



ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ ОРГАНИЧЕСКОЕ ЖИВОЕ ЗЕМЛЕДЕЛИЕ

Моя грядка

ИЗОБИЛИЯ

6+



ГАЗЕТА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СОВЕТОВ ОТ СЕВЕРА ДО ЮГА

ОЖЗ

Электронная версия газеты: www.gryadkaojz.ru

МАЙ 2020 № 05 (90)

ЧИТАЕМ В НОМЕРЕ:

Болезнь бери-бери, или сильная слабость. Стр. 2

Высаживаем рассаду – время пришло! Стр. 5

Самые первые витамины на грядке. Сеем редис, укроп, петрушку... Стр. 10

Мечты сбываются – я выращиваю батат. Стр. 14

Братюня и Петрович читают изумительную сказку Стр. 15

Огурчики скоро будут в теплице. Стр. 20

Плохое самочувствие? Анемия? А как у вас с железом? Стр. 22

Орех маньчжурский. Красота и огромная польза Стр. 24

Почва на вашем участке тяжелая или легкая? Стр. 26

Суперметод – посев моркови с песком и биопрепаратами. Стр. 28

Зачем готовить животных к дачному сезону? Стр. 30



**ВИТАМИНЫ, СПОРТ, ЗДОРОВЬЕ,
ОТЛИЧНОЕ НАСТРОЕНИЕ,
МОЩНЫЙ ИММУНИТЕТ –
И ВСЕ ЭТО НА ГРЯДКАХ**

ЧИТАЙТЕ на страницах газеты

МЫ ЖИВЕМ В ДРУЖЕСТВЕННОМ МИРЕ! Дорогие, подписывайтесь и получайте ценные советы профессионалов, индексы нашей газеты в каталоге Почты России – П7961 и П8145

БОЛЕЗНЬ БЕРИ-БЕРИ – ПО-ЦЕЙЛОНСКИ «НЕ МОГУ – НЕ МОГУ», ИЛИ СИЛЬНАЯ СЛАБОСТЬ



Доверяй, проверяй, проверяй, проверяй и помогай, делай, наблюдай, доверяй и снова проверяй, проверяй...

Недавно мне прислала письмо наша читательница Виктория Ф. Она написала, что не всем подходит ежедневное 14-часовое голодание (читайте в газете № 03 (88), стр. 2) – у кого-то большой желудок, другие болезни. Спасибо, Виктория, вы совершенно правы – у каждого свой организм, и надо все делать, менять с осторожностью, с проверкой: «Доверяй, но проверяй». Посоветоваться неплохо и с врачом.

Я часто ошибаюсь..., но есть пословица: «Кто не работает, тот не ошибается».

Я опять ошибся. В чем? Я взялся с начала января голодать ежедневно по 14 часов (а часто и по 16 и 18, а иногда и по 20 часов), чтобы организм самоочищался, и заодно чтобы похудеть. Все было прекрасно: за январь, февраль и март я похудел на 10 кг (мне еще надо сбавить вес на 7 кг), хорошо: легкость, гибкость..., но появились проблемы: побаливает голова, раздражительность, нервозность, ухудшилась память, концентрация внимания. Почему?

6 - 12 лет	3,70-24,00		
12 - 20 лет	1,78-19,70		
20 - 40 лет	1,05-17,95		
40 - 60 лет	0,86-19,54		
60 лет и старше	1,22-23,00		
Витамин B6 (пиридоксин)	43,4	миколь/л	14,0 - 320,0
Витамин B5 (пантотеновая кислота)	183,0	миколь/л	54,5 - 604,4
Витамин B1 (тиамин)	73,0	миколь/л	82,0 - 239,0
Витамин A (ретинол)	0,499	мик/мл	0,325 - 0,780
Витамин E (токоферол)	8,41	мик/мл	5,50 - 17,00

Риск развития дефицита витамина А: $0,2 \text{ мкг/мл}$
 Выраженный дефицит витамина А: $0,1 \text{ мкг/мл}$
 Интервитаминов А (токсичность): $>1,2 \text{ мкг/мл}$

Дефицит витамина E:
 новорожденные (в т.ч. недоношенные) дети до 3-х мес.: <math><2 \text{ мкг/мл}</math>
 3 мес. и старше: <math><3 \text{ мкг/мл}</math>
 Риск избыточного поступления витамина E: $>40 \text{ мкг/мл}$
 Рекомендуется принимать витамин E:
 3 мес.-18 лет: <math><4 \text{ мкг/мл}</math>
 18 лет и старше: <math><5 \text{ мкг/мл}</math>

Видите, в норме должно быть витамина B1 от 82,0 до 239,0 единиц, а у меня всего 73,0, т. е. дефицит.



Люди со страшной болезнью бери-бери (дефицит витамина B1).

Дорогие товарищи! Ведите здоровый образ жизни, питайтесь правильно и витаминной пищей, повышайте иммунитет, и никакие болезни будут не страшны.

Моя дочка (она врач) послала меня в платную лабораторию (в городе их много) сдать анализ крови на содержание витаминов и микроэлементов. Оказалось все в норме, кроме витамина B1. Смотрю в интернете: все точно – дефицит B1 вызывает слабость, нервозность, ослабление памяти и т. д. и т. п., а при большой нехватке B1 возникает экзотическая болезнь бери-бери (с цейлонского языка переводится «не могу – не могу», или сильная слабость), от которой в прошлых веках массово умирали в Юго-Восточной Азии. Тогда люди стали шлифовать, полировать рис и использовать в пищу, а отруби риса отправляли на корм животным. В армии, в тюрьмах, в морских путешествиях – там, где кормили только шлифованным белым рисом, началась смертельная болезнь бери-бери (слабость, не пошевелить ни ногой, ни рукой, параличи). В 1897 г. голландский врач Х. Эйкман доказал, что отруби риса вылечивают болезнь.

А еще до него в 1880 году наш российский врач, ученый Николай Иванович Лунин провел опыт.

Взял подопытных мышей, разделил их на несколько групп. Одних грызунов ученый кормил искусственной смесью минеральных солей, воды, жиров, белков и углеводов. Другой группе исследователь предлагал натуральное коровье молоко.

Мыши из первой группы погибали в течение нескольких недель. Остальные подопытные, которые употребляли натуральный продукт, сохраняли нормальное самочувствие. Опираясь на полученные результаты, Николай Иванович сделал вывод,

что в молоке содержатся ранее неизвестные, жизненно важные вещества, без которых не может обойтись организм. В будущем их назвали витаминами (в переводе с латинского «вита» означает «жизнь»).

Это все история, а как мне-то быть? У меня же в моем рационе питания нехватка В1?

Что делать, бери-бери?

Для человека средняя ежедневная норма потребления В1 – 2,0 мг (1,5–2,5 мг, а для детей меньше). В 100 г семечек подсолнечника содержится 1,84 мг витамина В1, т. е. надо, например, употреблять ежедневно около 130 г семечек. В гречневой крупе – 0,43 мг (в 100 г), в гречневой каше на воде – 0,14 мг (в 100 г). Если есть 500 г каши, то получим 0,7 мг В1, плюс другие продукты – и можно легко обеспечить норму В1 – 2,0 мг.

А почему все же у меня появился дефицит В1, ведь раньше не было?

Дело в том, что я начал голодать по 14–18 часов ежедневно (чтобы похудеть), и пищи, а значит, и витаминов стало меньше поступать в организм. Кроме того, я стал потреблять много овощей (500 г) и фруктов (200 г), а потребление каши уменьшил, семечки не грыз, орехи редко, так как очень хотел похудеть.

ИНТЕРЕСНО. *Витамин В1 водорастворимый, он не накапливается (не аккумулируется) в организме. Поэтому если с пищей его приходит мало, то быстро чувствуется дефицит В1 и организм страдает: падает иммунитет, появляется слабость, вялость, головные боли, нервозность. Надо каждый день есть каши, орехи, семечки.., и тогда с витамином В1 будет все нормально.*

Я исправился и примерно вот так питаюсь сейчас:

- 1) Каша гречневая (пшеничная, овсяная) – 500 г (В1 – 0,14 мг/100 г) – 0,7 мг В1;
 - 2) Орехи грецкие – 80 г – это 10 орехов (В1 – 0,4 мг/100 г) – 0,32 мг В1;
 - 3) Семечки подсолнечника – 50 г (1,8 мг/100 г) – 0,9 мг В1;
 - 4) Овощи + фрукты – 700 г (0,03 мг/100г) – 0,2 мг В1;
 - 5) Молоко – 300 г (0,04 мг/100 г) – 0,12 мг В1. В натуральном молоке – 0,04 мг В1/100 г, а в стерилизованном – в 2 раза меньше: 0,02 мг В1;
- + мясо, рыба и... в сумме – 2,2 мг В1.

Получилось хорошо: В1 – 2,2 мг

И по калориям нормально – я продолжаю целенаправленно, постепенно худеть. Здорово!

Можно и другие варианты: важно потреблять В1 ~ 2 мг (для разных возрастов и нагрузок может быть немного по-другому).

А голодать 14 часов ежедневно я продолжаю, для меня это здорово. А для вас?

Вывод. Дорогие, когда что-то меняется в жизни, то посмотрите, подумайте, проверьте, наблюдайте и еще раз проверьте. Все будет хорошо, просто отлично!

Давайте повторим. Недостаток витамина В1 делает человека раздражительным, забывчивым и рассеянным. Дети, недополучающие витамин В1, отстают в школе.

Только благодаря этому витамину нейронами усваивается глюкоза – источник энергии.

Содержание витамина В1 в 100 г продукта

семечки подсолнечника	1,84 мг	макароны высшего сорта	0,58 мг
грецкие орехи	0,38 мг	зеленый горошек (свежий)	0,34 мг
миндаль	0,25 мг	горох консервированный	0,11 мг
фундук	0,3 мг	горох (лущенный)	0,9 мг
отруби овсяные	1,17 мг	кунжут	1,72 мг
овсяные хлопья «Геркулес»	0,45 мг	халва подсолнечная	0,8 мг
отруби пшеничные	0,75 мг	фасоль и чечевица	0,50 мг
хлеб ржаной	0,18 мг	рыба кета	0,33 мг
пшеничный из цельного зерна	0,27 мг	горбуша	0,20 мг



Горох помогает нарастить мышечную массу, но не приводит к жировым отложениям



Фундук тормозит старение



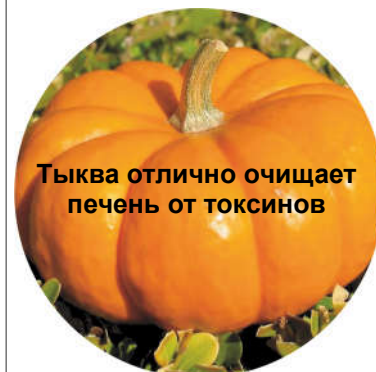
Чечевица не накапливает нитраты и радионуклиды

Продолжение на стр. 4

Содержание витамина В1 в 100 г продукта

(Продолжение. Начало на стр. 3)

сельдь	0,03 мг	капуста белокочанная, огурец	0,03 мг
скумбрия	0,12 мг	редька, сельдерей, листья салата	0,03 мг
свинина мясная	0,52 мг	капуста краснокочанная, петрушка	0,05 мг
баранина	0,11 мг	тыква	0,05 мг
говядина	0,1 мг	морковь, перец зеленый сладкий	0,06 мг
телятина	0,16 мг	капуста брюссельская, цветная	0,1 мг
печень говяжья	0,30 мг	перец красный сладкий, шпинат	0,1 мг
сердце	0,36 мг	картофель	0,12 мг
молоко натуральное	0,04 мг	арбуз, дыня	0,04 мг
творог нежирный	0,04 мг	груши	0,02 мг
творог жирный	0,06 мг	яблоки летние	0,01 мг
сливки, сметана	0,03 мг	яблоки зимние	0,03 мг
кефир, сыры	0,03 мг	томаты парниковые	0,04 мг
курица, индейка	0,07 мг	томаты грунтовые	0,06 мг
яйцо куриное – 100 г	0,07 мг	банан, гранат, персик, апельсин,	
яйцо перепелиное	0,11 мг	лимон	0,04 мг



ВАЖНО. При термической обработке теряется 25–30 % витамина В1. На витамин не действует кислая среда. Витамин В1 неустойчив в щелочной среде. Хлеб, в который добавили соду или карбонат аммония, содержит мало В1.

ВНИМАНИЕ. Факторы, приводящие к повышенному потреблению витамина В1:

пожилой возраст; психоэмоциональные и физические перегрузки; алкоголь, кофе, черный чай; болезни печени.

Мы часто, слишком часто едим рафинированную, т. е. сверхочищенную пищу, а в ней обычно мало витаминов, микроэлементов. Сейчас много людей, которые питаются скудно, однообразно, сидят на несбалансированных диетах, увлекаются алкоголем, кофе. Это снижает иммунитет и вообще смертельно опасно.

Сегодня практически у 100 % алкоголиков дефицит В1 (бери-бери), а есть еще цинга – нехватка витамина С, пеллагра – недостаток витамина В3 и т. д.

Дорогие, так много полезных, вкусных, витаминных продуктов, из которых можно многое легко вырастить самим с помощью экологического органического живого земледелия (ОЖЗ). Пользуйтесь этой возможностью, и все будет отлично, просто замечательно. Ура!

Объявляется конкурс-челлендж «Вертушка от Царь-Доранта»!

А как вы защищаетесь от вирусов и прочих вредностей в быту? Мы, например, изобрели свой способ – «Вертушку» с Царь-Дорантом – мощнейшим йодным препаратом. Это и обеззараживание, и смех, и движение – 3 в 1! И теперь своим противовирусным «танцем» мы хотим «заразить» как можно больше людей. Присоединяйтесь и участвуйте в нашем челлендже!

Условия участия:

1. Заходите в Инстаграм на страницу @bashinkom, найдите пост с картинкой (см. справа) и поделитесь этим постом у себя в ленте;
2. Запишите и выложите в свой Инстаграм видео с вертушкой (постарайтесь подойти к процессу творчески);
3. Подпишите видео хэштегами: #вертушкаотцарьдоранта #вертушкаотзаразыцарьдорантом #царьдорант;
4. Отметьте страницу @bashinkom на видео.

