) и симметрично — к основанию тумбы магнитную защелку. Готово.

Андрей КОЛЕСНЕВ,
Краснодарский край

Смотрите
схему № 2
на стр. 16



«Толока. Делаем сами» № 24

Яркие украшения к Новому году — мастерим вместе с детьми. Сушилка для обуви — пригодится зимой. Ставим откатную дверь — советы домашнего мастера. Уже в продаже!



Акулье масло - для здоровья прекрасно!

АРТРИТ, АРТРОЗ, БОЛЯТ СУСТАВЫ?

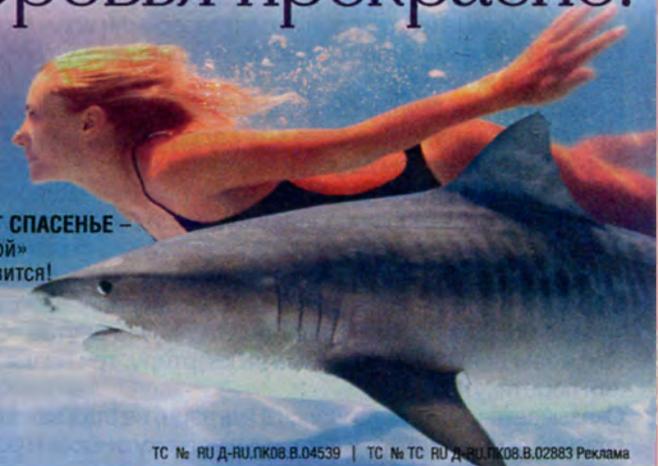
Крем «Акулье масло с глюкозаминном и хондроитином»
Поможет вам болезнь прогнать,
Движения радость испытать!

ОТ БОЛИ В МЫШЦАХ ИЗБАВЛЕНИЕ И ОТ СУДОРОГ СПАСЕНИЕ -

Крем «Акулье масло с чагой и муравьиной кислотой»
С любой проблемой справится - очень Вам понравится!

ЕСЛИ КОСТОЧКИ ДОСТАЛИ:

И болят они и ноют, постоянно беспокоят -
«Акулье масло с экстрактом босвелии» -
Крем от шишек - чудо средство
«Ставит косточки на место»!





Новосел

Живу в старом двухэтажном одно-подъездном доме. Недавно квартиру рядом купил по дешевке парень лет 25-ти. В первый день после переезда новосел обошел всех соседей, вручил каждому по шоколадке «Сюрприз» и смущенно предупредил: «Уж извините, мы с друзьями сегодня немного пошумим. Сами понимаете — долго ждал я отдельного жилья!» Старожилы улыбались в ответ: «Да ладно, сосед, отмечай — твое дело молодое...» До десяти вечера песни и пляски на новоселье мы терпели с пониманием. До полуночи — с раздражением. А в половине первого «аксакалы», не сговариваясь, начали один за другим выходить на лестничную площадку: «Сколько можно?!» И тут из мощного динамика в квартире у новосела прозвучал задорный голос: «А последнюю композицию я посвящаю всем моим новым соседям, которые почему-то еще не спят!» Все, кто стоял на площадке, невольно расхохотались: ну как такого отчитывать?

Виталий ЕГОРОВ, Минская обл.

«Сейф» в носке

Друзья решили продать доставшуюся им от родственницы квартиру. Люди они бесхитростные — о сумме и дате сделки разрезвонили всем знакомым. Ясное дело, воры «пасли» продавцов, будучи уверенными в наживе...

Возможно, все вышло бы гораздо печальнее, если бы муж с женой не решили тут же отметить радостное событие. Закинули вырученные доллары домой и поехали в магазин — затариться. Через час вернулись — а в квартире разгром. Дверной замок взломан, шкафы нараспашку, вещи разбросаны, матрас выпотрошен. Хозяйка так в прихожей на пол и села. А супруг дрожащими руками достал из-под вешалки старый шерстяной носок — и протягивает благоверной. «Сбрэндил!» — еще больше перепугалась та. Заглянула внутрь «самовяза», а там деньги — вся сумма за квартиру, три пачки, резинкой перетянутые...

Оказывается, мужик, торопясь в магазин, не стал заходить в грязной обуви в комнату, а засунул наличку в носок и бросил пушистый «сейф» на тапочки под вешалку.

Мария МИРОНОВА, Московская обл.



Званный ужин

В тот день мне жутко не везло: сначала обсчитали на рынке, потом обтоптали в автобусе мои белые сапожки. Когда пришла домой, было одно желание: укрывшись пледом, пить какао с печенюшками и читать любимую книжку. Тем паче, ужин готовить не надо — муж из командировки только завтра вернется.

Только устроилась — супруг звонит: — Ленка, я приеду через пару часов. Буду не один, готовь ужин!

И отключился. Сперва хотела махнуть на ужин рукой: в холодильнике — консервы, яйца, сосиски. Гость? А кто приглашал, тот пусть и пляшет с бубном перед ним! Потом совесть мучить стала: вдруг из коллег кто, а я ударю в грязь лицом. Быстренько настрога-

ла салатов, поставила курицу в духовку, а на стол — припрятанную бутылку вина и печенье.

Присела на диван — меня как жаром обожгло: а вдруг свекровь нагрянет? И снова завертелась юлой. Вымыла пол и окна, сунула в шкаф неглаженое белье... Устала как черт, зато стол накрыт, квартира чистой сияет.

Тут и муж подоспел. Без коллеги, без свекрови.

— Ты чего один?! — не поздоровавшись, сердито выпалила я.

— Ах, да, — улыбнулся муж, расстегнул куртку и протянул мне... котенка. При виде пушистого комочка мое сердце оттаяло: радуйся, четверолапый, в твою честь пир горой!

Елена К., г. Москва



Нашаманила счастье

Лет тридцать назад собрались мы с подружками в студенческой общаге погадать на суженого. Выключили в комнате свет, поставили на тумбочку зеркало, только начали кликать ряженого — тут в дверь постучали.

Открываю — на пороге однокурсник Витька:

— Девчонки, сахарком не поделитесь?

Завидев в комнате нашу «мистику», стал издеваться:

— Так вот тут шаманите? Может, ты, Ксюха, и в привороты веришь?

— Может, и верю, — отвечаю с вызовом.

— Так иди к гадалке и приворожи меня!

— Быстрый какой! Это денег стоит, — выкрутилась я.

Виктор вытряс из тощего кошелька несколько мятых купюр:

— Держи — все, что осталось до стипендии. Но если через пару недель не будет результата — с тебя ужин!

К гадалке я, конечно, не пошла — деньги мы с девчонками потратили на пирожные. «Ладно, — думаю, — скажу Витьке, что наше гадание — ерунда и поставлю пиво...»

Спустя неделю у Витьки обнаружился лишний билет в кино — пригласил меня. После заглянули в кафетерий. Через три дня вместе до одури зубрили конспекты к зачету... А потом уже почти и не расставались. После института мы поженились. И только тогда я призналась Виктору, что его «деньги на гадалку» банально... проела.

— Сама себя наказала, — рассмеялся муж. — Коль проспорила — будешь всю жизнь мне ужины готовить.

Ксения О., Ленинградская обл.



анаферон

Пусть годы идут без гриппа и простуд!



- Применяется для лечения и профилактики гриппа и ОРВИ
- Снижает риск развития осложнений простуды
- Помогает предупредить обострение хронических заболеваний
- **Экономичен** (1 упаковки хватает на полный курс лечения гриппа/ОРВИ)

РУ PN003362/01
www.anaferon.ru
Горячая линия: (495) 681-09-30

B vk.com/all_mothers
www.schoolofcare.ru

материя  medica

Анаферон — лауреат Ежегодной премии народного доверия «Марка №1 в России 2015» в категории «Противовирусное средство»

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

Смотрите
схему № 4
на стр. 17



«Новогодний колокольчик»

 Сшила на бутылку с шампанским нарядный фартук с новогодним сюжетом — приятный сувенир для друзей готов!

Потребовались: канва «Аида 14»; отрез ткани; нитки мулине и швейные; атласный рулик.

Вышила сюжет на канве нитками мулине в два сложения (оттенки см. на схеме). Готовую картинку отпарила утюгом с изнаночной стороны. Выкроила фартук по шаблону, из ткани подготовила такую же деталь. Сложила обе заготовки, атласным руликом обшила верх фартучка и нижнюю округлую часть. Изготовила завязки, петельки, обработала оставшиеся открытыми срезы. Отгладила готовый фартучек и украсила им бутылку. Счастливого Нового года!

Елена КИРЯШИНА,
г. Ульяновск. Фото автора

«Счастливая и красивая»

Читайте в декабрьском номере

★ Встречаем Новый год: праздничный наряд, макияж, маникюр.

★ Любовь... возвращается. Но можно ли войти в одну реку дважды?

★ Бегом к стройности — история похудевшей «пышки».

★ Рождественские гадания — узнай свою судьбу!

Уже в продаже!



Гречка без варки

У такого рецепта масса достоинств. Во-первых, налицо экономия времени: поставить ее «готовиться» можно на ночь. Во-вторых, вкус каши получается более насыщенным, чем при продолжительной термообработке. В-третьих, в продукте лучше сохраняются витамины.

Стакан крупы промываю, засыпаю в кастрюлю и заливаю 500 мл кипят-

ка. Закрываю емкость крышкой, укутываю в теплое покрывало и... иду спать. Утром каша готова к употреблению — ароматная и рассыпчатая. Если вся вода не впиталась, просто сливаю ее. Добавляю соль по вкусу. Разогреваю гречку в микроволновке или на сковороде со сливочным маслом.

Марина ГАРМАШ,
с. Преображенка Запорожской обл.



Тонкости работы с бархатом

❖ Отрезы бархата храню не в сложенном виде, а подвешиваю за кромки к плечикам для одежды, чтобы ворс не мялся.

❖ Детали бумажной выкройки раскладываю на ткани ворсом в одном направлении.

❖ Если сомневаюсь в правильности выкройки, сначала сметываю вещь из лоскутов дешевой ткани: на бархате швы не стоит распарывать — стежки оставляют следы.

❖ Разметку удобнее выполнять обмылком.

❖ Раскраиваю бархат в направлении против ворса.

❖ Припуски на швы и подгибку оставляю больше обычных: нити этой ткани на срезах осыпаются. Лучше обметать их сразу после раскроя.

❖ Сметываю детали кроя только тонкими иглой и ниткой.

❖ Глажу ткань на «подложке» из махрового полотенца умеренно нагретым утюгом в режиме паровой обработки без нажима, чтобы не примять ворс.

Раиса СУХАН, г. Могилев



Невестка сомневалась: можно ли постирать в машинке детский рюкзачок из полиэстера. Кожаной отделки и металлических «висюлек» на вещи нет — почему бы и не попробовать? Отстирался за милую душу даже в холодной воде в режиме «деликатная стирка». Только лямки дополнительно смочила разведенным шампунем и протерла щеткой.



Чалма для модницы

 Набрала 37 п. нитью в два сложения на спицы (у меня — № 5 и пряжа подходящего размера, длина цепочки получилась 13 см).

1 ряд: *кром., 2 изн. п., 1 лиц. п.*

2 ряд: *кром. сняла, связала лиц. 3-ю п., не снимая, провязала лиц. 2-ю п., сняла эти 2 п.* (получилась перемещенная п.).

Чередовала ряды, пока длина полотна не достигла 87 см (рассчитано на окружность головы 56 см). Сложила чалму по схеме: сначала закрепила короткие края на затылочной части (как на рисунке), затем проложила швы по бокам так, чтобы головной убор стал цельным.

Мария ЛАЛАЕВА,
г. Санкт-Петербург. Фото автора



Смотрите
схему № 5
на стр. 17



Скидка 9% - на второй товар!

Скидка 18% - на третий и последующие товары!



- нас знают уже 17 лет!
- Мы НЕ работаем с сомнительными товарами.
- Даем гарантию на товары от 3 месяцев до 3 лет!
- Если товар вам не подойдет, мы вернем вам деньги!

Ветчинница 1890 руб. 1190 руб.

Приготовьте домашнюю ветчину, куриный или мясной рулет без опасных добавок! Продукты одновременно прессуются и варятся. 350 г; 13x13x16,5 см.



Ультразвуковые стиральные машинки «Золушка»

	от 1 шт.	от 2 шт.
Золушка	1190 руб.	990 руб.
Золушка-стерео*	1390 руб.	1190 руб.

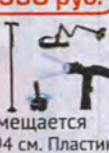
* - в комплекте два излучателя.

Стирает без водопровода, «кушает» всего 20 Вт, не портит вещи, не шумит. Выручит вас в поездке, на даче. Забудьте о стирке вручную! Россия.



Трость складная с фонариком 1390 руб. 990 руб.

