

## КОНКУРС ДОСТИЖЕНИЙ

### КОГДА ГОРШОК ПЕРЕВЕРНУЛСЯ



Все началось с того, что мне принесли экзотический плод (такие продаются в супермаркетах) под названием питахия.

Овальной формы, кожица нежно-розовая, а сочная мякоть - белая с большим количеством черных семян размером с маковое зернышко. Попробовав плод (вкус сладковатый), я посеяла несколько семян в горшок с цветком, стоящий на подоконнике. Было это в конце февраля, а в апреле, когда все растения проснулись и начали активно расти, я обнаружила в горшке с цветком маленькие побеги с мясистыми листочками. Сначала их было по 2 на каждом растении, затем появился третий лист, который начал быстро расти в длину, приобретая трехгранную форму. На каждой из граней появились пучки тонких колючек. Когда растения подросли, я выбрала самое сильное и пересадила его в отдельный горшок. Почву взяла с преобладанием песка и керамзита. Поливала по мере подсыхания почвы, один раз в неделю протирала пыль с листьев. За два года растение сильно разрослось, начало ветвиться, появились воздушные корни, причем корневая система, в отличие от наземной части, очень маленькая. Однажды под весом растения горшок перевернулся. Пришлось покупать ему «подарок» - новый устойчивый горшок и подпорку под его ветви. Сейчас он прекрасно себя чувствует и обещает еще вырасти.

Светлана СМЕРДОВА

### РАСПОРЯДОК НА РАССАДУ

■ В первой половине месяца продолжаем высевать на рассаду семена томатов для открытого грунта, а также семена базилика, эстрагона, иссопа, чабера и тимьяна.

■ Вносим в почву минеральные удобрения.

■ Опрыскиваем от яблонного цветоеда и медяницы чесночно-горчичным настоем с прибавлением золы, хвойного экстракта и раствора хозяйственного 72 процентного мыла.

■ Сею на рассаду капусту. А с 10 апреля огурцы для теплиц.

■ В открытый грунт сею семена лука, петрушки, редиса, салата, укропа, гороха, бобов и других холодостойких культур.

### КАК С ЛИМОННИКОМ СДРУЖИТЬСЯ?

«Хочу у себя на даче выращивать лимонник, но сомневаюсь, будет ли он плодоносить в Московской области.»

Наталья КОСТЮКОВА.

Лимонник китайский, или лимонное дерево в народе прозвали пятиквусица. Существует 25 видов этого растения. В основном они распространены в тропиках и субтропиках Азии и в Северной Америке. На территории России произрастает только один вид. Лимонник предпочитает богатые аллювиальные, супесчаные, горнолесные хорошо дренированные почвы, с умеренной влажностью. Не выносит заболочивания. Хорошо плодоносит только на освещенных участках, но переносит и сильное затенение. Лучше растет при повышенной влажности воздуха. Отличается низкой засухоустойчивостью и высокой зимостойкостью.

Листья появляются в конце мая. Зацветает лимонник с середины июня, цветение продолжается 13 недель. Ягоды

созревают в конце сентября или в начале октября. Плоды висят на ветках почти всю зиму. С одного растения можно собрать до 45 кг ягод. Обильные урожаи бывают один раз в несколько лет. Кисти срывать следует осторожно, чтобы не повредить растение. Нельзя стягивать лианы с деревьев и кустарников, а также рубить их. Поврежденные лианы обычно перестают плодоносить. Собранные ягоды укладывают в корзины, бочки, эмалированные ведра. Оцинкованные ведра использовать нельзя, так как они окисляются от сока ягод. Перед сушкой ягоды надо слегка подвялить. Затем сушить в духовке при температуре 60°С в течение 3-4 дней.

Листья и побеги лимонника следует собирать в начале августа. Сырье измельчают, раскладывают тонким слоем и сушат в хорошо проветренном помещении или под специально оборудованным навесом.

Своим названием растение обязано запаху, появляющемуся при растирании стеблей

или корней. Кроме других ценных веществ, в нем содержится дубильное вещество и витамин С. Из плодов и семян готовят лекарственные препараты различного вида, формы и консистенции. Используются настойки как средство, стимулирующее сердечно-сосудистую систему, регулирующее кровообращение, возбуждающее дыхательный центр. Все чаще лимонник применяется при гипотонии, нервных заболеваниях, авитаминозе. Препараты из лимонника эффективно действуют на организм при общей усталости и слабости, повышенной сонливости, при дизентерии и цинге.