В конце каждой недели в течение месяца мы будем выбирать видео, получившее наибольшее количество лайков, и награждать победителя полезными и нужными подарками – биопрепаратами:

Царь-Дорант, Кормилица Микориза Башкирская, 33 Богатыря, Фитоспорин и Кыш-Вредитель.

Призы!

Если у вас нет Царь-Доранта под рукой – не страшно! Проявите фантазию и придумайте свою фишку с «Вертушкой».



Желаем удачи! 8 (347) 292 09 96

ТОРЖЕСТВЕННЫЙ МОМЕНТ! ИГРАЙТЕ МАРШ, ВЗВИВАЙТЕСЬ ЗНАМЕНА – НАЧИНАЕТСЯ ВЫСАДКА РАССАДЫ В МАЕ!

Томаты, перцы, баклажаны, капуста и другие культуры

*Дмитрий Валерьевич Скотников – эколог,
кандидат биологических наук*



Как правильно высадить рассаду в теплицу и улучшить ее приживаемость, в чем особенности различных видов рассад и как сделать почву живой и суперплодородной – читайте в этой статье.

Майские праздники даруют нам отличную возможность заняться любимым садом и огородом. К этому времени в условиях Средней полосы почва в теплицах уже созревает, достаточно прогревается и насыщена живительной талой водой. От возвратных заморозков нежную рассаду надежно защитит пленка или поликарбонат, поэтому самое время начать освобождать ваши подоконники.

Закалка-тренировка в новом доме. Закаляться полезно не только людям, но и растениям – постепенно приучать их к перепадам температур, яркому солнечному свету и свежему воздуху. Для этого томаты, перцы и баклажаны в ящиках или горшочках за несколько дней перед самой высадкой заносим в теплицу и знакомим с их новым домом. Нелишним перед этим будет провести опрыскивание рассады раствором природного антистрессового биопрепарата Гуми – 10 капель жидкого препарата на 1 л воды. Всего 10 капель, а сколько пользы!

Почва должна быть живой. Многие это не понимают, часто не понимают даже агрономы – видно, плохо учились.

Дело в том, что большинство элементов питания содержатся в почве в недоступной для растений форме и именно почвенные микроорганизмы, перерабатывая органические вещества, минерализуют их и переводят в растворимую, доступную для растений форму. Этот процесс протекает в здоровой почве постоянно, обеспечивая своеобразный конвейер питательных веществ для растений. В нарушенной, отравленной ядохимикатами почве количество микроорганизмов и их видовой состав значительно снижены. В итоге растения могут испытывать танталовы муки, имея под рукой питание, но не имея возможности его употребить.

А легенда о танталовых муках гласит...

Тантал – сын Зевса, бога всех богов, был единственным земным, кого боги звали на свои советы, пиры, он знал многие их тайны, но его распырало все рассказать людям, показать свое величие. Тантал был хвастлив, эгоистичен и жесток даже со своим сыном, и тогда боги его наказали. Зевс низверг Тантала в подземное царство Аида. Так и начались танталовы муки. Он попал в озеро, где воды было до подбородка, но как только он хотел напиться, вода исчезала. Над его головой свисали прекрасные яблоки, виноград..., но как только он хотел есть, начинался сильный ветер и поднимал все высоко, а над головой Тантала Зевс воздвиг утес, который в любой момент мог обрушиться. Так боги заставили Тантала мучиться от жажды, голода и страха.

Заводы в огороде по производству удобрений.

На помощь приходит могучий микробиологический препарат 33 Богатыря, содержащий миллиарды полезных почвенных бактерий и грибов, которые переводят труднодоступные соединения фосфора, калия и других элементов в доступную для растений форму, и, кроме того, они даже улавливают атмосферный азот. Это целые заводы по производству удобрений. С таким подспорьем любое растение найдет в почве все необходимое.

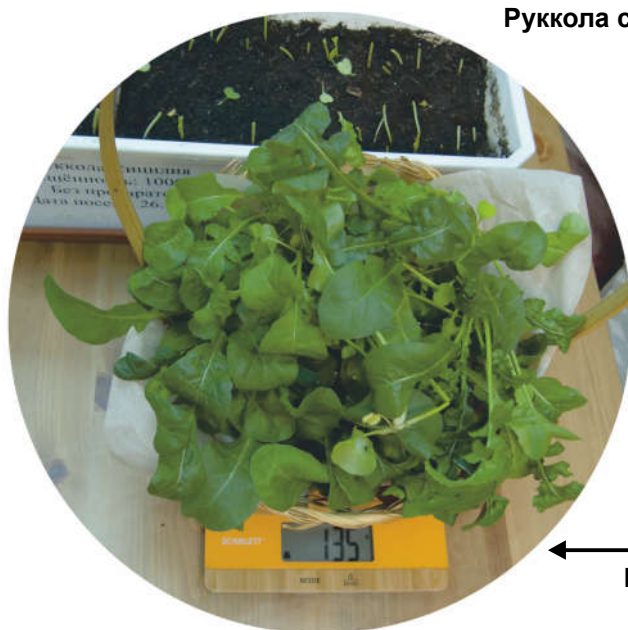


От главного редактора. Дорогие товарищи, чтобы быть здоровым, все должно тренироваться, закаляться – и мы с вами тоже, тогда будет мощный иммунитет. Я, например, гриппом (тьфу, тьфу, тьфу...) не болею уже много лет. Утром я обливаюсь горячей и холодной водой три раза. Потом делаю 40 минут гимнастику, причем несколько минут босиком на улице (и зимой, и летом; летом, конечно, дольше). Далее медленный, с удовольствием, бег. Я его называю «трюх-трюхса». Начал я с минуты и потихоньку дошел до 30–40 минут: зимой – 1-2 минуты босиком по улице, по снегу, а остальное время – дома. Хорошо!

Я лично провел опыты этой зимой в комнате-теплице со светильниками 3 урожая ОЖЗ, с биопрепаратами 33 Богатыря, Борогум и Фитоспорин на 23-х видах зелени: салат, укроп, руккола, базилик, горчица, петрушка, амарант овощной, кресс-салат, сельдерей, шпинат, щавель, кервель, кориандр, лук репчатый, лук-шнитт, мангольд, репа листовая, капуста пекинская, капуста японская, фасоль овощная, портулак огородный, солянка, огуречная трава. Я был просто

поражен: вот эти маленькие микробы наработали столько удобрений, что урожай повысился в 1,5 (это минимум), в 2 раза, а у салата сорта Рубин – аж в 6 раз (дело в том, что, как часто бывает, покупные семена были сильно заражены болезнями и просто плохо взошли, а обработанные замечательным биопрепаратом Фитоспорин, они прекрасно взошли и дали отличный урожай). **Вот смотрите, например, опыт с рукколой. Урожай повысился на 70 %.**

Руккола сорта Диковина

Контроль
(без препарата)Опыт с биопрепаратом
33 Богатыря

← Масса →

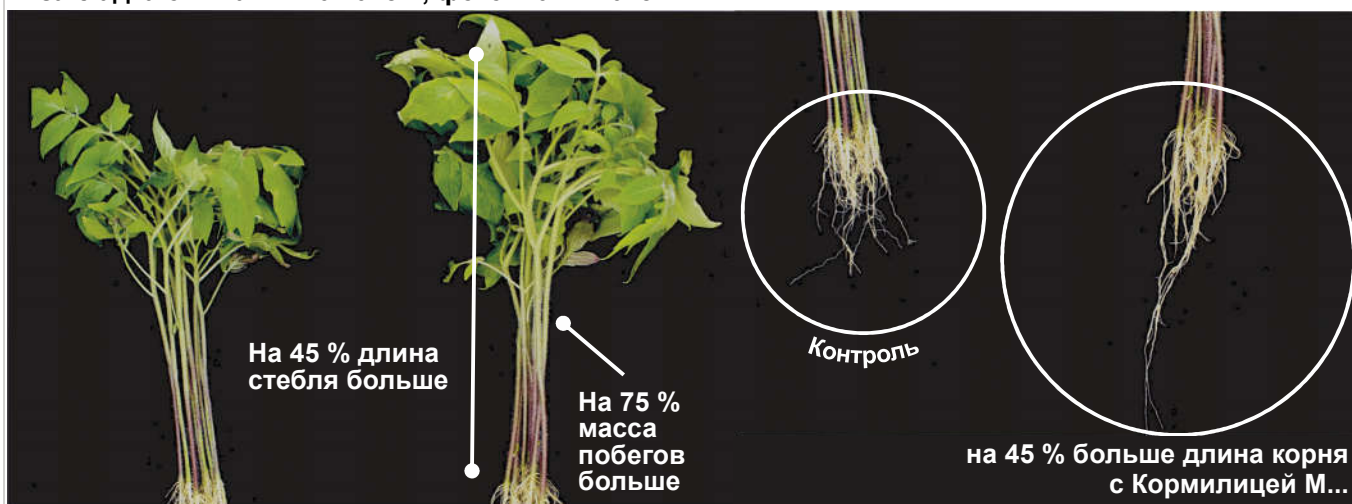
Контроль
(без препарата)Опыт с биопрепаратом
33 Богатыря

Микроорганизмы препарата 33 Богатыря настоящие дружественные союзники растений, более того, у них взаимовыгодный союз.

ИНТЕРЕСНО. Корни растений растут в разные стороны, но они не хаотически (т. е. не случайно) выбирают направление, а движутся туда, где больше доступных, т. е. растворенных в воде элементов питания. Это научный факт. Питания больше там, где скапливаются микроорганизмы из биопрепарата 33 Богатыря. К ним корни растения и стремятся, более того, корни выделяют глюкозу и кормят наших богатырей. Здорово! И растениям хорошо, и друзьям-микробам хорошо, и нам, людям, приятно: не надо покупать и вносить много удобрений.

ИНТЕРЕСНО. Растения вырабатывают $C_6H_{12}O_6$ – глюкозу (а это основной источник энергии всего живого: и растений, и микробов, и животных) из воды (H_2O) и углекислого газа (CO_2) с помощью лучей, энергии солнца или яркого светильника, например нашего светильника 3 урожая ОЖЗ. Так вот, растения через свои корни выделяют в почву 20 % глюкозы, чтобы кормить своих микробов – добытчиков фосфора, калия, азота, железа, меди, йода, селена, бора, молибдена и других нужных растению элементов.

47-дневные растения томатов сорта Новичок,
закладка опыта: 24.10.2018 г., фото: 10.12.2018 г.



На 45 % длина
стебля больше

На 75 %
масса
побегов
больше

Контроль

на 45 % больше длина корня
с Кормилицей М...

Контроль
(без биопрепарата)

Опыт с биопрепаратом
Кормилица Микориза

А вот еще супергениальные, супермогучие, суперполезные микробы-помощники из биопрепарата **Кормилица Микориза Башкирская**. Есть такие симбиотические (дружеские) грибы-клубочки – гломусы, которые вырастают прямо в корни растений и разбрасывают свои гифы (нити, сети) в почве на десятки, даже сотни метров. Растение их кормит драгоценной глюкозой, а Кормилица (грибы) собирает необходимое растениям питание с огромной площади.

Алина Миннибаева (микробиолог, разработчик биопрепарата Кормилица Микориза Башкирская) провела опыты на огурцах и томатах – при посеве добавляла Кормилицу Микоризу (6 г на м²). Посмотрите, какие отличные результаты показал биопрепарат.

С Кормилицей Микоризой Башкирской ЗАЦВЕЛИ ВСЕ ОГУРЦЫ, а в контроле не зацвел ни один. Масса растений увеличилась на 22 %, листья стали крупнее на 17 %, длина корней увеличилась на 11 %, растения сформировали на 1 лист больше.



Огурцы
Посев: 29.01.2019 г.,
фото: 13.03.2019 г.

Контроль
(без препарата)

Опыт с биопрепаратом
Кормилица Микориза

Благодаря многочисленным отросткам (гифам грибов Кормилицы), пронизывающим почву во всех направлениях, растения гораздо успешнее находят элементы питания и влагу. Как же хорошо с такими друзьями!

Дозировка внесения препарата 33 Богатыря – 100–500 мл на 1 м², Кормилицы Микоризы – 2 ч. л. в лунку на саженец.

Локальное питание.

Такие удобрения, как компост и перегной, можно вносить по всему объему почвы – достаточно 1 ведра на 1 м². Также можно вносить Бионекс – 400 г/м² или Куриный помет Настоящий – 200 г/м². Эти органические удобрения очень благотворно влияют на структуру и биоту почвы, насыщают элементами питания.

Но уфимский ученый, профессор, доктор биологических наук Валентин Кузьмич Трапезников установил, что гораздо эффективнее для растений локальное питание.

А наши бабушки это и так знали, кидая в лунку перегной и золу! Растения формируют специальные «высокосолевыми» (все удобрения – это соли) корни, которые способны всасывать почвенный раствор даже при высоких концентрациях солей удобрений.

На сегодняшний день у нас есть настоящие «вкусняшки» для растений: они и питательные, и сбалансированные, и безопасные. Обратите внимание на мягкие органоминеральные удобрения серии Гуми-Оми универсальное: для пасленовых (Гуми-Оми Томат, перец, баклажан) и для тыквенных (Гуми-Оми Огурец, кабачок, бахчевые). В лунку достаточно положить всего 1 ст. л. этого прекрасного удобрения, слегка присыпав землей, чтобы исключить прямой контакт с нежными корнями саженцев. Растение быстро поймет, что к чему, и выпустит в сторону залежи элементов питания свои высокосолевыми корни.

Особенности культур. Как бы ни были близки товарищи пасленовые, но между ними все равно есть существенная разница.

Томат, например, отлично формирует боковые корни, любит «прилечь» на почву и укорениться

в разных местах. Поэтому дополнительное заглубление томатов при посадке не только допустимо, но даже приветствуется. Особенно это актуально, если рассада вытянулась, стала неустойчивой и ломкой – в этом случае томаты сажают «лежа», засыпая от трети до половины стебля почвой. Обеспечив растения влагой, вы получите мощнейшие кусты томатов и богатый урожай.

По-другому обстоят дела с перцами и баклажанами:

их при высадке рассады лучше не заглублять или допускать незначительное заглубление. Впоследствии баклажан хорошо отзывается на умеренные окучивания на высоту 5–7 см, у перца же этого делать не рекомендуется – он имеет четкое разграничение на стебле, называемое корневой шейкой.