Устойчивая и надежная опора при ходьбе по лестницам, крутым поворотам, дорогам из песка и камней; не скользит; раскладывается в 5 вариантах. В сложенном состоянии легко помещается в сумочку! Нагрузка 113 кг. Высота 94 см. Пластик.



Пленочный обогреватель

Черно-белый (120x58 см)	1690 руб.	1490 руб.
Фотолейзаж (100x60 см)	1990 руб.	1590 руб.

Обогреет площадь 15 м² дома и на даче; не сушит воздух; безопасен - не обжигает (t = 75°). Россия.



Электрогрелки

«Сапог 3 в 1»	1590 руб.	1198 руб.
Электропростынь	2290 руб.	1790 руб.

Согреют в холодные дни дома и на даче; облегчат боль в спине, ногах. 30-70 Вт; Пр-во: Россия. Гарантия 12 мес.



Чудо-печь 1,8 кВт (на 40 м²) 2840 руб. 2,6 кВт (на 60 м²) инфракрасная 3380 руб.

Работает на дизеле и керосине (расход - 180 г/час). Не коптит! За 1,5 часа обогреет дом, дачу, склад и пр. (40-60 м²)! Пр-во: Россия. В продаже фитили.



Пересъемная насадка

Одиплет 60 тушек за 1 час! Для тушек любого веса и размера. Подходит на дрель или шуруповерт. 18x18x13 см; 100 г; 1300 об/мин. Пр-во: Россия.



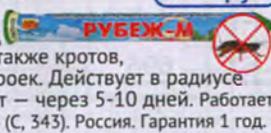
Измельчитель кормов электрический 3790 руб.

Измельчает: зерно - до 300 кг/ч; траву, сено - до 150 кг/ч; овощи - до 400 кг/ч. Быстрая помощь в подсобном хозяйстве! 220 В; 0,84 кВт. Россия.



Отпугиватель медведки 980 руб.

Защитит огород от медведок, а также кротов, полевков, землероек. Действует в радиусе 20-25 м. Эффект - через 5-10 дней. Работает от 4 батареек R14 (С, 343). Россия. Гарантия 1 год.



Отпугиватель (от 2 шт.) - 790 руб./шт.

Ледоступы 790 руб.

Для ходьбы в гололед; от падений и травм; легко надеваются на любую обувь (36-43 размер). Незаменимы для пожилых людей.



Ледоступы (от 2 шт.) - 590 руб./шт.

Электропечь 2720 руб.

Жарит, тушит (3,5 л), печет пирожки и торты; экономит электроэнергию (готовит два блюда одновременно); заменяет электрорешетку; необходима дома и на даче! Пр-во: Россия.



Электрический измельчитель «Молния» 1990 руб.

Готовьте с помощью измельчителя быстро и легко! Он нарежет, измельчит, перемалывает и делает пюре. Нажмите кнопку, и прибор нарежет овощи, фрукты, сыр, мясо или орехи. Готовьте супы, салаты, соусы, детское питание, десерты, и даже коктейли! 300 Вт; объем чаши - 1,8 л; пластик, материал: нерж. сталь марки 420.



Чудо-пивоварня 2490 руб.

Приготовьте вкусное домашнее пиво! Только натуральные компоненты и живой вкус! Подходит для приготовления пива, браги, кваса, сбитня и медовухи. В комплекте: инструкция, бак объемом 32 литра, кран для розлива, гидрозатвор. 1,4 кг; пищевой полиэтилен; Россия.



Курс «Бросай курить» 1890 руб.

Бросьте курить за 4 дня. Без физического и психологического недомогания. Помогает даже при огромном стаже курения. Метод удостоен международных наград! Россия.



Антенна цифровая 1690 руб.

Федеральные и каналы в HD-качестве без абонентской платы во всех регионах РФ; приставка усиливает сигнал комнатной антенны даже в зоне плохого приема. Вход USB, блокировка от детей, таймер сна, меню на русском языке! 6 Вт; пульт д/у в комплекте.



Пуховый платок

Шарф (120x40; пух-50%)	1980 руб.
Платок (140x140; пух-78%)	3690 руб.
Платок (100x100; пух-75%)	3290 руб.
Палантин (160x70; пух-78%)	3340 руб.

Согреет в холода; дополнит ваш образ в качестве модного аксессуара. В наличии белый, серый цвета. О наличии цвета и размера уточняйте у менеджера.



Диско-шар 1190 руб.

Превратит вашу комнату в настоящий танцпол! Мощные светодиоды 9 цветов охватывают площадь до 100 м². Динамики, MP3 плеер с USB, Bluetooth 4,0 с подключением к телефону, ноутбуку, планшету, пульту управления, креплением к потолку. 30 Вт; динамики: 2x3 Вт; 0,6 кг; 18x18x15 см; в комплекте - флешка 128 Мб.



Чудо-конструктор «Банчемс»

	от 1 шт.	от 2 шт.	ОРИГИНАЛ
400 шт.	990 руб.	790 руб.	
800 шт.	1690 руб.	1390 руб.	
1200 шт.	1990 руб.	1690 руб.	

Суперхит в Европе! Яркие цветные шарикопереключатели легко и надежно сцепляются, образуя любые фигуры; вызовет у ребенка восторг; заменит ВСЕ учебные пособия. Подарите ребенку учение с увлечением! Детям от 4 до 99 лет.



Утягивающие шорты (бежевые)

без бретелек	1580 руб.	790 руб.
с бретельками	1780 руб.	890 руб.



Идеальная фигура в новогоднюю ночь? Просто! Без диет и тренировок! С утягивающими шортиками: вы станете на 1-2 размера стройнее, ваше тело приобретет соблазнительные изгибы, а складки, бока и животик исчезнут! Ваши ягодицы станут упругими. Ближайшие как голливудская звезда! Пр-во: КНР. Измерьте объем бедер: S=71-86 см, M=78-92 см, L=83-101 см, XL= 89-110 см, 2XL=103-124 см, 3XL=120-140 см.

Черные шорты - в ПОДАРОК!

Гелевый фиксатор при вальгусе 890 руб. 770 руб.

Удерживает большой палец стопы и не дает ему отклоняться во время ходьбы; предотвращает сдавливание обуви, рост «косточки», нормализует положение большого пальца; надежно защищает кожу между пальцами от натертостей и мозолей.



Второй в ПОДАРОК!

Усилитель звука заужный 1990 руб. 2540 руб.

Поможет: услышать даже шепот (два частотных режима); изолировать посторонние шумы. Удобен для пожилых! Работает от батареек. В комплекте: ушные силиконовые вкладыши трех размеров. Пр-во: КНР (фабрика).



Чудо-мостик 990 руб.

За 5 минут в день мостик: избавит от боли и напряжения в спине; повысит гибкость и восстановит правильное положение позвоночника. Пластик. 380x60x260 мм. КНР.



Увеличительные очки 790 руб.

Вы сможете прочитать самый мелкий шрифт на этикетке или даже нитку в иголку в этих очках! Очки-лупа: увеличивают в 1,6 раз; оставляют руки свободными; надеваются поверх ваших очков; небыющиеся прочные линзы. +2,5 дптр; расстояние между дужками: 14 см; фокусное расстояние: ~35 см.



Нательная икона «Матрона Московская» 1100 руб.

Ощутите присутствие и безмолвную поддержку святой старицы. Сделайте подарок, наполненный духовным смыслом. Каждая икона: выполнена с любовью и почтением к святой; украшена фианитами. Сплав металла; изделие не освящено.



Игрушка-повторюшка

«Кукла Маша»	1190 руб.
«Хомяк»	990 руб.

Двигаются; смешно повторяют слова. Смех и веселье гарантированы!



Чудо-дорога 1590 руб. 990 руб.

Мечта любого ребенка! С ней можно сделать гоночный трек любой формы: круговой, с мостами, со спусками и даже мертвой петлей. Длина трека 3 метра (220 деталей). Устройте невероятные гонки! Гоночная машинка светится в темноте.



Дополнительная машинка - 230 руб./шт.

МИР Комфорта Доставка по всей России и Казахстану
www.mir-c.ru

Предложение действительно до 31 января 2018 г. *Скидки предоставляются на товары с наименьшей стоимостью из заказа. На акционные товары скидки не распространяются. Скидка не превышает 25%. ОГРН 1154350001057

Звоните нам **БЕСПЛАТНО** прямо сейчас!
8-800-550-0402 (с 7:00 до 21:00)
8-800-7000-737; 8 (8332) 54-10-10; 54-12-00.
Пишите по адресу! 610026, г. Киров, а/я 10, отдел 20.

1

Веселые прихватки (стр. 6)

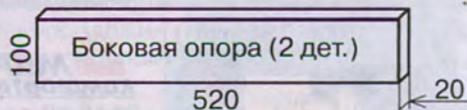
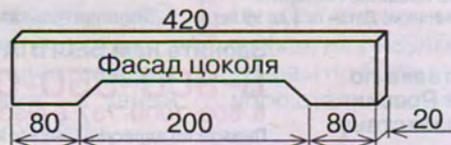
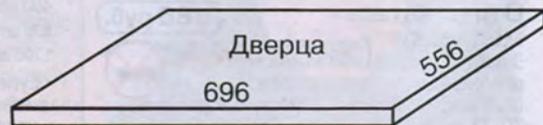
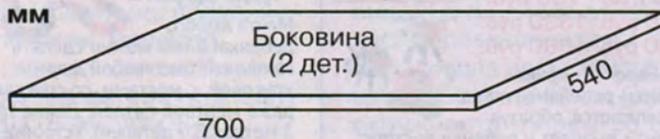
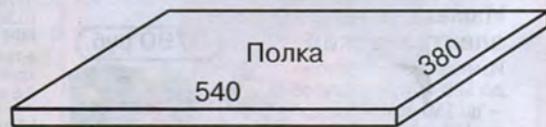
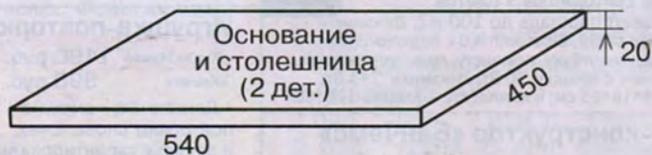
Условные обозначения:

-  = темно-желтый
-  = желтый
-  = темно-красный
-  = красный
-  = голубой
-  = белый
-  = черный
-  = серый
-  = бежевый

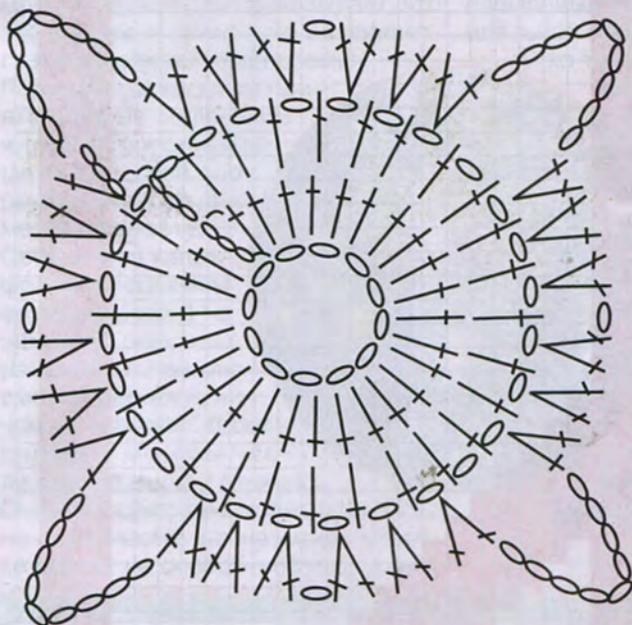


2

Дачная тумбочка (стр. 11), мм



3 Кружевная блуза «Капучино» (стр. 9)



Условные обозначения:

- = в. п.
- † = ст. с/н
- X = ст. б/н
- ∧ = соед. ст.
- ∨ = 2 ст. с/н
- == = место соединения

