

КАЛЕНДАРЬ САДОВОДА

■ В середине июля подкармливаем белокачанную капусту азотными и калийными удобрениями, а сельдерей, тыкву, кабачки азотно-фосфорными. Для кукурузы, ревеня, подсолнечника потребуются фосфорно-калийные удобрения.

■ Проводим подкормку

ягодных кустарников коровяком и золой.

■ Для внекорневой подкормки цветущего картофеля и свеклы подойдет 20-процентный раствор суперфосфата и борной кислоты.

■ Начинаем посев цветной капусты, репы, а также посев многолетних овощей - ща-

веля, ревеня и многолетнего лука. В середине и конце месяца высеем дайкон, черную редьку, пекинскую капусту и редис.

■ Сеем календулу на освободившееся от луковичных культур место. Она будет цвести всю осень и одновременно дезинфицировать почву.



МЕНЮ ДЛЯ... ЗАКУСКИ

Когда начинают цвести перцы, я опрыскиваю их цирконом. После полива почву не рыхлю, а мульчирую перепревшим навозом. Один раз в 10 дней подкармливаю их настоем крапивы, разведенным один к одному с водой. Во время появления завязей чередую его с раствором куриного помета. Побегов на растениях не прищипываю. Плоды перца образуются в местах разветвления стеблей. Поэтому развитые растения с большим числом ветвей дают, как правило, хороший урожай.

Особое внимание уделяю борьбе с переносчиками инфекций - цикадками. Для этого уничтожаю вовремя сорняки, на которых и появляются насекомые.

Анатолий ОСТРИКОВ,
пос. Тучково
Московской обл.

КЕФИР ОТ ИНФЕКЦИИ

Настоящий бич для томатов - заболевание фитофторозом. Его первые признаки: на листьях и стеблях появляются коричневые пятна, во влажную погоду с нижней стороны листа заметен слабый белый налет. На плодах образуются подкожные бурые расплывчатые пятна, которые быстро увеличиваются в размерах и наконец охватывают весь

плод. Он становится твердым, а потом размягчается. Развитие болезни продолжается и при дозаривании плодов на подоконнике или в ящике в темном теплом месте. Причем инфекция сохраняется и в растительных остатках томатов.

Поэтому при первых признаках фитофтороза кусты томатов обрабатываются 10-процентным раствором поварен-

ной соли. В результате на плодах образуется защитная пленка, препятствующая проникновению гриба - возбудителя болезни.

Предупредить фитофтороз можно с помощью обычного кефира, перебродившего в течение двух суток. Его размешивают в ведре воды. Полученным раствором опрыскивают томаты через две недели после высадки рассады на постоянное место, а затем каждую неделю.

КАКУЮ ВОДУ ВЫ ПЬЕТЕ?

Питьевая вода «Стэлмас» - вода здоровья

Наш организм на 75% состоит из воды и 25% из химических элементов.

Дефицитными в Москве (и большинстве регионов России) являются жизненно необходимые микроэлементы: йод (J) (55-63%), селен (Se) (47-53%), цинк (Zn) (43-47%).

С питьевой водой «Стэлмас» вы их получаете.

Se - 10 мкг/л (суточная потребность 50 мкг) - элемент, продлевающий жизнь.

При нормализации уровня селена:

- в Финляндии за 2 года количество сердечно-сосудистых заболеваний снизилось в 2 раза, эндокринной системы на 77%;

- в США снизилось заболевание раком: легких - 44%, молочной железы - 60%, ЖКТ - 61%, предстательной железы - 65%, смертность от рака людей пожилого возраста - 65%. До 60% населения Москвы имеют нарушение иммунитета из-за дефицита селена. Необходимо: для работы поджелудочной железы, печени, во время беременности, определяет остроту зрения...

Zn - 5 мг/л (суточная потребность 10-15 мг) - антистрессовый минерал, стимулирует развитие мозга, умственную активность, рост, ускоряет заживление ран в два раза, повышает сексуальную активность, детоксикатор алкоголя, помогает в лечении бесплодия и болезней предстательной железы...

Селен и цинк оказывают регенерирующее, язвозаживляющее и противозлоупотребительное действие на желудочно-кишечный тракт.



J - 125 мкг/л (суточная потребность 150 мкг) - влияет на общий рост, физическое и психическое развитие, участвует в развитии нервной системы, в развитии сердечно-сосудистой системы, повышает активность крови, крайне необходим для нормального роста и умственного развития детей...

Пейте эту воду всегда. Для более эффективного действия выпейте 200-250 мл за 0,5 часа до и столько же через 2,5 часа после еды. Такой прием позволит хорошо работать пищеварительной и энергетической системам, застраховать ваш организм от вышеперечисленных и других болезней, о которых вы можете узнать, позвонив по телефону 684-29-21.

«Стэлмас» - это питьевая вода, ее можно пить без ограничений, на ней можно готовить пищу, чай...

В одной из следующих публикаций мы подробнее расскажем об этой воде.

Если вам назначили лекарство, до его приема выпейте 200 мл «Донат Mg» или «Стэлмас» - это улучшит его эффективность, уберет побочные эффекты, да, может, и лекарство не потребуются, так «Донат Mg» снимает изжогу в течение нескольких секунд, боли и многие другие неприятные ощущения в течение нескольких минут...

Гидрокарбонат активизирует выработку гормонов, ферментативную и инсулиновую регуляцию обмена веществ. Водный раствор магния расширяет сосуды, и по команде мозга все необходимые вещества быстро поступают в проблемные места, производя лечение.