Полив при высадке.

Если вместо обычной воды вы будете поливать новоселов раствором биопрепарата КорнеСил (1 часть препарата на 100 частей воды), вы дополнительно поможете им быстрее прижиться на новом месте. Если не нашли КорнеСил, можете воспользоваться старым добрым Гуми в различных его вариациях, а лучше – пастой Фитоспорина, из которой готовят сначала маточный раствор, растворяя 1 часть препарата в 2 частях воды, а затем, если необходимо, рабочий раствор (1 ст. л. маточного раствора на 10 л воды). Через неделю после высадки и рассады, а в случае жаркой погоды и раньше, полив обязательно нужно повторить обычной теплой водой.



Бесстрашная капуста. Единственная рассада, которая не боится возвратных заморозков, это рассада белокочанной и краснокочанной капусты. Она выдерживает кратковременные понижения температуры до -5°C . Более нежной является рассада других видов капусты – цветной, брокколи, савойской, пекинской и кольраби – выдерживает заморозки всего до -2°C , поэтому торопиться высаживать ее в открытый грунт не стоит: лучше дождаться, когда отцветет черемуха – после этого сильных заморозков обычно не бывает. Все виды капусты любят, когда их заглубляют при посадке, а вот микоризу они не образуют или образуют мало, поэтому тратить на них Кормилицу не стоит – лучше приберечь ее для других, более «сговорчивых» растений, хотя все зависит от сорта и условий произрастания – может, ваша капуста и подружится с Кормилицей.

Еще одно требование капустных культур – обогатить почву известью, чтобы повысить pH выше 7 единиц. Это необходимо для профилактики опаснейшего заболевания капусты – килы, которое поражает ее именно на кислых почвах. Мягкое удобрение Раскислитель Известь-Гуми содержит известь

совместно с гуматами и бором – оно гораздо эффективнее обычной извести: достаточно 300 г/м^2 на легких и 600 г/м^2 на тяжелых почвах.

ИНТЕРЕСНО! Желательно выращивать все виды капуст: у каждого вида есть свои дополнительные важные плюсы.

Краснокочанная и цветная капусты – полезнейшие овощи. Имеют иммуностимулирующие, слабительные, желчегонные, противовоспалительные, антимикробные, антиоксидантные, успокаивающие, антидепрессантные, омолаживающие, регенеративные, противоязвенные свойства, стимулируют обмен веществ, особенно жировой, нормализуют уровень холестерина и глюкозы в крови, значительно снижают риск онкологических заболеваний и служат отличной профилактикой инсульта.

Самое большое количество витамина B1 – тиамин (из-за дефицита которого возникает опасная болезнь бери-бери) содержится в цветной и брюссельской капустах – $0,1\text{ мг}$ (на 100 г), в краснокочанной – $0,07\text{ мг}$ (на 100 г). Железа на 100 г цветной капусты содержится $1,4\text{ мг}$, а в краснокочанной и белокочанной – $0,6\text{ мг}$.

А МЫ – САДОВОДЫ БОРЕМСЯ С ВРЕДИТЕЛЯМИ ТОЛЬКО НАТУРАЛЬНЫМИ СРЕДСТВАМИ

Мыло дегтярное пробиотическое Кыш-Вредитель универсальное борется со множеством вредителей: тля, пилильщики, яблоневая и сливовая плодожорки, черемуховый, малинно-земляничный долгоносик, крыжовниковая огневка, земляничный клещ, белянка, капустная, луковая, морковная, свекельная мухи, блошки...

Это 100 % натуральное средство содержит в своем составе березовый деготь, калийные соли растительных жирных кислот, полезные природные бактерии, без искусственных добавок и различных консервантов. Оно (благодаря отпугивающему влиянию дегтя) отлично помогает бороться с садовыми вредителями.

Кыш-Вредитель образует на теле насекомых тонкую пленку, которая блокирует их дыхательные поры, приводя к гибели. Для борьбы с вредителями растворите $200\text{--}400\text{ мл}$ (один-два стакана) мыла в десяти литрах воды, тщательно перемешайте и опрыскайте ваши посадки. Помните, проще предотвратить нашествие вредителей, чем бороться с его последствиями, поэтому проводите профилактические опрыскивания до появления вредителей. Начать нужно в мае. В течение лета проводите подобные опрыскивания каждые десять дней или даже каждую неделю.

Если на вашем участке завелся проволочник (личинка жука-щелкуна, которая повреждает «корешки» картофеля, моркови, свеклы и других корнеплодов), то вам поможет замачивание клубней картофеля в растворе дегтярного мыла перед посадкой.

Благодаря наличию в составе полезных бактерий дегтярное мыло укрепляет иммунитет растений, защищая ваши посадки от таких болезней, как парша, белая пятнистость листьев, курчавость вишни и др.

М. Б. Удалов, к.б.н. энтомолог



Долгоносик на малине.
Увеличение в 5 раз.



САМЫЕ ПЕРВЫЕ ВКУСНЕЙШИЕ ВИТАМИНЫ НА ГРЯДКЕ

**Сею редис, салат, укроп, петрушку...
Есть секреты, инновации**

*Залифа Рафаэловна Юсупова – садовод,
кандидат биологических наук*



Инновационная технология выращивания овощных культур (редиса, листовых и пряных культур), позволяющая не только обеспечить нас в течение всего огородного сезона витаминной продукцией, но и донести до нас биологическую и питательную ценность урожая.

Как только сойдет снег и земля немного прогреется, можно приступать к посадке в грунт редиса и холодостойких зеленных культур (салатов, укропа, петрушки и т. д.). Их семена прорастают при температуре почвы +3...+5 °С, а всходы выдерживают кратковременные заморозки до -8 °С и температуру -1...+2 °С в течение длительного времени. К тому же их скороспелость позволяет получать несколько урожаев, создавая непрерывный конвейер поступления продукции в течение всего сезона.

Сроки посева. На Юге России редис и зелень можно сеять уже во второй половине марта – начале апреля. В Средней полосе (в т. ч. в Подмосковье) – со второй половины апреля. В Сибири, на Урале, в Ленинградской области – с конца апреля – начала мая.

Сорта и семена – улучшаем всхожесть. Для раннего получения свежей продукции лучше выбрать скороспелые сорта:

- редиса – Заря, Жара, Рубин, Сакса, Ранний красный, Краснодарское дуру;
- салата – Витаминный, Московский (лиственные), Берлинский, Майский (кочанные);
- укропа – Грибовский, Зонтик;
- петрушки – Славянская, Фестивальная.

У редиса для хорошего урожая семена сортируют – мелкие выбрасывают. Из крупных семян (более 2 мм) всходы появляются дружнее, растения быстрее развиваются. Все семена перед посевом надо обязательно проверить на всхожесть. Это можно сделать, погрузив несколько семян в раствор соли (1 ч. л. на стакан воды) или марганцовки (1 г на 100 мл воды) на 5–7 минут. Невсхожие семена всплывут на поверхность, всхожие – осядут на дно. В случае с марганцовкой семена будут обеззаражены.

Почему не всходят семена? Очень часто семена не всходят, даже если при покупке срок хранения на упаковке не просрочен. Такое бывает и с семенами, заготовленными со своего огорода.

Что же влияет на всхожесть семян?

Часто семена заражены патогенами. Обычно такое бывает с семенами, привезенными из-за границы: там много обрабатывают жесткими ядохимикатами и микробы-патогены мутируют, в результате они выживают, а зараженные семена плохо всходят. Но есть выход: замачивать семена в растворе биопрепарата Фитоспорин (10 капель на стакан воды), который обеззараживает семена. К живому Фитоспорину патогены приспособиться практически не могут.



Марганцовка не только обеззараживает, но и участвует во многих важных процессах, происходящих в растениях: способствует накоплению сахаров, ускоряет рост на 30 % (особенно корней), повышает засухо-, морозо- и жаростойкость растений, улучшает созревание семян



Мой товарищ, кандидат биологических наук Дмитрий Скотников провел опыт. В одной контрольной емкости он посеял обработанные только водой семена салата сорта Рубин, а в другой семена обработал живительным раствором Фитоспорина и Гуми (10 капель Гуми + 1 ч. л. Фитоспорина на 1 литр воды), а в почву внес комплексный биопрепарат 33 Богатыря (1 ст. л. на 1 литр грунта) – в нем более 33 штаммов полезных почвенных бактерий и грибов. Потрясающий результат! Всхожесть в 4 раза превышала контроль, а урожай в опыте получился в 6 раз больше!

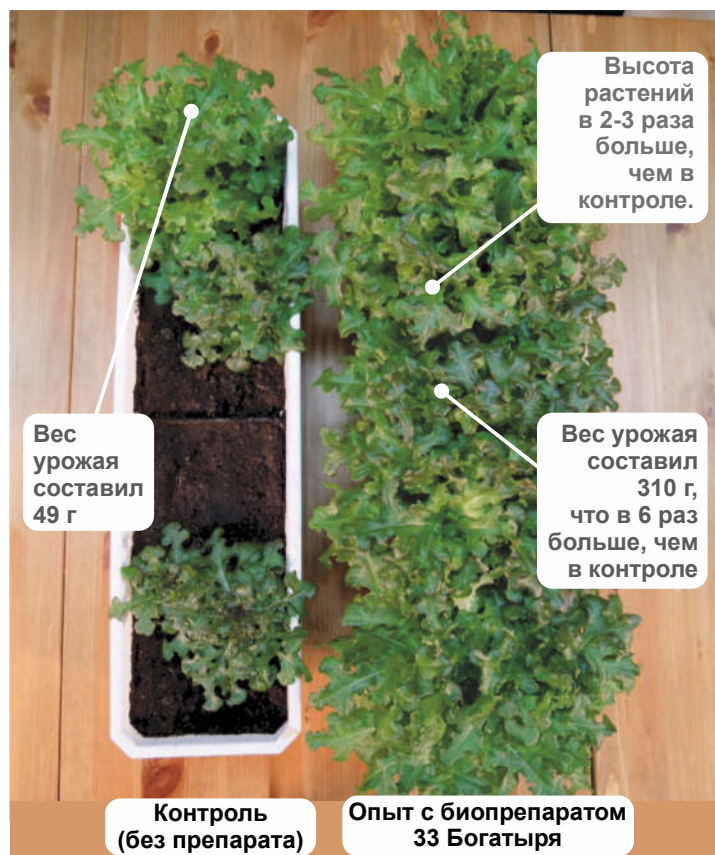
А что еще влияет на всхожесть семян?

- *Сроки уборки.* Семена необходимо отбирать только вызревшие.
- *Особенности культуры.* Семена, содержащие ароматические вещества (укроп, петрушка и т. д.), надо замачивать в воде на 2 дня, меняя ее дважды в день, или в растворе перекиси водорода на 30 мин, что позволит избавиться от эфирных масел, мешающих прорастанию.
- *Особенности сорта.* Семена сортов, которые дают цветную продукцию, например фиолетовую, обладают всхожестью всего около 40–50 %.
- *Способы подготовки семян.* Дражированные и приклеенные на ленту семена для прорастания требуют постоянного увлажнения. Даже кратковременное пересыхание почвы после посева приводит к гибели всходов. При невозможности частого посещения огорода нужно укрывать грядки агрополотном.
- *Соблюдение условий хранения и посева семян.* У семян, купленных на улице в мороз -30 °С или высушенных после подмачивания, зародыши, скорее всего, уже погибли.

Замачивание семян. Семена непосредственно перед посевом обязательно надо обеззаразить, замочив их на 8–12 часов в биорастворе: 2 капли Гуми + 10 капель Фитоспорина на стакан воды. Для этого семена заворачивают в двухслойную марлю или бумажную салфетку, кладут в блюдечко с этим раствором, накрывают блюдцем или пленкой и ставят в теплое место на 8–12 часов. Обеззаразить семена можно, погрузив их на 20 минут в 1 % раствор марганцовки (1 г на 100 мл воды – раствор очень насыщенного бордового цвета), а после промыть водопроводной водой. Такая обработка значительно повысит всхожесть семян и ускорит их прорастание, а значит, и сроки получения ранней продукции.

ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ. В биопрепарате 33 Богатыря содержатся удивительные пробиотические бактерии, которые попадают в растения, а с урожаем – и в организм человека, повышая и укрепляя наш иммунитет. Будьте здоровы, дорогие товарищи.

А вы не забыли почву подготовить? Для посева выбирают хорошо освещенное место с легкой, рыхлой и плодородной почвой. Корнеплоды и листья зеленных культур на малоплодородных и тяжелых почвах получают грубыми, теряют сочность, и растения быстро стрелкуются. Если грядки не подготовлены с осени, это можно сделать и весной. Грядки перекапывают на глубину штыка лопаты (25 см). На малоплодородных почвах, а также после применения химических средств защиты растений (не советуем в своем огороде использовать химию) землю перед перекопкой проливают раствором препарата Дар Плодородия или Сотка Чернозема. Это обогатит почву гуминовыми веществами и очистит от загрязнителей. В качестве разрыхлителя под перекопку обязательно нужно внести препараты Пуховита и 33 Богатыря, которые к тому же очистят землю от возбудителей болезней. Как удобрение под перекопку лучше использовать мягкие органоминеральные удобрения серии Гуми-Оми, полученные на основе ферментированного куриного помета, – Гуми-Оми Весенний или смесь Гуми-Оми Азот + Гуми-Оми Фосфор + Гуми-Оми Калий. Они содержат азот, фосфор, калий, другие макро- и микроэлементы. Можно применить и Куриный помет Настоящий – гранулированный и полностью обеззараженный. Все препараты внести согласно инструкции на упаковках. Если почва имеет pH менее 6, необходимо еще внести под перекопку Раскислитель Известь-Гуми с бором (10 кг на 30–50 м²). Дополнительный бор особенно необходим, потому что при известковании снижается доступность этого микроэлемента для растений.



