

Суперсоветы для всей семьи

плюс
ВНУТРИ
6 полезных
СХЕМ

16+

Сваты

Толока

№ 8 (122), апрель 2018 г.

ЗАЩИТИМ
голеностоп
от... туфель

стр. 4

Лишний вес
и щитовидка

стр. 3

ЭТОТ СПЛЕТНИК
ИНТЕРНЕТ

стр. 25

- ❖ По секрету всему свету
- ❖ Анонимный «доброхот»
- ❖ Готовьте ваши денежки

Выгодно!

Подпишитесь
на любимые «Сваты»
и сэкономьте деньги!
Наши подписные индексы:
83420 «КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ
ПРЕССЫ»;
82621 «Пресса России»;
П1215 «Подписные издания».
Официальный каталог ФГУП «Почта
России».

ISSN 2305-5693



18008>



9 772305 569995

**Муж? Не говори,
что не дуюж!**

Как не надорваться главе семьи

стр. 24

Всегда с вами!

Наши добрые знакомые



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



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

Правилам вопреки

Случай 30-летней давности. Теплым осенним днем мы с маленькой дочкой собираем в скверике опавшие глянцевые каштаны. Вдруг из-за кустов выскакивает кавказская овчарка и мчится прямо на малышку! Может, у псины были вполне мирные намерения — не знаю. Но когда на твоего ребенка несется лохматое чудище весом в 70 кило — тут не до размышлений про миролюбие. С диким ревом неандертальца бросаюсь наперерез собаке, осыпая ее градом коричневых каштанов. Овчарка отскочила в сторону, а потом опасливо потрусила назад, за кусты: ну его, этого психа! Хватаю дочку на руки, а та смеется: «Это ты так играл с собачкой?» Позже мне пеняли на неправильные действия, говорили, что яростью мог спровоцировать собаку на агрессию. Плевать! Прижав к себе дочурку, я понимал главное: она в порядке! Кажется, многие наши беды от того, что мы все больше доверяемся правилам. Машина на «зебре» обязана нас пропустить, продавщица не вправе обсчитать, собака должна быть на поводке... И, когда эти «священные» предписания не соблюдаются, — пасуем перед ситуацией. А всего-то и нужно — вспомнить адаптивный закон безопасности: если не работают придуманные кем-то правила — создавай свои! Сбережешь и себя, и близких. Пускай даже для этого на миг придется стать неандертальцем. Удачи!

Александр ТОРПАЧЕВ, редактор

Экономьте со «Сватами»!

В разгаре подписная кампания на 2-е полугодие 2018 г. Хотите сэкономить деньги? Продлите дружбу со «Сватами» в ходе Всероссийской декады подписки, которая стартует 10 мая! В зависимости от тарифной зоны ваш выигрыш составит от 50 до 60 рублей!

Наши подписные индексы: 83420 — «КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ»; 82621 — «Пресса России»; П1215 — «Подписные издания». Официальный каталог ФГУП «Почта России».

Сварила кисель, а внуку не терпится его отведать. Скорее порадовать малыша мне помогает маленький секрет: ставлю кастрюлю с киселем в таз с холодной водой и всыпаю в нее горсть крупной поваренной соли. Растворяясь, она отбирает лишнее тепло.



Градус для отбивной

Как бы не спешила с ужином, не кладу на раскаленную сковороду мясо прямо из холодильника — пусть немного полежит на столе. Иначе при готовке ломоть свинины сверху по-

кроется корочкой, а внутри останется непрожаренным. Не жарю и на тонкой сковороде: холодное мясо быстро снизит ее температуру, стейк неравномерно прогреется.



Нужно после стирки освежить желтый цвет шелковой блузки? При последнем полоскании добавляю в тазик отвар из сухих апельсиновых корок (достаточно 1 стакана на 5 л холодной воды).

«Цветомаскировка»

Вязала пуловер мужу, да не рассчитала количество мотков — пришлось докупать пряжу. А чтобы замаскировать возможную разницу в оттенках, сначала выполнила несколько рядов попеременно старой и новой нитью. Лишь после продолжила работу купленной пряжей.



Готовил фундамент под дачную беседку — выстлал изнутри опалубку листом толстой полиэтиленовой пленки. Она прочно пристанет к бетону, поверхность после удаления опалубки останется гладкой — не придется тратить время на дополнительную обработку.



Канцелярский автосервис

Собрался ехать на дачу — прогорел глушитель на автомобиле. Отгонять машину в автосервис было некогда, поэтому наложил временную заплату. Силикатным клеем закрепил кусок стеклоткани на прогоревшем участке глушителя — неделю не имел с ним никаких забот!

Меня бесит, когда невестка рассказывает, что в офисе разогревает в микроволновке еду прямо в пластиковых контейнерах! Сколько раз говорил ей: при нагревании такой материал активно выделяет бисфенол А. Мало того, что портится вкус еды, так это вещество еще и канцерогенно!



Сахар квасу не товарищ!

Люблю самодельный ядреный квас! Напиток получится таким, если при приготовлении не злоупотреблять сахаром (он «съедает» пенность и резкость) — кладу не больше 150 г на 5 л воды. Зато добавит игристости курага — бросаю несколько штук в 1,5-литровую бутылку.



Наш эксперт — врач
Гулнара Шайхутдинова

Лишний вес и щитовидка

Правда ли, что из-за нарушений в работе щитовидной железы происходит набор веса?

— Гормоны, вырабатываемые щитовидной железой (Т3 и Т4), регулируют обмен веществ и при дисфункции органа могут вызвать как набор веса, так и его потерю. На фоне усиленной работы щитовидки развивается диффузный токсический зоб (симптомы: похудение даже при повышенном аппетите, раздражительность, тахикардия, дрожание рук). А недостаток Т3 и Т4 становится причиной гипотиреоза (выраженная апатия, упадок сил, резкий набор веса, отеки из-за нарушения водного обмена, проблемы с пищеварением, сухость кожи).

Если после обследования эндокринолог поставил диагноз гипотиреоз:

- * принимайте синтетические аналоги гормонов щитовидной железы;
- * не пропускайте приемы пищи — обмен веществ еще больше замедлится;
- * не используйте гормональные таблетки для ускорения метаболизма — возможны тремор рук, тахикардия;
- * дайте врачу информацию о всех принимаемых медикаментах — неко-

торые из них (препараты с содержанием эстрогена/прогестерона, антидепрессанты, стероидные противовоспалительные средства) способствуют набору веса;

* включите в меню субпродукты, фасоль, яйца (содержащиеся в них цинк и селен не допускают понижения Т3, препятствуют чрезмерному выпадению волос при гипотиреозе), постные сорта мяса, творог (белок помогает ускорить обмен веществ), богатые клетчаткой фрукты, овощи, отруби (стимулируют пищеварение); каши и макароны из твердых сортов пшеницы (дают чувство долгого насыщения);

- * неправильно считать, что для щитовидки обязательна йодотерапия — если врач диагностировал аутоиммунный тиреоидит, данный микроэлемент исключается из рациона;
- * пейте достаточное количество жидкости (из расчета суточной нормы 30 мл на 1 кг веса);
- * рекомендованы посильные физические нагрузки (плавание, быстрая ходьба, велопогулки).

Дорогие читатели!

Организм каждого человека индивидуален: что полезно для одного, может не подойти другому.

Перед использованием любого народного средства посоветуйтесь с врачом.

Ух ты, пихта!

Если беспокоят боли и шум в голове, попробуйте лечение средством на основе пихты.

1 ст.л. измельченной коры или иголок залейте 2 стаканами горячей воды и держите на водяной бане в течение получаса. После остывания процедите. Принимайте по полстакана трижды в день после еды. Курс — 10 дней. Сделайте перерыв такой же продолжительности и повторите лечение.

Джанета ГАДЖИЕВА,
травница, г. Чебоксары

Смажьте шпору салом

Долго мучилась от пяточной шпоры. Помогли ванночки и обертывания на ночь. Перед сном в течение 15-20 минут держала ноги в тазике с раствором соли и соды. На 5 л терпимо горячей воды — по половине пачки йодированной соли (0,5 кг) и пищевой соды (0,25 кг). По мере остывания подливала горячую воду. Потом стопы тщательно протирали и прикладывала к больной пятке кусочки свежего свиного сала. Оборачивала эту ногу пищевой пленкой (не сдавливая, пальцы оставляла свободными), сверху надевала носок и так ложилась спать. Утром повязку снимала. Через десять дней почувствовала облегчение.

Ирина РАЧКОВСКАЯ, г. Могилев

«Тройной» не подойдет!

Знакомые посоветовали от радикулита настойку на основе «Тройного» одеколона с добавлением стручков красного острого перца, йода и валерьянки. Но боюсь сжечь спину.

Галина ИГНАТЬЕВА, г. Воронеж



Комментарий специалиста

Совершенно правильно боитесь. Настойка на одеколоне — это «атомная смесь»! Тут может и ожог быть — красный перец сам по себе очень жгучий, плюс йод. Лучше перед сном натрите поясницу меновазином и тепло укутайте больное место. Или сделайте йодную сетку.

Татьяна ПОБЕДИНСКАЯ,
терапевт, г. Ногинск

Цель Т

НАТУРАЛЬНЫЙ ПРЕПАРАТ
ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ АРТРОЗОВ
И ЗАБОЛЕВАНИЙ СУСТАВОВ

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ НЕОБХОДИМО
ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Поднять иммунитет

Когда у меня «упал» иммунитет, для укрепления защитных сил организма стала принимать отвар эхинацеи. Заливала стаканом кипятка 1 ч.л. сухой травы, держала на малом огне минут 10. Остудив, принимала равными дозами трижды в день за полчаса до еды. Курс — 2 месяца.

Ирина, Тульская обл.

Комментарий
специалиста

Эхинацея содержит флавоноиды, органические кислоты, макро- и микроэлементы (калий, кальций, селен, цинк). Используется для защиты иммунитета на начальном этапе простуды. В профилактических целях советую принимать отвар не более месяца: организм может привыкнуть к «подпитке» стимулирующими веществами, из-за чего ослабнут естественные защитные функции. При превышении дозировки возможны бессонница, расстройство функционирования почек и кишечника. Противопоказания к использованию: индивидуальная гиперчувствительность, рассеянный склероз и другие аутоиммунные заболевания, гипертония, лейкоз, туберкулез, прием препаратов, оказывающих повышенную нагрузку на печень, беременность.

Также не рекомендую давать отвар детям до 12 лет: возможны сильные аллергические реакции.

Виктор ЛОГИНОВ,
терапевт, г. Казань

Совет
дня

Защитим голеностоп от... туфель

Переход с зимней обуви, которая плотно фиксирует лодыжку и голеностоп, на легкие весенние туфли — стресс для опорного аппарата стопы. Как минимизировать риски — рассказывает **травматолог-ортопед Василий Строганов, г. Москва:**

— Основную опасность для стопы и голеностопного сустава представляет обувь на плоской подошве и на высоком каблуке. В первом случае — большая нагрузка на продольный и поперечный своды стопы чревата плоскостопием. Если в обуви нет супинаторов (мокасины, балетки, полукеды), то из-за уплотнения свода нагрузка неправильно распределяется и в голеностопном суставе, как итог — ноющие боли в нем. А в туфлях на высоком каблуке давление больше на передний отдел стопы, на поперечный свод, при его уплощении мы получим в перспективе hallux valgus — те самые злополучные «шишки» на больших пальцах. Оступился на лестнице в легкой весенней обуви, неловко поставил ногу на неровность — возможны вывих голеностопного сустава, повреждения связок.

В группе риска люди, перенесшие подобные травмы, а также пожилые, с лишним весом, ведущие малоподвижный образ жизни, страдающие артрозами, артритом, сахарным диабетом. Кроме того — любительни-

цы высокого каблука, обуви на танкетке и платформе.

Симптомы: боль при движении, чуть позже — отек, гематомы, при переломах — хруст, нестабильность сустава.

Что делать?

❖ Сразу обездвижить конечность (зафиксировать бинтами, подручными средствами), положить на проблемное место холод, принять обезболивающее.

❖ Холодные компрессы используют в течение первых трех дней, далее — согревающие мази, кремы.

❖ Даже если вывих голеностопа незначительный, следует пройти рентгенографическое обследование и показаться врачу.

❖ Рекомендую приобретать обувь с каблуком высотой 2-3 см, использовать ортопедические стельки: есть супинаторы, которые крепятся даже в открытую обувь. По назначению врача: ношение на голеностопе мягкого фиксатора людям из группы риска.

❖ Для укрепления ослабленного связочно-мышечного аппарата в рацион необходимо включать: рыбу, молочку, зеленые овощи, яйца, желатин. Они — источники коллагена, омега жирных кислот, витаминов Е, С, D, кальция, серы, селена. Все это в определенной мере помогает обеспечивать гибкость суставов.

Перед «сезоном босоножек» пора распрощаться с ненавистной мозолью! Растопила на водяной бане по кусочку пчелиного воска и прополиса, капнула лимонного сока, перемешала. Ежедневно наносила мазь на больное место и закрепляла пластырем. Мозоль быстро размягчилась и сошла. Средство храню в холодильнике в стеклянной баночке.





АКЦИЯ! ARNEBIA



Реклама



Снимет боль черемша

Слышала, что настойка черемши помогает от радикулита. Как ее правильно приготовить?

Елена, по e-mail



Комментарий специалиста

Настойку черемши можно применять как наружно (при радикулите, ревматизме, заболеваниях суставов), так и внутрь (при сердечно-сосудистых заболеваниях). Для приготовления лекарства от радикулита свежие измельченные листья растения залейте водкой (1:2), выдержите три недели в темном месте, процедите. На ночь делайте компресс: смочив в настойке сложенную в несколько слоев марлю или бинт, приложите

к больному месту, сверху — полиэтиленовый пакет, и замотайте шерстяным платком. Также от радикулита помогает компресс с кашицей из свежих листьев растения с небольшим количеством растительного масла.

Противопоказанием к компрессу может служить аллергия на компоненты, входящие в состав настойки.

Татьяна ПОБЕДИНСКАЯ, терапевт, г. Ногинск



Влажные ладошки

На фоне неврозов и стрессов у меня начинают потеть ладони (гипергидроз). В такие периоды каждый вечер перед сном делаю ванночки для рук. В глубокую миску наливаю литр теплого крепкого черного чая и опускаю кисти рук на 30 минут. Смываю, вытираю насухо, припудриваю детской присыпкой. Наилучший эффект — если выполнять такие процедуры 2-3 недели.

Анна ЧЕШКО, г. Могилев

На грядках — без фанатизма

Открылся дачный сезон. Как войти в него безопасно для здоровья?

Консультирует терапевт Ирина Мужикова



После зимы организм остро реагирует на резкое «пробуждение» — обостряются артриты, радикулиты, нередко инфаркты, инсульты, гипертонические кризы. Поэтому нагрузку наращивайте постепенно. Контролируйте частоту пульса (при нагрузке она — не больше 116 уд/мин). Не приступай-

те к работе сразу после еды, делайте перерывы.

Основная дачная «напасть» — **боль в спине**. Как избежать ее?

- Не совершайте резких движений, наклонов.
- Чаше меняйте положение тела, попеременно работайте на корточ-

ках, на коленях (в наколенниках, на куске брезента), сидя на невысоком стульчике.

- Спину держите прямо, не «скручивайте» позвоночник в пояснице.
- Переносите грузы, симметрично распределяв вес в двух руках. Также могут подстергать опасности:

ЛЮМБАГО (ПРОСТРЕЛ В ПОЯСНИЦЕ)

ИНФАРКТ

ИНСУЛЬТ

ТРЕВОЖНЫЕ СИГНАЛЫ

Резкая боль в пояснице (острая, стреляющая, пульсирующая), усиливающаяся при движении, поворотах туловища, заставляющая человека застыть в вынужденной позе.

Боль за грудиной, отдающая в левую руку, в спину или нижнюю челюсть, режущая боль в животе, одышка.