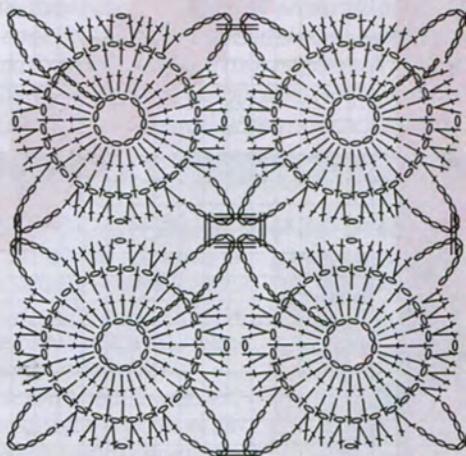
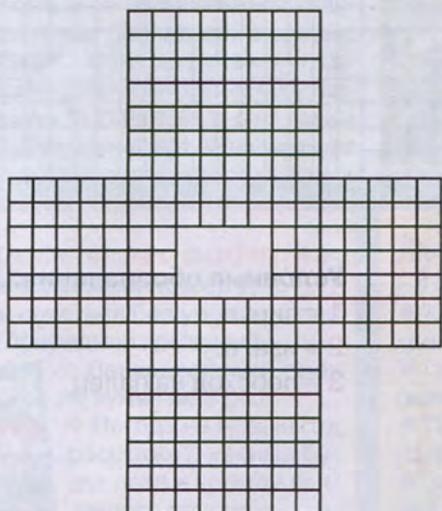
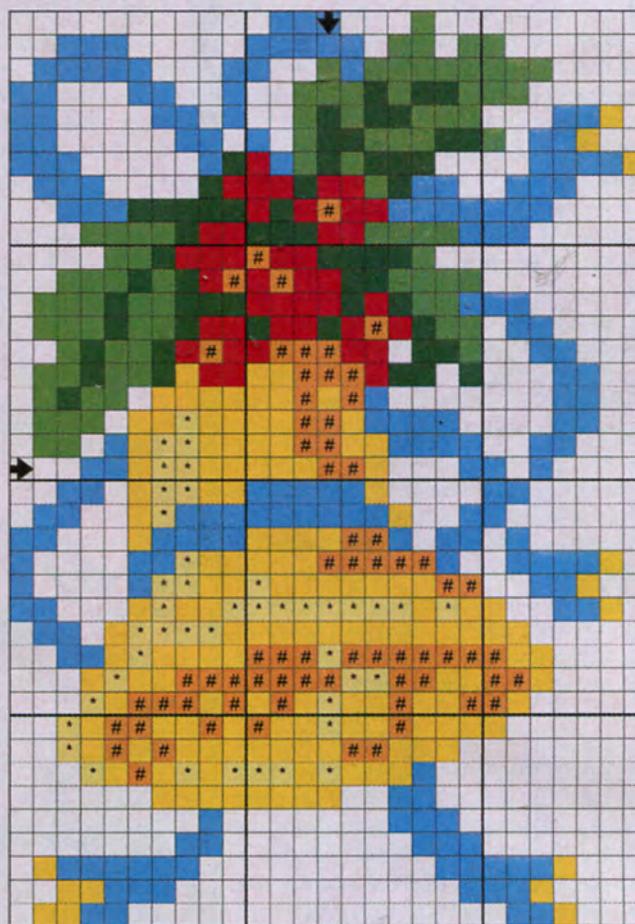
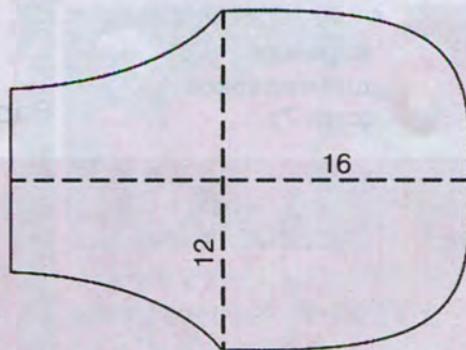


Схема раскладки



4 «Новогодний колокольчик» (стр. 14), см

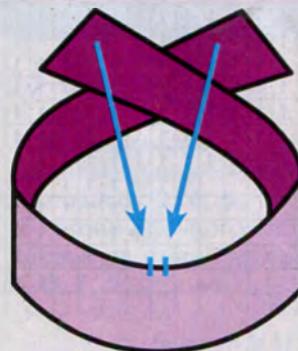


Условные обозначения:

- = зеленый
- = темно-зеленый
- = темно-желтый
- = желтый
- * = светло-желтый
- = красный
- = голубой

5

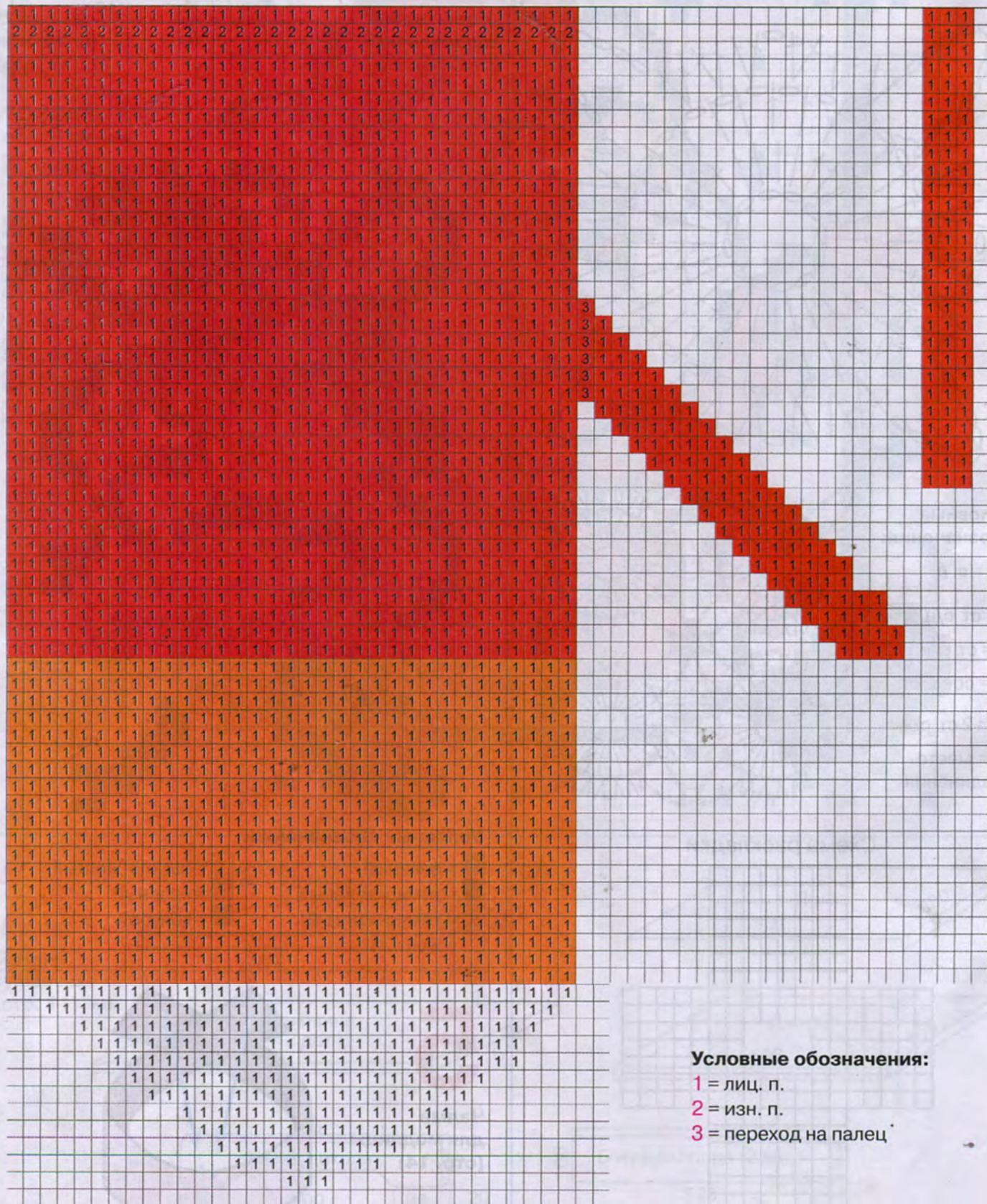
Чалма для модницы (стр. 14)



6 Варежка для подарков (стр. 7)

Варежка

Шнур



Жимолость-«золушка»

Многие знакомые с учетом климата средней полосы опасаются «связываться» с жимолостью душистой из-за ее южного происхождения. И зря: мой 15-летний опыт показывает, что это растение прекрасно развивается и в условиях Нечерноземья.

Подаренный когда-то приятельницей маленький кустик на простенькой металлической опоре вымахал до 3-х метров в высоту! Сейчас моя каприфоль (мы называем ее «золушкой») на зимовке: опустила растение на землю вместе с опорой, ничем не укрываю. Даже сильные морозы «золушка» переносит отлично.

Считается, что она любит солнечные места, но на моем участке растет на северо-востоке (солн-



це утром и на закате). Важное условие — устойчивая и высокая опора. Уход после зимовки минимальный — лишь вырезаю по весне отмершие, сломанные или лишние побеги. Специальных подкормок не даю — толь-

ко то, что достается и растущей рядом метельчатой гортензии (комплекс минеральных удобрений, перепревший навоз). Единственная проблема — угроза поражения осенью мучнистой росой, помогают 1-2 опрыскивания «Топазом».

Кстати, в нынешнем сезоне каприфоль порадовала не только нас, но и подарила дом веселым птицам.

Любовь ГАВРУТЕНКО,
г. Саров. Фото автора

Чтобы наполнить теплицу снегом и не махать лопатой, придумал такой способ. С внуками делаем большие комья (как для лепки снеговика) и закатываем их в парник. А там разбиваем лопатами и оставляем таять. И дорожки на участке чистые от снега, и земля в теплице весной напитается влагой!



Планирую двойной выигрыш

На дачных участках сейчас затишье — самое время спланировать, как разместить грядки весной, составить список растений, которые хочу высадить, подобрать им подходящих «соседей».

Уже который год рядом с перцами высаживаю рассаду бархатцев — резким запахом они отпугивают многих вредителей. И дизайн грядки выигрывает: зеленая листва перцев летом будет отлично сочетаться с ярко-оранжевыми и красными цветками бархатцев, а осенью разнообразие в «палитру» внесут созревающие красные и желтые стручки.

Светлана ИСТОМИНА, с. Бессоновка
Пензенской обл. Фото автора



«Садовод и огородник»

Читайте в свежем номере:

❖ Как не остаться без урожая, если яблоню повредили грызуны?

❖ Ланкастерский орех не хуже грецкого.

❖ Погода на Новый год расскажет, какими будут лето и урожай грядущего сезона.



Лунный календарь садовода-огородника

с 19.12 по 08.01

* Квасим капусту для длительного хранения: 19, 20, 21 (утро).

* Поливаем комнатные растения: 23 (вечер), 24, 25, 1, 2, 3.

* Проводим ревизию заготовленной на зиму продукции: 26, 27, 28.

* Заготавливаем черенки для весенней прививки: 28, 29, 30.

* Закладываем на стратификацию семена груши, яблони, ремонтантной земляники: 3, 4, 5.

* Готовим почвогрунт для посадки и посева растений на свежую зелень: 5, 6, 7, 8.

Советовал
Валерий МАТВЕЕВ, астролог



Вишневые косточки высеваю в декабре

Весной так красиво цветет войлочная вишня! А потом на ней, украшая сад, долго висят ягодки-шарики. У соседки по даче есть кустик, но она не знает, как его размножить, чтобы поделиться со мной. Может, кто-нибудь подскажет?

Дарья ДАНИЛОВА, г. Рязань

— Войлочную вишню размножаю семенами. Сеянцы растут быстро: цветут и плодоносят уже на 2-3 год. Косточки собираю, промываю и просушиваю в тени. Потом смешиваю с влажным песком и до декабря храню в прохладном помещении. Высеваю в мерзлую почву. Чтобы запомнить, куда именно, использую такой метод. Срезаю верх пятилитровой бутылки, в дне делаю несколько отверстий и накрываю место посадки. Весной появляются ростки. Осенью следующего года рассаживаю их. В землю добавляю известь, песок и перегной.

Войлочная вишня — растение перекрестноопыляемое, поэтому для получения хорошего урожая нужно посадить рядом не менее 2-3 растений. Корневую шейку окучивать нельзя. Деревце не любит, когда его корни беспокоят, поэтому не перекапываю почву под ним, а тяпкой срезаю сорняки. Основной недостаток этой вишенки — небольшая продолжительность жизни. Но я каждый год оставляю пару молодых саженцев.

Зинаида ФЕДОРОВА,
г. Москва. Фото автора



Неприхотливая пеларгония

Зимой герань на моем окне цветет не столь обильно, как летом, но все же продолжает радовать яркими красками. В этот период стараюсь обеспечить ей более низкую температуру содержания: переносю цветок на подоконник в прохладную комнату. Слежу, чтобы листочки не прикасались к окну, и не заливаю растение — иначе оно будет желтеть и сбрасывать зеленую массу.

Людмила МАЦКЕЛЛО-ШЕВКУНОВА,
г. Могилев. Фото автора

Хамедорея: уроки на завтра

Дочка подарила мне хамедорею в горшке. Прошло три месяца, но с цветком что-то происходит: листья желтеют, на них появились коричневые пятна. Что это может быть?