Великолепный результат на салате сорта Рубин. Урожая получилось в 6 раз больше. Дмитрий Скотников полил посева раствором биопрепаратов Гуми и Фитоспорин-М Рассада, а в почву добавил 33 Богатыря

Вообще, у растений всегда должны быть в доступности все необходимые для протекания физиологических процессов элементы питания, в том числе и те, которые требуются в микроскопических дозах (микроэлементы). Они входят в состав биологически активных веществ – ферментов, гормонов, витаминов, контролирующих работу организмов растений, животных и человека. Поэтому дефицит даже одного из них приводит к негативным последствиям. У человека это проявляется, например, в выпадении волос, анемии или повышенной утомляемости, у растений же – в виде хлорозов, нарушения развития листьев и других органов. Обеспечивать микроэлементами растения необходимо и по той причине, что они в конечном итоге окажутся в нашей тарелке и насытят наши с вами организмы.

Кому Кормилицу? Замечательный наш помощник – микоризный гриб в составе биопрепарата Кормилица Микориза Башкирская следует добавлять при посеве салата, укропа, петрушки в бороздку по 6 г на 1 м² (2 ст. л), равномерно распределив. Дружественные грибы вырастают прямо в корни растений и разбрасывают гифы (нити, сети), которые будут добывать питание (ценнейшие макро- и микроэлементы) за сотни метров. Кстати, Кормилица Микориза Башкирская еще и делает эти элементы питания доступными для растений, повышая их полезность и витаминность. А урожая будет значительно больше – посмотрите, какая разница между салатом, выращенным без биопрепарата и с Кормилицей Микоризой. А вот добавлять Кормилицу Микоризу под кресто-

ветные – редис, рукколу, горчицу, листовую репу и амарантовые: мангольд и шпинат не рекомендуем. Эти виды не микоризируются, т. е. не образуют на своих корнях микоризы.

Посевные радости. После перекопки грядку надо хорошо разровнять граблями, нарезать мотыгой бороздки для редиса глубиной 4-5 см на расстоянии 12 см одну от другой, а для зеленных – 1–1,5 см через 15–20 см и хорошо пролить. В рядке семена редиса высевают на расстоянии 3-4 см одно от другого, а салаты – листовые через 5-6 см, кочанные – по 2-3 семени через 15–20 см, пряные – сплошным посевом (их всходы надо будет прореживать) или через 5 см. Посевной рядок после посева обязательно мульчируют препаратами Мульча-Разрыхлитель или Торф Башкирский слоем 1,5–2 см и уплотняют, прихлопывая почву рукой, чтобы после дождя или полива не появлялась корка.

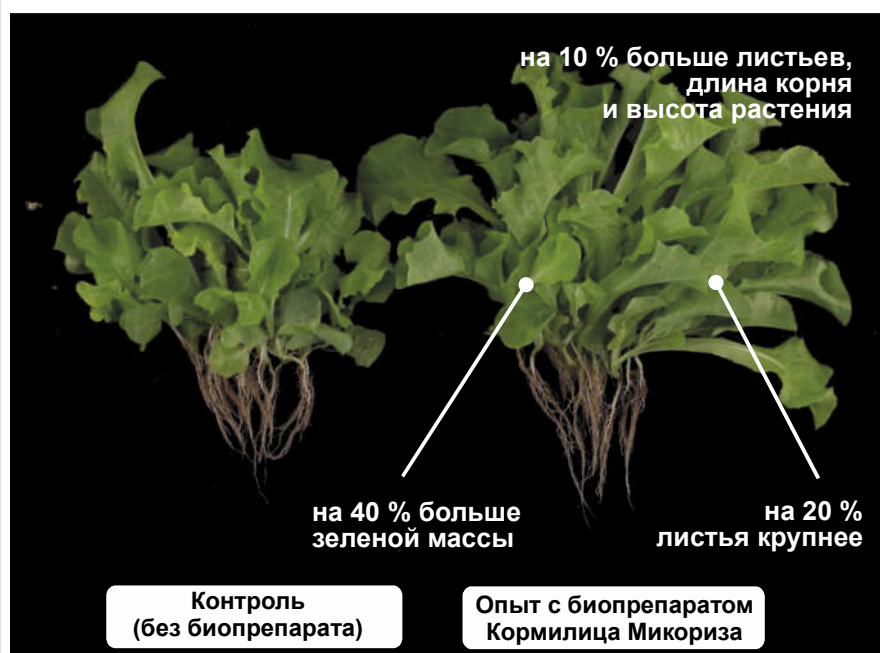
Поливать грядки надо регулярно и равномерно, через день-два, а в сухую погоду – ежедневно, но только вечером. Пропалывать наутро после полива. При редком посещении огорода – закрыть грядку агрополотном, что предотвратит пересыхание почвы. После полива обязательно рыхлить междурядья.

На хорошо заправленной удобрениями почве редис можно не подкармливать, а при появлении признаков недостатка питания – подкормить раствором препарата Богатый Овощи (2 ст. л. на 10 л воды на 2 м²) в виде удобрительного полива. Этим раствором подкармливают и растения зеленных культур.

Мощная защита от вредителей и болезней.

Для защиты от огородных вредителей, таких как крестоцветная блошка, тля и других, растения опрыскивают раствором дегтярного мыла Кыш-Вредитель. Для защиты редиса от крестоцветной блошки можно воспользоваться народными средствами: рано утром опылить растения через сито табачной пылью или древесной золой. Делать это надо ежедневно, пока всходы не окрепнут.

Защитить от болезней, которые могут появиться при установлении дождливой погоды, поможет опрыскивание растений раствором Фитоспорина РеаниматоРа (1 ч. л. на 1 л воды на 10 м²). Такие обработки помогают защититься от черной ножки, фузариоза, мучнистой росы, пятнистости листьев и других инфекционных заболеваний.



45-дневные салаты сорта Витаминный. Результат великолепный. Урожай салата увеличился на 40 %, листья крупнее на 20 %, листьев больше на 10 %, увеличилась длина и высота растений

Опытные огородники для редиса, салата, шпината и некоторых других овощных культур длинного дня (зацветающих с наступлением длинного светового дня) создают укороченный световой день, накрывая посеы с 7 часов вечера до 7 часов утра каркасом, обтянутым непрозрачным материалом, например толем. Тогда редис вырастает крупный, сочный, а листья салата и шпината будут нежнее.

Прилепляем биопрепараты к листьям. Зачем, спросите вы, прилеплять биопрепараты от болезней, от вредителей, подкормки макро- и микроэлементами к листьям, да и как вообще это сделать? А все очень просто – при опрыскиваниях по листу, внекорневых подкормках биопрепаратами и удобрениями чаще всего большая часть раствора стекает с листьев (яркий пример – листья капусты) или испаряется, полезные вещества не успевают полноценно попасть в растения, эффективность препаратов снижается, отсюда и большие затраты.

Многофункциональный препарат с прилипающими свойствами – Биолипостим образует тонкую дышащую пленку на поверхности растения, которая удерживает средства защиты растений и удобрения до 30 дней. При этом не нарушаются естественные физиологические функции растений – дыхание и фотосинтез. Биолипостим сокращает использование препаратов на 20–30 % и усиливает проникновение питательных веществ от листовых удобрений. В результате повышается качество и количество урожая, его экологичность и безопасность.

Применять биолипатель Биолипостим при появлении вредителей на редисе, салате, укропе, петрушке,

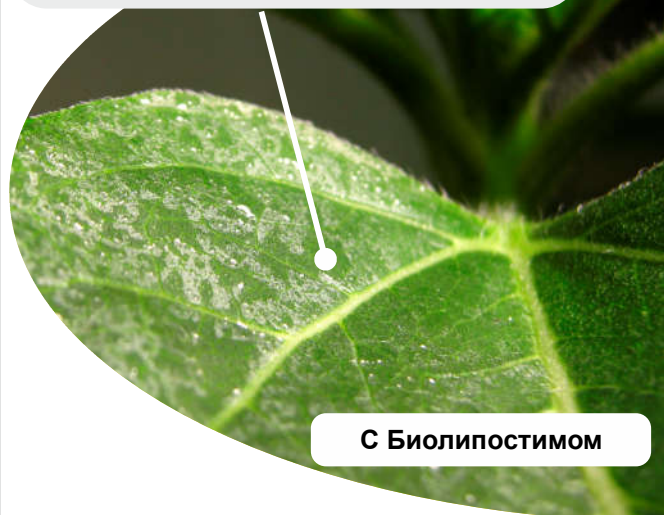
шпинате можно совместно в Гуми+БТБ+ЛПЦ, а от болезней – с любим Фитоспорином. Листовые подкормки Богатым Овощи, Богатым-Микро, Гуми, как и любым другим препаратом, также рекомендуется проводить с Биолипостимом. На 5 литров приготовленного раствора добавляем всего 1 ч. л. биолипателя, тщательно размешиваем, а затем опрыскиваем растения.

Если от вредителей используете натуральный препарат Кыш-Вредитель на основе дегтярного мыла или зеленое мыло «Ура! На дачу!», то добавлять Биолипостим не обязательно, они и так имеют прилипающие свойства.

Применяя такую технологию и делая повторные посеы через каждые 2 недели, можно обеспечить себя свежей, вкусной и полезной продукцией на протяжении всего огородного сезона.



Дышащая пленка на поверхности листа препятствует стеканию и потере препаратов до 30 дней, не повреждая при этом защитный слой растения



Я САМ ВЫРАСТИЛ НАШ РОССИЙСКИЙ БАТАТ

Мечты сбываются! (Фото автора)

Д. В. Скотников – эколог, к.б.н.

Уникальный опыт получения рассады батата в домашних условиях и ценные рекомендации по выращиванию этой, пока еще экзотической культуры в условиях Средней полосы.



Мой первый батат

НА ЗАМЕТКУ! Батат очень полезный продукт. Он значительно снижает риск развития рака (особенно желтые и красные плоды) и болезней сердца, помогает диабетикам стабилизировать уровень глюкозы, улучшает зрение лучше, чем брокколи и тыква, прекрасный антиоксидант, повышает иммунитет, улучшает состояние кожи.

1 клубень батата (300 г) содержит: 5 г белка, а человеку в сутки требуется 60 г, 9 г пищевых волокон, а в сутки надо 20 г, 51 г углеводов, 25 мг бета-каротина (5 мг в сутки), 0,8 мг витамина Е (13,5 мг в сутки), 7,5 мг витамина С (83 мг в сутки), 0,24 мг витамина В1 (2 мг в сутки), 0,18 мг витамина В2 (2 мг в сутки), 2,4 мг витамина В5 (5 мг в сутки), 0,63 мг витамина В6 (2 мг в сутки), 3,2 мг витамина РР (21 мг в сутки), 1000 мг калия (2500 мг в сутки), 90 мг кальция (1000 мг в сутки), 75 мг магния (420 мг в сутки), 141 мг фосфора (785 мг в сутки), 1,8 мг железа (20 мг в сутки), 0,8 мг марганца (100 мг в сутки), 0,45 мг меди (1 мг в сутки), 0,9 мг цинка (10 мг в сутки).

Уже в начале апреля у меня всего лишь из одного клубня батата получилось более сорока саженцев рассады! Поэтому я с уверенностью могу сказать, что полноценную грядку батата в этом году у себя на огороде я обеспечу. Расскажу по порядку, как ведет себя рассада этой необычной для нас культуры.

Неистощимый клубень. В отличие от картофеля клубень батата не устает порождать новые отростки с завидной регулярностью. Складывается такое ощущение, что он вечный: поливай только иногда и светом обеспечивай! Отростки растут быстро, часто рано начинают образовывать собственные корни, при установке в воду быстро формируют новые корни, поэтому с приживанием батата в отдельных горшочках у меня проблем никогда не возникало. За все время не сумело прижиться всего 2 саженца, причем из тех, что были получены черенкованием верхушек.

Голова с плеч. Батат быстро набирает в длину, и увеличить количество рассады можно отрезанием верхней части растения. Черенки легко образуют корни в воде и обычно приживаются не хуже, чем отростки из клубней. Но я заметил, что они все же не такие мощные, как первоначальные, поэтому сильно увлекаться такой технологией не рекомендую. Тем более что клубень дает достаточно ростков.

Это вьюнок. Мы привыкли, что корнеплоды – приземистые и прямостоячие растения, но батат ломает все стереотипы! Это самая настоящая лиана, вьюн, недаром он является ближайшим родственником знаменитого красивейшего цветка ипомеи. С достаточным освещением (не менее 10000 люкс) батат начинает быстро сплываться с рядом стоящими растениями, с другими бататами, используя их в качестве опоры. Если вовремя не разделить их, потом это будет сделать проблематично.



Батат дает много ростков, а у черенков быстро появляются корни в воде с КорнеСилом

Продолжение на стр. 19

ВСЕ МЫ ДЕТИ

БРАТЮНЯ, ПЕТРОВИЧ И ДРУЗЬЯ ЧИТАЮТ

ИЗУМИТЕЛЬНУЮ, ТРОГАТЕЛЬНУЮ СКАЗКУ

КОНСТАНТИНА ПАУСТОВСКОГО

Сказка 11. Часть 1.

БРАТЮНЯ И ЕГО ДРУЗЬЯ ОЧЕНЬ ЛЮБИЛИ ПО ВЕЧЕРАМ ЧИТАТЬ СКАЗКИ, РАССКАЗЫ, СТИХИ... ПОГОВОРИТЬ, ПОДУМАТЬ, ПОМЕЧАТЬ, ПОФИЛОСОФСТВОВАТЬ. ПЕТРОВИЧ И ГОВОРИТ: «А ДАВАЙТЕ ПОЧИТАЕМ СКАЗКУ «РАСТРЁПАННЫЙ ВОРОБЕЙ» НАШЕГО ЧУДЕСНОГО ПИСАТЕЛЯ К. П. ПАУСТОВСКОГО».

НА СТАРЫХ СТЕННЫХ ЧАСАХ ЖЕЛЕЗНЫЙ КУЗНЕЦ РОСТОМ С ИГРУШЕЧНОГО СОЛДАТИКА ПОДНЯЛ МОЛОТ. ЧАСЫ ЩЁЛКНУЛИ, И КУЗНЕЦ УДАРИЛ С ОТТЯЖКОЙ МОЛОТОМ ПО МАЛЕНЬКОЙ МЕДНОЙ НАКОВАЛЬНЕ. ТОРОПЛИВЫЙ ЗВОН ПОСЫПАЛСЯ ПО КОМНАТЕ, ЗАКАТИЛСЯ ПОД КНИЖНЫЙ ШКАФ И ЗАТИХ.