Внезапная слабость, онемение конечностей, нарушение речи и координации движений, головокружение, обморок, потеря сознания, резкая головная боль, перекос лица.



ЧТО ДЕЛАТЬ

Лягте на жесткую поверхность, расслабьте мышцы спины, натрите поясницу противовоспалительной или согревающей мазью.

Присядьте, обеспечьте приток свежего воздуха. Положите под язык 1 таблетку нитроглицерина. Если боль не проходит через 5 минут, повторите дозу и вызывайте «скорую». Боль сохраняется более 20 минут, а «скорой» нет — разжуйте 1/2 таблетки аспирина (0,5 г).

Измерьте артериальное давление. Если оно выше 160/100, под язык положите таблетку капотена (25 мг) и лягте на кровать (голова выше ног). Вызывайте «скорую».



Вентиляция без затрат

Сырость в ванной и туалете — это не только дурной запах, «потеющие» трубы и бачок унитаза, лужицы на полу. Это еще и условия для появления на стенах грибка — угрозы здоровью. При закрытых дверях слабая тяга в вентиляционных каналах не всегда обеспечивает приток свежего воздуха. Но решить проблему можно и без монтажа сложной вытяжной системы, я сделал все проще и дешевле.

Купил в хозяйстве две пары пластиковых вентиляционных решеток. Снял с петель двери в ванную и туалет, положил на пол. В нижней части дверного полотна разметил карандашом прямоугольники по размерам решеток. Электролобзиком выпилил по разметке отверстия, с обеих сторон закрыл их решетками, посадив на клей «Момент». Вернул двери на место.

Получилось эстетично, к тому же нет сырости: воздух постоянно имеет доступ в закрытый санузел.

Конечно, можно было просто подрезать нижнюю кромку дверного полотна. Но тогда получим сквозняк через щель между дверью и полом.

А в моем варианте шторы пластиковые решетки расположены под углом, воздух сквозит — «сифонить» не будет. Да и со звукоизоляцией все в порядке.

Николай ИНИН,
Витебская обл.



Кушать подано!

Понадобятся: канва «Аида» № 14; нитки мулине (цвета указаны на схеме); иглолка.

Размер: 21х21 см.

Работу выполняем в технике полный крест нитью в два сложения. Окантовку — швом «назад иголку» в одну нить. А звездочки на бутылке оформляем французским узелком. Готовую картину вставляем в рамочку и украшаем стену.

Ирина
ПОПОВА,
Тульская обл.
Фото автора



Смотрите
схему № 6
на стр. 18

«13-й СТУЛ»



Наш эксперт — дизайнер
Алена Лабус, г. Минск



Вот — новенький комод

Массивное трюмо советских времен перевоплотилось сразу в два стильных атрибута интерьера — комод и зеркало.

❖ Демонтировала старое зеркало и ручки шкафчика и шуфлядок. Прежние отверстия от ручек заделала акриловой шпатлевкой и чуть выше просверлила новые.

❖ Зашлифовала наждачкой с зерном 180 поверхность бывшей тумбы, а также собранную из планок рамку для нового зеркала. Так же обработала и старый металлический чайник (станет креативной вазой для цветов).

❖ Покрывает поверхности комода, ручек, чайника и рамы акриловым грунтом.

❖ Заколеровала водную белую акриловую краску в два цвета. Первый — бежевый: в основу капнула коричневый и желтый колеры. Добавив в краску оливковый, зеленый и немного коричневого колеров, получила желаемый «болотный» цвет.

❖ Нанесла бежевую краску: на мелкие детали и углы конструкции — кистью, на крупные элементы — поролоновым валиком.

❖ Для создания эффекта потертости после высыхания бежевой краски по выступающим частям комода, углам, филанкам, ручкам, краям рамки и ребрам чайника провела несколько раз восковой свечкой.

❖ В несколько слоев нанесла болотную краску. После высыхания наждачкой с зерном 220 осторожно зачистила места, покрытые воском, чтобы проступила краска бежевого цвета.

❖ Покрывает поверхность комода мебельным маслом. Можно использовать водный акриловый матовый лак.

❖ Прикрутила ручки к комоду, вставила зеркало в рамку.

Мечта о лете

1) Приготовила папье-маше. Залила в миске горячей водой клочки бумажных полотенец. Взбила остывшую массу погружным блендером, отжала через марлю. Поочередно добавила остывший клейстер из муки и воды, затем 3 ст.л. клея ПВА, продолжая после каждого этапа работать блендером.

2) На купленной в хозяйственном магазине доске (46х29 см) карандашом набросала эскиз. Загрунтовала (тонкий слой универсальной грунтовки можно заменить клеем ПВА), дала про-

сохнуть. Из папье-маше формировала детали рисунка, начиная с дальнего плана, и аккуратно укладывала на заготовку. Оставила сохнуть на трое суток.

3) Тонкой кистью точечными движениями покрыла картину белым художественным грунтом (можно акриловой краской).

4) Спустя час, используя гуашь и акриловые краски, прорисовала основной фон и детали.

5) Готовую картину покрыла матовым акриловым лаком-спреем.

Светлана ЯМОЛКИНА,
г. Саров Нижегородской обл.
Фото автора





Снуд «Весне дорогу!»

Всегда была уверена, что из одного мотка пряжи ничего путного не получится. И сама же опровергла этот факт! Связала себе снуд в два оборота размером 60х140 см.

Понадобились: моток Alize Angora Gold Batik цвет 4686 (секционного крашения); крючок для нукинга № 3,5 или спицы № 3,5.

Набрала 80 п. и работала в технике «платочная вязка» до нужного размера изделия.

Екатерина КАРЕЛИНА,
г. Ялта. Фото автора



Кондитерская на дому

Люблю готовить десерты и выпечку.
Вот мои подсказки.

- 1) Яичный белок отделяю от желтка и держу его 30 минут в холодильнике, прежде чем взбивать.
- 2) Не перебарщиваю в тесте с количеством сахара: слишком много его — темная корочка у коржа.
- 3) В тесто для бисквита добавляю щепотку соли — это усиливает сладкую ноту.
- 4) А в дрожжевое (до добавления муки) вливаю 20-30 мл настоя шафрана (1 ч.л. на 50 мл кипятка, настаивать 3 часа, процедить): придает готовому изделию изысканный вкус, аромат, золотистый цвет.
- 5) Готовым коржам для торта даю остыть, заворачиваю их в пищевую пленку, отправляю в холодильник на 30 минут, а уже потом украшаю кремом.

Марина СИМОНОВА, г. Москва

Вязальный крючок храню в картонном футляре от отслужившего медицинского термометра: не сломается и не потеряется.



Чехол для ножниц «Манекен»

Понадобились: фетр мягкий (розового цвета) и жесткий (желтый в горошек); синтепон; нитки «мулине», тесьма «вьюнок»; иглолка; ножницы.

По схеме выкроила детали основы: 2 шт. из мягкого фетра, по 1 шт. — из жесткого (кармашек для ножниц) и синтепона. К лицевой части основы швом «вперед иголку» прикрепила кармашек, оставив свободным верхний край. Между двумя фетровыми деталями положила заготовку из синтепона и по периметру чехла прошлась петельным швом. Украсила изделие тесьмой.

Смотрите
схему №3
на стр. 17

Елена КИРЯШИНА,
г. Ульяновск.
Фото автора

НА СЕКРЕТНОЙ СЛУЖБЕ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ

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

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

ВЫХОД ЕСТЬ!

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

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



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

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

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

www.cernilton.ru

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

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



СЕКРЕТНЫЙ АГЕНТ МУЖСКОГО ЗДОРОВЬЯ



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

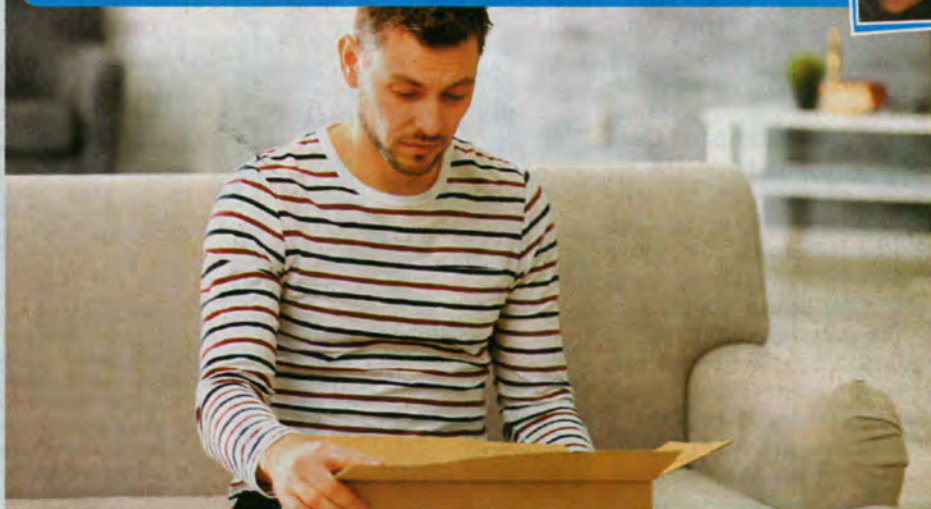
**Я вignore?**

Оплатила полную стоимость шкафа. По договору доставить его должны были в течение 30 календарных дней. Срок вышел — продавец со мной не связывается и на звонки не отвечает. Как быть?

Валентина К., Краснодарский край

— Вы вправе требовать не только возврата уплаченных денег, но и неустойку. Согласно п. 3 ст. 23.1 Закона «О защите прав потребителей» в случае нарушения установленного договором купли-продажи срока передачи предварительно оплаченного товара покупателю продавец уплачивает ему за каждый день просрочки неустойку в размере половины процента суммы предварительной оплаты. Сумма взысканной неустойки не может превышать сумму предварительной оплаты товара.

Свои требования изложите в письменном виде и обратитесь с заявлением к администрации магазина.

**Ошибочка вышла**

Заказал через интернет-магазин мобильный телефон. Дома вскрыл бандероль: вместо мобильного в коробке лежал кошелек. Как мне вернуть уплаченные деньги?

— Необходимо на месте проверять содержимое посылки. Если этого не было сделано, то сложно доказать, что телефон не был вам вручен (есть

Константин, по электронной почте ваша подпись, подтверждающая факт получения). Вместе с почтовым работником вы должны были составить акт с описанием того, что действительно оказалось в бандероли. В соответствии с п. 44 Правил оказания услуг почтовой связи адресат (уполномоченный представитель) имеет право отказаться от поступившего в его адрес отправления или извещения, сделав соответствующую отметку.

Сейчас советую вам как можно быстрее связаться с продавцом и объяснить ситуацию. Если он согласится, что произошла ошибка, то произведет обмен.

**Упаковка не важна**

В магазине отказались заменить некачественный товар, приобретенный сутки назад: мол, запаянная упаковка вскрыта. Но разве иначе можно было убедиться в пригодности изделия?

Анна ВОЛКОВА, г. Екатеринбург

— Если речь о некачественном товаре, то целостность упаковки значения не имеет. Письменно обратитесь к продавцу с требованием возврата вещи и выплаты внесенных средств. Составляйте заявление в двух экземплярах, чтобы один с отметкой продавца о приеме остался у вас как доказательство. Не получите ответ или от продавца вновь последует отказ — идите в суд.

**Стратегический продукт**

Выбирая сало на засолку, придерживайтесь простых правил.

- 1) Продукт имеет свежий приятный запах. Поверхность — белая или розоватая, чуть влажная, не скользкая, не липкая. Структура плотная, однородная, не рыхлая, без кровяных прожилков.
- 2) Шкурка легко отделяется от куска. Цвет — от белого до желтоватого. Если она коричневая, не стоит пугаться: значит, свинку солили соломой (по-деревенски).
- 3) Оптимальная толщина куска для засолки — 3,5 см, лучше боковина или хребтовая часть.

- 4) Считается, что щетинки на шкурке быть не должно. Однако селекция в свиноводстве не стоит на месте: сало от вьетнамских поросят, например, имеет очень мягкую и тонкую шкурку, сквозь которую заметна черная щетина.

- 5) Лучшее сало — от свиней, выращенных на молочных продуктах (почти половина рациона). Именно такое кормление придает продукту эффект «таяния во рту».

Михаил ЧУТОВ, фермерское хозяйство «Ивашино», г. Санкт-Петербург



**ВЫ ПЕНСИОНЕР?
ДАДИМ ВАМ 12%**

денежный
кредит «12%
плюс»

ПОМОГАЕМ СТАТЬ БЛИЖЕ

звонок по России бесплатный
8 800 350 04 15
www.sovcombank.ru

www.sovcombank.ru. 100 000 руб. на 12 мес. по «Денежному кредиту «12% плюс» клиентам 20-85 лет. 12% годовых при соблюдении условия: безналичное расходование за первые 25 дней договора от 80% суммы кредита, 17% годовых — при несоблюдении условия. Выдается по паспорту, второму документу и справке 2-НДФЛ (пенсионерам не требуется) по усмотрению ПАО «Совкомбанк». Генеральная лицензия Банка России №963. На правах рекламы.

Многодетная семья: помощь и льготы

В большой семье и забот больше. Сегодня по просьбе «Сватов» юрист отвечает на ваши актуальные вопросы.



Наш консультант — юрист
Светлана Делич, г. Москва



Разберемся со статусом



При каких условиях мать считается многодетной?

Ирина НАУМОВА,
г. Смоленск

— В законодательстве РФ не закреплено понятие «многодетная мать». Отсутствует четкая единая правовая база, действительная для территории всей страны и определяющая статус многодетной семьи.

Согласно Указу Президента РФ от 05.05.1992 г. № 431 «О мерах по социальной поддержке многодетных семей» Правительства республик в составе РФ, органы исполнительной власти краев, областей, автономных образований, городов Москвы и Санкт-Петербурга самостоятельно определяют категории семей, которые относятся к многодетным и нуждаются в дополнительной социальной поддержке. В большинстве субъектов РФ нормативными актами определено, что к данной категории относятся семьи с тремя и более детьми до 18 лет (до 23 лет — в случае обучения на очном отделении в вузе).



Для вас — бесплатно

В нашей семье — трое ребят. На какие бесплатные услуги мы имеем право?

— Согласно Указу Президента РФ № 431 многодетным семьям полагаются бесплатно:

- 1) лекарства, приобретаемые по рецептам врачей, для детей в возрасте до 6 лет;
- 2) первоочередной прием малышей в дошкольные учреждения;
- 3) проезд на внутригородском общественном транспорте, а также в автобусах пригородных и внутрирайонных линий — для учащихся общеобразовательных школ;
- 4) завтраки и обеды учащимся общеобразовательных и профессиональных учебных заведений;
- 5) детям, в соответствии с установленными нормативами, школьная

Лариса, г. Орел
форма (или заменяющий ее комплект одежды), а также спортивная форма на весь период обучения в общеобразовательной школе;

6) один день в месяц — посещение музеев, парков культуры и отдыха, а также выставок.

Кроме того, предоставляется скидка не ниже 30% установленной платы за пользование отоплением, водой, канализацией, газом и электроэнергией. А для проживающих в домах, не имеющих центрального отопления, — от стоимости топлива, приобретаемого в пределах установленных норм.



Земельный интерес

На каких условиях многодетным выделяют земельные участки?

Яна, г. Курск

— В соответствии с Указом № 431 многодетные родители, желающие организовать крестьянские (фермерские) хозяйства, малые предприятия и др. коммерческие структуры, получают помощь в выделении земельных участков. Предоставляются: льготы по взиманию земельного налога и арендной платы в виде полного или частичного освобождения от налога на определенный срок либо понижения ставок, безвозмездная матпомощь либо беспроцентные ссуды для возмещения расходов на разви-

тие крестьянского (фермерского) хозяйства, полное или частичное освобождение от уплаты регистрационного сбора с физических лиц, занимающихся предпринимательской деятельностью.