Наталья ОКУНЕВА, г. Смоленск

— Налицо — ошибки ухода за растением. Именно из-за них зелень увядает, усыхает, покрывается пятнами. Но есть и хорошие новости: зная, какие были допущены оплошности, вы можете застраховаться от них впредь.

❖ Потемневшие и сухие кончики листьев — следствие воздействия сухого воздуха, недостатка влаги в почве или влияния холода (например, если пальмочка стоит на подоконнике и касается зеленью стекла).

❖ На листьях округлые пятна с коричневыми краями — это ожоги от прямых солнечных лучей, которые падают на растение на южных окнах.

❖ Причина бледности зелени — также слишком интенсивное освещение.

❖ Листья желтеют из-за плохой аэрации почвы (грунт слишком плотный), переохлаждения и полива холодной водой, застоя жидкости и загнивания корней (поможет дренаж).

Алексей ЯКОБИ, цветовод, г. Светлый



Когда «уснет» глоксиния



Глоксиния цветет до сих пор, но мне сказали, что по весне она «уснет». Скажите, как и когда цветок «укладывать спать» по правилам?

— «Укладывать спать» нужно после того, как она отцветет, — обычно в конце лета-начале осени. Когда сокращается световой день и становится прохладнее, растения сами готовятся к фазе покоя. Цветоводы постепенно уменьшают полив, потом его прекращают.

В вашем случае следует прекратить полив, когда глоксиния отцветет. Надземная часть засохнет, отдав клубню питательные вещества. Тогда срежьте стебелек, оставив пенек высотой 1 см, и отправляйте клубень на зимовку. Его можно оставить в горшке: поставить в пакет и убрать в темное прохладное место. Только не под ванну (ошибка многих любителей этих цветов): там тепло и

сыро. В городских квартирах оптимальное место для зимовки глоксинии — на полу в прихожей или у балконной двери. Или же выкопайте клубень и храните в полиэтиленовом пакете с застужкой: насыпьте немного торфяного грунта, можно с песком или вермикулитом (перлит я не использую — боюсь крупными гранулами поранить клубень). 1-2 раза в месяц проверяйте его состояние: сквозь прозрачный пакет все видно. «Спят» глоксинии примерно 3-5 месяцев. Так что ваш клубень пробудится не позже мая. А в июле растение вновь зацветет.

Ирина САВАНДЕЕВА, коллекционер глоксиний, г. Лениногорск, Татарстан

Лимонные черенки

Комнатный лимон — одно из моих любимых растений. Размножаю его с помощью черенков — и раздариваю друзьям и знакомым, чтобы они тоже могли получить радость от выращивания полезных и вкусных плодов на своем подоконнике.

Укоренял черенки лимона разными способами, но, как показала практика, лучше всего делать это в почве.

❖ Весной срезаю с растения зеленые недревесневшие побеги диаметром 3-5 мм. Черенки не должны быть большими — достаточно, чтобы на них было два междоузлия. Длина веточки — примерно 15 см.

❖ Удаляю нижние листочки, оставляя 2-4 верхних. Для уменьшения испарения с них влаги обрезаю ножницами листья вдвое.

❖ Затем, обмакнув срез в любой корнеобразователь (использую «Корне-

вин»), высаживаю черенок под небольшим наклоном в пластиковый стаканчик с увлажненным грунтом. Емкость лучше брать прозрачную — так удобнее наблюдать за развитием корневой системы.

❖ Помещаю стаканчик в полиэтиленовый пакет либо надеваю сверху другой стаканчик, создавая тем самым «тепличку». Ставлю в теплое место с рассеянным освещением.

❖ Примерно через месяц появляются корни. С этого момента проветриваю «тепличку», потихоньку увеличивая время процедуры. При этом некоторые черенки начинают цвести. Бутоны обрываю, так как они забирают много сил и растение может даже погибнуть, так и не сформировавшись.

При таком способе у меня укореняется не менее четырех черенков из пяти.

Олег ЛЬЮРОВ, цветовод, г. Сыктывкар. Фото автора



Совет дня

Как подтолкнуть к плодоношению комнатные цитрусовые, добиться полного вызревания фруктов и увеличить урожайность растений — читайте в издании «Домашние цветы» № 12. В продаже с 5 декабря.



Птичка на соленой «подушке»

С тонкой румяной корочкой и сочным нежным мясом.

Равномерно распределите по дну чугунной сковороды 1 кг соли (обычной или морской, а вот йодированная не подойдет). Сверху уложите тушку курицы — перед этим снаружи и изнутри ее хорошо смажьте пряностями. Не бойтесь: мясо впитает в себя ровно столько соли,

сколько нужно. Отправьте сковородку в разогретую до 180 °С духовку, готовьте 1-1,5 часа — в зависимости от массы птицы, на каждый килограмм необходимо 35 минут.

Марина ГАРМАШ,
с. Преображенка Запорожской обл.
Фото автора

Домашняя буженинка

1 кг мякоти свинины, 200 мл соуса ткемали, 2-3 ст.л. французской горчицы, 3-5 маленьких луковиц (у меня лук-шалот), 2-3 лавровых листа, по 0,5 ст.л. соли и душистого перца.

Натрите мясо солью и перцем, смажьте соусом ткемали и горчицей. Выложите в глубокую миску, туда же отправьте нарезанный кольцами лук и лавровые листья — заверните все в пакет для запекания и поставьте в холодильник на 6 часов. Затем достаньте заготовку из миски, лаврушку и лук уберите, а мясо в пакете отправьте запекаться в духовку при 180 °С. Через час верх пакета разрежьте и готовьте буженину еще 10-15 минут до аппетитной корочки. Перед подачей нарежьте тонкими ломтиками.

Оксана БАБЕНКО,
Днепропетровская обл.
Фото автора



«Сваты на кухне» № 12

Больше рецептов — в декабрьском номере издания: рождественский кекс, суперселедка под «шубой», салат «Дед Мороз».



«Зимнее утро»

2 хурмы, 200 мл 33% сливок, 1 ч.л. жидкого меда, 2 ч.л. коричневого сахара, 2 ст.л. миндальных хлопьев, 3 ст.л. овсяных хлопьев, щепотка соли.

В сковороду выложите овсяные хлопья, миндаль, соль и 1,5 ч.л. сахара. Нагревайте массу 5 минут, помешивая, чтобы она карамелизовалась. Переложите в другую посуду и остудите.

Хурму очистите, нарежьте, разложите по высоким прозрачным бокалам, присыпьте оставшимся сахаром. Если готовите десерт для взрослых, можно добавить немного алкоголя. Охлажденные сливки взбейте с жидким медом до устойчивых пиков. Выложите поверх хурмы. Уберите десерт в холодильник на 2 часа. Перед подачей посыпьте десерт овсяноминдальными хлопьями.

Наталья ИМШЕНЕЦКАЯ,
г. Евпатория. Фото автора

К новогоднему столу готовлю самодельные конфетки. Замачиваю в кипятке 100 г кураги, затем измельчаю сухофрукты блендером и смешиваю с 50 г кокосовой стружки. Формую из массы шарики, обваливаю каждый в какао. Вкуснота!



СОЧЕТАНИЕ БЕЛОГО ВИНА И ЕДЫ

- 🍆 жареные овощи
- 🍇 свежие овощи и фрукты
- 🧀 сыры
- 🍗 птица
- 🥓 колбасы
- 🐟 рыба
- 🐠 морепродукты
- 🍰 десерты
- 🍞 мучное



СУХОЕ



ПОЛУСУХОЕ



ПОЛУСЛАДКОЕ



ИГРИСТОЕ



Соберите коллекцию рецептов!

«Холодное меню» Топ-рецепты закусок

Традиционно новогодний стол — это россыпь закусок и одно-два горячих блюда. Ведь какая хозяйка хочет провести праздничную ночь на кухне? Уже сейчас вооружайтесь оригинальными рецептами — приготовление блюд не займет много времени, а гостям они непременно понравятся.



Язык «Деликатесный»

Отварите 300 г свиного или говяжьего языка в подсоленной воде около 2 часов (в бульон добавьте луковичу и горошины черного перца, а в конце — лавровый листик), очистите от пленки и нарежьте ломтиками. Смешайте 2 ст.л. соевого соуса, 0,5 ч.л. уксуса (лучше — рисового), 1 ч.л. жидко-

го меда, 2 пропущенных через пресс зубчика чеснока, щепотку красного молотого перца и немного нарубленной петрушки. Залейте язык подготовленным маринадом, закройте посуду крышкой и поставьте в холодильник на 4-5 часов — за это время несколько раз перемешайте нарезку.

«Брызги шампанского»

Измельчите на мелкой терке четверть моркови и 60 г сыра, добавьте пропущенный через пресс зубчик чеснока, посолите, подмешайте 2 ст.л. майонеза. Сформируйте из массы 5 лепешек, в середину поместите по вареному перепелиному яйцу и скатайте шарики. Подавайте закуску на шпажках, дополнив кружочком помидора.

Елена КАЛИНИНА, г. Краматорск.
Фото автора



Салат на ананасах

Обжарьте на растительном масле измельченную луковичу. Добавьте 150 г нарезанных шампиньонов и готовьте еще 5 минут. Выложите на тарелку и остудите. Натрите 3 вареных яйца и плавленный сырок (100 г). Смешайте в миске все компоненты, добавьте нарубленную зелень, посолите, поперчите, заправьте сметаной или майонезом. На блюдо выложите салатные листья, затем кольца консервированного ананаса, на них — подготовленную массу.

Наталья ЧАГАЙ, г. Всевожск



Ветчинные рулетики с сыром

Классика «фуршетного» жанра. Натрите 100 г плавленного сыра (можно использовать и другой, но с таким закуска получается нежнее) и 2 вареных яйца, смешайте. Добавьте 1-2 пропущенных через пресс зубчика чеснока и 1 ст.л. майонеза. Распределите начинку по 8 тонким ломтикам ветчины и сверните каждый в рулетик.

Татьяна ЛАТЫШЕВА,
г. Санкт-Петербург. Фото автора

Карамельные черри

Многим это блюдо покажется необычным, но истинные гурманы оценят! Закуска идеально подойдет к вину.

Проткните 5 свежих помидорок черри зубочистками. Смешайте 1 ст.л. воды с соком лайма и сахаром (по 1 ч.л.), поставьте на слабый огонь и доведите до коричневого цвета, постоянно помешивая. На пару секунд окуните помидоры в карамель, а после посыпьте кунжутом. Больше карамели, чем указано в рецепте, сразу не варите — она моментально застывает. Поэтому готовьте закуску малыми порциями.

Марина КВОН,
г. Санкт-Петербург. Фото автора



«Морозко»

Замороженный рулет из скумбрии смотрится празднично и аппетитно. Выложите на пергаментную бумагу внахлест 4 филе размороженной скумбрии, посыпьте 1,5 ст.л. соли, смажьте 2 ч.л. горчицы в зернах, добавьте черный молотый перец и паприку по вкусу. Распределите по филе пропущенный через пресс чеснок (6 зубчиков).

С помощью бумаги сверните филе в плотный рулет и оберните его фольгой, чтобы в холодильнике не появился «лишний» запах, а готовая закуска держала форму. Отправьте рулет в морозилку на сутки.

Подавая к столу, дайте чуть разморозиться и нарежьте.

Светлана БУНИЧ,
г. Одесса.
Фото автора



ВАШИ ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ!

Специальное предложение

Говорящий хомяк

~~1700~~ **990 руб.**



~~1790~~ **1190 руб.**

Маша-повторяшка

Уникальная, развивающая игрушка для детей способна рассмешить до слез любого, попытавшегося заговорить с ней. Если у вас отсутствует настроение, просто поговорите с говорящим хомяком. Он повторяет за вами все произнесенные слова и звуки, произносит их на любом языке мира, повторяет звуки кошек и собак. Когда вы что-то жуете, он жует с вами, отлично имитирует хохот. Эта интерактивная игрушка поднимет вам настроение и поможет развеяться друзьям, надолго покорит сердце ребенка и взрослого с первой минуты знакомства.



Чудо-светильник

«Наносвет»

~~1500~~ **590 руб.**

Теперь можно в считанные секунды установить светодиодное освещение в шкафу, под раковиной, под кроватью и т.д. Состоит из 5 ярких светодиодов и работает на батарейках непрерывно до 100 часов. Крепится с помощью специальных двухсторонних липучек на любую поверхность: металл, пластик, дерево, плитку. Легко устанавливается на потолок или стену, а при необходимости вынимается из крепления одним движением руки и используется как стандартный фонарик. Использует 3 батарейки типа ААА.

АКЦИЯ: Второй светильник в подарок!