КУЗНЕЦ УДАРИЛ ПО НАКОВАЛЬНЕ ВОСЕМЬ РАЗ, ХОТЕЛ УДАРИТЬ В ДЕВЯТЫЙ, НО РУКА У НЕГО ВЗДРОГНУЛА И ПОВИСЛА В ВОЗДУХЕ. ТАК,

С ПОДНЯТОЙ РУКОЙ, ОН И ПРОСТОЯЛ ЦЕЛЫЙ ЧАС, ПОКА НЕ ПРИШЁЛ СРОК ПРОБИТЬ ПО НАКОВАЛЬНЕ ДЕВЯТЬ УДАРОВ.

Братюня, Петрович и друзья читают сказку



МАША СТОЯЛА У ОКНА И НЕ ОГЛЯДЫВАЛАСЬ.

ЕСЛИ ОГЛЯНЁШЬСЯ, ТО НЯНЮШКА ПЕТРОВНА НЕПРЕМЕННО ПРОСНЁТСЯ И ПОГОНИТ СПАТЬ.

ПЕТРОВНА ДРЕМАЛА НА ДИВАНЕ, А МАМА, КАК ВСЕГДА, УШЛА В ТЕАТР. ОНА ТАНЦЕВАЛА В ТЕАТРЕ, НО НИКОГДА НЕ БРАЛА С СОБОЙ ТУДА МАШУ.

ТЕАТР БЫЛ ОГРОМНЫЙ, С КАМЕННЫМИ КОЛОННАМИ.

НА КРЫШЕ ЕГО ВЗВИВАЛИСЬ НА ДЫБЫ ЧУГУННЫЕ ЛОШАДИ.

ИХ СДЕРЖИВАЛ ЧЕЛОВЕК С ВЕНКОМ НА ГОЛОВЕ - ДОЛЖНО БЫТЬ, СИЛЬНЫЙ И ХРАБРЫЙ. ЕМУ УДАЛОСЬ ОСТАНОВИТЬ ГОРЯЧИХ ЛОШАДЕЙ У САМОГО КРАЯ КРЫШИ. КОПЫТА ЛОШАДЕЙ ВИСЕЛИ НАД ПЛОЩАДЬЮ. МАША ПРЕДСТАВЛЯЛА СЕБЕ, КАКОЙ БЫЛ БЫ ПЕРЕПОЛОХ, ЕСЛИ БЫ ЧЕЛОВЕК НЕ СДЕРЖАЛ ЧУГУННЫХ ЛОШАДЕЙ: ОНИ СОРВАЛИСЬ БЫ С КРЫШИ НА ПЛОЩАДЬ И ПРОМЦАЛИСЬ С ГРОМОМ И ЗВОНОМ МИМО МИЛИЦИОНЕРОВ.



ВСЕ ПОСЛЕДНИЕ ДНИ МАМА ВОЛНОВАЛАСЬ. ОНА ГОТОВИЛАСЬ ВПЕРВЫЕ ТАНЦЕВАТЬ ЗОЛУШКУ И ОБЕЩАЛА ВЗЯТЬ НА ПЕРВЫЙ ЖЕ СПЕКТАКЛЬ ПЕТРОВНУ И МАШУ. ЗА ДВА ДНЯ ДО СПЕКТАКЛЯ МАМА ВЫНУЛА ИЗ СУНДУКА СДЕЛАННЫЙ ИЗ ТОНКОГО СТЕКЛА МАЛЕНЬКИЙ БУЖЕТ ЦВЕТОВ. ЕГО ПОДАРИЛ МАМЕ МАШИИН ОТЕЦ. ОН БЫЛ МОРЯКОМ И ПРИВЁЗ ЭТОТ БУЖЕТИК ИЗ КАКОЙ-ТО ДАЛЁКОЙ СТРАНЫ.

ПОТОМ МАШИИН ОТЕЦ УШЁЛ НА ВОЙНУ, ПОТОПИЛ НЕСКОЛЬКО ФАШИСТСКИХ КОРАБЛЕЙ, ДВА РАЗА ТОНУЛ, БЫЛ РАНЕН, НО ОСТАЛСЯ ЖИВ. А ТЕПЕРЬ ОН ОПЯТЬ ДАЛЕКО, В СТРАНЕ СО СТРАННЫМ НАЗВАНИЕМ «КАМЧАТКА», И ВЕРНЁТСЯ НЕ СКОРО, ТОЛЬКО ВЕСНОЙ.



Камчатка, вулканы

Увлекательное продолжение сказки
К. Паустовского читайте
в следующем номере

Дорогие друзья!
Подписывайтесь на нашу теплую,
душевную газету и раз в месяц получайте
ценные советы профессионалов – садоводов,
огородников, ветеринаров.

ВНИМАНИЕ! Подписные индексы нашей
газеты в каталоге Почты России – П7961 и П8145.
Стоимость подписки за 6 месяцев –
от 300 рублей.

Продолжение. Начало на стр. 14

Срочно дать калий! После отделения от материнского клубня ростки, не успевшие набрать достаточное количество корней, начинают в скором времени испытывать дефицит элементов питания. Особенно сильно проявляется калийное голодание – края листиков высыхают (краевой ожог листьев). Поэтому уже через неделю после пересадки ростка в почву желательно провести первую подкормку с помощью Гуми-Оми Рассада (1 ст. л. удобрения распределить на 10–15 растений, присыпать почвой и сразу полить) или Богатого Овощи (1 ст. л. удобрения на 5 л воды) в виде удобрительного полива. Эти комплексные удобрения содержат необходимую дозу калия и других элементов, которые помогут развиваться батату без изъянов.

Когда же в огород? С высадкой батата на постоянное место произрастания торопиться не следует – это довольно теплолюбивое растение, и возвратные заморозки, которые случаются в Средней полосе аж до самого июня, могут запросто загубить все дело. Поэтому в открытый грунт высаживаем рассаду батата, начиная со второй недели лета, а в теплицы и парники можно высаживать уже в начале мая. Делать это желательно в огороженные высокие грядки, потому что батат любит образовывать клубни на некотором отдалении от основного стебля.

Что внести в почву? Батат, как и привычные нам рассадные культуры, любит внесение органики в почву в виде компоста, перегноя, торфа (5 л/м²) или Бионекса (0,4 кг/м²). Обязательно помогите экзоту микробиологическим удобрением 33 Богатыря, насытив им верхний слой почвы (0,1–0,5 л/м²), и, если еще не подружили его с грибами Кормилицы Микоризы, то хотя бы сделайте это при посадке (2 ч. л. на саженец). Я свою рассаду батата сразу микоризирую, наверное, поэтому она так буйно растет... И, конечно же, в угол лунки локально вносим по 1 ст. л. Гуми-Оми Универсального, чтобы наш батат ни в чем не нуждался.

Дорогие! Подписывайтесь на нашу газету «Моя грядка изобилия» и получайте полезнейшие советы профессионалов!

Наши подписные индексы в каталоге ПЧТЫ РОССИИ – П7961 и П8145.

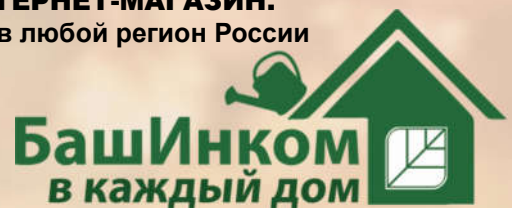
стоимость подписки:
1 месяц – от 50 рублей
3 месяца – от 100 рублей
6 месяцев – от 300 рублей

НОВИНКА!

А если растениям не хватает калия и других элементов питания, то их можно подкормить Гуми Калийным – это новинка. Ускоряет рост и развитие растений, повышает устойчивость к неблагоприятным условиям, увеличивает урожайность



НАШ ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН.
Доставка в любой регион России



www.bashinkomvdom.com 8-800-775-43-00

Федеральное государственное предприятие «ПОЧТА РОССИИ»
Бланк заказа периодических изданий

Ф. СП-1

АБОНЕМЕНТ На газету _____ П7961
«Моя грядка изобилия» журнал _____ (индекс издания)
(наименование издания) Количество комплектов _____

На 201 год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Куда _____
(почтовый индекс) (адрес)

Кому _____

----- Линия отреза -----

ПВ	место	литер	ДОСТАВочНАЯ КАРТОЧКА	П7961
			(индекс издания)	

На газету «Моя грядка изобилия» журнал _____ (наименование издания)

Стоимость	подписки	руб.	Количество комплектов
	каталожная	руб.	
	перевод-респовки	руб.	

На 201 год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Город	_____
село	_____
область	_____
Район	_____
код улицы	_____
улица	_____
дом	_____
корпус	_____
квартира	_____

Фамилия И.О. _____

ОГУРЧИКИ! СКОРО БУДУТ ЖИТЬ В ТЕПЛИЦЕ, А ПОТОМ САМЫЕ СМЕЛЫЕ И В ОТКРЫТОМ ГРУНТЕ

Выращиваем здоровую рассаду огурцов

Елена Фагимовна Велиева – ведущий агрохимик, 30 лет работы в тепличном комбинате. Любит путешествия и комнатные цветы. Хороший и отзывчивый человек



Сейчас все мы сидим дома и с грустью думаем, что из-за «коварного коронавируса» цены могут поползти вверх. А значит, самое время заняться выращиванием вкусных, а главное – витаминных, полезных, экологически чистых овощей без применения химии.

В мае – в теплицу. Пока рассада растет, необходимо подготовить теплицу. Вы должны были с осени помыть ее изнутри хозяйственным, а лучше дегтярным мылом Кыш-Вредитель – оно хорошо обеззараживает от всех видов патогенов: вирусов, грибов, бактерий и отпугивает вредителей. Не успели осенью – помойте весной! Это поможет изгнать, уничтожить вредителей, поселившихся в теплице.

Перед посадкой рассады огурцов почву нужно хорошо пролить раствором природного биопрепарата Фитоспорин (1 ч. л. порошкового препарата на 10 л воды – на 2 м²) и препаратами, восстанавливающими естественное гумусное плодородие почвы, – Соткой Чернозема (100 мл на 10 л воды – на 2 м²) или Даром Плодородия (1 ч. л. на 10 л воды – на 2 м²), а также оживить микроорганизмами биопрепарата 33 Богатыря (1 стакан на 1 м²).

Минимальная температура почвы для высадки рассады в теплицу составляет 16 °С, иначе корни огурца не смогут нормально поглощать воду и питательные вещества.

Если при выращивании рассады вы еще не внесли в горшочки биопрепарат Кормилица Микориза Башкирская, то обязательно сделайте это при высадке рассады!

От главного редактора. Вы знаете, вот эти природные биопрепараты, внесенные в почву, творят настоящие чудеса, они буквально оживляют почву. Повышают урожай в 1,5–2 раза. У наших любимых растений появляется множество верных друзей, помощников, которые кормят и поят их, а растения в свою очередь дают дружественным микробам мощную энергию для их жизни в виде

глюкозы и других БАВ – биологически активных веществ. Это настоящая крепкая семья, которая не боится ни непогоды, ни болезней, ни вредителей.

Посмотрите на опыты, которые провела Алина Миннибаева (микробиолог). В одной кюветке огурцы без Кормилицы Микоризы Башкирской, а в другую добавили при посеве 1 г препарата. И вот какой потрясающий результат получился! Огурцы с Кормилицей Микоризой уже цветут, а в контроле – ни одного цветочка.

С Кормилицей Микоризой Башкирской зацвели все огурцы, а в контроле не зацвел ни один



Посев: 29.01.2019 г.,
фото: 13.03.2019 г.

Контроль

Опыт

Кормилица Микориза Башкирская – это новый препарат, грибы которого заселяют корневую систему растения. Их гифы (нити, сети) разрастаются и добывают все необходимое питание за десятки, сотни метров, помогают лучше поглощать питательные вещества, вырабатывают для защиты корней антибиотики, фитогормоны, витамины.

Кормилица потрясающе эффективна! Не верите? Проверьте и порауйтесь с нами!

В лунку при высадке рассады вносим органическое удобрение Бионекс – оно содержит весь набор элементов питания и обладает пролонгированным действием, положительно влияет на почву. На 1 м² рекомендуется вносить 400 г Бионекса, который можно заменить на Куриный помет Настоящий гранулированный, уменьшив дозировку в 2 раза. Эти удобрения гарантированно не содержат семян сорняков, вредных микробов и яиц гельминтов.

Спасаем семена от патогенов. Любые семена, а особенно магазинные, содержат на себе патогенную микрофлору, так как при выращивании растений для получения из них семенного материала проходит очень много времени, и выращивают их далеко не в стерильных условиях. Растения успевают обзавестись целым набором болезней, вызываемых такими патогенами, как питиум, фузариум, вертициллиум и другими, которые могут передаваться с семенами. Поэтому необходимо обязательно провести их обеззараживание.

Самый действенный метод – это двойная обработка семян:

– сначала в растворе перманганата калия (марганцовки) из расчета 10 г на 1 л теплой воды (раствор должен быть темно-фиолетового цвета). Продержать 15–20 минут и промыть водой;

– потом замочить в растворе Фитоспорина-М Рассада (10 капель препарата на 200 мл воды), который насытит проростки полезными друзьями – защитными фитобактериями. Оставить на 12–24 часа в теплом месте при температуре 23–25 °С. А если добавить туда же 2–3 капли жидкого Гуми, ваши семена скажут вам только «спасибо». Гуми снабдит их мощными биологически активными веществами, которые придадут семенам сил, ведь для прорастания зародыша нужно очень много энергии – разорвать семенную оболочку и пробиться к свету – не так-то просто. Семена в этом случае прорастают на день-два раньше!

Земля-Матушка и Кормилица Микориза Башкирская великолепны. До посева проклюнувшихся семян нужно подготовить субстрат – купить готовый или приготовить самим. Имейте в виду, что не стоит брать землю с огорода – в ней много болезнетворных микроорганизмов и спящих вредителей. Для выращивания рассады огурца берется дерновая земля (~50 %),

речной песок (10–15 %), торф (20–30 %) и чистые опилки (10–15 %). Компоненты нужно хорошо промешать. Гораздо меньше хлопот при использовании уже готового питательного почвогрунта Земля-Матушка Универсальная. В любой почвогрунт желательно добавить биопрепараты 33 Богатыря (1 ст. л. на 1 л грунта) и при посеве – Кормилицу Микоризу Башкирскую, подсыпав по щепотке к каждому семечку.