Лимонник известен у малых народов России как общеукрепляющее средство. В Сибири и на Дальнем Востоке считают, что если человек, отправляясь на охоту, съест большую горсть сушеных ягод лимонника, то он не почувствует усталости целый день и не будет страдать от холода.

Хатия ШАМУГИЯ

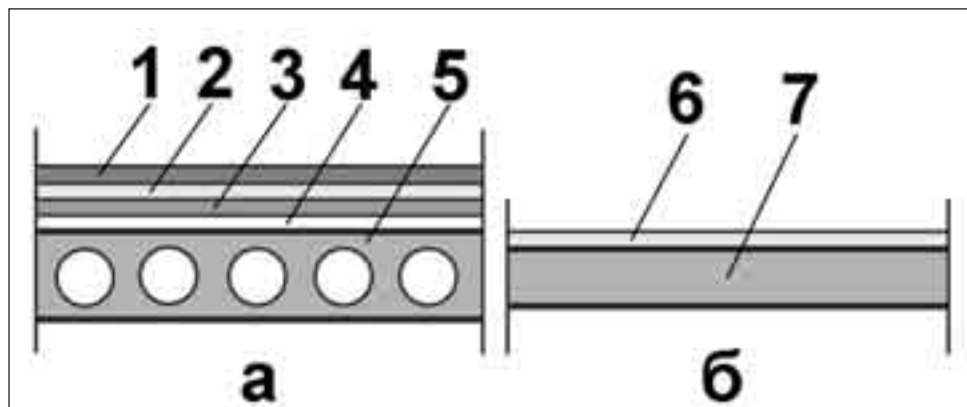
Линолеум остается одним из самых привлекательных материалов, используемых для покрытия пола. Он отличается эстетичным видом, прочностью, за ним легко ухаживать, ремонтировать и даже самим настилать.

## ЛИНОЛЕУМ В ДЕЛО

Если у линолеума раскрылись стыки полотнищ или покрытие отслоилось от основания, значит, мы считаем, его пора менять. И ошибаемся. Ведь многие дефекты можно устранить. Однако надо помнить: подобрать заменяемый линолеум по цвету трудно, поэтому частичный ремонт покрытия производят только в больших помещениях и в незаметных местах. Трещины, образовавшиеся на поверхности линолеума, раскрывшиеся стыки полотна аккуратно по линейке выравнивают.

При необходимости частичной замены основания применяют те же материалы, из которых устроены все элементы пола, то есть древесно-волоконные плиты и стяжки из цементного раствора заменяют аналогичными. Проверка прочности основания обязательна, когда от него отслоились отдельные участки или все покры-

тых проемов, ниш и колонн, прирезают наиболее тщательно. Вдоль кромок оставляют не промазанные клеем полосы шириной 6-8 см для последующей прирезки стыков. Раскроенные, вылежавшиеся и прирезанные по контуру помещения полотнища отгибают лицевой стороной внутрь примерно наполовину. При этом отогнутый после подгонки линолеум не должен быть сдвинут. Через двое - трое суток под стыки полотнищ подкладывают фанеру и прорезают по металлической линейке или по уровню макетным ножом или специальным ножом для линолеума. Прирезанные кромки промазывают клеем, прижимают к основанию и прикатывают валиком. При отставании кромок их прижимают мешком с песком или другим грузом. Настилать линолеум в помещении, где полностью закончены все строительные работы.



А - покрытие из линолеума по пустотелому настилу перекрытия; б - покрытие из линолеума по железобетонному сплошному перекрытию.

1 - линолеум; 2 - выравнивающий полимерцементный слой; 3 - цементно-песчаная стяжка; 4 - теплозвукоизоляционный слой; 5 - многослойный настил перекрытия; 6 - линолеум на тканевой подоснове; 7 - железобетонная сплошная панель перекрытия.

тие. Ровность поверхности проверяют с помощью металлического уровня длиной не менее двух метров. Просветы между основанием и уровнем не должны превышать двух миллиметров. Неровности свыше трех миллиметров выравнивают полимерцементной (штукатурная смесь плюс клей ПВА) или латексноцементной (клей бустилат и штукатурная смесь) шпательной мастикой. Затем пол очищают от строительного мусора, остатков раствора, пыль удаляют пылесосом. Поверхность основания покрывают грунтовкой для лучшего сцепления наносимого клея с основанием.

Новый линолеум предварительно раскатывают в теплом помещении и выдерживают там не менее трех суток.