Ледоходы для обуви



~~1390~~ **790 руб.**

Ледоходы - легкая и уверенная походка по скользким поверхностям. Они обеспечивают прочное сцепление со льдом и избавляют вас от осадков. Ледоходы легко надеваются на любую обувь размером от 35 до 45. Имеют дополнительный противоскользящий протектор и 10 особо прочных шипов из нержавеющей стали на подошвах, благодаря которым ледоходы надежно держат вас на скользком льду.

Матрас-топпер

с ортопедическим эффектом



~~90x200~~ - **2990 руб.**

~~140x200~~ - **3390 руб.**

~~160x200~~ - **3690 руб.**

Делает спальное место удобным и комфортным. Высокоэластичная пена адаптируется к форме тела, обеспечивая бережную поддержку в области шеи, позвоночника и бедер, создавая условия для расслабления и отдыха. Матрас идеально подходит для обновления старых диванов, кроватей, матрасов - разглаживает ямки, смягчает перепады и обеспечивает поддержку спины. Скручивается в рулон, легко поместится на полку в шкафу. В комплекте чехол с ручкой.

Бюстгальтер

корректирующий «Ах Бра»



~~1710~~ **990 руб.**

Обеспечивает необходимую поддержку груди и максимальный комфорт без петелек, крючков, швов и «косточек»; приподнимает грудь; не собирается складками и не сдавливает кожу по бокам; делает декольте соблазнительным; эластичный; не ограничивает движения, удобно заниматься спортом. 3 бюстгальтера в комплекте. Белый, черный и бежевый. Шкала размеров: S 76-81 см, M 86-91 см, L 96-101 см, XL 106-111 см, XXL 106-121 см.

3 бюстгальтера Ах Бра в комплекте

Самогонный аппарат



«Маруся 1300»

~~1990~~ **990 руб.**

Нержавеющая сталь. Производит 1300 мл самогона в час! Не требует водопровода.

В подарок вкусоароматические концентраты на 300 литров коньяка.

Цепь «Арго»



женский ~~1300~~ **790 руб.**

мужской ~~1490~~ **890 руб.**

Это аксессуар, который удачно подчеркивает создаваемый образ успешного человека. В меру оригинальная и в то же время консервативная, эта цепь выглядит как украшение высокого уровня. Цепь «Арго» выполнена в красивом двойном плетении и имеет подлинное золотое покрытие, нанесенное гальваническим методом, что позволяет защитить изделие от преждевременного истирания и царапин. Не требует постоянного альянса с определенным видом одежды, подходит буквально ко всему! Это украшение, которое допустимо носить в любой обстановке, а так же сочетать с одеждой в любом стиле.

Светодиодная елка «Волшебное рождество»



~~990~~ **490 руб.**

Светодиодная елочка прекрасно подходит для оформления праздничного интерьера и создания новогодней атмосферы. Елка, выполненная из высококачественного пластика, попеременно подсвечивается разноцветными светодиодными огоньками. Режим работы: переносное свечение красным, зеленым, синим цветами.

Ветчинница



~~1500~~ **790 руб.**

Ветчинница - представляет собой прессформу для приготовления ветчины и других изделий из мяса в домашних условиях. Главное ее назначение - это прессование продукта при варке в воде, что необходимо для получения качественной ветчины. Изготовлена из высококачественной пищевой нержавеющей стали.

Часы - музыкальный

проектор звездного неба



~~1290~~ **990 руб.**

Календарь до 2099 года показывает полную дату и время, год и день недели. С помощью встроенного комнатного термометра можно измерять температуру по Цельсию, и по Фаренгейту. Будильник проигрывает 10 мелодий: журчание воды, шум морской волны, шум ветра и классическую музыку. Компактный. Проецирует звездное небо. Отличный подарок детям!

Обогреватель настенный



~~1990~~ **1490 руб.**

Гибкий настенный электрообогреватель можно повесить на обоях, стене или на окне. Безопасен в эксплуатации. Не сушит воздух и не сжигает кислород. Потребляет мало электроэнергии! Постоянная t 60-70 °C позволяет быстро прогреть помещение.

Увеличительные очки BIG VISION



~~1500~~ **790 руб.**

«Биг Вижн» дают визуальное увеличение любого предмета 160% и при этом оставляют руки свободными, поэтому они прекрасно подходят для чтения, шитья и выполнения всевозможных работ, требующих большой точности!

Волшебный трек



~~2500~~ **990 руб.**

Волшебный трек понравится как мальчикам так и девочкам. Совершенно новая гоночная дорога, которая светится и гнется. Вы можете согнуть, повернуть дорогу на 360 градусов даже во время движения гоночных автомобилей. Самое удивительное произойдет тогда, когда Вы выключите свет, и Magic Tracks превратится в супер яркую трассу со светящимися автомобилями!

Блинница электрическая погружная

~~1690~~ **1290 руб.**



Тонкие блинчики одной рукой!
1. Разогрейте блинницу.
2. Погрузите в чашу с тестом на 2-4 секунды и нужное количество теста прилипнет к антипригарной поверхности прибора.
3. Подождите 7 секунд и переверните блинчик еще на 7 секунд.
4. Готово! Снимайте и наслаждайтесь!

Новейший автоматический веник



~~1800~~ **990 руб.**

Прибор, который просто необходим любой хозяйке на каждый день. По бокам прибора размещены щетки, которые вращаются и собирают мусор. Работает без батареек или электричества. Прикасаясь к поверхности, щетки начинают двигаться. Боковые щетины собирают мусор и подметают его к центральному валу. Пыль и грязь попадают в специальный контейнер. Основание ручки вращается на 360 градусов, что сильно облегчает работу.

Швейная мини-машинка



~~2790~~ **1990 руб.**

Очень компактная! Для ее использования и хранения не нужно отводить специальное место. Вы с легкостью пододыете брюки или юбку, вставите молнию, сэкономив тем самым свои деньги на посещениях ателье. Подарите своим любимым вещам вторую жизнь. Ведь с этой мини-машинкой так легкошить заплатку или красивый декоративный элемент. Сошьете красивую одежду своими руками. Вы сможете шить, используя ножную педаль. Это делает процесс шитья быстрым и удобным.

В подарок к машинке идет набор для шитья: нитки в катушках 32 цветов, шпульки с нитками 32 цветов, сантиметр, ножницы, наперсток - 2 шт., нитковдеватель, испариватель, 30 иголок.

Набор кастрюль Kaiserhoff



12 предметов

~~4990~~ **3990 руб.**

Посуда изготовлена из высококачественной нержавеющей стали. Имеет 5-слойное дно, клепаные металлические ручки и стеклянные крышки. Подходит для всех видов плит. Внутри кастрюль есть измерительная шкала. **Производство: Германия.**

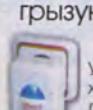
Мини удочка «Fish pen»



~~1800~~ **990 руб.**

Главное преимущество мини удочки по сравнению с громоздкими удочками в том, что она всегда будет с вами на случай непредвиденной рыбалки. В сложном виде ее длина достигает всего 20 см. В наборе есть все необходимое - крючки, грузило, катушка с леской и само удилице, раскладывающееся из небольшого футляра телескопически почти на метр. Метровая длина удилица очень комфортна для ловли с лодки, пирса или мостков, а для водоема с заросшим берегом карманная мини удочка вообще идеальный вариант. Подледный лов тоже будет удобным с такой длиной удилица. Аккуратная и очень удобная катушка порадует настоящих эстетов рыбной ловли. Удочка выполнена из карбона и сплава алюминия, что позволяет выуживать крупную рыбу. Спешите сделать уникальный подарок на Новый год и 23 февраля. Количество ограничено.

Отпугиватель



грызунов и насекомых ~~1290~~ **990 руб.**

Устройство для отпугивания тараканов, жуков, мышей, крыс. Защищает ваш дом, квартиру или промышленное предприятие площадью до 200 м². Просто вставьте его в розетку. Можно использовать, если в доме есть дети, собаки и кошки. Безопасен. И в него встроен уютный ночник.

Гарантия качества! Звоните прямо сейчас!

С информацией об организаторе акций, о правилах их проведения, количестве товаров, сроках, месте и порядке их получения можно ознакомиться по тел. 8 (499) 213-03-16. Акции действительны с 05.12.17 г. по 31.12.2017 г. Реклама.

8 (499) 213-03-16 (многоканальный) Доставка по Москве и всем регионам России. Время работы с 9:00 до 21:00



На лице написано Скрывать эмоции — выгодно?

Демонстрацию человеком истинных чувств воспринимают по-разному. Для одних психологов это признак искренности и отсутствия лицемерия. На их стороне и многие медики: ведь интроверты чаще переносят инфаркты и инсульты, зарабатывают язвы и неврозы. Но немало специалистов считают: открытое проявление эмоций — это признак эгоизма, низкой этической культуры или гормональных проблем. Негодуя в ответ на замечание начальника, фыркая при взгляде на обновку подруги, не скрывая непри-

язни в адрес коллеги, мы не просто выражаем презрение к чужому мнению, но и ставим коммуникативные барьеры в отношениях с окружающими. А когда получаем адекватный отпор и оказываемся в социальной изоляции, начинаем злиться — в итоге все те же инфаркты, инсульты, язвы, неврозы...

И уж тем более нужно осторожнее проявлять негативные эмоции в семье, чтобы не ставить душевный покой близких в зависимость от своего гнева.

* Чувствуете, что «закипаете»? Попробуйте сублимировать раздраже-

ние в творчество (писать стихи, рисовать), в уборку квартиры или в ремонт сломавшегося неделю назад утюга.

* Досчитайте до 50 или умойтесь ледяной водой. Можно попробовать сделать глубокий вдох, задержать дыхание на 2 секунды, медленно выдохнуть и только потом высказываться. Хорошо взять в руки стакан воды и выпить ее маленькими глотками, как бы откладывая нелюбимую тираду.

* Если эмоции по-прежнему «прут» — зайдите в пустую комнату и там выскажите все стене, полу и дивану. Реальные зрители — это питательная среда для демонстрации негатива.

* Не бойтесь плакать: слезы — свидетельство того, что механизм переживания запущен.

* Полезно корчить рожи своему отражению в зеркале: каждый день по три минуты.

* Привычка «брать с места в карьер» стала постоянной? Есть смысл подумать о курсе приема успокоительных трав, витаминизации. Проконсультируйтесь у эндокринолога: некоторые заболевания, характеризующиеся дисбалансом гормональной системы, сказываются на эмоциональном поведении.

И запомните: не сдерживайте себя в проявлении любви, доброты, нежности в отношении близких. Здесь у вас — полный «безлимит»!

Светлана ЦАРИКОВА,
психолог, г. Могилев

9 способов не стареть

- 1) Отбросьте несущественные цифры — возраст, вес и рост.
- 2) Оставьте только веселых друзей: брюзги тащат вас вниз.
- 3) Продолжайте учиться. Узнайте больше о компьютерах, ремеслах, садоводстве, о чем угодно. Праздный мозг — мастерская дьявола по имени Альцгеймер.
- 4) Наслаждайтесь простыми вещами.
- 5) Чаще смейтесь, громко и долго, до колик.
- 6) Бывают слезы. Потерпите, погорюйте и двигайтесь дальше. Единственная персона, которая всю жизнь с нами, — это мы сами.
- 7) Лелейте здоровье. Если оно хорошее — сохраняйте. Если нестабильное — улучшите.
- 8) Забудьте про чувство вины, никогда и ни в чем не оправдывайтесь.
- 9) Говорите любимым людям, что вы их любите при любой возможности.

Жизнь измеряется не количеством наших вдохов, но моментами, когда у нас перехватывает дыхание.

Джордж КАРЛИН,
актер, писатель

Мысли вслух

Роджер Оллсоп, британский хирург-онколог

Насколько наше общество ценит старинные вещи, настолько же оно не ценит старых людей. И это заставляет их стареть еще быстрее... Там, где к старости относятся не пренебрежительно, люди не боятся стареть. А это само по себе способно продлить жизнь.





Не стать Пигмалионом

Моя жена погибла в автокатастрофе. Потеря была столь тяжелой, что несколько лет я и думать не мог о других женщинах. Но год назад в офисе появилась сотрудница, изменившая мой мир. Только она напрочь игнорирует знаки внимания с моей стороны. Друзья смеются: стар уже, чтобы Дон Жуана разыгрывать. Я же не могу ничего с собой поделать: чем ни занимаюсь — думаю о ней. Как быть?

Валерий Н., Ленинградская обл.

— Любовь, даже безответная, делает богаче наш эмоциональный мир, окрыляет, наполняет жизнь новым смыслом. Но подумайте о другом: если дама долго и упорно отвергает ваше чувство, возможно, вам пора из плена самообмана вернуться в реальность? Люди — не статуи, а вы — не древнегреческий Пигмалион, ожививший женщину-мечту, высеченную из слоновой кости. Подражать Пигмалиону позволительно в юности, когда мало опыта и только происходит становление личности. А в зрелом возрасте долгое и упорное безответное чувство — признак инфантилизма.