ПОСЧИТАЕМ. Чтобы рассчитать сроки оптимального посева семян, нужно вычислить, когда вы собираетесь высадить рассаду в теплицу или открытый грунт. Рассада по возрасту должна быть 15–20-дневная, в зависимости от густоты посева. Еще два-три дня нужно семенам дать на прорастание и два-три дня – на появление всходов. Если мы хотим высадить рассаду, например, 1 мая, то семена посеять надо 5–10 апреля, если в открытый грунт сажаем 1 июня, то сеем на рассаду 5–10 мая, а чтобы заморозков уже точно не было, то сеем 20 мая и высаживаем в открытый грунт 15 июня.

Ждем росточки. Проклюнувшиеся семена нужно поместить в горшочки, пролить теплой водой и до появления ростков выдерживать температуру 22–25 °С. Если температура будет ниже 16 °С, семена могут не взойти и загнивать. После всходов температуру поддерживают на уровне 19–21 °С и обеспечивают интенсивным освещением на солнечных подоконниках либо, в случае отсутствия таковых, под искусственной досветкой не менее 8000 люкс, а лучше 10–15 тысяч люкс. Для ориентира – высота панели светильников ОЖЗ составляет при этом не более 10 см над верхними листиками.

НА ЗАМЕТКУ САДОВОДУ. В процессе роста рассады очень важно не переборщить с ее поливом. Можно проверить, правильно ли вы поливаете, взвесив горшочек с рассадой на весах после полива. И следующий полив проводить только тогда, когда вес горшочка снизится на 35–40 %.

Дорогие, успехов вам!



ГВОЗДИ БЫ ДЕЛАТЬ ИЗ ЭТИХ ЛЮДЕЙ, НЕ БЫЛО БЫ КРЕПЧЕ В МИРЕ ГВОЗДЕЙ

(отрывок из стихотворения Николая Тихонова)

Плохое самочувствие? Анемия? А как у вас с железом?

З. Р. Юсупова – к.б.н.

К чему приводит дефицит железа? Как страдает наш организм? Как нам не допустить снижения железа? Как простыми методами восполнить необходимую норму? Обо всем этом вы узнаете в данной статье.



«Внутри» человека железа содержится всего 3–5 г, но его роль ОГРОМНА! Основное количество железа (60–68 %) находится в составе гемоглобина, который в свою очередь входит в состав эритроцитов крови, а 5–14 % – в составе миоглобина, находящегося

в скелетных и сердечной мышцах, остальное количество входит в состав ферментов, без которых не обходится ни одна реакция в организме.

Суточная норма, которая должна приходиться с пищей: для мужчин – 8–10 мг, для юношей – 11 мг, для девушек – 10–15 мг, для взрослых женщин – 18 мг, для беременных и кормящих – 30–33 мг железа.

На что влияет недостаток железа?

В первую очередь в крови снижается содержание гемоглобина, который является переносчиком кислорода во все клетки и ткани человека.

При недостатке железа страдают все системы организма



фото из интернета

ИНТЕРЕСНО. Чем больше гемоглобина в крови человека, тем лучше у него идет доставка кислорода к клеткам, тем выше работоспособность мышц. Поэтому спортсмены так гонятся за высоким уровнем гемоглобина, ведь с его помощью они способны вынести большую нагрузку.

Что делать: глобальное, всемирное падение иммунитета у человека, у животных и у растений.

При недостатке железа страдают все системы организма:

1. Сердечно-сосудистая система из-за недостатка кислорода в сердечной мышце. Стараясь возместить его недостаток, сердце увеличивает количество сокращений – развивается тахикардия.

2. Органы кроветворения (костный мозг и селезенка).

3. Кожные покровы (сухость кожи, выпадение волос, ломкость ногтей), выстилающий эпителий всех внутренних органов, в т. ч. сосудов, с чем связано развитие атеросклероза).

4. Иммунная система. Поскольку иммунные тельца образуются в костном мозге и селезенке, при недостатке железа они испытывают нехватку кислорода

и не могут полноценно образовывать иммунные клетки;

5. Центральная нервная система. Из-за недостатка кислорода страдают все функции головного мозга (возникает тревожность, снижается память, развивается слабоумие, у детей наблюдается отставание мозга в развитии и т. д.).

При недостатке железа развивается железodefицитная анемия. Человек быстро устает, страдает от головокружения (а иногда даже

падает в обморок) и очень часто болеет инфекционными болезнями, в т. ч. вирусными.

Откуда взять железо?

Неполноценное питание, особенно жесткие диеты; болезни ЖКТ (дисбактериоз); инфекционные болезни; бесконтрольное использование лекарств, особенно антибиотиков; радиация и различные загрязнители, поступающие с пищей; операции; скрытые кровотечения (язва желудка и кишечника, онкология); беременность, кормление грудью и т. д. – все это снижает

норму железа в организме.

Чтобы обеспечить организм необходимым количеством железа, надо включать в свой рацион продукты, богатые этим микроэлементом и витаминами.

Продукты с большим содержанием железа смотрите в таблице.

ПОЯСНЕНИЕ.

Важное условие – наличие в рационе животной пищи: мяса, печени и т. д. Не рекомендуем исключать из рациона мясо. Давайте подсчитаем: если в говядине содержится 7 мг железа на 100 г продукта, то при 30 % его усвоении из 100 г усваивается 2,1 мг железа. Употребив 200 г мяса в сутки, мы получим 4,2 мг. Но это уже сваренного мяса. Чтобы получить 100 г вареного мяса, надо взять минимум 140–160 г сырого (уваривается 40–65 % воды при варке). Это уже 2,9–3,4 мг железа в 100 г или 6–7 мг железа в 200 г вареного мяса.

Комментарий Скотникова Д.В. (вегетарианца почти 7 лет)

Следует отметить, что некоторые компоненты из растительных продуктов, такие как витамин С, органические кислоты, фруктоза и сорбит, значительно повышают всасывание железа! Плохое усвоение железа из растительных продуктов, а именно из зерновых, бобовых и орехов, сопряжено с особым защитным соединением, содержащимся в них – фитиновой кислотой. Замачивание и проращивание семян перед приготовлением блюд и приемом в пищу способствует разрушению фитиновой кислоты, а употребление достаточного количества кислых фруктов и ягод с высоким содержанием витамина С в конечном итоге полностью реабилитирует растительную диету с точки зрения железодефицита. Лично у меня на четвертом году вегетарианства уровень гемоглобина был у верхней границы нормы. Знаю людей, которые побороли железодефицитную анемию именно при переходе на вегетарианство. В настоящий момент чувствую себя отлично.

Если еще в дневном рационе была нежирная свинина, печень, субпродукты, рыба и т. д., эта величина еще выше. Вдобавок в рационе должны быть овощи, зелень и фрукты, яйца, которые являются поставщиками витаминов и в т. ч. железа. Витамины нужны для усвоения железа. Есть данные, что при получении необходимого количества и набора витаминов процент усвоения железа из животных продуктов увеличивается до 50 %. ЗДОРОВО: витамины, витамины и витамины!

Но главная беда в том, что при современных интенсивных технологиях выращивания сельхозпродукции с использованием пестицидов мы часто не получаем нужного количества витаминов. Потому что главная эволюционно сложившаяся функция живого организма – это сохранить постоянство внутренней среды.

Содержание железа в 100 г продукта

	печень говяжья	6,9 мг
	почки говяжьи	6 мг
	мясо индейки	1,4 мг
	мясо кролика	3,3 мг
	гречка (ядрица)	6,7 мг
	отруби пшеничные	14 мг
	соя (зерно)	9,7 мг
	крупа пшеничная	4,7 мг
	крупа овсяная	3,9 мг
	фасоль	5,9 мг
	чечевица (зерно)	11,8 мг
	горох (лущеный)	7 мг
	арахис	5 мг
	грецкий орех	2 мг
	кедровый орех	5,5 мг
	кунжут	16 мг
	семечки	6,1 мг
	фундук	4,7 мг
	морская капуста	16 мг
	сыр голландский	0,7 мг
	сырки глазированные	1,5 мг
	творог 4 и 5%	0,4 мг
	желток куриного яйца	6,7 мг
	скумбрия	1,7 мг
	креветка	1,8 мг
	икра красная	1,8 мг
	яблоки сушеные	6 мг
	базилик	3,2 мг
	брюква	1,5 мг
	груша	2,3 мг
	гранат	1 мг
	изюм	3 мг
	земляника	1,2 мг
	кинза	1,8 мг
	кресс-салат	1,3 мг
	курага	3,2 мг
	листья одуванчика	3,1 мг
	петрушка	1,9 мг
	помидор	0,9 мг
	свекла	1,4 мг
	редька черная	1,2 мг
	смородина черная	1,3 мг
	урюк	3,2 мг
	чеснок	1,5 мг
	шпинат (зелень)	3,5 мг
	гриб сморчок	12,2 мг
	вешенки	1,3 мг
	шоколад горький	5,6 мг

Вирусы наступают, а мы знаем, как повысить иммунитет. Все живое тратит свои силы, в т. ч. витамины, на вывод загрязнителей из своего организма, а не на то, чтобы донести эти витамины в сохранности до человека. Это одна из причин глобального падения иммунитета у растений и человека, показателем чего является все возрастающее преобладание вирусных болезней. Поэтому сейчас все взоры повернулись в сторону органического земледелия, и это правильно!

ВНИМАНИЕ! Нельзя восполнять железо только одним продуктом, должен быть ассортимент – и мясо, и каши, и овощи, фрукты, зелень (ежедневно не менее 400 г овощей, зелени и 200 г фруктов). И тогда организм получит все необходимое – не только железо, но и витамины, которые помогают усваиваться железу полноценно.

При дисбактериозе и болезнях кишечника нарушается всасывание железа, потому что в этом принимают участие витамин В12 и фолиевая кислота, вырабатываемые микрофлорой кишечника. Поэтому надо

поддерживать здоровую микрофлору ЖКТ. Принимает активное участие в поглощении железа и витамин С, который поступает в организм только с пищей.

Чтобы животная или растительная пища была богата железом, надо животных кормить травой, богатой железом, а эту траву и растения поливать микроэлементами, содержащими железо, например, препаратом Богатый-Микро Железо, повышать плодородие гумусными удобрениями – Сотка чернозема и Хозяин-Батюшка (которые тоже содержат железо).

Однако поднять иммунитет одним только полноценным питанием не получится. Чтобы организм вырабатывал иммунные тела, надо хорошо питать органы, вырабатывающие эти тела, кислородом (костный мозг и селезенку), активно прокачивая кровь через эти органы. Это достигается только движением. Надо много двигаться (ходьба на свежем воздухе не менее двух часов). Правильное питание, движение – вот основа иммунитета. А еще – хорошее, бодрое, оптимистическое настроение. И никакой вирус не страшен!

ОРЕХ МАНЬЧЖУРСКИЙ

И красота, и огромная польза

Даниил Александрович Костылев – известный растениевод, кандидат сельскохозяйственных наук, создатель и владелец частного питомника «Цветник Урала»



Вырастают орехи величиной 3–7,5 см.

в них отсутствует вяжущая горечь, характерная для грецкого ореха.

Но есть и недостаток – кожура более толстая, а ядро мельче, чем у грецкого ореха. Ввиду трудности

Маньчжурский орех – полезнейшее дерево для нашего здоровья, а как красиво и необычно будет смотреться оно в саду! И что немаловажно, при всех своих замечательных качествах маньчжурский орех неприхотлив и выдерживает морозы до -40... -45 °С. Автор – директор питомника «Цветник Урала» Даниил Костылев подробно рассказывает, как вырастить это прекрасное дерево.

Орех маньчжурский – очень красивое дерево с большими ажурными листьями. Летом оно укроет вас от зноя, а осенью подарит много съедобных орехов. Причем не просто съедобных, а очень вкусных –

механизированной очистки ядра маньчжурский орех не так распространен в кулинарии и в промышленных садах, как грецкий. Но он отлично подходит для индивидуального потребления, к тому же – значительно более зимостойкий, чем грецкий орех – выдерживает морозы до -40...-45 °С.

САМОЕ ПОЛЕЗНОЕ. Орех, кожура, сами листья дерева – все полезно для нашего здоровья, а плод считают природным антибиотиком. Вытяжки из него активно используются в терапии онкозаболеваний. В ядрах содержится юглон, катехины, масла, дубильные вещества, кислоты. Среди витаминов преобладают А, Р, В2 и В1, из микроэлементов – калий и магний.

Используются плоды, отвары и настойки из коры, кожуры, листьев, которые помогают при дисфункции щитовидной железы, при сердечно-сосудистых

заболеваниях, убивают микробов, останавливают внутренние и наружные кровотечения, оказывают мочегонное действие, борются с грибом, снимают боль и спазмы, повышают иммунитет, расширяют сосуды.

Не рекомендуется употреблять при аллергии на ореховые, циррозе печени, гастрите, язве желудка и детям до 3 лет.



Орех имеет толстую скорлупу, но ядро очень вкусное и без горечи, в отличие от грецкого ореха

Посадка необычного ореха. Высаживая маньчжурский орех, имейте в виду, что это довольно крупное дерево, поэтому ему необходимо пространство – лучше выделить участок размером 3 x 3 м. Конечно, он далеко не сразу займет столько места, первые годы рядом с ним могут спокойно размещаться любые овощные и плодово-ягодные культуры (главное, не сажайте рядом деревья).

Технология выращивания маньчжурского ореха довольно проста. Высадку необходимо провести на глубину корневой шейки. Это справедливо не только для ореха, но и для других деревьев. Обычно всех так и тянет посадить саженец поглубже – чтобы крепче держался. Но это ошибка: ствол большинства

деревьев не может образовывать корни, поэтому кора в его закопанной части начинает со временем подпревать и гнить. Для устойчивости саженец лучше подвязать к временному колышку, но не туго, через «восьмерку».