Укладывают новый линолеум от окна. Тогда продольные стыки будут менее заметны. При разметке линолеума нужно учитывать, что стыки между полотнищами должны раскраиваться внахлест, а припуск составлять не менее трех сантиметров. Полотно, укладываемое у двер-

Плинтусы начинают устанавливать от одного из углов помещения, чтобы стыки располагались в углах и были менее заметны. Соединение плинтусов по длине осуществляется под углом 45 градусов. Для крепления в стене просверливают отверстия на расстоянии 15-20 мм от пола, в которые забивают деревянные пробки, пластмассовые или металлические дюбели. Диаметр пробки 10-15 мм, длина - 30-40 мм. Отверстия в стенах высверливают победитовыми сверлами с помощью электродрели на расстоянии 700-800 мм друг от друга. Плинтус крепится к стене с помощью шурупов или саморезов, после чего отверстия заделываются пластмассовыми пробками или шпателькой.

Советую почитать:

В. Дамье-Вульфсон, Н. Заржавин. «Устройство полов из паркета и линолеума». М., Высшая школа, 1986.

В. Неелов. «Иллюстрированное пособие для подготовки плотников-паркетчиков». М., Стройиздат, 1993.

Дмитрий КАЗАНЦЕВ

## ПО ТОНКОМУ ЛЬДУ

И все-таки зима на исходе. Лед на водоемах уже подтаивает. А потому становится очень опасным.

Самый ненадежный лед можно узнать даже по цвету. Он блее обычного, иногда матовый или приобретает желтоватый оттенок. Особенно непрочен лед во время оттепели, изморози, дождя, в местах подледных течений, а также стоков промышленных вод. Признаками последних могут стать возвышающаяся над берегом сливная труба, пятна открытой воды, пар, зеленая на фоне снега растительность. Без крайней необходимости на такой лед выходить не следует даже в разгар зимы. Можно провалиться. Тем более если на дворе уже весна. Именно в это время года чаще всего люди и попадают под лед.

Если это произошло, надо постараться сразу же избавиться от сковывающих движение вещей, например, сумок. Но не терять времени на осво-

ждение от одежды. До полного намокания она удерживает человека на поверхности. Наиболее продуктивны для спасения первые минуты пребывания в воде, пока еще не намокла одежда, не замерзли руки, не развились характерные для переохлаждения слабость и безразличие. Постараться выбраться на лед надо в том месте, где произошло падение. Выползать же необходимо способом «вкручивания», то есть перекачиваясь со спины на живот. А когда удастся выбраться на поверхность льда, удалиться от полыньи ползком, по собственным следам.

И еще... Оказывать помощь провалившемуся под лед человеку следует только одному или двум его товарищам. Скапливаясь на краю полыньи даже немногочисленным группам людей не только бесполезно, но и опасно.

По материалам  
Управления  
по делам ГО и ЧС  
Южного округа г. Москвы

## КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ЭРОЗИИ, КИСТЫ И МИОМЫ

Эти заболевания - общая беда сотен и тысяч российских женщин. Как правило, предлагают операцию, между тем как препарат, который способен помочь, уже существует.

Натуральный комплекс **По д'Арко** - естественная альтернатива гормональной терапии и хирургическому вмешательству. Он лечит такие заболевания, как:

- ✓ миома
- ✓ кисты яичников
- ✓ эрозия шейки матки
- ✓ воспаления придатков
- ✓ нарушения менструального цикла
- ✓ молочница
- ✓ недержание мочи
- ✓ симптомы менопаузы (приливы жара, раздражительность, повышенная утомляемость)
- ✓ фригидность (отсутствие полового влечения)

«Мне 63 года. Болячки появляются такие, о каких даже не знала, что они существуют. Гинеколог предлагает операцию, но в свои годы не хотелось ложиться под нож. Прочитала в газете о комплексной терапии препарата **По д'Арко**. Решила пройти курс лечения. И теперь живу спокойно, в поликлинику хожу только раз в полгода на осмотр».

А.В. Волкова

«В 2000 году у меня обнаружили опухоль на шейке матки. Что только я не пережила, пока ждала результатов анализов. Слава богу, онкологию не обнаружили - это была миома. Врачи предложили операцию. Но, оказывается, миома успешно лечится без операционного вмешательства и гормональной терапии. Спасибо специалистам **По д'Арко**. В свои 48 лет я чувствую себя, как говорят: «45 - баба ягодка опять»».

М.И. Фомина

№ сертификата 004440.и.840.082002

Звоните и заказывайте! Тел. 106-95-74  
Время работы - с 10.00 до 20.00 ежедневно  
Льготникам - скидки