Согласуюсь: любовь мотивирует вас развиваться и совершать благородные поступки. Стремясь к идеалу, вы сами становитесь лучше. Не зря ведь любовные переживания вдохновили создателей стольких стихов, песен, картин... Но хотите ли вы всю жизнь страдать, как Петрарка по Лоре? Если нет — мысленно переверните эту страницу своей биографии. Вспомните вечную истину: насильно мил не будешь.

❖ Честно ответьте на вопрос, что вам мешает отпустить чувство — уязвленная гордость или упрямство?

❖ Сохраняйте самоуважение: вы уже потратили много усилий, но чего добились? Выйдите из состояния жертвы и, оглянитесь вокруг: в мире много интересных женщин!

Кому-то из них вы наверняка нравитесь — возможно, пора сделать ответный шаг, а не тратить время и эмоции на ту, которая ваших усилий не ценит?

❖ Минимизируйте контакты с объектом обожания, избавьтесь от всего, что напоминает о нем, избегайте стимулов, которые могут обострить чувства.

❖ Повысьте самооценку через достижения в работе или хобби. Увлечитесь чтением или другой интеллектуальной деятельностью, сходите на концерт, выставку, в кино или театр.

Опыт доказывает: долгие попытки завоевать любовь не гарантируют успеха. Настал момент снять розовые очки — счастье может быть не столь неприступным!



Счастье по календарю?

Украсила комнату гирляндой еще в начале декабря. Муж, увидав, как я включила веселые огоньки и устроилась на диване с чашкой какао, хотнул: «До Нового года почти месяц — ничего не перепугала?» А почему мое хорошее настроение должно приходиться лишь по календарю?! С какого перепугу мы так зациклились на определенных датах? Нравится аромат хвои в доме — посади тую в кадку на балконе. Обожаешь запах мандаринов — купи цитрусовое эфирное масло и устраивай себе ароматерапию хоть каждый день. Любишь дарить подарки и удивлять близких приятными сюрпризами — почему для этого нужно искать повод? Мы спрятались за «решетки» календаря, застыли в серых буднях и ждем от будущего порции радости. Только счастье ведь — здесь и сейчас.

Не упустите его!

Рауса, по электронной почте

Выбросьте злорадство!

Наверняка у вас есть знакомые женщины, которых трюфелями не корми, дай кому-то испортить настроение? Вечные сплетницы, они обожают поругаться с коллегами и с соседями, на рынке и в общественном транспорте, пакостят по мелочам и по-крупному. Почему из милых девочек вырастают злобные тетки? Причины гипертрофированной вредности могут быть разными:

- ❖ зависть и неудовлетворенность собственной жизнью — «я достойна большего, но везет всем, кроме меня»;

- ❖ накопление обид, сложение многих мелких в одну большую, вызывающую озлобленность;
- ❖ извращенное удовлетворение, вызванное страданиями других («сделал гадость — сердцу радость»).

В детстве зависть провоцировала насолить кому-то и почувствовать облегчение: «Подружка не делится со мной мороженым? Толкну ее, чтобы выронила лакомство, и посмеюсь!» Повзрослев, вредина порадует новости, что подружку бросил муж: «Так ей и надо!»

Наш эксперт — психолог
Мила Левчук,
г. Санкт-Петербург



Но зачем отравлять душу довольной ухмылкой от чужой беды — бумеранг негатива часто возвращается и бьет по завистникам с удвоенной силой! А сопереживание, вернувшись, уменьшает твою собственную боль. Помните: у нас всегда есть выбор — злорадство или сочувствие. Вслушайтесь: ЗЛО-РАДство. Когда зло начинает радовать, черствеет душа.



«Гиалуроновый обман»?



Слышала разговоры про неэффективность кремов для лица с гиалуроновой кислотой: мол, это вещество не может «пробиться» сквозь кожу. Выходит, производители косметики нас обманывают?

— Не совсем так. Гиалуроновая кислота (ГК) — это основа дермального матрикса (внутреннего слоя) кожи. Производители косметики справедливо говорят, что ГК притягивает воду, таким образом разглаживая мелкие морщинки. А затем образует гель, в котором «взвешены» все структурные элементы: клетки, белковые волокна и т.д. «Гиалуронка» бывает высокомолекулярной (состоит из большого количества крупных молекул) и низкомолекулярной (из молекул помельче). Последняя как раз может преодолеть эпидермальный барьер, проникнув в кожу. Именно такую ГК добавляют в кремы, лосьоны. А высокомолекулярную используют для

Мargarita Ш., г. Санкт-Петербург инъекций в мезотерапии, или как наполнитель, или для восполнения хрящевой ткани.

Некоторые женщины в погоне за молодостью покупают в аптеке ампулы с «гиалуронкой» и протирают ею лицо, добавляют в кремы. Бесплезно! Это высокомолекулярная ГК — ее крупные молекулы пройдут в кожу только с помощью шприца. Срок действия этих двух видов ГК — разный. Низкомолекулярная быстро разлагается и выводится из организма, а высокомолекулярная — долго. Однако важен еще и профессионализм косметолога: если он неудачно вколлот клиентке наполнитель — не стоит мечтать о коже без морщин.



Новогодний аромат

Обожаю запах мандаринов! А их сок добавляю в домашние маски — он тонизирует и освежает кожу, улучшает кровообращение. В 2 ст.л. перемолотых хлопьев геркулеса добавляю сок одного мандарина, 1 ч.л. рыбьего жира и 1 ст.л. пастообразного творога. Смесь держу на лице 15-20 минут и смываю холодным зеленым чаем. Такая маска еще помогает при сухости кожи.

Вероника ИВКОВИЧ, г. Шклов

Банановое чудо

Вилкой разминаю мякоть половинки спелого банана, добавляю 1 ч.л. растопленного меда и 1 ст.л. сливок (для жирной кожи замените несколькими каплями лимонного сока). Маску держу на лице 20 минут, после чего смываю теплым отваром ромашки лекарственной и даю коже высохнуть естественным способом — она становится свежей и гладкой.

Делаю процедуру дважды в неделю.

Мария МЕЛЬНИКОВА, г. Орша

Ягодка опять

Измельчаю в блендере 2 ст.л. замороженных ягод облепихи, добавляю сырой белок куриного яйца и подсыпаю до загустения белую косметическую глину. Перемешав, наносю

маску на лицо и шею, через 15 минут смываю сперва теплой, затем холодной водой. Делаю процедуру раз в неделю — кожа гладкая и здоровая.

Светлана ЕВСТРАТОВА, г. Коломна



Комментарий специалиста

Замороженная облепиха сохраняет все свои полезные свойства, но при этом в меньшей степени окрашивает кожу и реже вызывает аллергическую реакцию. Однако все равно советую сначала нанести состав на запястье и проследить за реакцией кожи. Вместо ягод можно брать аптечное облепиховое масло, но в доле не более 2% от суммы всех ингредиентов (из-за окрашивающих свойств).

Если наносить маску холодной, то она сузит поры и не даст полезным веществам проникнуть вглубь. Поэтому рекомендую подогреть состав примерно до температуры тела. Перегреть не стоит — иначе лишите маску витамина С, известного своими осветляющими и тонизирующими свойствами.

Елена БРЕЖНЕВА, косметолог, г. Курган



Маска «Молодость»

Промытые листья алоэ измельчаю блендером и смешиваю с сухим молоком в равных пропорциях. Добавляю в массу 1/2 ч.л. меда. Наносу на лицо на 15-20 минут, смываю молочной сывороткой или натуральным зеленым чаем. Делаю процедуру дважды в неделю — кожа мягкая, упругая и выглядит моложе.

Татьяна ХОРОНЕКО,
г. Полоцк

У меня почти нет морщинок вокруг глаз. Никаких пластических хирургов! Купила в аптеке капсулы с витаминами А и Е. Вечером смачиваю ватные диски в смеси содержимого двух разных капсул и накладываю на кожу в районе глаз. Через 20 минут промакиваю салфеткой. Эффект — на лице!



Олег Жуков:

«Лучшее время — между вчера и завтра»

«Люди встречаются, люди влюбляются, женятся...» — эти строки знают наизусть миллионы людей. А вот их автора — гораздо меньше. Знакомьтесь: Олег Жуков, поэт, музыкант, исполнитель собственных произведений.

— Олег Владимирович, вы написали более 300 песен. Какая из них самая любимая?

— Одну, наверное, выделить сложно... Взять хотя бы песню «Жизнь»: «Жизнь играет с нами в прятки. Да и нет — слова-загадки. Этот мир, этот мир, дивный мир...» (напеваает — прим. авт.) Речь о том, что судьба часто забирает у нас что-то или кого-то, но нужно жить дальше и не бояться ничего. Ведь не бывает людей, у которых все замечательно. Слишком часто, как молодые любят говорить, случается «облом»: хочется все бросить — и в речку головой. А потом думаешь: да нет же, я — сильный, я — победитель и буду всегда таким. Очень люблю композицию «Наташка». Ну и, конечно, «Люди встречаются». Вот тот «треугольничек», который характеризует меня как лирического поэта, человека позитивного и даже немножко философа.

— Однажды вы назвали свое творчество «лечебно-музыкальной терапией». Как и где вы черпаете энергию?

— Я помогаю публике на концерте вспомнить счастливые моменты из жизни — замечали, именно с ними всегда связаны песни? И у старшего поколения это не современные композиции, а те, с которыми выступали ВИА их молодости. Эти мотивы возвращают людей в то золотое время, когда они не могли дожидаться вечера, чтобы побежать на свидание — встретиться, танцевать, гулять до утра. Многие зрители подходят после концертов и признаются: «Ваши песни помогли нам познакомиться. Под эту мы впервые вместе кружились на танцплощадке, а ту во дворе пели...»

— А вы помните свою первую любовь?

— «Любовей» у меня было много, в школе — первые, потом — взрослые. Только постепенно любовью и смыслом жизни стали родные люди, дети, внуки, а те-

перь и правнуки. Настоящее счастье — когда в доме звучат их голоса! Младшенькие внучка и внук (ей три года, ему восемь) часто приходят в гости, носятся по комнатам — непередаваемый восторг. Они возвращают нам радостные моменты молодости, когда мы сами возились со своими детьми.

— У вас день рождения 1 января. Как его отмечаете? Вроде бы у всех и так торжество, а у вас — отдельное...

— И правда, кажется, что эта ситуация лишает меня одного из праздников — Нового

года. Но я от таких мыслей не страдаю. Все равно оба торжества для меня — семейные: близкие собираются вместе, и потому я счастлив.

— Из коллег по цеху кого бы могли выделить? Чьи песни любите и слушаете?

— Прежде всего тех, с кем работаю сейчас. Жена Чалышев из белорусской группы «Харли» — чудесный голос, интеллигентнейший человек, пишет очень красивые песни. Например, «Королевство без короля» — только послушайте! Саша Сапатыков — тоже талант, который выдает настоящие шлягеры, что ни песня — то хит.

— Правда, что играть на гитаре вас научила бабушка?

— Да, у меня и бабушка, и мама играли на гитаре и пели! Мама ходила в

хоровую капеллу, и когда бывали домашние праздничные застолья, она всегда с сестрой и ее мужем музицировала. Потихоньку я научился вторить — исполнять партию второго голоса. Вообще, семья мне дала очень многое. Научившись играть на гитаре, с 1967-го по 71-й я выступал в коллективе знаменитого Виктора Вуячича — и аккомпанировал, и пел. Именно там на «клавишах» стоял юный Юрий Антонов, многие песни которого позже были написаны на мои стихи.

— Расскажите свой рецепт «добротного утра», который гарантирует, что день пройдет плодотворно.

— Он прост: залезть в холодильник, взять оттуда пучок зелени и съесть. У меня всегда большой выбор — салат, пряные витаминные травы. А вообще, считаю, что счастливой жизни нет, есть счастливые дни. И поэтому каждое утро, вставая с постели, поздравляю себя: «Здравствуй, новый день, первый день моей оставшейся жизни!» Никогда с этим ощущением праздника не расстаюсь. Убежден: лучшее время для того, чтобы сделать что-либо хорошее, — между вчера и завтра.

Беседовала Алена СУХАН.
Фото автора



Из досье «Сватов»

Олег Владимирович Жуков родился 1 января 1937 года в г. Днепрпетровске. Большую популярность приобрел благодаря песням «Люди встречаются», «О добрых молодцах и красных девицах», композициям из кинофильмов «Берегите женщин» и «Приказ». Работал в ВИА «Тоника» Виктора Вуячича. Больше 50 лет живет в г. Минске. Написал гимны для международных музыкальных фестивалей «Славянский базар», «Золотой шлягер», конкурса «Телевершина».