Органы исполнительной власти регионов обеспечивают первоочередное выделение для многодетных семей садово-огородных участков, содействуют предоставлению льготных кредитов, дотаций, беспроцентных ссуд на приобретение стройматериалов и строительство жилья.



Сезон пикников

Сегодня читатели «Сватов» рассказывают, как приготовить шашлык без дорогого и мудреного мангала и за счет чего можно продлить жизнь старому верному казану.

Береги казан смолоду

Время опять готовить плов. Казан я предпочитаю чугунный, хотя есть в запасе и из алюминиевого сплава — важно, чтобы стенки у такого были более 2 см толщиной.

Казан не любит средств типа «Фейри». Сразу после готовки мою его горячей водой и обычной кухонной губкой — никаких стальных мочалок и ершиков! После вытираю насухо и смазываю изнутри растительным маслом. Опытные казанщики говорят, что лучше для этого брать льняное масло, но, по моему, прекрасно подходит и подсолнечное рафинированное.

В качественном чугунном каза-

не ничего не будет пригорать, если не переусердствовать с огнем. Чем чаще готовишь в такой посудине, тем больше все микропоры в металле заполняются маслом, и в итоге образуется своеобразное антипригарное покрытие, которому моющие средства только вредят.

Если же казан оставить с остатками пищи больше чем на сутки, то он начнет ржаветь. Вот тут уже понадобятся абразивные материалы, прокаливание солью и растительным маслом (как делают после покупки нового казана). Вывод — не ленитесь!

Всеволод
КУТОВОЙ,
г. Самара



Шашлычница за час

Солидным мангалом на участке я не обзавелся — обожусь простенькой мобильной шашлычницей, которую соорудил всего за час.

В двух стальных пластинах в верхней части болгаркой симметрично пропилил пазы под шампуры. Внизу пластин просверлил по 4 отверстия диаметром 6 мм (под стойки). По 2 таких же отверстия проделал в 4-х металлических колышках для палаток, купленных в магазине спорттоваров. Колышки как раз и служат стойками: прикрепил их болтами М6 к стальным листам. Когда на площадке для отдыха на месте прогоревших дров уже тлеют угли, втыкаю колышки в землю, устанавливая пластины параллельно одна другой, в пазы вставляю шампуры с замаринованным мясом. Через 15-20 минут наслаждаюсь ароматным шашлыком! После пластины снимаю, очищаю от копоти и складываю в ящик — до следующего пикника.

Александр НЕСТЕРОВ, Волгоградская обл.

Смотрите
схему № 5
на стр. 18



СПЕЦМАЗЬ
крем с пихтой сибирской
и муравьиным спиртом

8-800-200-53-77
звонок по России бесплатный

+7 (727) 323-13-80
Казахстан, г. Алматы

Крем-бальзам «Универсальный Спецмазь». Декларация о соответствии ЕАЭС № RU Д-НУ.АЮ18.В.08755. Действительна по 30.08.2022 включительно. Косметическое средство. Зарегистрированный товарный знак. Реклама.



ЧУДО ХАШ

СУСТАВЫ. ПОЗВОНОЧНИК

**НАДЕЖНАЯ
ОПОРА!**

ГЕЛЬ-БАЛЬЗАМ
С ХОНДРОИТИНОМ
И МУРАВЬИНЫМ
СПИРТОМ



8-800-200-53-77
звонок по России бесплатный

+7 (727) 323-13-80
Казахстан, г. Алматы

Гель-бальзам для тела ЧУДО-ХАШ MIRACLE-HUSH. Декларация о соответствии ЕАЭС № RU Д-НУ.АЮ18.В.08755. Действительна по 30.08.2022 включительно. Косметическое средство. Зарегистрированный товарный знак. Реклама.

Месть верблюда

Фильм Алексея Германа «Двадцать дней без войны» давно стал кино-классикой. Но каких мук он стоил и режиссеру, и съемочной группе! Взять хотя бы работу над эпизодом с потрясающим монологом летчика (его блестяще сыграл Алексей Петренко). Из воспоминаний Германа: «Ненависть ко мне группы была беспредельная. Ради сцены, которую без проблем можно было сработать в павильоне, пришлось мотаться по ледяной степи, жить в вагонах по четыре человека в купе! Ванны нет, помыться негде, сортиры такие, что лучше не вспоминать, холод пронзительный — вагоны я нарочно выстудил, иначе не избежать фальши в актерской игре...»

За всю киносъемку режиссеру «отомстил»... верблюд: он оплевал Германа! «Прервать съемку я не мог, — признавался позже классик. — Поэтому, смердя, как навозная куча, продолжал репетировать... Одежду еле потом отстирали».



Валерий СОРОКИН, по e-mail.
Фото с ресурса tvkinoradio.ru

«Кофейное» мясо

Моя теща очень вкусно запекала кусок говядины: рецепт из старой поваренной книги начинался словами: «Найдите хорошего мясника...» Но поскольку я такими знакомствами похвастать не мог, супруга «изобрела» свой маринад, который даже не лучшее мясо делает мягким и сочным. Оставила она как-то в большой кастрюле на кухонном столе кусок говядины в этой своей заливке. Крышкой не накрыла: мол, в первые часы мясо должно мариноваться «на воздухе». Я решил сварить себе кофе. Только перелил ароматный напиток из турки в чашку — вдруг заверещал мобильник. От неожиданности рука моя дрогнула, чашка перевернулась, а

кофе выгнулся прямо в «фирменный» маринад! Я лишь тихонько ойкнул, накрыл кастрюлю крышкой и — шмыг в свою комнату, подальше от гнева супруги, которая вот-вот должна была вернуться из магазина. Не знаю, смутил ли жену подозрительный цвет маринада или она не обратила на него внимания, но главное: мясо оказалось очень нежным и вкусным! Когда я после ужина сознался супруге в «преступлении», та рассмеялась: «Надо же, а я думала, что по ошибке балзамика добавила». С тех пор на праздники у нас непременно на столе семейное блюдо — говядина в кофейном маринаде.

Илья Ч., Тюменская обл.



Выдюжим!

Меня вырастила бабушка: родители погибли, когда я была совсем крохой. Бывало трудно, но бабуля любила повторять: «Мы — женщины, выдюжим!» Умерла она вскоре после нашей с Мишкой свадьбы, оставив мне в наследство свою «хрущевку». Семейная жизнь не заладилась с самого начала: у Миши чуть ли не каждую неделю выпивки — то новоселье у друга, то день рождения у племянника, то «обмывка» премии... А когда я рассказала мужу о своей беременности, тот еще чаще стал пропадать на гулянках. Через несколько месяцев сообщил новость: его мама продала дом в деревне и купила городскую «однушку». Буркнул, глядя в сторону: «Там ремонта — непочатый край, так что ты не обижайся, если я когда задержусь». Беременность протекала сложно, но Миша ни разу не навестил меня в больницу, где я лежала «на сохране-

нии». Да и свекровь носа не казала. Когда родилась Анютка, все заботы легли на мои плечи...

Свекровь заявила лишь через две недели после моей выписки. Поздравила с дочкой, начала разбирать сумки с гостинцами. Меня же при виде скромных подарков прорвало: рыдая, обвиняла Елену Ивановну в черствости, проклинала и ее квартиру, и этот чертов ремонт... Свекровь сперва молчала с белым, как бумага, лицом. А после растерянно спросила: «Какая квартира?»

Выяснилось: Елена Ивановна как жила, так и живет в деревне, домик и не думала продавать. А ремонт? Он шел полным ходом в квартире той крали, у которой Мишка собрался жить! Узнав об этом, свекровь с сердечным приступом слегла в больницу. Как только выписали — примчалась ко мне...

Поплакали мы на пару с бедной женщиной, а после она твердо сказала: «Не горюй, Лиза, — Анютку вместе вырастим!»

С Мишкой я развелась. Елена Ивановна перебралась в мою квартиру — хлопоты стали делить поровну. Домик свой свекровь вскоре действительно продала. Часть вырученных денег пустила на коляску и кроватку для малышки, а остальные велела мне положить на счет: «Анютке на приданое...» Так и жили, не жалуясь — по бабкиной поговорке: «Мы — женщины, выдюжим!»

Сегодня я сама — бабушка. Елена Ивановна уже совсем слабая, но, когда по выходным Аня с мужем и маленьким Димкой навещают нас, свекровь светлеет лицом, согреваясь в любви родных людей.

Елизавета М., г. Гродно

Как получить доход с помощью пенсии до 6% годовых?



Очень просто, если перевести пенсию в «Почта Банк»!

Как это работает?

Получать пенсию на банковскую карту давно стало привычным для абсолютного большинства российских пенсионеров. Это удобно и безопасно. А теперь с помощью пенсионных начислений можно накопить, даже не открывая вклада! Сделать это можно, переведя пенсию на «Сберегательный счёт» в «Почта Банк». Его офисы есть во многих почтовых отделениях, так что выбирайте ближайшее к дому. Найти подходящее отделение не проблема: только в прошлом году банк в два раза увеличил сеть своих клиентских центров по всей стране, которая превысила 12 500 отделений, в том числе в регионах Дальнего Востока и Северного Кавказа, причем более 80% географии его присутствия приходится на малые города России с населением до 30 тысяч человек.

Собираясь в «Почта Банк», возьмите с собой паспорт, пенсионное удостоверение, СНИЛС и мобильный телефон. Сотрудник банка поможет оформить заявление о переводе пенсии на «Сберегательный счёт» в «Почта Банке» и подскажет, как передать его в Пенсионный фонд РФ.

В чём же выгода?

Переводя пенсию в «Почта Банк» и открывая «Сберегательный счёт», вы бесплатно получаете неименную карту платёжной системы «МИР». Первое время у вас будет действовать тариф «Базовый» с начислением процентов на минимальный остаток средств, находившихся на счёте в течение календарного месяца: 5% годовых на сумму от 50 000 рублей и 3% годовых на сумму от 1 000 до 49 999,99 рублей (включительно).

Как только на «Сберегательный счёт» поступит первая пенсия, тариф будет автоматически изменён на «Пенсионный». Вы будете получать повышенный процент на минимальный остаток средств, находившихся на счёте в течение календарного месяца: 6% годовых на сумму от 50 000 рублей и 4% годовых на сумму от 1 000 до 49 999,99 рублей (включительно).

Вы можете пополнять счёт сами, получать переводы от близких, расходовать со счёта средства при первой необходимости, без комиссии снимать и вносить наличные во всех банкоматах «Почта Банка» и банкоматах группы ВТБ.

Клиенты, получающие пенсию на «Сберегательный счёт», могут рассчитывать на льготные условия и по другим продуктам банка.

Покупки на «Пятёрочку»!

Ещё одно дополнительное преимущество при открытии «Сберегательного счёта» — карта «Пятёрочка» от «Почта Банка». За первую покупку в магазинах «Пятёрочка» с использованием указанной банковской карты вы получаете 2 500 баллов. Как только пенсия начнет поступать на ваш «Сберегательный счёт», вы получите ещё 2 500 баллов единовременно (условие действует при получении карты «Пятёрочка» по 14.05.2018 для первых 200 000 участников программы), а также 2 500 баллов будут зачислены на карту

«Пятёрочка» в ваш день рождения (чтобы получить баллы, необходимо совершить покупки в магазинах «Пятёрочка»).

Кроме того, за каждые полные 20 рублей от суммы покупки в «Пятёрочке» начисляется 3 балла, если стоимость покупки меньше 555 рублей, и 4 балла — если больше. А в других магазинах — 2 балла при любой стоимости покупки.

Чтобы начислить баллы за покупки в «Пятёрочке», нужно перед оплатой предъявить карту кассиру и оплатить покупку картой. В других магазинах нужно просто оплатить покупку картой «Пятёрочка». Баллы за покупки по карте «Пятёрочка» начисляются в течение 14-30 дней со дня покупки, их можно использовать в течение 12 месяцев с момента начисления.

Чтобы оплатить баллами покупку полностью или частично, нужно перед оплатой покупки предъявить кассиру карту «Пятёрочка». Баллами можно оплатить до 100 % от суммы покупки в «Пятёрочке» из расчёта 10 баллов — 1 рубль.

Если у вас уже есть «Выручай-карта» магазина «Пятёрочка», накопленные на ней баллы автоматически объединяются с баллами на карте «Пятёрочка» от «Почта Банка». Необходимо убедиться, что «Выручай-карта» активирована в программе лояльности и привязанный к ней номер телефона совпадает с номером, по которому зарегистрирована банковская карта «Пятёрочка».

Уточнить адреса отделений «Почта Банка» и получить подробную консультацию вы можете по телефону 8 800 550 0770 (звонок по России бесплатный) или на сайте pochtabank.ru

«Сберегательный счёт» — текущий счёт с ежемесячным начислением процентов на минимальный остаток средств в течение календарного месяца. Комиссия за выдачу средств, поступивших на «Сберегательный счёт» наличными; из Пенсионного фонда РФ; от работодателя в рамках зарплатного проекта; с открытого в банке вклада, если средства находились во вкладе 30 дней и более либо были внесены наличными; в рамках выплат органов социальной защиты по договорам с ПАО «Почта Банк»; предоставления банком потребительского кредита; выплаты наследства; любым иным способом, если средства находились на «Сберегательном счёте»: от 30 дней: в банкоматах Банков группы ВТБ и банкоматах и ПВН ПАО «Почта Банк» — не взимается, в ПВН Банков группы ВТБ, ПВН и банкоматах других банков — 1% (мин. 100 руб.). В иных случаях в пределах 100 000 руб. в месяц: в банкоматах Банков группы ВТБ и ПВН и банкоматах ПАО «Почта Банк» — не взимается, в ПВН Банков группы ВТБ, ПВН и банкоматах других банков — 1% (минимум 100 руб.); свыше 100 000 руб. в месяц — 7,9% (мин. 100 руб.). ПВН — пункты выдачи наличных.

Дебетовая карта «Пятёрочка» Visa Classic (Виза Классик), срок действия — 60 мес. Комиссия за выпуск и за обслуживание — 0 руб., комиссия за снятие собственных денежных средств в банкоматах ПАО «Почта Банк» и банкоматах группы ВТБ — 0 руб., в остальных случаях — 1% (мин. 100 руб.). Лимит на снятие денежных средств — 50 000 руб./мес. Проценты, начисляемые на минимальный остаток денежных средств на счёте карты в течение календарного месяца: от 0,01 руб. до 999,99 руб. — 0% годовых; от 1 000 руб. — 3% годовых. По желанию клиента предоставляются дополнительные платные услуги. Банк не начисляет баллы за операции, связанные с переводом денежных средств и приобретением финансовых инструментов, включая ценные бумаги и дорожные чеки, с участием в азартных играх и тотализаторах, с оплатой штрафов и налоговых платежей. Организатором проведения маркетинговой программы «Покупки с «Выручай-картой» (с 10.05.2017 по 31.12.2018 г.) является ПАО «Почта Банк», информация об организаторе, о правилах проведения, о порядке начисления баллов — на сайте pochtabank.ru. ПАО «Почта Банк». На правах рекламы.



Хозяйке на заметку

Собачью шерсть с ковра убираю влажной старой губкой для мытья посуды. Удобно!

Елена Александровна, по e-mail

Готовлю быструю пиццу. Промываю лист лаваша сливочным сыром, оставляю на полчаса для пропитки. Накрываю вторым листом. На него — кетчуп, нарезанную соломкой колбасу, грибы, тертый сыр. Отправляю в разогретую до 180 °С духовку на 15-20 минут. Вкуснятина!

Ангела КРУЖИЛИНА, г. Брест



Палантин «Весенний»

Понадобились: 120 г пряжи «Дундага» (100% шерсть, 100 г/550 м); крючок № 2,75.

Размер — 40x142 см.

Набрала 109 п. и работала, следуя схеме. Можно взять пряжи больше, если хотите палантин шире и длиннее, — все зависит от вашего вкуса. Я выполняла работу из остатков пряжи, потому он получился скромных размеров. А чтобы лучше держался на плечах, скалываю края брошью.