На даче кто-то копается на грядках, кто-то мастерит очередную постройку или ремонтирует покосившийся забор... А что делают наши дети, которые еще не доросли до романтических переживаний, но уже вылезли из подгузников? Они хотят играть. И не всегда взрослый может участвовать в этой игре, ведь у него и так дел хватает. Значит, необходимо создать условия для занятости малышей - построить детскую площадку!

На своих сотках я начал с песочницы.

Место для нее мы выбрали безветренное и солнечное, где растет и любимая нашими сыновьями рябина. Во время жары она укроет в своей тени часть песочницы.

С площадью решили не экономить. Ведь у ребят много друзей на даче, с которыми очень весело строить песчаные замки и рыть тоннели.

Для своего сооружения использовали округлые материалы типа бревен и пеньков: и безопасно, и эстетично. Да и прямые углы несвойственны природе. По этой же причине решили и песочницу не делать прямоугольной формы.

С материалом проблем не возникло. Бревна, оставшиеся после вырубki окон в доме из сруба, за «большое спасибо» нам отдал соседние строители. А красивые березовые пеньки и сосновые чурбаны купили на пилораме в отделе «Дрова».

Песочницу мы стали де-



ДИСНЕЙЛЕНД НА СВОИХ СОТКАХ

лать пятиугольной. Для возведения ее стен чередовали лежащие бревна с пнями и вертикально вкопанными чурбанами-столбиками разной высоты. Все элементы песочницы предварительно очищали от коры. Кроме того, мы их отшлифовали и покрасили влагостойким защитным покрытием. Для частей, вкопанных в землю, можно использовать обычную краску. Наиболее выделяющиеся элементы лучше обработать, например, бесцветным средством Pinotex, которое позволяет сохранить естественный рисунок и фактуру дерева.

Бревна, которые будут лежать, вкапывать глубоко не обязательно. А вот столбики нужно вкопать не меньше

чем наполовину и закрепить камнями и щебенкой.

Получившаяся песочница не позволит песку рассыпаться. Кроме того, ее оригинальная конструкция позволит ребятам и дорожкой для упражнения в равновесии. На пеньках детям можно сидеть или использовать их в качестве столиков. Рябина же стала природным подобием шведской стенки.

Фантазируйте, вспомните свое детство, и у вас из заурядной песочницы может получиться целый развлекательный комплекс, который станет любимым местом игр ваших детей.

Александр МАТЮШКИН
Фото автора

ТАК ПРОСТО БЫТЬ ЗДОРОВЫМ

Почему необходимо проводить очищение кишечника?

Кишечник не только пищеварительный, но и эндокринный орган, в котором вырабатываются до 80% всех гормонов, являющихся координаторами практически всех функций организма, определяющих в основном наше здоровье.

Его площадь за счет складок и ворсинок достигает 400 кв.м, он играет ключевую роль в обмене веществ, в нем живет около 100 млрд. бактерий, которые создают микробиологию и синтезируют витамины, минералы... Представим его работу: по тонкой ворсистой трубе медленно движется «мутная» жидкость (переработанная едой пища). В процессе движения происходит деление и усвоение веществ: водорастворимая часть перерабатывается клетками пищевода и отправляется в кровь, «отходы» отправляются обратно в кишечник. При таком режиме работы, безусловно, происходит отложение нерастворимых веществ между ворсинками, уменьшается полезная площадь работы кишечника. Осадки, разлагаясь и пропуская через себя питательные вещества, отравляют их, способствуя заболеванию как кишечника, так и всего организма.

Поэтому во всех мировых системах оздоровления очищение желудочно-кишечного тракта является необходимой составляющей в лечении и профилактике заболеваний.

Очистите кишечник лечебной минеральной водой «Донат Mg». Большое содержание в воде магния (Mg) и сульфатов приводит к набуханию ворсинок, гидрокарбонат размягчает отложения, а пузырьки углекислого газа способствуют их быстрому отслоению и выводу из организма. Прием «Донат Mg» таков: утром за 15-20 минут до еды выпить половину суточной нормы из расчета 60-80 мл на 10 кг вашего веса. Оставшуюся часть выпить в два приема: половину перед обедом, другую - пе-

ред ужином. Через 2,5 часа после приема пищи выпивать 250-300 мл питьевой воды «Стэлмас» с дефицитными, жизненно необходимыми микроэлементами - селеном, цинком, йодом... Такой прием позволит вам активизировать микрофлору и инсулиновую регуляцию обмена веществ, вылечить многие болезни, в том числе сердечно-сосудистые, остеопороз; очистить не только ЖКТ, но и печень, почки, кровь..., понизить холестерин, сахар, поухнуть, забыть про запоры, нормализовать сон, снять усталость, помолодеть и душой и телом, а также провести профилактику практически всех болезней. Очищение рекомендуется проводить два раза в год.

Посоветуйтесь с вашим лечащим врачом, смогут ли ваши почки переработать такое количество воды?

В дальнейшем вода «Стэлмас», принимаемая за 0,5 часа до еды, обеспечит хорошую работу пищеварительной системы, через 2,5 часа после еды - работу энергетической системы.

Если вам назначили лекарство, до его приема выпейте 200 мл «Донат Mg» или «Стэлмас» - это улучшит его эффективность, уберет побочные эффекты, да, может, и лекарство не потребуются, так «Донат Mg» снимает изжогу в течение нескольких секунд, боли и многие другие неприятные ощущения в течение нескольких минут...

Гидрокарбонат активизирует выработку гормонов, ферментативную и инсулиновую регуляцию обмена веществ. Водный раствор магния расширяет сосуды, и по команде мозга все необходимые вещества быстро поступают в проблемные места, производя лечение.

Бесплатная консультация врача
по тел. 684-29-21.
Информация на сайте www.donat.ru