Астрологический прогноз на январь

Провожая календарный год, любой человек стремится не только анализировать свои успехи и промахи, но и строить планы на будущее. Солнце, находясь в зодиакальном знаке Козерога, не оставляет вас в одиночестве. Как избежать неприятностей в 2018-м, подскажут интуиция и наш гороскоп.



Овен

(21 марта — 20 апреля)

Начало года для Овнов — время не строить планы, а действовать. Это вовсе не означает бросаться в омут с головой. Прежде чем проявлять диктаторские замашки, подумайте о последствиях. Старайтесь больше слушать, а не говорить, убеждать, а не командовать.



Телец

(21 апреля — 20 мая)

С увеличением светового дня у Тельцов поднимается настроение и растет уверенность в своих силах. Советы близким не останутся без внимания и послужат росту авторитета: Фортуна на вашей стороне! Запланировали отпуск в далекие края? Смело отправляйтесь в путь: жилье будет комфортным, а море — теплым.



Близнецы

(21 мая — 21 июня)

В начале года звезды советуют вам не распыляться, а сосредоточить внимание на чем-то одном, наиболее важном. Не стремитесь угодить близким: благодарность в ответ вряд ли получите. Лучше займитесь собой — делайте, что считаете нужным, не оглядываясь на то, какое впечатление это производит на других.



Рак

(22 июня — 22 июля)

Для людей, рожденных под знаком Рака, благополучие семьи имеет приоритетное значение. В январе ваши желания совпадут с тем, чего ждут от вас близкие, а значит, никаких споров не предвидится. Полностью переключать исполнительскую инициативу на членов семьи не следует — у них могут быть и свои интересы.



Лев

(23 июля — 23 августа)

Быть в центре внимания как в семье, так и на работе — удел Львов. Январь предоставит такие возможности. Вы будете востребованы и, вполне возможно, даже слегка устанете от внимания окружающих. Необходимо выработать правильную тактику поведения: если есть возможность — следует уступить, а при необходимости — проявить волевые качества.



Дева

(24 августа — 23 сентября)

В начале года девиз «Все или ничего» малопригоден для Дев. Январь более удачен для налаживания полезных контактов. Не ленитесь посетить или хотя бы обзвонить старых друзей, родственников — так вы сможете получить много интересной и нужной информации.



Весы

(24 сентября — 23 октября)

Середина зимы для вас — время негатива на работе и позитива в семье. На службе придется взять ответственность не только за свои результаты, но и за упущения подчиненных и коллег. Дома можете рассчитывать на поправки и приятные сюрпризы со стороны близких.



Скорпион

(24 октября — 22 ноября)

Люди, рожденные под знаком Скорпиона, напористы и целеустремленны. Но в январе ни для того, ни для другого сил недостаточно. Если вас что-то не устраивает на работе или дома, то лучше пока не проявляйте инициативу, не участвуйте в выяснении отношений и не занимайте чью-либо сторону.



Стрелец

(23 ноября — 21 декабря)

Вы можете рассчитывать на поощрения на работе и на подарки в семье. Отнеситесь к столь приятным сюрпризам спокойно и без суеты, даже если считаете, что заслужили большего. У вас шалят нервы? Берите отпуск и отдыхайте далеко от дома.



Козерог

(22 декабря — 20 января)

Январь для вас — время праздника, надежд и творческих свершений. Месяц удачен для новаций в быту или на рабочем месте, новых приобретений. А если Козерог по какой-либо причине живет один — самое время задуматься о партнере.



Водолей

(21 января — 18 февраля)

Характер Водолеев совсем не домашний. Но в этом месяце следует меньше общаться с друзьями и больше внимания уделить семье: домочадцы нуждаются в вашем участии. Начало года отлично подойдет для того, чтобы устроить свою семейную жизнь так, как вы желаете. Хотя придется согласиться на какие-то уступки.



Рыбы

(19 февраля — 20 марта)

Январь для Рыб — месяц откровений. Все, что было спрятано внутри, выходит на поверхность. Вы вправе сделать выбор, не соблюдая все те правила, которых придерживались в жизни. В трудностях можете опереться на друзей.

Январь для Козерогов — время праздника, надежд и творческих свершений. Месяц удачен для новаций в быту и на рабочем месте, новых приобретений. А одиноким Козерогам самое время задуматься о партнере.

ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

Закажи и читай с пользой! Все по 67 руб.

ДОМАШНЯЯ ЗДОРОВЬЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ	САМОБРАНКА	УСАДЬБА
Алкоголизм: народные методы профилактики и лечения	Энциклопедия современной хозяйки	Школа огородника: 100 типичных ошибок в вопросах и ответах
Аптекарский огород Женские болезни	Православная кухня Рыба — царица стола	Огород по Курдюмову Цитрусовый рай
12 месяцев. Ваш малыш: день за днем	Походная кухня Худеем со смыслом	Народно-обрядовый календарь Энциклопедия садовода, или 100 секретов отличного урожая
Детские болезни в вопросах и ответах	Свадебный переполох Мясной стол	Мед от болезней спасет Секреты вкусной ягоды
Жизнь без аллергии Домашний невропатолог	Подсказочки для мамочки Приручаем тесто	Энциклопедия грибника Огород без химии
Секс после 40-ка Исцеляющая сила семян	Хиты заготовок Сладкие заготовки	Экзоты на грядке Картофель: секреты урожая
Святые, которые лечат 100 рецептов красоты	Волшебные блюда из духовки	Азбука садовода: от посадки до консервирования
Ключ к молодости		
МАСТЕРСКАЯ <small>Тылока</small> на дому		
Квартирный вопрос, или 100 подсказок домашнему мастеру	Энциклопедия цветовода, или 100 секретов по уходу за растениями	Энциклопедия комнатного цветоводства, или 100 секретов по уходу за растениями
Айда на рыбалку! Уютный дворик	Ее величество роза Душистый палисадник	Цветущие комнатные растения Целебная сила комнатных растений
Самodelки для дачи Уютный дом: интерьер своими руками	Декоративные заики Размножаем кустарники	Монстера, антуриум и другие ароидные Крошки на окошке
Вышиваем крестиком Мангал, коптильня, барбекю	Нимфея и ее свита Флоксы в саду	Любимые суккуленты Тропические растения в доме
Вяжем для детей Вяжем на зиму обновки	Георгины в саду Водоем — украшение сада	Домашние цветы в вопросах и ответах 100 секретов размножения комнатных растений
Реставрируем мебель 30 идей экономного ремонта	Дачные экзоты 100 секретов размножения садовых растений	Любимые колючки Мандарин, инжир, ананас и другие плодовые: от посадки до сбора урожая
Мебель своими руками	Чудо-цветник: уроки прививки	Азбука комнатного цветовода

Чтобы получить журнал, перечислите почтовым или банковским переводом **67 рублей** (стоимость 1 экз.), на адрес:

ООО «Толока в России»,
Р/с 40702810859020005990,
Отделение № 8609 Сбербанка России,
г. Смоленск.
К/с 30101810000000000632,
ИНН 6729013577, КПП 672901001,
БИК 046614632.



На бланке денежного перевода в графе «Для письменного сообщения» **обязательно** укажите название журнала, полные домашний адрес и ФИО.

Тел. для справок:
8-4812-64-75-65

Отзовитесь

Ольга, 56/168/62. Познакомлюсь с мужчиной 55-60 лет для серьезных отношений, желательно из г. Санкт-Петербурга или Ленинградской обл. Безработных, пьющих и лиц из МЛС прошу меня не беспокоить. **Тел.: 8-923-508-82-44.**

Владимир. Познакомлюсь с женщиной 45-57 лет, уставшей от одиночества. Я общительный, добрый, люблю природу и животных. Живу в своем доме в Подмоскowie. **Тел.: 8-925-846-06-75.**

Ольга, 50 лет. Живу в сельской местности, есть несовершеннолетние дети. Для серьезных отношений познакомлюсь с трудолюбивым мужчиной. Из МЛС просьба меня не беспокоить. **Тел.: 8-920-124-62-55.**

Нина, 63/154/58. Вдова, привлекательная, жизнерадостная, добрая, хозяйственная, с чувством юмора и умелыми руками. Дети живут отдельно. Увлекаюсь фотографией, хожу в бассейн и тренажерный зал. Познакомлюсь с мужчиной — добрым, веселым, хозяйственным. Жду писем из Гатчины и Санкт-Петербурга. **Адрес: 188341, Ленинградская обл., Гатчинский р-н, д. Шпаньково, до востребования Кирилловой Н.В.**

Светлана, 46 лет. Москвичка, хозяйственная, люблю кулинарию, природу, домашний уют, без в/п. Есть 12-летняя дочь. Для серьезных отношений познакомлюсь с мужчиной — 46-56 лет, без в/п, работающим, хозяйственным, заботливым, любящим детей, из Москвы или ближнего Подмосковья. **Тел.: 8-985-263-13-94.**

Иван, 70 лет. Ищу друзей по обмену коллекционным материалом. В данный момент собираю этикетки от спиртных напитков. В обмен могу выслать спичечные этикетки и каталог по ним, календарики, значки, монеты России, СССР, мира, открытки, почтовые марки. **Тел.: 8-951-837-46-70. Адрес: 188490, Ленинградская обл., г. Ивангород, а/я 34.**

Галина. Вдова, пенсионерка, высокая и стройная. Познакомлюсь с умным, серьезным мужчиной из Омской обл., желательно вдовцом, имеющим авто и не потерявшим интерес к жизни. **Тел.: 8-913-974-00-82.**

Светлана, 44 года, инвалид II группы. Очень люблю британского актера Алекса Петтифера. Буду признательна за любую информацию о нем. Надеюсь найти друзей по переписке. У меня почти нет общения, Интернет не подключен. **Адрес: 460040, г. Оренбург, ул. Алтайская, д. 2/1, кв. 169. Давыдовой С.А.**

Галина, 66/157, вдова. Чувственная, верная, открыта добру. Отзовись, молодой душой пенсионер, для общения и встреч. **Тел.: 8-910-110-28-36**

Женщина, 42/162. Познакомлюсь с мужчиной до 47 лет из Рыбинска или Ярославской обл., неглупым, нежадным, без в/п, с умелыми руками, обеспеченным жильем, ведущим здоро-

вый образ жизни. Хотела бы выйти замуж, иметь ребенка. Пьющих, альфонсов, аферистов прошу меня не беспокоить. **Тел.: 8-910-963-80-16 (после 18.00).**

Наташа, 40/157/60. Приятной внешности блондинка с карими глазами. Разведена, без в/п. Увлекаюсь кулинарией, люблю природу, музыку. Скромная, верная. Хочу для создания семьи познакомиться с надежным, добрым, непьющим, несудимым мужчиной 38-45 лет с чувством юмора. **Тел.: 8-919-521-92-47. Адрес: 612300, Кировская обл., Кикнурский р-н, п. Кикнур, ул. Солнечная, д. 9, кв. 2. Смирновой Н.А.**

Татьяна, 58/164/64. Пенсионерка, без в/п. Виртуальное общение не вдохновляет, хотела бы найти таких же одиноких подруг, друзей для общения, совместных походов в музеи, театры, на выставки, прогулок по Москве. **Тел.: 8-906-054-10-56.**

Женщина, 45 лет. Жизнерадостная, добрая, общительная, энергичная. Разведена, есть сын. Люблю природу, реку, не против рыбалки, нравится работать на даче. Для серьезных отношений познакомлюсь с мужчиной 40-50 лет, готовым стать надежной опорой в жизни, не озлобленным, искренним, хозяйственным, без материальных и жилищных проблем, желательно из Смоленска или области. Наличие авто приветствуется. Альфонсы могут не беспокоиться. **Тел.: 8-904-360-21-45.**

Светлана, 45/170/80. Вдова, живу в Архангельской обл. в своем доме, дети учатся в другом городе. Познакомлюсь с серьезным и надежным мужчиной 45-55 лет без в/п. Судимых, пьющих прошу не звонить. **Тел.: 8-950-661-95-28.**



Колыбельная медведицы

Музыка Е. Крылатова
Слова Ю. Яковлева

Ложкой снег мешая,
Ночь идет большая.
Что же ты, глупышка, не спишь?
Спят твои соседи,
Белые медведи,
Спи и ты скорей, малыш. (2 раза)

Мы плывем на льдине,
Как на бригантине
По седым суровым морям.
И всю ночь соседи,
Звездные медведи,
Светят дальним кораблям. (2 раза)



Ну, за добрососедство!