Екатерина КАРЕЛИНА,
г. Ялта. Фото автора



Смотрите
схему № 4
на стр. 17



Платье для кокетки

Понадобились: крючок № 4; 3 мотка пряжи Пехорка «Радужный стиль» (100 г/200 м) розового цвета и немного бордового.

Платье на ребенка 3-х лет, вяжется одной деталью, начиная с горловины.

Набрала цепочку из 67 в. п., замкнула в кольцо. Провязала 1 ряд ст. с/н. Ряд 2: прибавила по 1 ст. с/н в каждую вторую п. Ряд 3: без пр. Ряд 4: пр. в каждую третью п. Ряд 5: без пр. Ряд 6: пр. в каждую четвертую п. (166 п.). Ряды 7-8: без пр.

Нитью контрастного цвета разделила изделие на части:

23 п. для половины спинки, 38 п. для рукава, 44 п. для переда, 38 п. для второго рукава, 23 п. для второй половины спинки. Объединила петли спинки и переда. Провязала ряд ст. с/н.



Смотрите
схему № 2
на стр. 16

Затем вязала по схеме, делая прибавки до 5-го ряда. Далее, повторяя 5-й ряд, связала платье до желаемой длины. Обвязала изделие пряжей другого цвета.

Украсила бантиком. Набрала цепочку из 16 в. п. (пряжа бордового цвета). Начиная со 2-й п. от крючка провязала 15 ст. б/н, сделала петлю подъема, повернула, провязала с другой стороны 15 ст. с/н. Нужно связать 8 рядов. Закрепила и обрезала нить. Пряжей розового цвета обвязала прямоугольник по периметру. Выполнила перемычку. Набрала 5 в. п. (пряжа розового цвета), провязала 4 ст. б/н (8 рядов). Чтобы проще

было крепить деталь, сначала стянула бантик розовой нитью, далее обмотала перемычкой и сшила края.

Ирина ЛИЗИНА,
г. Могилев. Фото автора

Советы рукодельницам

Если вязаный шерстяной свитер «кусается», окунаю его в воду, аккуратно отжимаю, складываю в полиэтиленовый пакет и отправляю на ночь в морозилку. Утром достаю, даю вещи оттаять и осторожно полощу в прохладной воде. Кстати, после таких процедур свитер не только становится мягче, но и катышки на нем образуются реже.

Раньше, чтобы выпрямить пряжу от старой распущенной трикотажной вещи, я пропускала нить над чайником с кипящей водой. Однако нашла способ намного удобнее. Смотанные в клубочки нитки кладу во влажный пластиковый пакет, завязываю, отправляю в микроволновку, включаю на минутку на полную мощность. Ровная нить вам обеспечена. Один нюанс: такой «фокус» пройдет лишь с натуральной пряжей.

Если же она с добавкой акрила, не советую экспериментировать: нить может загореться.



Валентина СЕККО, г. Кличев

Коротко

Элегантный медный браслет оставляет зеленые пятна на коже запястья? Покройте внутреннюю поверхность украшения прозрачным лаком для ногтей. Никаких следов!

Выгода от сита

- Промытый изюм оставляю в капроновом сите — так он быстрее подсохнет.
- Ситечко для заварки использую для приготовления лекарственных настоев — не придется после процеживать жидкость.
- Металлическое сито — моя импровизированная пароварка. Ставлю его на кастрюлю с кипятком, выкладываю в «чашу» кусочки рыбы или брокколи и готовлю диетический ужин.

Татьяна МАРУДИНА, г. Могилев



АртроФоон

**Двигаться,
а не передвигаться!**



Р № 000373/01 от 07.06.2010
Реклама



Горячая линия:
8 (495) 681-93-00, 8 (495) 681-09-30

www.materiamedica.ru

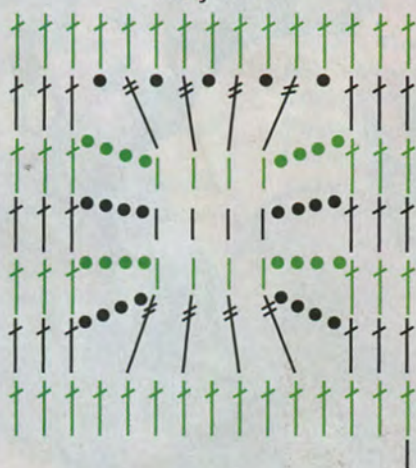
- Создан для курсового лечения заболеваний суставов и позвоночника
- Может снизить воспаление и уменьшить боль
- Может снизить частоту обострений

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ
НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ

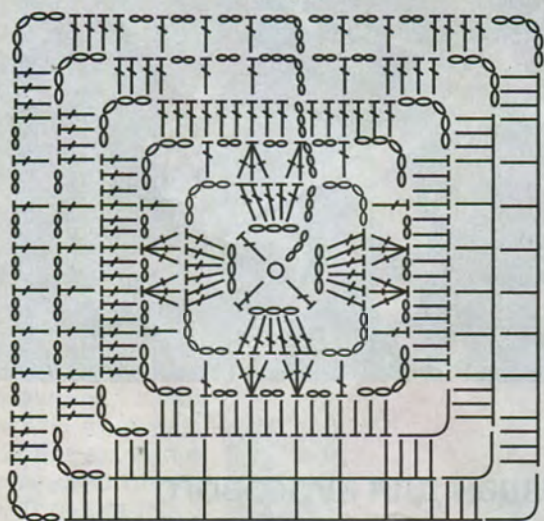
1

Шик
в серых
тонах
(стр. 20)

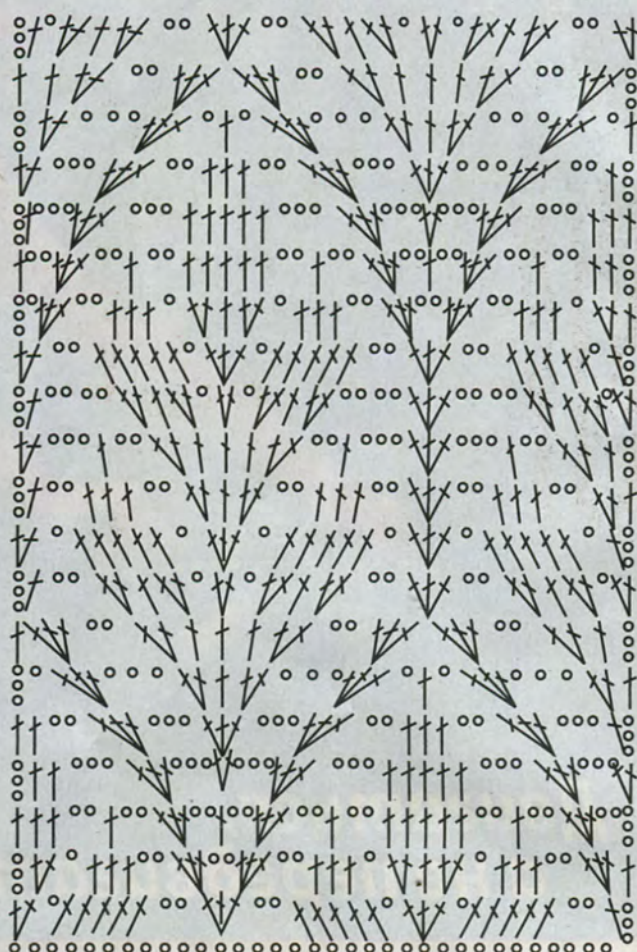
«Паучки»



Мотивы



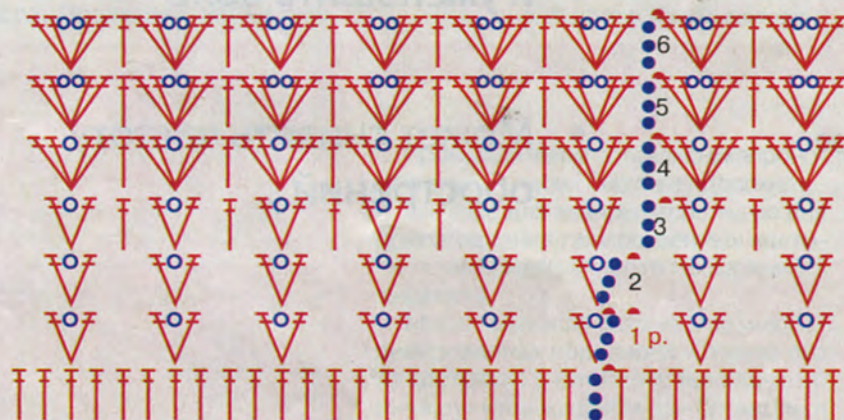
«Листики»



Условные обозначения:

- = соедин. п.
- = в. п.
- | = ст. б/н
- †, ‡ = ст. с/н
- ‡ = ст. с/2 н
- ∇ = 2 ст. с/н из 1 вершины
- ∇∇ = 3 ст. с/н из 1 вершины

2

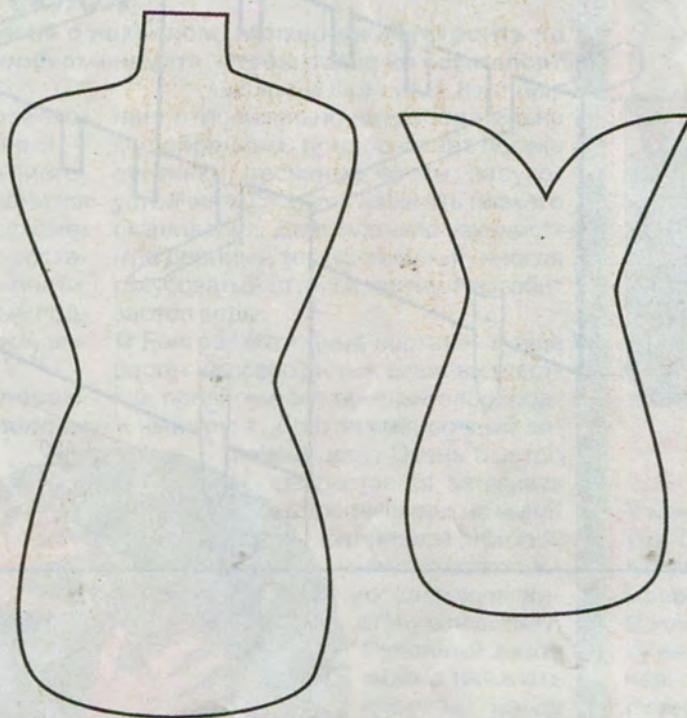
Платье
для кокетки
(стр. 14)

Условные
обозначения:

- = в. п. подъема или начало
- = в. п.
- = соедин. ст.
- † = ст. с/н

Последний
р. кокетки

3

Чехол для ножниц
«Манекен»
(стр. 7)



4

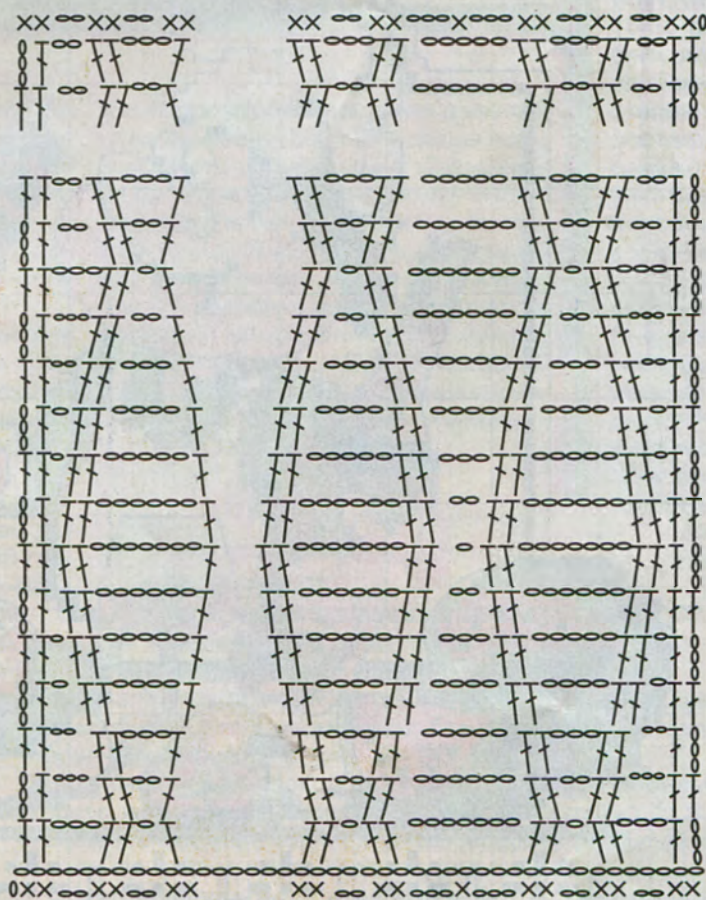
Палантин
«Весенний»
(стр. 14)

Условные
обозначения:

○ = в. п.

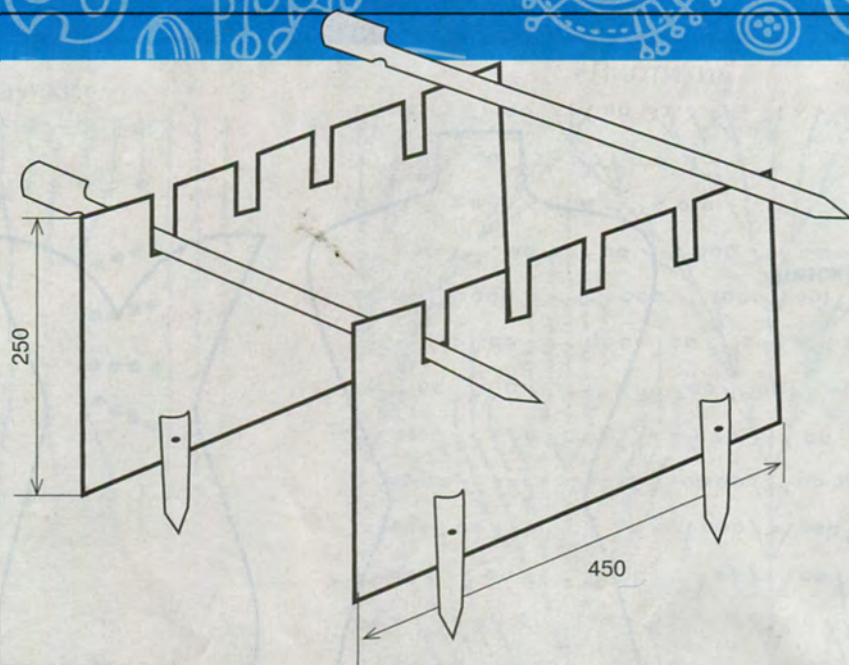
X = ст. б/н

⌈ = ст. с/н



5

Шашлычница
за час
(стр. 11), мм



6

Кушать подано!
(стр. 6)

Условные обозначения:

- = черный
- = белый
- = серый
- = бледно-серый
- = темно-серый
- = алый
- = светло-красный
- = рыже-коричневый
- = темно-рыжий
- = шоколадный
- = салатный
- = изумрудный
- = светло-лимонный
- = светло-персиковый
- = персиковый
- = оранжевый
- = ярко-желтый
- = бордовый
- = светло-оливковый
- = светло-оранжевый
- = светло-коричневый
- = темно-зеленый
- = светло-зеленый
- = темно-синий



Отвечает Людмила Ларионова,
ландшафтный дизайнер, г. Собинка



Закрепляем склон

Дачный участок у меня с наклоном. Можно ли обустроить на нем газон? Какой порекомендуете, чтобы склон не осыпался?

Анастасия ВЯЛЬМЕ, г. Владимир

— Газон — хорошее решение. Рекомендую в этом случае рулонный — он имеет развитую корневую систему, в кратчайшие сроки укоренится и закрепит крутой склон. Выбор смесей газонных трав зависит от состава и качества грунта, освещенности, возможности ухода (регулярные подкормка, покос, полив, прополка, вычесывание, аэрация).