Не нужно копать для посадки большую яму и тем более – укладывать туда перегной, так как избыток азота вреден при пересадке. Вполне подойдет небольшая яма на глубину длины корней (чтобы корни не загибались вверх). Подкормку можно сделать через две-три недели после посадки, когда растение приживется на новом месте. Лучше использовать комплексные органоминеральные удобрения по норме, указанной на их упаковке, например, Гуми-Оми Плодовые (внесение 0,5 кг в приствольный круг с последующей перекопкой и поливом) или водорастворимый Бионекс-Кеми для садово-огородных культур (1-2 ст. л. на 10 л воды на 1 м² приствольного круга). Далее остается поливать растущий орех по мере подсыхания почвы, при необходимости – опрыскивать от болезней и вредителей. Хорошо помогают при этом биопрепараты – Фитоспорин-М Реаниматор (от болезней) и Универсальный набор Гуми+БТБ+ЛПЦ (от комплекса вредителей). В качестве профилактики можно еженедельно опрыскивать молодое дерево раствором дегтярного мыла Кыш-Вредитель, которое способно не только уничтожать вредителей, но и долгое время отпугивать их запахом дегтя. Осенью можно подкормить фосфором и калием (но не азотом!), чтобы улучшить перезимовку. Для этого есть специальные удобрения Гуми-Оми Фосфор и Калий (либо Гуми-Оми Осенний), которые удобно вносить по приствольному кругу, соблюдая дозировку на упаковке. Укрывать на зиму маньчжурский орех в Средней полосе России не нужно. Зайцы и мыши, по нашим наблюдениям, его не повреждают.

Маньчжурский орех – довольно неприхотливое растение, поэтому вы можете вырастить его даже при минимальном уходе.



Саженцы с гарантированными сортовыми качествами

Питомник «Цветник Урала» является участником Ассоциации производителей посадочного материала (АППМ). Питомник проводит отбор для размножения устойчивых к неблагоприятным условиям сортов и видов растений, отличающихся при этом высокими потребительскими качествами. В питомнике используются современные технологии выращивания растений.

Адрес: Республика Башкортостан, Благовещенский р-н, д. Укман, ул. Горная, 41 (35 км на север от г. Уфы). Для розничных продаж имеется сеть торговых точек. «Цветник на Строительном рынке» по ул. Кировоградской, 33. Телефон: 8 (347) 2-999-136. «Цветник в Зубово» расположен у торгового центра на въезде в Зубово. Телефон: 8 (347) 299-12-06. Дополнительный телефон: 8-905-35-29-136.

ПОЧВА НА ВАШЕМ УЧАСТКЕ ТЯЖЕЛАЯ ИЛИ ЛЕГКАЯ? А УРОЖАЙ БОЛЬШОЙ-ПРЕБОЛЬШОЙ ИЛИ ТАК СЕБЕ, МАЛЕНЬКИЙ?

Нина Алексеевна Середина – доктор биологических наук, профессор, агрохимик, выпускница кафедры почвоведения МГУ



Почвы бывают легкими – сколько воды ни лей, вся моментально уходит, и тяжелыми – переуплотненными, заплывающими. Без большого труда получить хороший урожай ни на легких, ни на тяжелых почвах не удастся. Как повысить их плодородие?

От главного редактора. Дорогие читатели, прошу обратить особое внимание на эту статью. Почва – это основа основ для получения хороших урожаев. Вы можете много трудиться, но получать скудный урожай. Надо постоянно окультуривать почву.

Слово «культура» так и переводится с латинского языка – возделывание, воспитание, образование, развитие, почитание.

Статья просто великолепная и очень полезная. Ее написала Нина Алексеевна Середина – известный специалист, доктор биологических наук, профессор и успешный практик – садовод, огородник.

Немного теории. Почва состоит из частиц разных размеров: песка, пыли и ила. Частицы размером более 0,01 мм – «физический песок» – низко плодородны. Частицы менее 0,01 мм – физическая глина – содержат много гумуса и элементов питания растений, поглощают и удерживают большое количество воды, играют главную роль в образовании почвенных агрегатов. Песчаные почвы на 80–90 % состоят из песка, в супесчаных немного больше глины, в суглинках глины еще больше, а глинистые почвы на 70–90 % состоят из глины. Все типы почв (от дерново-подзолистых до черноземов) могут быть и суглинистыми, и глинистыми.

Попробуем разобраться, какая почва на вашем участке и как ее улучшать. Из верхнего слоя (0–20 см) отберите столовую ложку почвы, смочите массу водой до тестообразного состояния и скатайте в шарик.

Песчаная почва не образует шарика. Образец полностью распадается на руке.

Шарик образовался, но при попытке раскатать его в шнур он распадается на комочки – **почва супесчаная**.

Легкосуглинистая почва раскатывается в шнур толщиной 3 мм, но его нельзя согнуть в кольцо, он распадается на мелкие части.

Тонкий шнур толщиной примерно 2 мм раскатать удалось, но при сгибе его в кольцо диаметром 2–3 см он дает трещины и переломы кольца – это **среднесуглинистая почва**.

Тяжелосуглинистая почва раскатывается в тонкий длинный шнур толщиной 1,5–2 мм, легко сгибается в кольцо диаметром 2 см, слабо растрескивается.

Глинистая почва легко раскатывается в тонкий шнур, который при сдавливании не дает трещин.

Песчаные и супесчаные почвы называют легкими, потому что их легко копать, обрабатывать. Такие почвы быстро прогреваются весной, но так же быстро и остывают, легко пропускают воду, но плохо ее удерживают, очень хорошо пропускают воздух. Такие почвы любят картофель и морковь, именно в легких почвах морковь вырастает идеальной формы. Но есть у них и свои недостатки. Обычно легкие почвы малоплодородны, органическое вещество в этих почвах очень быстро минерализуется и вымывается, в них обеднена биологическая жизнь.

Типы почв после скатывания в шарик

Песок	
Супесь	
Легкий суглинок	
Средний суглинок	
Тяжелый суглинок	
Глина	

Для улучшения свойств песчаных почв в них регулярно следует вносить уплотняющие и связывающие компоненты, такие как торф, сапрпель – речной

и озерный ил, глину (глинование: 3–10 кг/м² глины или суглинка) и компост с перегноем в больших количествах, до 4–5 кг/м² для создания благоприятной среды обитания почвенных микроорганизмов. Поскольку питательные вещества вымываются из песчаных почв, вносить следует органоминеральные (серия Гуми-Оми), гумусные (Сотка Чернозема, Дар плодородия, Хозяин-Батюшка) и минеральные удобрения быстрого действия (Бионекс-Кеми) и делать это в весенне-летний период небольшими дозами и часто. Именно для легких почв идеально подойдут сидераты, такие как горох, люпин, бобы, смеси вика-рожь и вика-овес.

Глинистые и тяжелосуглинистые – тяжелые почвы, отличающиеся большой плотностью, вязкостью, их не только тяжело обрабатывать, они еще и переуплотняются, заплывают, плохо пропускают воду и воздух, в результате чего корни растений и микроорганизмы с трудом получают необходимую для их жизни влагу и кислород. Глинистые почвы богаты минеральными веществами, но растения не всегда способны воспользоваться ими. Глинистые почвы из-за уплотненности медленно и плохо прогреваются.

Улучшение качества глинистых почв – придание им рыхлой структуры достигается путем регулярного внесения разрыхляющих компонентов, таких как крупнозернистый песок (пескование – 10–40 кг/м²), солома, кора, измельченные ветки, торф, зола, известь, компост, навоз по 6–10 кг/м² в начале окультуривания и по 3–4 кг/м² в последующие годы, зеленые удобрения.



На небольших участках в садах и огородах отличным рыхлящим материалом может быть препарат ПухоВита, состоящий из природных пористых минералов, обогащенных гуматами и полезными микроорганизмами.

Улучшить глинистую почву существенно сложнее, чем песчаную; сделать ее более рыхлой, структурной можно за несколько лет. Хорошо разрыхляют почву многолетние (донник, люцерна) и злаковые травы (рожь, овес) с мощной корневой системой. Корни расклинивают почву, отмирая, оставляют много органического вещества, способного склеивать илестые частицы в агрегаты. Хороший эффект дает мульчирование почвы опилками, соломой, торфом, компостом, скошенной травой. Под мульчей почва не перегревается, требует меньше полива, не разбиваются почвенные комочки-агрегаты, меньше разлагается гумус, почва обогащается дождевыми червями, полезной микрофлорой, постепенно становится более рыхлой и структурной.

Суглинистые почвы – самые благоприятные для земледелия – отличаются зернисто-комковатой структурой, с высокой воздухо- и водопроницаемостью, хорошо задерживают влагу, содержат большое количество питательных веществ, запас которых постоянно пополняется благодаря богатой биологической жизни.

Для поддержания запаса питательных веществ в суглинистых почвах рекомендуется удобрять их органическими (навоз, компост, сидераты), органоминеральными, бактериальными и минеральными удобрениями, во внесении которых нуждаются все без исключения типы почв. Вносить их следует целенаправленно после проведения анализа почв и по мере необходимости.



ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ ОРГАНИЧЕСКОЕ ЖИВОЕ ЗЕМЛЕДЕЛИЕ

СЕТЬ УНИВЕРСАМОВ

EVERYDAY

ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ

Сеть магазинов **EVERYDAY**.

В продаже самые необходимые в весенний период биопрепараты и удобрения системы экологического органического живого земледелия: Фитоспорин-М (Рассада (замачиваем семена, проводим профилактику и лечим растения), Реаниматор (поистине мощный препарат – останавливает болезнь в запущенной стадии), Борогум-М (цвето-, плодо-, корнеобразование, защита от пустоцветов), Гуми (ростоускоряющий, антистрессовый, иммуностимулирующий препарат, отлично повышает всхожесть семян), Земля-Матушка Универсальная для выращивания рассады, комнатных растений и цветов.



КАК УСКОРИТЬ В 4 РАЗА ВСХОЖЕСТЬ МОРКОВИ? КАК ЛЕГКИМ ДВИЖЕНИЕМ РУКИ ПОСЕЯТЬ МОРКОВЬ И ПОТОМ НЕ МУЧИТЬСЯ, НЕ ПРОРЕЖИВАТЬ ЕЕ?

Драгоценность, бесценность моркови для здоровья

Д.В. Скотников – к.б.н.

В. И. Кузнецов – к.т.н., директор НВП «БашИнком»

Как получить быстрые, дружные всходы моркови и оградить себя от утомительных прореживаний? В этой статье вы узнаете о доступных и простых способах посева супервитаминой моркови и о том, как получить богатый урожай без хлопот.

Ускоряем всхожесть. Многие сталкиваются с проблемой задержки появления всходов у моркови. Иногда после посева может пройти 2 недели, а их все нет и нет! Страдает и равномерность всходов, когда на части грядки они взошли, а на другой – проплешина, на которой всходы могут появиться значительно позже, а могут и совсем не появиться. Связаны такие капризы с высоким содержанием эфирных масел в кожуре семян моркови, которые препятствуют проникновению внутрь воды и пробуждению зародыша. Наша задача – смыть эти эфирные масла перед посевом. Для этого семена промывают под струей горячей воды (температура 55–60 °С) в течение 30 минут, после чего их замачивают на 12 часов в растворе биопрепаратов Гуми (или Борогум) и Фитоспорин. Затем семена подсушивают до сыпучего состояния, чтобы было удобно сеять. Всходы после таких процедур появляются уже на 3-4-й день!

Равномерный посев. Семена моркови мелкие, любят цепляться друг за друга, поэтому при посеве выпадают в бороздки группами. Учитывая капризный характер всходов, их специально загущают, но впоследствии такой частокол, оставленный на произвол судьбы, вместо добрых корнеплодов обеспечит вас «мышьиными хвостиками», никуда не годными... Приходится прореживать, причем эту процедуру необходимо делать дважды, уничтожая львиную часть всходов и травмируя корневую систему оставшихся. К тому же такие прореживания привлекают морковную муху, которая может свести на нет все старания. Как же быть – не раскладывать же семена пинцетом в бороздки на несколько квадратных метров? **Выход есть!** Берем 1 г (приблизительно 1/3 чайной ложки) просушенных семян моркови, подготовленных по вышеописанной технологии, смешиваем с 2 чайными ложками мелкого сухого песка. В такой пропорции семена хорошо и равномерно смешиваются. Затем добавляем песок, доводя объем смеси до полного стакана.

Не просто песок. Вместо песка можно использовать оздоравливающий разрыхлитель ПухоВита, обогащенный защитными фитобактериями и эликсиром плодородия Гуми. Для моркови, любящей рыхлую и воздушную почву, такая шикарная добавка проявит себя великолепно.

Перед посевом посыпьте бороздки биопрепаратами 33 Богатыря (4 ст. л.) и Кормилица Микориза (2 ч. л.) на 1 м бороздки. Стакан смеси песка (или ПухоВиты) с семенами равномерно распределите на 5 м² грядки. Если вы все сделали правильно, у вас получатся скорые, дружные и равномерные всходы, отстоящие друг от друга на достаточном расстоянии для формирования массивных корнеплодов. И никаких мучений с прореживаниями и досевами!

Если в пакете оказалось 2 г семян моркови, то сначала смешиваем их с 4 ложками песка и затем добавляем песок, доводя объем до 2 стаканов



2 г семян могут обеспечить семью из 5 человек морковью на целый год

Морковь – бесценная, драгоценная, золотая культура для здоровья, для мощного повышения иммунитета против вирусных и других болезней.

Выращивайте, дорогие, самую полезную, вкусную, витаминную морковь по технологии Экологического Органического Живого Земледелия (ОЖЗ).

Морковь – важнейшая огородная культура россиянина.

Питательная ценность корнеплода связана с высоким содержанием натуральных, полезных сахаров, бета-каротина (провитамина А) – витамина молодости, витамина К, макро- и микроэлементов (особенно калия, магния, фосфора, железа, марганца и меди), пищевых волокон.

Морковь способна давать богатые урожаи даже при невысоком плодородии почвы, холодостойка, мало

повреждается вредителями и болезнями. Но при этом выращивание моркови имеет свои нюансы, знание которых значительно повысит ваши шансы на получение отличного урожая.

В моркови много жизненно необходимого бета-каротина, который частично превращается в витамин А, а также витамина К.

● **Витамин А** – 2 мг/100 г моркови, а ежедневная необходимая норма поступления витамина А с продуктами – 0,9 мг, то есть достаточно съедать каждый день 50 г моркови. Витамин А защищает от простудных заболеваний и инфекций дыхательных путей (т. е. вирусных болезней), болезней пищеварения, мочеполовой системы, полезен для зрения и кожи, ускоряет процессы заживления.