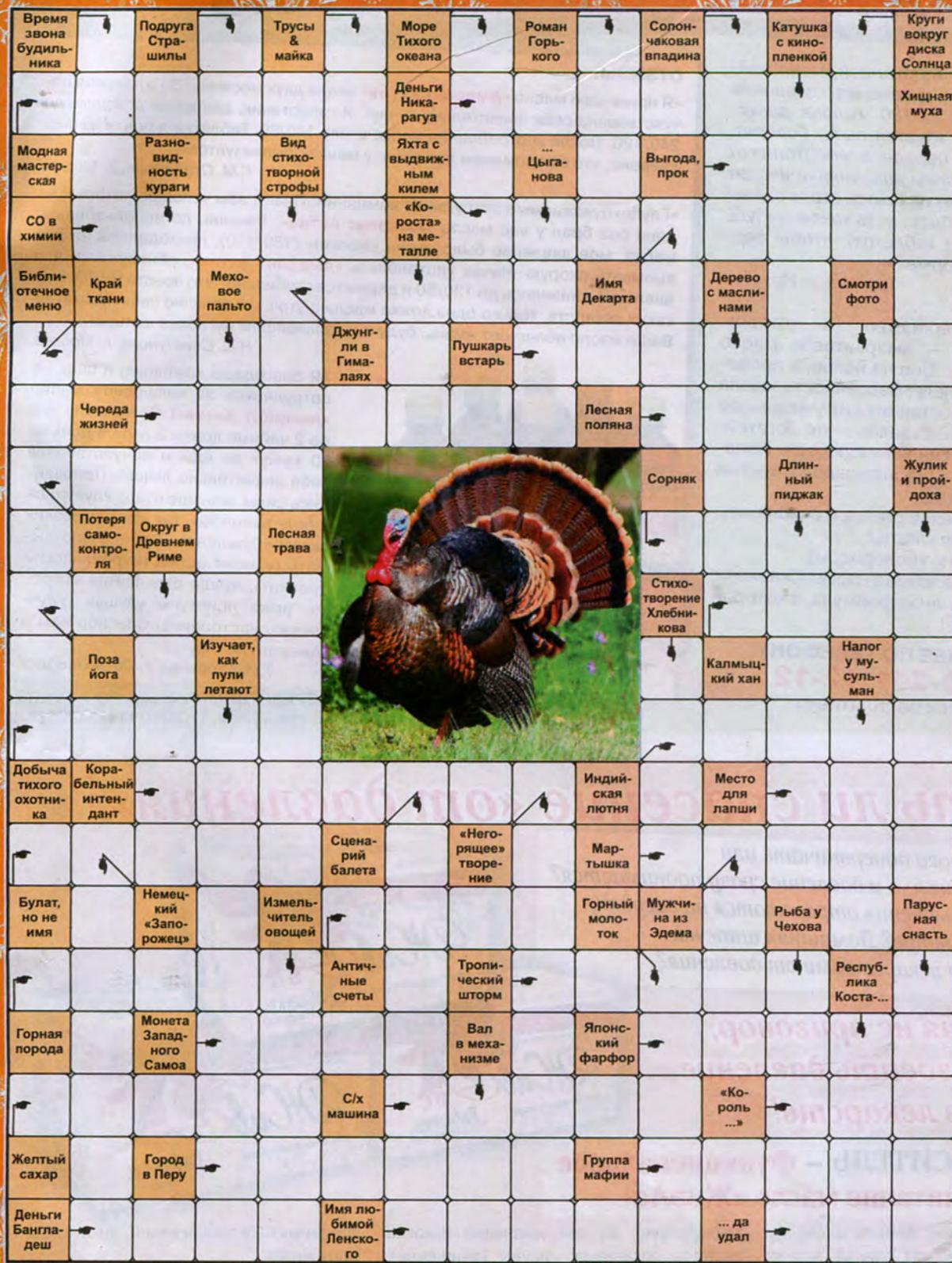
Как сказал мудрец, отсутствие в доме щепотки соли, коробка спичек и пакетика чая сделало для укрепления отношений между соседями гораздо больше, чем все психологи мира.

Так выпьем за то, чтобы при всех дефицитах мы не испытывали недостатка в добрых соседях!

Письма
в «Клуб друзей
по переписке»
присылайте на адрес
редакции: 214000,
г. Смоленск, Главпочтамт,
а/я 200. E-mail: svaty@toloka.com

Адрес или телефон для публикации
в объявлении указывать
обязательно, редакция
рассылкой контактных
данных не занимается.





По горизонтали: Ателье, Кордоба, Толк, Окись, Швертбот, Тераи, Кайма, Канонир, Сансара, Елань, Транс, Овсюг, Лотос, Аюка, Грибы, Ситар, Баталер, Уши, Сталь, Макак, Абак, Дацит, Оркан, Сене, Имари, Бастр, Триер, Лир, Икитос, Клика, Така, Ольга, Мал.

По вертикали: Утро, Элли, Белье, Скоша, Трое, Шотт, Гало, Бобина, Ктырь, Кайса, Станс, Вика, Рене, Ржа, Каталог, Манто, Олива, Индюк, Сюртук, Гаврик, Триба, Сныть, Всем, Баллистик, Ашар, Либретто, Рукопись, Трабант, Адам, Терка, Кирка, Налим, Нирал, Рика, Рол.

СЕГОДНЯ ТАКЖЕ ВЫШЛИ:

- «Сваты на даче»
- «Сваты на кухне»
- «Сваты на пенсии»
- «Цветок»
- «Народный доктор»
- «Домашний»
- «Садовод и огородник»
- «Золотые рецепты наших читателей»
- «Толока. Делаем сами»
- «Волшебный»
- «Счастливая и красивая»
- «Саша и Маша: 1000 приключений»
- «Суперсовет»
- «Дневник волшебницы»

Следующий номер выйдет 9 января

Журнал «Сваты» № 24 (114), декабрь 2017 г.

Издается с апреля 2013 г. Выходит два раза в месяц

Шеф-редактор Татьяна Ивановна САНЧУК
Приемная: т/факс 8-10-375-222-77-09-19
Редактор Александр Иванович ТОРПАЧЕВ
тел. 8-10-375-222-77-58-98

Учредитель и издатель — ООО «ИД «Толока»
Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-51460
от 19.10.2012 г.

Адрес редакции: 214000, г. Смоленск, ул. Тенишевой, 4-а. Тел. (8-4812) 64-75-65; 64-75-64; т/ф 64-75-47.
E-mail: ru@toloka.com

АДРЕС ДЛЯ ПИСЕМ: РФ, 214000, г. Смоленск, Главпочтамт, а/я 200. E-mail: svaty@toloka.com

Юридический адрес: 214000, г. Смоленск, ул. Тенишевой, д. 4-а.

Номер подписан в печать 8.12.2017 г. в 20.00
Тираж 197 000 экз. отпечатан в ООО «Возрождение»
РФ, 214000, г. Смоленск, ул. Октябрьской революции, 38-54

По вопросам рекламы обращаться по тел.:
(8-4992) 53-44-28; (8-9036) 15-56-07
E-mail: reklama_ru@toloka.com

Распространитель: ООО «Толока в России»,
тел. (8-4812) 61-19-80; тел./факс (8-4812) 64-74-54.
E-mail: ru@toloka.com

По вопросам доставки и качества изданий — (8-4812) 64-75-47

Вы можете оформить подписку с любого месяца по индексам: 83420 «КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ»; 82621 «Пресса России»; П1215 «Подлинные издания». Официальный каталог ФГУП «Почта России».

Набран и сверстан в компьютерном центре «Толока»
В связи с введением в действие Налогового, Трудового кодексов и приказами вы сможете получить только при указании номера страхового свидетельства по пенсионному фонду, даты рождения, паспортных данных, адреса прописки

Предоставлением своих персональных данных (ФИО, паспортные данные, адрес регистрации, ИНН, номер страхового пенсионного свидетельства) субъект персональных данных выражает свое согласие на сбор, хранение и обработку его персональных данных для достижения целей, установленных действующим законодательством РФ

Логотип (товарный знак) защищен. По всем вопросам его использования обращаться в редакцию. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений и имеет право отказаться от публикации рекламы. Редакция имеет право редактировать и опубликовать любые приписанные в свой адрес иллюстрации и письма читателей. Факт подписки означает согласие их автора на передачу редакции прав на использование произведения в любой форме и любым способом на территории стран СНГ, Литвы, Латвии.

Рукописи не рецензируются и не возвращаются

Цена свободная

Использованы фото Shutterstock.com, Depositphotos.com, Ruamedianbank.ru
Фото на обложке Ирины САВОСЮНОЙ

Без гипертонии и без лекарств

«Те, кто страдает гипертонией, меня поймут. При погодных изменениях давление подскакивает до 220/180, голова раскалывается так, что хочется выть. Говорят, что все болезни от нервов, а гипертония от чего? Знаю, что скачки давления приводят к инсульту и инфаркту, боюсь этого очень! Помогите! Может быть, есть какое-нибудь средство (помимо таблеток), чтобы держать давление в норме?»

Татьяна, г. Иркутск

Татьяна, есть средство, о котором мало кто знает, — амарантовое масло «Амарант Актив». Оно не новое, а проверенное, и тем лучше. Бесценность масла в том, что в его состав входит уникальное вещество сквален. Сквален — это богатейший источник активного кислорода. Попадая в организм, он мощно воздействует на три главных фактора:

- сосуды (укрепление стенок и очищение)
- сердце (питание клеток)
- мозг (насыщение кислородом)

В результате — давление в норме! Сквален — уникальная природная формула, о которой Вы теперь знаете!

ПОДРОБНЕЕ ПО ТЕЛЕФОНУ:
8-800-301-12-12
(звонок бесплатный)

ОТЗЫВЫ:

«Я принимаю масло «Амарант Актив» около двух месяцев. За это время почувствовала себя значительно лучше. Я гипертоник, давление доходило до 240/120. После употребления масла стало 140/80. Таблетки я почти не пью. Уверена, что со временем давление у меня нормализуется».

Г.М. Степанова, г. Москва

«Глубокоуважаемые сотрудники компании! Пишет вам человек, который не один раз брал у вас масло «Амарант Актив». Раньше, до использования масла, мое давление было очень высоким (180/110), приходилось не раз вызывать скорую. Начав употреблять «Амарант Актив», обнаружила, что давление снизилось до 130/80 и держится стабильно. Это просто ЧУДО! Никаких лекарств, только одна ложка масла с утра, и я отлично себя чувствую! Ваше масло облегчает жизнь, буду и в дальнейшем им пользоваться».

Н.С. Свиштунова, г. Москва

«Я благодарю компанию и всех ее сотрудников за волшебное масло «Амарант Актив»! Принимала его по 2 чайные ложки 3 раза в день за 20 минут до еды и почувствовала себя значительно лучше. Прибавились силы, меньше стала кружиться и болеть голова, так как нет резких скачков давления. Легче стало дышать (у меня астма и хронический бронхит), лучше отделяется мокрота, реже приступы удушья. Улучшилось настроение! Спасибо вам и «Амарант Активу»!

Т.И. Стоянова, г. Петрозаводск



ЗДОРОВЬЕ — ЭТО ВКУСНО!

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ. Реклама. ООО «РОСТ», 115184, г. Москва, ул. Пятницкая, д. 62, стр. 7, пом. 1. ОГРН: 1147746265479

Есть ли спасение «от давления»?

Стоит немного понервничать или переутомиться — и давление сразу поднимается? Погодные изменения отражаются на сосудах, как на барометре? Домашняя аптечка переполнена лекарствами от давления?

Гипертония не приговор, и нормализовать давление можно без лекарств!

СПАСИТЕЛЬ — Функциональное питание масло «ЖивАс».

Это 100% натуральное ЖИВОЕ масло из травы лабазника (таволга). Уникальный по своему составу продукт! Функциональное питание масло «ЖивАс» содержит уникальное соединение гликозид гаултерин — природный «живой» аспирин, который разжижает кровь, корректирует давление, и не повреждает слизистую ЖКТ. А главное — все это создано самой природой! Функциональное питание масло «ЖивАс»

воздействует на три жизненно важные системы организма: сосуды (очищение), сердце (питание клеток), мозг (насыщение кислородом). Давление в норме!

К функциональному питанию относятся пищевые продукты, которые имеют клинически доказанное положительное влияние на здоровье и иммунитет человека, эти продукты не только способствуют

профилактике заболеваний, но и продлевают жизнь.

Функциональное питание масло «ЖивАс», помогает контролировать давление, улучшает общее состояние здоровья и защищает Ваш организм!

ПОДРОБНО, БЕСПЛАТНО:
8 800 700 37 37

ЗДОРОВЬЕ — ЭТО ВКУСНО! «ЖивАс» в каждом доме!

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ. Реклама. ООО «РОСТ», 115184, г. Москва, ул. Пятницкая, д. 62, стр. 7, пом. 1. ОГРН: 1147746265479