Вот некоторые самые приспособленные к климату средней полосы травы под рулонный газон.

● Мятлик луговой — требователен к освещению и подкормкам, предпочитает суглинки. Дает газону насыщенный темно-зеленый цвет, бархатистость, относительно медленно растет (можно реже косить).

● Овсяница красная — выносит затене-

ние, относительно нетребовательна к удобрениям, предпочитает легкие суглинки, песчаные почвы, засухоустойчива. Следует избегать низкого скашивания. Дает плотную узколистную дернину, темно-зеленый, иногда голубоватый оттенок газону. Не любит застоя воды.

● Райграс (газонные сорта) — лучше растет на освещенных, влажных участках, предпочитает тяжелый плодородный грунт. Дает яркий, сочный зеленый цвет. Очень быстро разрастается, затягивая проплешины, не выносит низкой стрижки, имеет относительно широкую листовую пластину. Рулонный газон можно начинать стелить, когда почва прогреется до устойчивых положительных температур.



Ежевика на шпалере

У меня растет девять разных сортов бесшипной садовой ежевики: уход за куманикой и росяницей мало рознится.

В конце апреля поднимаю ежевику на шпалеру — она у меня прочная, с несколькими рядами металлического троса и проволоки, способными выдержать нагрузку плодоносящего куста. Поднимаю перезимовавшие прошлогодние побеги (они могут достигать 6-7 метров), накручиваю их по спирали. 10-15-сантиметровые молодые побеги замещения фиксирую металлическими скобами на земле, постепенно переставляя их по мере роста растения. Если такие ветки слишком длинные, их можно скручивать в кольцо. Укорачивание же подобных побегов ведет к потерям в урожае и росту более тонких боковых веточек, которые намного сложнее подвязывать.

При правильно подобранных сортах плодоношение начнется с середины июля и продлится до заморозков. Однако, если на участке ежевика расположена в полутени, срок созревания ягод отодвинется на 5-7 дней. Землю под ягодным полукустарником не перекапываю из-за вероятности повреждения корней и как следствие — роста колючих отпрысков. Поэтому только мульчирую ее слоем в 5 см.

В период цветения и при созревании ягод предпочитаю использовать капельный полив.

Марина
СИМОНОВА,
г. Москва.
Фото автора

Опилочная «азбука»

Садоводы и огородники зачастую боятся применять опилки как органическое удобрение: мол, они вытягивают из почвы много азота и закисляют ее. Я же использую опилки для мульчирования, рассыпаю по весне в ягодниках, закладываю в грядки — отлично рыхлят и удобряют почву.

Хвойные опилки незаменимы для мульчирования всех вересковых культур (садовые голубика, клюква, брусника), хвойных, некоторых видов зелени и пряностей (щавель, шпинат, розмарин). Если нужно нейтрализовать способность этого вида древесных отходов закислять почву, то к опилкам добавляют доломитовую муку (50 г на ведро). Многие берут в качестве «раскислителя» известь, но она слишком быстро запускает химреакцию: если сразу использовать такую мульчу, растения не смогут правильно отреагировать. А доломитовая мука действует мягче, к тому же содержит важные для растений микроэлементы. Опилки **лиственных пород** на начальном этапе действительно «вытягивают» азот. Поэтому их перед внесением обогащают азотными удобрениями.

Кто не против «химии», берет для этой цели мочевины (200 г на 3 ведра опилок) — вполне достаточно. Сторонники органического земледелия перемешивают опилки со свежескошенной травой (2:1). В любом варианте смесь хорошо увлажняют, складывают в черные 200-литровые мешки, закрывают и оставляют «дозреть» на три недели. Внимание! Опилки от ДСП не подойдут!

Дмитрий ИВАНОВ, руководитель
сообщества «Практическое земледелие»,
г. Псков

Лунный календарь садовода-огородника с 24.04 по 7.05

- 1) Высаживаем на укоренение одревесневшие черенки смородины; пикируем и пересаживаем рассаду овощных растений: **25, 26.**
- 2) Вносим удобрения под любые культуры с последующим обильным поливом почвы; боронуем; осуществляем первичную стрижку газона: **29, 30, 1.**
- 3) Занимаемся посадкой саженцев плодовых деревьев и ягодных кустарников, прививкой плодовых культур: **2, 3.**
- 4) Высеваем семена корнеплодных овощей в открытый грунт; сажаем лук-репку, яровой чеснок, редис: **2, 3.**
- 5) Обустроиваем компостные ямы и бурты; занимаемся посадкой картофеля и овощных корнеплодов: **4, 5, 6.**
- 6) Вносим гербициды против сорняков: **6 (вечер), 7.**

Советовал Валерий МАТБЕЕВ, астролог

Неожиданно



Контейнер задаром

В иностранном журнале наткнулся на идею практически бесплатно-го контейнера-колбы для хранения зубных щеток и пасты. Реализовал за полчаса.

У 1,5-литровой пластмассовой бутылки из-под минералки канцелярским ножом отрезал доньшко (чуть выше кольцевого канта) и верхнюю часть (по канту) — они станут корпусом контейнера. Еще от трех пластиковых бутылок (две — «полуторки», одна — из-под питьевого йогурта) взял горловины. В верхней части будущего контейнера ножницами вырезал три отверстия под горловины. Последние аккуратно вклеил изнутри в отверстия с помощью термопистолета. Для большей жесткости сверху навинтил на горловины колечки, вырезанные из пластмассовых бутылочных пробок. Термоклеем соединил верхнюю часть корпуса с доньшком.

В два узких раструба получившейся колбы вставил зубные щетки, в третий — тюбик пасты. Контейнер получился компактным и устойчивым (за счет широкого основания).

Андрей КАМОЛОВ, г. Екатеринбург

«Баннй день» для кофточкн

Новое готовое изделие, связанное крючком, нуждается во влажной и тепловой обработке — это поможет петлям «стать» на свои места.

Сначала стираю: ни в коем случае не выкручиваю, только отжимаю. Затем раскладываю на сушилке для белья, можно на полотенце, расправляю складки и даю высохнуть.

Для отпаривания кладу вещь на твердую горизонтальную поверхность,

разглаживаю руками (при необходимости отдельные элементы фиксирую булавкой (не пластмассовой!). Шерстяные «вязалки» накрываю мокрой тканью (полотенцем, марлей). Затем в работу включаю отпариватель или утюг с пароувлажнителем. После, не меняя положения изделия, оставляю его до полного высыхания.

Светлана ГУРСКАЯ, Волшебная каморка «Svet'liya», г. Барановичи



Шик в серых тонах

Все ближе время носить такие шикарные юбки: готовьте обновку.

Понадобились на 44 размер: 430 г пряжи Vita Coco (50 г/240 м); крючок № 1.

Изделие без швов, все соединяется крючком. Сначала связала 10 мотивов. Набрала 7 в. п., в первую п. — 1 ст. с/н, 3 в. п., 1 ст. с/н и далее по схеме. В мотиве — всего 6 рядов, каждый завершается соедин. п. Скрепила их через рядом расположенные п., обвязала ст. с/н — числом, кратным 22 (равным раппорту следующего узора).

Следом — «Листики». Раппорт 22 п. Вязала по схеме 16 рядов, потом три ряда обвязки (1-й: ст. с/н, 2-й: чередовала 2 ст. с/н и 2 в. п., 3-й: ст. с/н). Далее узор «Паучки». Раппорт 15 п. По схеме, в конце три ряда обвязки. Затем — 63 ряда узором «Листики», опять 3 р. обвязки.

Снова «Паучки», завершила рядами ст. б/н количеством, кратным 20.

Каймой украсила низ изделия.

1 ряд: 1 ст. б/н, 5 в. п., 1 ст. б/н, 5 в. п., 1 ст. б/н, 3 в. п., 10 ст. с/н в «рогатку» предыдущего ряда, 3 в. п. и так до конца, 1 соедин. п.

2 ряд: 1 ст. б/н, 5 в. п., 1 ст. б/н, 3 в. п., 10 ст. с/н, 3 в. п. и т.д., 1 соедин. п.

3 ряд: 1 ст. б/н, 3 в. п., 1 ст. с/н, 3 в. п., 1 соедин. п., 1 ст. с/н, 3 в. п., 1 соедин. п. и так до конца ряда.

Верхнюю часть юбки надвязала — 1 ряд ст. с/н. Следующий р. — уменьшения: каждую 9 и 10 п. провязала вместе. Еще 4 р. ст.

с/н, далее ряд ст. б/н. Пристрочила к изнаночной стороне по линии талии х/б подклад длиной 35 см и резинку.

Ольга ШУЛЬГИНА,

п. Навля Брянской обл. Фото автора



Смотрите
схему № 1
на стр. 16

Уютный «хлам»

Из ненужной поролоновой подушки от дивана и старого джемпера соорудила уютную лежанку для кошки. Надела на подушку джемпер, прошила его по низу. Наполнила ненужными тряпками рукава, а после пристрочила их к вязаной «обивке» подушки (см. фото). И от лишних вещей избавилась, и кошка довольна, и затрат — на копейку.

Ольга СКОПЦОВА,

г. Санкт-Петербург. Фото автора



Дешево

Коротко

Чтобы в шкафу легкая блузка постоянно не соскальзывала с «плечиков», наденьте на концы вешалки силиконовые резинки — они удержат вещь на месте.



Венские вафли

200 г муки, 100 г сливочного масла, 80 г сахара, полстакана молока, 1 яйцо, 1 ч.л. разрыхлителя, щепотка ванилина. Размягченное масло взбиваю с сахаром и ванилином. Добавляю яйцо и теплое молоко. Затем — муку и разрыхлитель, замешиваю тесто. Выкладываю его в смазанные маслом формочки для вафель. Выпекаю 15 минут в разогретой до 180 °С духовке и подаю к чаю.

Тамара ШЕПЕЛЕВА,
г. Саратов. Фото автора



«Капельки радуги»

1/4 стакана муки, 1/4 стакана + 2 ст.л. какао, 1 ч.л. крахмала, по 1/2 ч.л. соли и соды, 115 г сливочного масла, 1/2 стакана сахара, крупное яйцо, пакетик ванилина, 200 г конфет M&M's.

Взбиваю размягченное масло с сахаром, добавляю яйцо и ванилин, снова взбиваю. Отдельно смешиваю оставшиеся сухие ингредиенты. Пересыпаю эту массу к жидкой и продолжаю работать миксером на самой низкой его скорости. Чайной ложкой выкладываю на застеленный пергаментом противень порции однородного теста на расстоянии 2-3 см одна от другой. Вдавливаю «таблетки» M&M's. Выпекаю печенки 8 минут в духовке при 175 °С, чтобы схватились края (центр будет выглядеть недопеченным — это нормально). Остужаю — и можно звать сладкоежек.

Александра ШАШКОВА,
г. Железногорск. Фото автора



Куричка «Слоеная»

2 куриные грудки, 1 морковь, 2 головки репчатого лука, по пучку укропа и петрушки, масло сливочное и растительное, соль, черный молотый перец.

Измельченный лук обжариваю на сливочном масле. Куриное филе нарезаю и перемалываю в блендере вместе с луком. Фарш солю, перчу и делю на три части. В одну добавляю натертую на мелкой терке морковь и выкладываю на дно формы, смазанной растительным маслом. Вторым слоем — фарш без добавок. К третьей части подмешиваю измельченную зелень и распределяю массу поверх заготовки. Запекаю 30-40 минут при температуре 180-200 °С.

Ангелика РОДИНА,
г. Петрозаводск. Фото автора

«Наша кухня.
Спецвыпуск» № 2
«Бенефис огурцов:
от салатов
до закаток»
Уже в продаже!



КУЛИНАРНЫЙ ВОПРОС

Вы уверены, что разбираетесь во всем, что касается еды? Считаете, что в курсе всех секретов готовки? Тогда для вас — наша новая рубрика. В разделе «Сваты у плиты» мы будем публиковать кулинарный вопрос, ответить на который под силу только настоящим знатокам!



Итак, поехали!

Эти две пряности собирают с одного и того же растения, но одну — зеленой, а другую — спелой.

Выберите правильный вариант:

- а) черный и белый перец;
- б) зира и кумин;
- в) паприка и чили;
- г) куркума и карри.

Ответ а.

Грузинский суп «Гупта»

Приятно острый, сытный, да еще и с тефтельками!



2 л воды, морковь, 1 ст.л. томатной пасты, 3-4 зубчика чеснока, 1-2 ч.л. хмели-сунели, 2-3 лавровых листа, зелень петрушки, укропа и кинзы, соль и перец — по вкусу.

Для тефтелек: 500 г мясного фарша, 1/4 стакана риса, 2 луковицы, стручок сладкого перца, яйцо, зелень.

Пропускаю через мясорубку сладкий перец, зелень и лук, подмешиваю массу к фаршу. В эту же миску добавляю рис, взбитое яйцо, соль и перец. Формую тефтели. Отдельно довожу до кипения воду с мелко нарубленной зеленью. Выкладываю в кастрюлю фрикадельки и отвариваю до готовности. На сковороде припускаю натертую морковь, кладу томатную пасту, перемешиваю и снимаю с огня. Добавляю к зажарке пропущенный через пресс чеснок, хмели-сунели и молотый перец. Отправляю массу в кастрюлю, туда же — лавровый лист и соль по вкусу. Довожу суп до кипения, готовлю еще 3-4 минуты и даю настояться под крышкой.

Светлана БУНИЧ, г. Одесса. Фото автора



Торт... из хлеба

Круглый хлеб, 300 г слабосоленой красной рыбы, 20 маслин, 200 г рикотты, вареное яйцо, петрушка или другая зелень, цедра целого лимона, по 100 г сливочного масла и майонеза, 3 ч.л. острого хрена, соль, перец — по вкусу.

У хлеба срежьте верхушку, буханку разрежьте на 3 равных коржа. Нашинкуйте петрушку, большую часть смешайте с натертой цедрой лимона, размягченным маслом и хреном. Разомните яйцо,

добавьте к массе нарезанные маслины и 2 ст.л. рикотты. Оставшийся сыр смешайте с майонезом и зеленью, посолите и поперчите.

Соберите торт. Нижний корж промажьте пастой с хреном. Уложите поверх кусочки рыбы и второй корж, на него — яичную массу и снова рыбу. Затем — последний корж, смажьте весь торт сыром с зеленью. Накройте пищевой пленкой и поставьте пропитываться на час в холодильник.

Наталья ТЕЛЬНОВА,
г. Москва. Фото автора



Колбаски по-домашнему

1 кг нежирной свинины, 300 г сала, по 1 ч.л. соли и черного молотого перца, 1/2 ч.л. порошка мускатного ореха, смалец, натуральная оболочка для колбасы, стакан горячей воды, черный перец горошком, 2-3 лавровых листа, чеснок — по вкусу.

Нарежаю на кубики мясо (не советую пропускать через мясорубку, иначе колбаса выйдет суховатой) и более мелко — сало. Добавляю соль, перец, мускатный орех, пропущенный через пресс чеснок, перемешиваю.

Заполняю этой массой оболочку и завязываю концы. Проколов тонкой иглой в нескольких местах, с двух сторон обжариваю каждую колбаску на смальце — он дает более румяную корочку, чем масло. Складываю колбаски в жаропрочную форму, добавляю стакан воды, лавровый лист, перец горошком, чеснок. Готовлю под крышкой примерно час в разогретой до 160 °С духовке. Снимаю крышку и готовлю еще 20-30 минут при 180 °С.

Ангелика ЗОРКИНА,
по e-mail. Фото автора

«Самобранка» № 2 «Салаты и закуски»

Читайте в номере:

- ❖ сочетаем продукты гармонично;
 - ❖ готовим полезный домашний майонез;
 - ❖ оригинально украшаем блюда.
- Уже в продаже!



Щуцы котлетки

Зная маленький секрет, даже из суховатой щуки можно приготовить сочные и нежные котлеты.