● **Бета-каротин** – 12 мг/100 г, а норма – 5 мг, т. е. тоже достаточно 50 г моркови ежедневно. Витамин обладает антиоксидантными свойствами, т. е. защищает наши клетки от окисления – разрушения, является средством профилактики и лечения раковых заболеваний, предотвращает болезни сердца, сосудов, повышает содержание в крови «полезного холестерина».

● **Витамин К (филлохинон)** – 13 мкг/100 г, норма – 120 мкг, т. е. 100 г моркови покрывает ~10 % дневной нормы, это очень неплохо. Витамин К предупреждает остеопороз, оказывает антибактериальное действие, оберегает от кровотечений при повреждениях, регулирует свертываемость крови – очень важный витамин.

Морковь содержит и другие важнейшие витамины, правда, в несколько меньшем количестве:

● **Витамин В2.** Его недостаток ухудшает состояние кожи, слизистых оболочек, нервной и гормональной систем.

● **Витамин В4 (холин)** защищает от повреждения нервные клетки, восстанавливает ткани печени, не дает образовываться желчным камням, снижает холестерин, очищает от холестериновых бляшек стенки сосудов.

● **Витамин В5.** Недостаток ведет к поражению кожи и слизистых, к расстройству сна, повышенной утомляемости, депрессии, болезням ЖКТ.

● **Витамин В6** помогает работе мышц, сердца и нервной системы, защищает от образования камней в почках, а недостаток ведет к анемии, нарушению состояния кожи, снижению аппетита и др.

● **Витамин В9.** Его дефицит увеличивает риск болезней сердца, сосудов и др.

● **Витамин С** укрепляет иммунитет, оказывает противовоспалительное и противоаллергическое действие, усиливает действие других антиоксидантов, таких как селен и витамин Е.

● **Витамин Е** называют витамином молодости, великолепный антиоксидант, он защищает клетки от разрушения и омолаживает их, необходим для хорошей работы половых желез и сердечной мышцы. Дефицит витамина Е ведет к неврологическим нарушениям и гемолизу, т. е.

разрушению эритроцитов (эритроциты поставляют кислород всем органам).

● **Витамин Н (биотин)** участвует в синтезе жиров, гликогенов. Его дефицит может привести к нарушению нормального состояния кожи.

● **Витамин РР.** Дефицит ухудшает состояние кожных покровов, ЖКТ и нервной системы.

Вот видите, какие замечательные витамины – вещества жизни («вита» – с латинского языка означает «жизнь»).

А еще в моркови много супернеобходимых для человека микроэлементов.

● **Кремний (Si)** – 25 мг/100 г моркови, а норма ежедневного потребления для человека – 30 мг. Кремний укрепляет иммунитет, соединительную ткань (хрящи, сухожилия), стенки кровеносных сосудов, препятствует возникновению рака, туберкулеза, диабета, зоба...

● **Хром (Cr)** – 3 мкг/100 г, норма – 50 мкг. Участвует в регуляции уровня глюкозы, усиливая действие инсулина.

● **Цинк (Zn)** – 0,4 мг/100 г, норма – 12 мг. Цинк входит в состав 300 ферментов (т. е. не будет цинка – не будет этих 300 ферментов – ускорителей биологических реакций в организме). Недостаток приводит к анемии (слабость, быстрая утомляемость, общее недомогание, снижение концентрации внимания...), циррозу печени, половой дисфункции...

Морковь замечательный продукт, в ней и калорий мало (всего 35 ккал на 100 г), и в то же время большое количество витаминов и микроэлементов.

В день надо потреблять 50–100 г моркови, значит выращивать минимум 20 кг моркови на человека, на зиму оставлять – хранить в погребе по 15 кг на одного человека.

Если вы проведете равномерный посев, то на 1 м² площади потребуется всего 0,2 г семян – это 160 штук. С учетом 50 %-й всхожести вы получите с 1 м² 80 корнеплодов моркови! По технологии ОЖЗ урожайность моркови – до 10 кг с квадратного метра. Значит, на 1 человека надо выращивать морковь минимум на 2 м², а для семьи из 5 человек – на 10 м². Но лучше больше, чтобы поделиться с друзьями и близкими!



МАЛЕНЬКИЕ ХИТРОСТИ ОТ СЕРЬЕЗНЫХ ПРОБЛЕМ

С пробиотиками ничего не страшно

*Снигирева Александра Владимировна –
ветеринарный врач, консультант НВП «БашИнком»*



Как спокойно провести дачный сезон, не переживая за своего любимца. Какие неприятности могут поджидать наших питомцев с выездом на дачу. О некоторых из них расскажем в этой статье.

Весна. Солнышко пригревает. Все чаще поездки на дачу. Этого с нетерпением ждут как заядлые огородники, так и их питомцы. А как же – в саду столько работы! И грядки хозяину надо помочь вскопать, и птиц облаять, и по соседям побегать – со старыми друзьями встретиться, а то всю зиму не виделись. Столько дел, столько дел. А еще на солнышке полежать, поваляться на молодой травке, лужу измерить.

Хорошо весной. А еще лучше, если не надо беспокоиться о своих любимцах, что они чем-нибудь заболеют, простынут, напьются воды из лужи или их укусит клещ.

Но мы можем быть спокойны, ведь уже в конце марта – начале апреля давали нашим животным препарат ЖивотикЛайф с полезными бактериями, укрепляли иммунитет заранее.

Что же такое иммунитет?

Иммунитет в организме всех живых существ – это очень сложный механизм, а самая первая линия защиты – это наша микрофлора. Именно микрофлора принимает активное участие в созревании клеток иммунной системы. В основном она состоит из лакто- и бифидобактерий, которые улучшают переваримость питательных веществ и производят некоторые нужные вещества самостоятельно. Например, бактерии помогают организму усваивать витамины К и D, витамины из группы В; участвуют в образовании аминокислот, растворяют клетчатку и т. д.



Кот Мерлин и собачка Амели встретились на даче

Применение кормовой добавки с этими видами бактерий повышает защиту в несколько раз – они усиливают выработку нужных веществ и эффективно противостоят патогенным микроорганизмам. А есть бактерии, которые намного сильнее – они не только помогают развиваться и увеличиваться микрофлоре в кишечнике, но и сами имеют очень полезные свойства. *Bacillus subtilis* – сильнейший антагонист большинства вредных микробов.

Примечание – Антагонизм микроорганизмов – это такой тип взаимоотношений, при котором один штамм микроорганизмов полностью подавляет или замедляет рост другого.

Ферменты, которые выделяет эта бактерия, позволяют расщеплять такие вещества, которые не «по зубам» постоянным обитателям кишечника, и благодаря этому улучшается пищеварение и усваиваются очень многие полезные вещества, которые не могут расщепить лакто и бифидобактерии.

Эти полезные бактерии содержатся также и в других препаратах: Счастье птицам, Грызун-здоровяк, СпасиЦып для цыплят, утят и гусят, даже есть препарат для пчел, который так и называется СпасиПчел. Эти бактерии помогают нашим домашним любимцам и животным, которых содержат на подворье.

Когда стоит давать любимцу пробиотики?

Обязательно надо их применять при смене рациона. Пищеварительная система привыкает к одному виду корма, вырабатывает нужные ферменты, и если заменить один вид корма на другой, сбой в работе ЖКТ гарантирован. А еще животные на даче могут что-нибудь подобрать с земли, у кошек включаются охотничьи инстинкты. И это уже не смена корма, это серьезнее. Обязательно перед отъездом на дачу надо привить животных! Мы же хотим, чтобы они вернулись домой целыми, невредимыми и здоровыми, да и нам так намного спокойнее – можно заниматься дачными делами, не переживая за своих любимцев.

Есть и еще несколько ситуаций, когда применение пробиотиков необходимо. Питье из луж – очень распространенное явление. Почему это так вредно? Вода из этих источников загрязнена вредными

веществами, а еще в стоячей воде много различных микроорганизмов, которые неблагоприятно воздействуют на кишечник домашнего животного. Питье воды из таких источников может привести к рвоте и диарее. Профилактика пробиотиками поможет заранее усилить микрофлору кишечника и снизить воздействие вредных веществ.

Следующая ситуация – это стресс. Животное, как бы ему хорошо не было на природе, первые дни после переезда привыкает к новой обстановке, к новому распорядку дня. Помочь вашему любимцу спокойно адаптироваться может курс пробиотиков.

ВОССТАНАВЛИВАЕМ ОРГАНИЗМ ПОСЛЕ УКУСА КЛЕЩА.

Мы же отправились на дачу во всеоружии. Прививки сделаны (поход к ветеринару – это отдельная история), курс пробиотиков пропили (тоже отдельная история), против блох, клещей обработали, положили с собой в аптечку ЖивотикЛайф – препарат первой помощи, также у нас в аптечке оказался и Гепалан СКЛ. Специально его взяли для соседской собачки, любительницы поваляться на траве. В прошлом году хозяйка сняла с нее несколько клещей, и хорошо еще, что животное ничем не заболело. Хоть клещи и маленькие, но могут доставить очень большие неприятности. Они являются переносчиками опасных болезней, таких как пироплазмоз, анаплазмоз, боррелиоз и др. Возбудители находятся в слюнных железах клещей и при укусе попадают в кровь животного, после чего разносятся по всему организму. Это приводит к поражению внутренних органов: происходит выделение токсинов (продук-

тов распада), и в первую очередь начинают страдать печень и почки, которые как раз и выводят их из организма. Чтобы поддержать эти органы, особенно печень, можно использовать Гепалан. У препарата богатый состав. Бетаин – регулирует все важнейшие процессы обмена веществ, активизирует метаболическое метилирование и липидный обмен в печени, способствует профилактике жирового перерождения печени, нормализует уровень триглицеридов в крови. Сорбитол – осмотически активный компонент, проявляет дезинтоксикационное, желчегонное, спазмолитическое действие. Карнитин – улучшает кетонный метаболизм и энергообеспечение тканей. Креатин – участвует в энергетическом обмене в мышечных и нервных клетках, оказывает антистрессовое действие. Тиоктовая (альфа-липоевая) кислота – оказывает антиоксидантное действие, улучшает функции печени, снижает повреждающее влияние на нее эндогенных и экзогенных токсинов. Экстракт солодки – обладает противовоспалительным действием, подавляет репродукцию вирусов в печени и других органах, оказывает гепатопротекторное действие благодаря антиоксидантной и мембраностабилизирующей активности.

Состав очень хороший. Подруга, которая держит кошачий питомник, постоянно дает его после дегельминтизации и прививок вместе с препаратом ЖивотикЛайф.

Ну, вроде все. Подготовились основательно. Можно спокойно отправляться на дачу и радоваться весне, лету, хорошей погоде и разделять эту радость с нашими любимцами.

Повышение продуктивности, иммунитета, улучшение пищеварения, здоровый вид, правильное развитие организма – это только малая часть преимуществ при применении наших препаратов.



Тираж экз. 50 000

Учредитель: ИП Мария Вячеславовна Кузнецова
 Главный редактор: к.т.н. В.И. Кузнецов
 Редактор: к.б.н. Д.В. Скотников
 Рекламный отдел: Л.В. Кузнецова, А.М. Хаванская
 Дизайн и верстка: В.А. Окунева
 Фотограф: А.Б. Ходжаниязов
 Редакционная коллегия: В.И. Корнилов, заслуженный агроном РБ; Р.А. Кудоярова, биолог, биотехнолог; Е.И. Чистякова, биолог-цветовод; И.Л. Ермолаева, специалист по защите растений; Д.В. Скотников, к.б.н.
 Зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций

Подписано в печать: 27.04.2020 г.

(Роскомнадзор).
 Свидетельство о регистрации средства массовой информации
 ПИ № ФС77-36062 от 28.04.2009 г.
 Распространяется по подписке и в розницу. Цена свободная.
 Адрес редакции издателя (для писем): 450015, г. Уфа, ул. К. Маркса, 37, корпус 4, офис 310.

Телефоны:
 Главный редактор: (347) 291-10-20, bashinkom@mail.ru
 www.bashinkom.ru

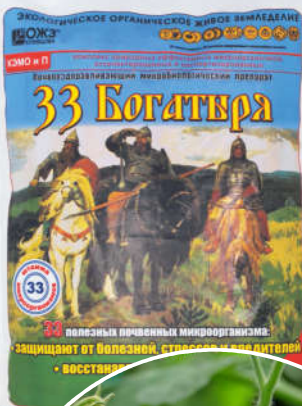
Рекламный отдел: (347) 292-09-96, mgi@ibashinkom.ru

Газета отпечатана в типографии
 ООО «Газета», ИНН 0266036728
 РБ, г. Салават, ул. Нуриманова, 29,
 тел. (3476) 35-31-02

№ заказа 104084

ЛУЧШИЕ В МИРЕ НАРОДНЫЕ СОРТА ТОМАТОВ

500 лет селекции в России, Европе
и 10 тысяч лет в Южной Америке



Мы собрали со всей нашей великой Родины
163 народных сорта томатов – самых вкусных
и витаминных.

Дорогие присоединяйтесь. У нас есть для вас
бесценные семена!

Народные-проекты.рф/мичурин-томаты;
Youtube канал: Мичурин – томаты.
Лена Храмушина – тел.: 8 (917) 441-75-64,
xramushina67@bk.ru

АНЕКДОТЫ

Встретились два одноклассника.

Вспоминают друзей:

- А как там Васек?
- На каторгу угодил!
- Да ты что?!
- Ну да! Женился, а у тещи огород два гектара!

Две соседки по даче.

Одна спрашивает другую:

- Маша, а ты почему пугало в огород не ставишь?
- А зачем? Я сама целый день в огороде...

Дачник, перегнувшись через забор, спрашивает соседа:

- А что у вас вчера за праздник был? Все так танцевали...

Сосед:

- Да дед наш, будь он неладен, улей перевернул...

Дорогие!

Подписывайтесь на нашу газету и раз в месяц получайте полезнейшие советы профессионалов!

НАШИ ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ – П7961 и П8145 в каталоге Почты России.

Стоимость подписки за 6 месяцев – от 300 рублей.

Читайте больше интересных материалов на наших сайтах
www.gryadkaojz.ru
ojz.bashinkom.ru
vk.com/gryadkaojz
народные-проекты.рф
Смотрите нас на канале



4 607026 424047