Филе щуки пропускаю через мясорубку, добавив сало (примерно пятую часть от количества рыбы) и нарезанный лук — по вкусу. В фарш вбиваю 1 яйцо, подмешиваю ломтик смоченного в молоке батона. Солю, перчу и обжариваю с маслом.

Наталья ПОТАЕВА,
г. Тюмень. Фото автора



Запеканка «Крестьянская»

10 небольших картофелин, 700 г куриного филе, 1 луковица, 120 г сыра, 2 яйца, 2 ст.л. муки, майонез, сметана, соль, перец, зелень.

Очищенный картофель натираю. Подмешиваю к массе яйца, муку, соль, перец. Филе нарезаю кусочками, солю, перчу, обжариваю с измельченным луком. Выкладываю картофель на смазанный маслом противень, затем — мясо. Покрываю блюдо смесью майонеза и сметаны. Посыпаю тертым сыром и запекаю в духовке 30-35 минут при температуре 200 °С.

Елена КАЛАЙДА, г. Воронеж



Салат «Сердечный»

300 г говяжьего или свиного сердца, по 2 свежих огурца и болгарских перца, 4 отварных яйца, 100 г твердого сыра, 1,5 луковицы, майонез, лавровый лист, соль.

Сердце отвариваю в течение 2-х часов в подсоленной воде с лавровым листом и одной луковицей. Сыр натираю на мелкой терке. Остальные ингредиенты нарезаю кубиками. Выкладываю слоями, каждый промазывая майонезом, в таком порядке: сердце-лук-огурец-перец-яйца-сыр. По желанию посыпаю измельченным зеленым луком.

Людмила СЕМЕНЮК,
г. Москва. Фото автора

9 ИЗ 10 МУЖЧИН

СЧИТАЮТ, ЧТО РАЗМЕР ИМЕЕТ ЗНАЧЕНИЕ

МЕТИЛНИКОТИНАТ – КОМПОНЕНТ, КОТОРЫЙ ПОМОЖЕТ ВАМ УВЕЛИЧИТЬ РАЗМЕР

Различные социологические исследования, проведенные в крупнейших столицах мира, нашли точку соприкосновения различных культур – желание мужчины увеличить размер его полового органа.

В последние годы хирургическое вмешательство стало одним из путей решения этой проблемы, но риски, связанные с оперативным вмешательством, реабилитация и возможные осложнения свидетельствуют о том, что эта альтернатива нецелесообразна в большинстве случаев.

Сегодня мечта мужчины об увеличении полового органа без хирургического вмешательства сбывается.

Многие медлаборатории искали передовые технологии для решения этого вопроса. На помощь пришла наука. В ходе исследований были выявлены удивительные способности метилникотината – одного из компонентов крем-геля «Эректосил».



ЧТО ТАКОЕ МЕТИЛНИКОТИНАТ?

Methylnicotinate – стимулятор половой активности для мужчин.

Оказывает сосудорасширяющее и раздражающее действие, улучшает микроциркуляцию крови и имеет согревающий эффект. Также метилникотинат способствует выведению избыточной жидкости и токсинов из тканей и улучшает их оксигенацию.

КАК ДЕЙСТВУЕТ ЭТОТ УДИВИТЕЛЬНЫЙ КОМПОНЕНТ?

Метилникотинат нормализует деятельность мочевыделительной системы, улучшает кровообращение и устраняет застойные явления в области малого таза.

При нанесении крема «Эректосил» на кожу, происходит расширение кровеносных сосудов, тем самым улучшается кровоток, а эрекция является результатом прилива крови, которая прибывает к половому органу.

Сегодня «Эректосил» меняет взгляд на стандартную профилактику проблем сексуальных дисфункций. Ученые и врачи уверены также в эффективности крема «Эректосил» в решении проблемы возрастного снижения сексуального влечения.

«Эректосил» эффективен при сексуальной дисфункции у мужчин со слабым либидо. Здоровые мужчины применяют его для повышения чувствительности члена во время полового акта и достижения стабильной эрекции.

ПОЧЕМУ РАЗМЕР ОЗНАЧАЕТ УДОВОЛЬСТВИЕ ДЛЯ ОБОИХ ПОЛОВ?

● большой половой орган считается более эстетичным, чем маленький;

● размер члена влияет на сознание женщины, а ожидание удовольствия способствует оргазму;

● стенки влагалища очень чувствительны, поэтому хорошо, если член как можно больше – для одновременного стимулирования всех точек;

● для мужчины член имеет важное значение как орган, доставляющий удовольствие партнерше, потому важно избежать нежелательных последствий, таких как преждевременная потеря эрекции.

КАКИЕ ЕСТЬ ДОКАЗАТЕЛЬСТВА ТОГО, ЧТО ЭТОТ НОВЫЙ ПРОДУКТ РАБОТАЕТ?

Мы провели частный опрос, в котором приняли участие мужчины разных возрастных категорий и различной сексуальной активности, в том числе и с нарушением эрекции. Результаты показали, что 9 из 10 опрошенных мужчин заметили усиление эрекции, увеличение размера члена и его твердости во время полового акта, увеличение качества и количества удовольствия во время секса.

ЭТОТ ПРОДУКТ ПОМОЖЕТ ДОСТИЧЬ СТАБИЛЬНОЙ ЭРЕКЦИИ?

Усиление кровообращения вследствие применения крема

«Эректосил» имеет и другие плюсы, кроме увеличения полового органа, – более сильная и длительная эрекция, потому этот продукт может быть использован и для решения проблем слабой эрекции или эректильной дисфункции. Кроме того, несколько опрошенных сообщили, что наблюдалось усиление чувствительности пениса и увеличение продолжительности полового акта после нанесения продукта.

КОГДА БУДЕТ ПОЛУЧЕН РЕЗУЛЬТАТ ОТ ПРИМЕНЕНИЯ?

При нанесении «Эректосила» почти мгновенно, в течение нескольких секунд, вы заметите приятное ощущение тепла и покалывания на поверхности полового органа, вызванные сосудорасширяющим действием продукта. Соответственно, и значительное увеличение размера полового члена происходит сразу.

«МОЯ ДЕВУШКА НЕ ЖАЛУЕТСЯ НА МОЙ РАЗМЕР, НО МНЕ ХОТЕЛОСЬ БЫ ПОПРОБОВАТЬ «ЭРЕКТОСИЛ». ЧЕГО Я МОГУ ОЖИДАТЬ?»

Улучшения качества эрекции. Кроме того, как было установлено, существует связь между размером мужского полового органа и множественными оргазмами у женщин. Используя этот продукт, вы сможете доставить большее удовольствие своей партнерше.

ЭТО БЕЗОПАСНО ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ?

Разработанный на основе эффективных компонентов, этот продукт не представляет ни малейшего риска, ни для сердца, ни для других органов нашего организма в целом.

СЕГОДНЯ ТЫ МОЖЕШЬ ИМЕТЬ ТО, ЧТО ВСЕГДА ХОТЕЛ!

Конфиденциальные консультации

ЗВОНИ НЕМЕДЛЕННО!

Если есть сомнения, проконсультируйтесь со своим врачом и/или фармацевтом.

ВНИМАНИЕ!

Вы получите почтовую посылку без названия товара на ней, инструкция по применению будет находиться внутри.

МЫ ГАРАНТИРУЕМ КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТЬ.

Сделайте заказ по телефону

8 (495) 781-42-14

Пришлите SMS* на номер

+7 (925) 007-30-03

Пример SMS: код продукта, цена, фамилия, имя, почтовый индекс, город, улица, номер дома, квартиры

* Стоимость SMS согласно тарифам вашего оператора связи

rusbetaprotect@gmail.com

www.xxl-sila.com

Закажите продукт по почте

КУПОН ЗАКАЗА

КРЕМА «ЭРЕКТОСИЛ»:

ФИО:

Индекс:

Область:

Район:

Город:

Улица:

Номер дома: Квартира:

Моб. тел.:

E-mail:

ВЫБЕРИТЕ

ПОДХОДЯЩИЙ КУРС:

☐ «XXI-СИЛА» (2 упаковки крема «Эректосил») за 990 руб. КОД ПРОДУКТА 247 16 092

☐ «XL-СИЛА» (1 упаковка крема «Эректосил») за 690 руб. КОД ПРОДУКТА 247 16 091

Просто заполните купон, вырежьте и отправьте почтой по адресу: 115088, г. Москва А/Я №88.

ООО «Лаборатория клинической иммунологии»

Оплата при получении заказа на почте
* Заказывая продукт, я согласно Закону РФ «О защите персональных данных» предоставляю свои персональные данные ООО «Лаборатория клинической иммунологии», а также предоставляю разрешение на обработку моих персональных данных и доступ к ним третьих лиц, в границах и с целью выполнения моего заказа. ООО «Лаборатория клинической иммунологии», адрес: 115088, г. Москва, ул. 2-я Машиностроения, д.17, стр. 1. ОГРН 11274614245. Свидетельство о гос. регистрации № RU77-99-32-001 E010278-12-13 от 20.12.2013. * Стоимость сообщений и звонков согласно тарифам вашего оператора. Косметическое средство имеет противопоказания, необходимо ознакомиться с инструкцией. Реклама.

СЧАСТЛИВЫЕ КЛИЕНТЫ. ТЕ, КТО ПОПРОБОВАЛ ПРОДУКТ, РЕКОМЕНДУЮТ:



«Я никогда не был доволен размером моего полового органа. Я привлекателен и у меня нет никаких проблем с тем, чтобы найти себе пару. Тем не менее, во время секса я никогда не чувствовал себя комфортно. Сегодня я не переживаю во время интима. Это положительно отражается на моем поведении в сексе! И я могу дать ей множественные оргазмы. Оказалось, это «вопрос размера», и для меня это перестало быть проблемой».

Николай, г. Ростов-на-Дону



«По правде говоря, я действительно удивлен, ведь никогда не думал, что это будет так быстро и эффективно. Результат даже при первом использовании очень заметен. Просто удивительно, как наука продвинулась в решении проблемы, которая, как мне казалось, не будет решена в ближайшем будущем. Сегодня я снова почувствовал себя молодым, совершенно другим человеком».

Александр, г. Воронеж



Друг — это не профессия

Моя подруга — топ-менеджер в крупной фирме. Мне не повезло с местом работы: высокая нагрузка, маленькая зарплата, начальник-самодур... Не раз говорила об этом подруге, намекала, что не прочь перейти в ее компанию, но в ответ — одно отшучивание. Выходит, она мне не настоящий друг?

Арина ПЕТРОВСКАЯ, г. Отрадное — Бытует мнение, что друзьям лучше не работать вместе. При всей спорности этого тезиса в нем есть доля истины: не всякая дружба выдерживает ситуацию, когда перемешиваются деловые и личные интересы. Возможно, это — весомый аргумент для вашей подруги. А может, она считает вас прекрасным человеком, но не уверена в вашей квалификации.

С другой стороны, была ли конкретная просьба? Вы не подумали, что подруга могла элементарно не понять из намека, что от нее ждут реальных действий? Важно еще уяснить: работодатели предпочитают обходить стороной людей, которые плохо отзываються о прежних своих руководителях и коллегах, чтобы потом так же не попасть в «немиловость». В ваших силах прояснить ситуацию: прямо спросите подругу, может ли она помочь — недосказанность лишь вызывает напряжение в отношениях. Но учтите: в силу различных обстоятельств даже самый близкий человек может отказать в помощи, однако это не повод вычеркивать его из своей жизни.

Оксана ЛУШАНИНА, психолог, г. Санкт-Петербург

Совет дня



Муж? Не говори, что не джуж!

Как не надорваться главе семьи

Жена выписывает «Сваты» из-за советов. А я развлекаюсь, просматривая объявления о знакомствах. Боже, сколько же дамочек жаждут жить «как за каменной стеной», заполучив «надежного, обеспеченного, нежадного, чуткого» мужчину без вредных привычек и с автомобилем! Что предлагают взамен? Любовь к путешествиям и цветочкам. То есть ты должен пахать как папа Карло; чутко угадывать и финансировать желания спутницы; не можешь позволить себе иногда расслабиться с друзьями, чтобы не прослыть «алкашом»... А в ответ — не забота, не домашний уют и вкусный обед. Нет, тебе милостиво разрешат оплачивать туры жены и ее страсть к экзотичным орхидеям. «Равноценный» бартер, правда? Почему пишу об этом? Да потому что 17 лет сам был «каменной стеной» в первой семье — пока не понял, что стеночка вот-вот рухнет...

Я искренне считал (и поныне уверен), что главой семьи — добытчиком, защитником и стратегом — должен быть мужчина. Не придуманный «Гоша» из фильма «Москва слезам не

верит», а тягучий и рукастый мужик, способный обеспечить комфортную жизнь близким. Ради этого работал на полторы ставки, по вечерам таксовал, чтобы сшибить лишнюю копейку. В отпуск летал с приятелем на Камчатку: там в путину можно было «поднять» неплохие деньги на разделке рыбы. Купил хорошую квартиру и отдал ее с иголки. Даже в кошмарные 1990-е жена и дочка ни в чем не нуждались — души в них не чаял.

Но адски уставшим возвращался домой — и сам варил пельмени из холодильника или жарил яичницу: супруга смотрела очередное ток-шоу либо сидела с подругами в кафе. Стирал тоже сам: спасибо машинке-автомату. Затекала жена крупную попку — от моего мнения отмахивалась. Дочка-подросток мне — либо: «Дай денег!», либо: «Не твоё дело!» А когда после инфаркта выписался из больницы и вынужден был горстями глотать таблетки, жену и дочку больше заболело, смогу ли я обеспечить им прежний достаток? И однажды спросил себя: «Зачем рву жилы?» Свалюсь завтра — кому станет лучше: нахлебнице-жене, дочке, мне? И ушел, оставив им все, с одним чемоданом в руках.

Пять лет снимал жилье, шабашил, мотался на Камчатку, чтобы оплачивать дочке учебу в вузе и скопить денег себе на квартиру. Потихоньку все наладилось. Потом встретил Лину с 10-летним Андрюхой и вернул себе смысл жизни. Потому что почувствовал: для них я — не «банкомат в штанах», а человек, которого ценят и о чьем здоровье заботятся. Я за них в ответе и буду рвать жилы, чтобы жена и сын счастливо жили за мной как за каменной стеной. Поскольку сам так чувствую себя за ними.

Чего и вашим читательницам желаю.

Алексей, г. Гродно

Удачный день — это



тысяч шагов



минут медитации



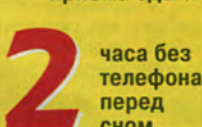
приема еды и 3 перекуса



часов сна



фруктов/овощей



часа без телефона перед сном



стаканов воды



перерыва на отдых



занятие спортом



Этот сплетник Интернет...

Как приготовить оригинальный салат, чем спастись от гипертонии? «Гугл в помощь!» Но сегодня Интернет — уже не только шпаргалка на все случаи жизни: в нем мы общаемся, обсуждаем проблемы, ищем поддержки... И не всегда задумываясь, какие опасности могут при этом подстерегать.

По секрету всему свету

Парадокс: чем больше мы отдаляемся от реальных соседей по лестничной площадке, тем откровеннее становимся в виртуальном мире! Диву даешься, глядя, какие сокровенные тайны выкладывают в лентах соцсетей и на форумах. Разделить под орех сварливую свекровь? Признаться в недавнем флирте с коллегой? — Запросто! Оно вроде и понятно: выплеснув эмоции в «жилетку» компьютера, мы очищаем душу от негатива. В Сети всегда найдутся желающие сопереживать, советовать, делиться опытом. Пообщался — и вроде полегчало. Подобная «психотерапия» кажется безопасной: ведь наши откровения защищены логинами, никами, паролями... А после изумляемся, обнаружив, что виртуальный «друг» подло вывалил тайны в открытый доступ, снабдив циничными комментариями, вволю потоптался на ваших чувствах. И вот уже свекровь мстительно поджала губы, муж сгорает от ревности... Всего-то и нужно: трезвее смотреть на жизнь, не распахивать душу перед незнакомцами, не предавать огласке семейные проблемы — они уже не только ваши.

Анонимный «доброхот»

Безусловно, в Сети много людей, принимающих близко к сердцу чужие невзгоды. Но как часто люди дают советы не из искреннего желания помочь, а по иным мотивам: из стремления продемонстрировать псевдоосведомленность, «оседлать» чье-то

сознание. Ваши переживания для таких «доброхотов» — лишь благодатная почва для самоутверждения. Вы уверены, что общаетесь со специалистом, а на деле — с пустомелей, чья цель — собрать побольше «лайков». Помните главный принцип соцсетей: «Доверяй, но проверяй».

Готовьте ваши денежки

Еще одна опасность — мошенничество. Усыпив вашу бдительность «ахами-охами» сочувствия, злоумышленники не прочь пожить на доверчивости. Вы ищете работу — непременно предложат «исключительно вам» супервыгодную вакансию: только сбросьте зную сумму за помощь. Переживаете за судьбу больных детей — «сердобольные» жулики тут же подсунут номер счета «благотворительного фонда». Прежде чем переводить туда деньги, не поленитесь найти сайт такого «фонда», узнать контакты и подробности. Промышляют мошенники и на сайтах знакомств. Если вы в активном поиске, защитите личные данные; регистрируйтесь на серьезных порталах; не переводите денег, какой бы душещипательной ни казалась история собеседника; перед тем как начать общение, изучите профиль вашего контактера в Сети. Если партнер выпытывает адрес, чтобы «заскочить с тортиком в гости», насторожитесь — вы ведь знакомы всего два дня. Помните: мошенники — отличные психологи. Не стать их жертвой можно, лишь проявив осторожность.

Наш эксперт — психолог
Ольга Прилиш



Чужая тайна

Во время уборки случайно нашла дневник 14-летней внучки и заглянула в него. Сколько там переживаний у бедной девочки! Но как мне ей помочь — не признаваться же, что подсмотрела чужие тайны?

Лидия Петровна, г. Витебск

— Для начала хочу напомнить бабушке: каждый человек (и взрослый, и подросток) должен иметь пространство, куда окружающие не вправе проникать без приглашения. Вас там не ждут! Даже когда дневник лежит на видном месте — заглядывать в него недопустимо! И если внучка узнает о вашем поступке, то рискуете навсегда потерять уважение в ее глазах.

У девочки-подростка появляются новые отношения и переживания. Ведение дневника помогает ей лучше понимать себя, учит выражать мысли и чувства. В этот период ваша внучка особенно нуждается в деликатном добром совете, мудрой подсказке, но не в жестком контроле, основанном на окриках и запретах. Подросток должен сам набить свои шишки. Предоставьте девочке больше свободы и одновременно делегируйте больше ответственности за ее поступки. Но не забывайте незаметно подстраховывать: подросток, в силу дефицита жизненного опыта, сам не всегда может правильно проанализировать собственное состояние, ситуации, в которые попадает.

Хотите, чтобы внучка раскрылась перед вами — поддержите ее пониманием и умением выслушать, осторожно задавайте наводящие вопросы, не спешите высказывать оценки, делитесь собственным опытом в схожих сложных ситуациях. Это укрепит доверие со стороны девочки и повысит ваш авторитет.



Цель Т

НАТУРАЛЬНЫЙ ПРЕПАРАТ
ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ АРТРОЗОВ
И ЗАБОЛЕВАНИЙ СУСТАВОВ

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ НЕОБХОДИМО
ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Испытано на себе

Против перхоти использую такой рецепт: 3-5 ч.л. измельченных сухих листьев крапивы заливаю стаканом воды, выдерживаю 10 минут на водяной бане, процеживаю. Втираю отвар в кожу головы каждый день в течение недели.

Елена СЕЛИЩЕВА

Эффективно оживляет кожу лица такая маска. Растираю 1 ч.л. овсяных хлопьев с 3 ст.л. теплого молока. Полученную массу 1-2 раза в неделю наношу на лицо и оставляю на 15-20 минут, смываю теплой водой.

Лариса М., по e-mail



«Подкрепимся» горчицей

Волосы становятся густыми, их кончики не секутся, если использовать простую маску. Смешиваю до однородной консистенции по 2 ст.л. теплой воды, горчичного порошка и растительного масла (а лучше — косметического), 1 ч.л. сахара, 1 яичный желток. Наношу на корни волос, надеваю шапочку для душа и укутываю голову полотенцем. Через 30 минут смываю теплой водой. Процедуру провожу один раз в неделю в течение двух месяцев. Через пару месяцев курс можно повторить. Важно: перед применением нанесите немного средства на запястье, чтобы проверить, нет ли аллергической реакции.

Елена БОЛБАС, г. Минск

Тот еще фрукт

Для увеличения пышности
и блеска волос раз в неделю
«подкармливаю» их бананом.

Разминаю мякоть половинки спелого фрукта, подмешиваю взбитый желток куриного яйца, 3 ч.л. меда и 5 ч.л. оливкового масла. Массирующими движениями втираю массу в кожу головы и распределяю по всей длине волос. Надеваю шапочку для душа и оставляю на 30-40 минут. Тщательно смываю маску теплой водой с шампунем.

Екатерина БОРОДИЧ, Брестская обл.



Дешево

Терпеть не могу, когда шелушится кожа губ, — выглядит неэстетично, и помада не ложится ровным слоем. На выручку приходит домашний скраб: смешиваю вазелин с сахаром и осторожно наношу на губы. Смываю ромашковым чаем.



Маска «На дрожжах»

Раз в неделю готовлю «дрожжевое тесто» для лица.

Несколько таблеток пивных дрожжей измельчаю в порошок, просеиваю 1 ст.л. ржаной муки. Постепенно вливаю теплую кипяченую воду — до получения консистенции сметаны. На сутки оставляю массу в теплом месте. Затем массирующими движениями наношу на кожу, через 20 минут

смываю зеленым чаем. Такая маска богата витаминами группы В — они улучшают цвет лица, устраняют шелушение. А входящие в состав аминокислоты стимулируют выработку коллагена, что дает омолаживающий эффект.

Галина МОЙСЕНКО,
г. Могилев



Желатин от морщин

Вот рецепт, который я использую для борьбы с морщинами.

1 ч.л. желатина заливаю 2 ст.л. воды и оставляю набухать. Затем добавляю 1 ст.л. меда, тщательно перемешиваю, доливаю еще 2 ст.л. воды и растворяю ингредиенты на водяной бане. Сняв с огня, снова перемешиваю, даю остыть. Наношу средство на лицо (избегая области вокруг глаз), держу 15-20 минут, смываю теплой водой. После процедуры использую питательный крем.

Елена КАЛАЙДА, г. Воронеж



← АКЦИЯ! ARNEBIA



Реклама

Мозоль исчезла

Избавиться от сухой мозоли нетрудно. Я смешивала по 1 ст.л. измельченных на мелкой терке лука и хозяйственного мыла, добавляла столько же сметаны. Выкладывала массу на

сложенный в несколько слоев бинт, закрепляла его на мозоли на ночь, сверху надевала полиэтиленовый пакет. Мозоль сошла через 4 дня.

Марина КУНЦЕВИЧ, г. Могилев



Калоз — с почтением

Если чувствую, что подхватила простуду, смешиваю в равных частях сухое сырье: кору ивы, липовый цвет, цветки ромашки, плоды шиповника. На ночь 1 ст.л. сбора заливаю в термосе стаканом кипятка. Утром процеживаю, добавляю 1 ч.л. сока алоэ. Принимаю трижды в день по 1/3 стакана за 15 минут до еды и быстро иду на поправку.

Наталья СКРИДЛЕВСКАЯ,
по электронной почте



Комментарий специалиста

Этот рецепт эффективен при начинающейся простуде. Но обратите внимание: нужно брать только свежий сок алоэ и правильно подготавливать листья растения для дальнейшего использования.

Если боитесь ножом повредить листик (царапины ускоряют высыхание), то не срезайте его, а аккуратно отламывайте у основания.

Концентрация активных веществ станет выше, если в течение

7-10 дней до срезания листьев (берем только нижние, длиной от 15 см) не поливать алоэ.

Сырье заверните в пищевую пленку и отправьте на нижнюю полку холодильника на 10-14 дней, после чего выжимайте сок. Кстати: летом растение накапливает его, а все активные компоненты становятся наиболее эффективными лишь к зиме.

Гульнара ШАЙХУТДИНОВА, врач,
г. Казань

Золотистый лекарь

Лапчатка кустарниковая (курильский чай) по содержанию витамина С может соперничать с лимоном, шиповником, черной смородиной, капустой. Стакан золотистого отвара на ночь гарантирует глубокий спокойный сон. Полезно пить во время эпидемий гриппа и простуд, людям, перенесшим тяжелые заболевания, операции. 1 ч.л. сухих измельченных побегов за-

лейте стаканом кипятка, настаивайте 20 минут, процедите. Выпивайте за один раз.

Противопоказан при пониженном давлении, беременности, повышенной свертываемости крови.

Ольга КОВАЛЕВА,
травница,
хозяйка магазина
«Травники Сибири»,
г. Красноярск.
Фото Александра
ЛИТИНА



«Погоняем» желчь

При застое желчи помогает сок квашеной капусты. Принимала его по 1/3 стакана трижды в день за 15-20 минут до еды. Курс — 1,5 месяца. После прошла УЗИ брюшной полости — результат показал, что лечение проводила не зря.

Светлана, г. Киев



Комментарий специалиста

Соки из овощей и фруктов улучшают отток желчи. Но лечение нужно проводить осторожно: избыток соли в жидкости от заквашенной капусты усугубляет проблему. Советую разбавлять капустный сок свежесжатым морковным (1:1). Средство принимайте, начиная с 1 ст.л. и постепенно увеличивая дозировку до 1/3 стакана. Обязательно проконсультируйтесь с врачом, так как есть противопоказания: повышенная кислотность желудка, язва, аритмия, хронические заболевания печени, почек, поджелудочной железы, диарея.

Для нормализации оттока желчи важно соблюдать диету, питаться небольшими порциями 5-6 раз в день. Полезны каши, кисломолочные продукты, богатые клетчаткой фрукты и ягоды. Не налегайте на мясные и рыбные бульоны, бобовые, крепкий чай и кофе, копчености, соленья. Старайтесь выпивать в день 1,5 л чистой воды (при отсутствии противопоказаний).

Виктор ЛОГИНОВ,
терапевт



Астрологический прогноз

В мае природа, расцветая, преображается на глазах. Сделайте и вы свою жизнь цветущей и комфортной. Больше времени проводите на свежем воздухе и обязательно «выходите в люди» — посещайте театр, выставки, принимайте гостей и сами не отказывайтесь от приглашений.



Овен

(21 марта — 20 апреля)

В семейной и личной жизни Овнов в мае все будет складываться благоприятно. Нет сложностей, а значит, и сетовать не на что. Но звезды советуют вести себя в соответствии с социальными нормами и правилами. В противном случае излишняя прямолинейность может отпугнуть от вас друзей и родственников.



Лев

(23 июля — 23 августа)

В мае Львам следует быть осторожнее с любыми инициативами, которые затрагивают интересы семьи или коллектива. Звезды советуют прислушиваться к рекомендациям старших родственников либо коллег. Ведь в вопросах, которые вас беспокоят, они имеют гораздо больше опыта.



Стрелец

(23 ноября — 21 декабря)

Готовность к испытаниям, предначертанная судьбой, — майский лейтмотив Стрельцов. В любой проблеме вы посчитаете нужным разобраться, взвесить все «за» и «против» и принять разумное решение. Но может случиться, что ваша инициатива окажется заблокированной состоянием здоровья.



Телец

(21 апреля — 20 мая)

Осторожность и расчетливость Тельцов при принятии решений может побудить их отказаться от перспективных предложений, связанных с землей и недвижимостью. Хватит «подстилать соломку» и оглядываться назад. Пришло время смело двигаться вперед. Ваши замыслы окажутся удачными.



Дева

(24 августа — 23 сентября)

Для Дев открываются интересные перспективы, связанные с деловой и семейной жизнью. Возможно, это престижная работа или карьерный рост, новое место жительства. Отбросьте нерешительность, берите инициативу в свои руки. Вы способны убедить близких в необходимости перемен.



Козерог

(22 декабря — 20 января)

Представителям этого знака всегда приятнее заниматься рабочими делами, чем ocupаться в домашние хлопоты. Но перекладывать все на плечи супруга (-и) не следует, тем более что ваш авторитет позволит решить возникшие проблемы быстрее и качественнее.



Близнецы

(21 мая — 21 июня)

Близнецам, в отличие от Тельцов, в мае лучше отказаться от экспериментов и не настаивать на немедленной реализации своих идей и планов. Любые нововведения и кардинальные перемены ваши близкие не оценят, а значит, невольно станут создавать помехи.



Весы

(24 сентября — 23 октября)

Избежать семейных разборок Весам в мае вряд ли удастся. Ваши рассуждения типа «как бы все могло быть, если бы...» не дадут положительного результата. А значит, если проблемы не миновать, то лучше ее преодолеть. Но прежде чем идти на абсордаж, подумайте, что будете делать в случае победы.



Водолей

(21 января — 18 февраля)

В этом месяце лучше придерживаться принципа: «Не буди лихо, пока оно тихо». Даже если вы загружены работой по службе, приоритет следует отдать семье. Любые отговорки типа «некогда», «я занят» и т.д. не помогут, а только приведут к взаимным обидам и ссорам.



Рак

(22 июня — 22 июля)

Замкнутые Раки способны в этом месяце раскрепоститься, что доставит удовольствие не только им самим, но и окружающим. Используйте для общения совместный шопинг, посещение кафе, театра. Однако обдумайте варианты развития событий и последствия своих инициатив никогда не мешает.



Скорпион

(24 октября — 22 ноября)

В семейной жизни в конце весны представители знака настроены на созидание и готовы внести новые инициативы. Близким остается довериться их интуиции и использовать благоприятные обстоятельства, ведь энтузиазм у Скорпионов вскоре сойдет на нет, и все останется по-прежнему.



Рыбы

(19 февраля — 20 марта)

Май для людей, рожденных под знаком Рыб, благоприятен для активного общения с родственниками и друзьями. При этом не следует стесняться проявлять любопытство и заинтересованность в их делах, а при необходимости и самим обратиться за советом или помощью.

РАСЧЕТЛИВОСТЬ ТЕЛЬЦОВ МОЖЕТ ПОБУДИТЬ ИХ ОТКАЗАТЬСЯ ОТ ПЕРСПЕКТИВНЫХ ПРЕДЛОЖЕНИЙ, СВЯЗАННЫХ С ЗЕМЛЕЙ И НЕДВИЖИМОСТЬЮ. ХВАТИТ «ПОДСТИЛАТЬ СОЛОМКУ» И ОГЛЯДЫВАТЬСЯ НАЗАД. ПРИШЛО ВРЕМЯ СМЕЛО ДВИГАТЬСЯ ВПЕРЕД. ВАШИ ИНИЦИАТИВЫ ОКАЖУТСЯ УДАЧНЫМИ.

Ирина Купченко:

«Нужны фильмы, помогающие жить»

Она снималась во многих любимых несколькими поколениями зрителей фильмах — «Обыкновенное чудо», «Старые клячи», «Забывшая мелодия для флейты», «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона», «Одинокая женщина желает познакомиться», «Звезда пленительного счастья»... Два года назад Ирина Купченко была присуждена российская национальная кинематографическая премия «Ника» за лучшую женскую роль (в картине «Училка»).

— Ирина Петровна, вы сразу согласились на главную роль в этом фильме?

— Да, потому что сценарий меня заинтересовал. Я благодарна режиссеру, что появилась возможность высказать в роли свое мнение об учителях. Главная проблема школы в том, что из нее убрали воспитательную функцию. А ведь именно в возрасте 14–15 лет формируется личность. Я полностью согласна с моей героиней, когда она произносит: «Гаджеты в ваших руках — это бессмысленные коробочки, которые заменяют вам жизнь». Сейчас слишком много агрессии, поэтому в наше время необходимы фильмы, которые помогают жить. Искусство не должно быть деструктивным, не должно разрушать психику человека, его представление о мире. Основная задача искусства — поддержать, помочь, воспитать чувства, развить в каждом силу духа, желание жить и не терять надежды.

— Сейчас модно открывать свои сайты, регистрироваться в социальных сетях для общения. Как к этому относитесь?

— Категорически отрицательно. В нашей молодости мы вполне без них обходились и были счастливы — писали друг другу письма, звонили. А сейчас все заменили соцсети. Мне непонятно, как можно общаться анонимно, не отвечать за свои слова, что угодно написать, очернить, оскорбить? Смешно отрицать, что в соцсетях много хорошего, полезного, но есть и недопустимые вещи. Особенно опасен виртуальный мир для подрастающего поколения — в него настолько погружаются, что теряются в реальной жизни. Я читала, что Стив Джобс своим детям не разрешал пользоваться компьютерной техникой больше чем полчаса в день. И это правильно, потому что реальный мир ничем нельзя заменить.

— Не хотели бы передать свой опыт студентам в театральном вузе?

— Не чувствую потребности преподавать. Наверное, нет педагогического призвания. Я пострадала от учителей в Щукинском училище. Диана Андреевна Андреева была прекрасной комедийной актрисой, но когда ставила со мной спектакль «Чайка», где у меня была характерная роль Нины Заречной, то создавала его под себя — как бы она сыграла. К сожалению, Диана Андреевна не понимала, что я — ее антипод, и для меня большей муки не было, чем работать с ней над спектаклем. То, что Андреева пыталась втиснуть в меня, я отрицала, потому что это не я. Так же и народная артистка СССР Цецилия Львовна Мансурова — она была прекрасной театральной актрисой, но когда мне что-то показывала, я отвергала, потому что другая. После окончания театрального училища, чтобы меня взяли в Театр Вахтангова, нужно было показать отрывок из спектакля. И, к моему ужасу, мне ничего было показать — со своими преподавателями я не могла подготовить роль! Была слишком зажата, ничего не получалось. Театральный режиссер Александра Исааковна Ремизова, увидев мою растерянность, буквально за два дня поставила мне отрывок из спектакля. С ней было легко и приятно работать, потому что она доступно объясняла суть постановки, оценивала меня. Вот такие люди должны учить студентов. К сожалению, много хороших актеров идут в преподаватели без всякого призвания...

— Почему после окончания школы вы поступили в Киевский университет на учителя иностранного языка, а не в театральный?

— С детства увлекалась танцами и мечтала быть балериной. Но для балета была слишком высокой, и в хо-



реографическое училище меня не взяли. Любовь к балету не пропала, я до сих пор его обожаю. А тогда с удовольствием стала посещать театральный кружок. Уже после первых занятий руководитель кружка сказал мне: «Деточка, твое место в театре». Мои родители (папа — военный, мама — учитель английского языка) были против такого увлечения, и я не смогла их послушаться — поступила в Киевский университет на романо-германское отделение. Но после первого курса поняла, что это не мое, и уехала в Москву пробовать в театральный вуз. В столице знакомых не было, поэтому неделю ночевала на вокзале. Однако судьба была благосклонна, и я поступила в Театральное училище имени Щукина.

— Вам важно, как выглядите на экране?

— С возрастом уже не важно. Никогда не мечтала лучше выглядеть на экране. И никаких секретов вечной молодости у меня нет. Всем рекомендую меньше есть и больше спать. Моя фигура поддерживается голодовками. А актерская форма — только постоянной работой. Я счастлива, что занята в Театре Вахтангова, где у меня много интересных ролей, что приглашают в кино.

— Как отдыхаете?

— Природа восстанавливает силы, поэтому свободное время провожу на даче. Люблю гулять в лесу, слушать птиц, сидеть под деревом и любоваться бабочками, птичками. Нравится выращивать цветы, но, к сожалению, на это часто не хватает времени.

Беседовал Артур МЕХТИЕВ.
Фото с ресурса culture.ru

Отзовитесь

Екатерина, 57/168/85. Без материальных и жилищных проблем. Познакомлюсь с порядочным мужчиной 55-60 лет, чистоплотным, нежным, в/п в меру, с личным автомобилем, без материальных затруднений, из Краснодарского края. Альфонсов и лиц из МЛС прошу меня не беспокоить. **Тел.: 8-967-303-79-27.**

Елена, 60/156. Люблю готовить, вязать. Живу в Мурманске. Познакомлюсь со здоровым мужчиной до 70 лет. Судимых прошу меня не беспокоить. **Тел.: 8-906-290-11-81.**

Татьяна, 52/170/100. Хочу познакомиться с человеком, который бы меня понял. Интересуют также музыканты, которые смогли бы положить на ноты сочиненные мною песни. Желательно, чтобы вы были из г. Архангельска, Карелии. Судимых прошу не писать. **Адрес: 173021, г. Великий Новгород, ул. Попова, д. 3, кв. 100.**



Все, что в жизни есть у меня

Музыка В. Добрынина
Слова Л. Дербенева

Мир не прост, совсем не прост,
Нельзя в нем скрыться от бурь
и от гроз.
Нельзя в нем скрыться от
зимних выюг
И от разлук, от горьких разлук.
Но кроме бед, непрошенных бед,
Есть в мире звезды и солнечный свет,
Есть дом родной и тепло огня,
И у меня, есть ты у меня.

Припев:

Все, что в жизни есть у меня,
Все, в чем радость каждого дня,
Все, о чем тревоги и мечты,
Это все, это все — ты!
Все, что в жизни есть у меня,
Все, в чем радость каждого дня,
Все, что я зову своей судьбой,
Связано, связано только с тобой!

Мир не прост, совсем не прост,
Но не боюсь я ни бурь и ни гроз.
Не страшен холод, не страшен
зной,
Если со мной, ты рядом со мной.
И не грусти, ты зря не грусти,
Когда вдруг встанет беда на пути, —
С бедой я справлюсь, любовь храня,
Ведь у меня, есть ты у меня.

Припев.

Людмила, 65 лет. Вдова, не лентяйка, люблю домашний уют, работать в саду и огороде. Познакомлюсь с мужчиной до 70 лет. Почему не попытаться стать счастливыми? **Тел.: 8-900-474-01-61.**

Николай, 58/170/62. Проживаю в селе, веду хозяйство, жильем обеспечен. Познакомлюсь с одинокой, спокойной женщиной 55-58 лет, без в/п, согласной на переезд, желательно из Пермского края или соседних областей. **Тел.: 8-922-327-05-78.**

Ольга, 44/173/73. Вдова, без в/п, без жилищных и материальных проблем, Телец. Для дружеского общения (в дальнейшем возможны серьезные отношения) познакомлюсь с мужчиной 40-50 лет. Пьющих и альфонсов прошу меня не беспокоить. **Тел.: 8-930-168-26-10.**

Марина, 62/162. Вдова, взрослые дети живут отдельно. Есть квартира в Нижнем Новгороде и дом на берегу Волги. Познакомлюсь с добрым, понимающим, в меру пьющим мужчиной. **Тел.: 8-960-173-48-50.**

Татьяна, 55/160/70. Вдова, Близнецы, материально и жильем обеспечена. Познакомлюсь с мужчиной 55-65 лет. Лентяев, пьяниц, тунеядцев, лиц из МЛС прошу меня не беспокоить. **Тел.: 8-904-311-64-19.**

Михаил, 46/190/90, без в/п, инвалид II группы. Люблю природу и домашний уют. Для создания семьи познакомлюсь с порядочной, заботливой женщиной близкого мне возраста (можно с инвалидностью), согласной на переезд. Ребенок — не помеха. Пьющих, курящих, судимых прошу меня не беспокоить. **Тел.: 8-950-808-26-32.**

Вдовец, 43/183/89, стройный, симпатичный, трудолюбивый, надежный, без в/п. Для создания семьи ищу женщину, желательно без детей или с одним ребенком. Согласен на переезд. **Адрес: 398005, г. Липецк. До востребования. Белозерову Николаю Александровичу.**

Елена, 60/160/60, вдова. Спортивная, без в/п, Телец. Ищу москвича от 60 лет, общительного, без в/п, без детей и внуков, материально обеспеченного. **Адрес: 301632, Тульская обл., г. Узловая, п. Дубовка, ул. Горького, д. 1, кв. 13. Арепьевой Елене Петровне.**

Галина, 51/165/60. Без в/п, Рак. Хочу познакомиться с мужчиной 55 лет, рост 170 см. **Адрес: 184703, Мурманская обл., пос. Умба, ул. Дзержинского, д. 66, кв. 48. Девятикиной Галине Павловне.** **Тел.: 8-911-800-37-97.**

Надежда. Буду другом и любящей женщиной мужчине до 60 лет — порядочному, надежному, энергичному. **Тел.: 8-927-913-80-56.**

Алла, 68/165/85. Порядочная, трудолюбивая, с чувством юмора, оптимистка. Люблю уют. Познакомлюсь с мужчиной 65-70 лет, ростом от 170 см, без в/п. **Тел.: 8-961-312-95-18.**

Ирина, 23 года. Живу с родителями, есть брат и две сестры. Ищу мужчину 25-37 лет, несудимого. **Адрес: 346846, Ростовская обл., Неклиновский р-н, с. Беглиця, ул. Садовая, д. 56.**

Алексей, 55 лет. Живу в Москве. Увлекаюсь поэзией, посещаю литературные вечера и концерты классической музыки. Ищу родственную душу для совместного посещения этих мероприятий. **Тел.: 8-977-356-56-31.**

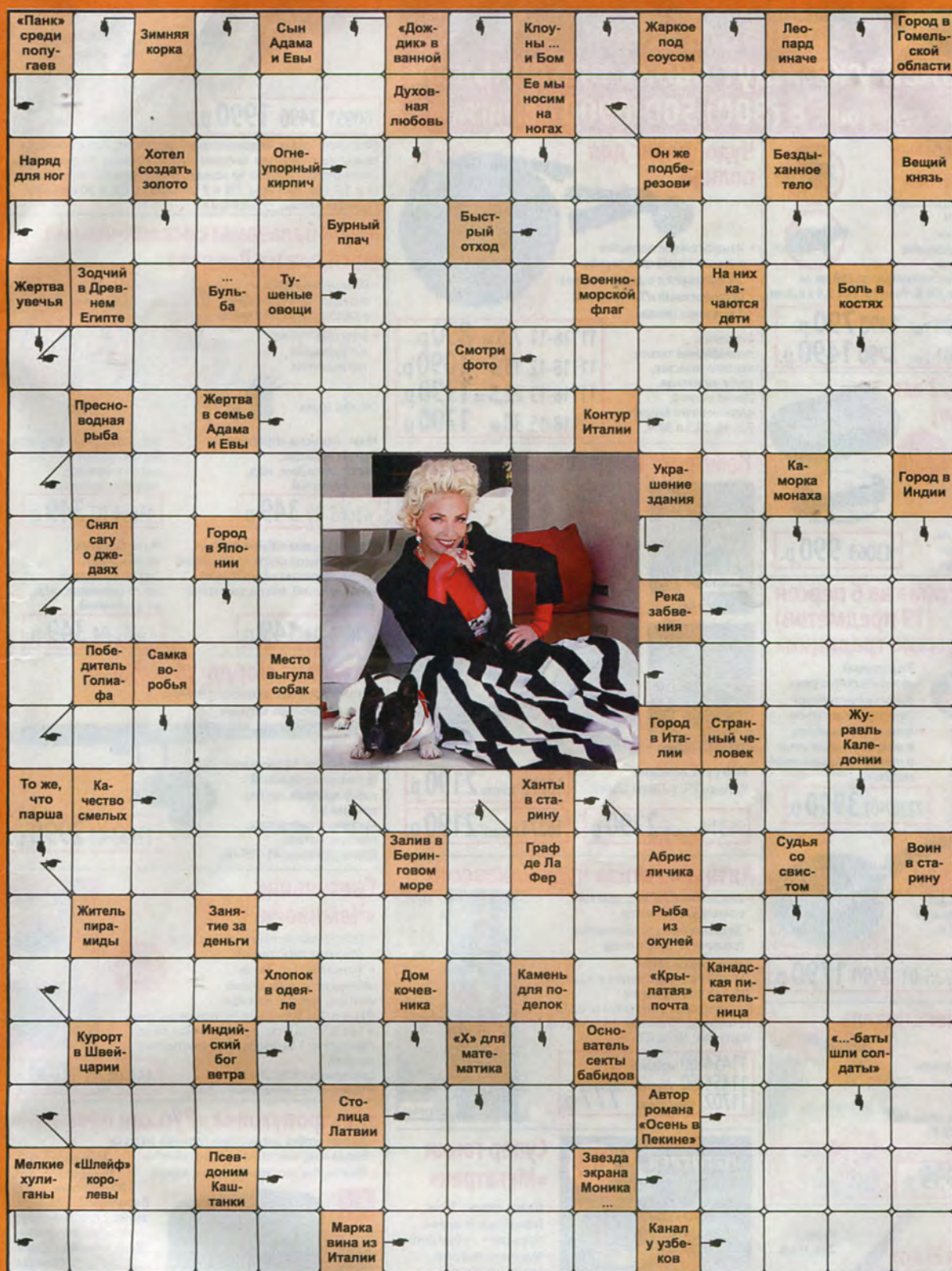
Надежда. Люблю петь, фотографировать. Хочу познакомиться с порядочным военным пенсионером 49-55 лет, ростом не ниже 177 см, неполным, обеспеченным жильем, который любит рыбалку, охоту, не курит и не пьет. **Тел.: 8-932-427-22-16.**

Женщина, 45 лет. С чувством юмора, без в/п, имею свою жилплощадь в Альметьевске. Познакомлюсь с нежным мужчиной 45-58 лет, можно из сельской местности. Отвечу на звонки из Татарстана или соседних регионов. **Тел.: 8-927-247-18-68.**

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

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





По горизонтали: Какаду, Обабок, Шамот, Штаны, Бегство, Рагу, Имхотеп, Вайкуле, Авель, Сапог, Вомер, Декор, Лукас, Лета, Милан, Давид, Отвага, Остак, Фараон, Работа, Пагр, Вебе, Руа, Ваю, Бао, Сви-та, Рига, Виан, Тетка, Витти, Шлана, Асти, Арык.
По вертикали: Наст, Каин, Душ, Бим, Соте, Барс, Лоев, Агапе, Обувь, Алхимик, Гойс, Труп, Олег, Рев, Инвалид, Тарас, Качели, Ломота, Келль, Ранчи, Акига, Воробышка, Двор, Анана, Атос, Овал, Тип, Кагу, Фа-вус, Арбитр, Ратник, Вата, Юрта, Агат, Авиа, Икс, Аты.

СЕГОДНЯ ТАКЖЕ ВЫШЛИ:

«Наша кухня. Салаты и закуски»
 «Наша кухня. Выпечка»
 «Сваты на даче»
 «Сваты на кухне»
 «Сваты на пенсии»
 «Цветок»
 «Народный доктор»
 «Домашний»
 «Садовод и огородник»
 «Золотые рецепты наших читателей»
 «Толока. Делаем сами»
 «Волшебный»
 «Счастливая и красивая»
 «Саша и Маша: 1000 приключений»
 «Самобранка. Салаты и закуски»
 «Бенефис огурцов: от салатов до закаток»
 «Такие разные спиреи»

Следующий номер выйдет 8 мая

Журнал «Сваты» № 8 (122), апрель 2018 г.

Издаётся с апреля 2013 г. Выходит два раза в месяц

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

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

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

Адрес для писем: РФ, 214000, г. Смоленск,
 Главпочтамт, а/я 200. E-mail: svaty@toloka.com

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

Номер подписан в печать 13.04.2018 г. в 20.00 Зак. № 01249

Тираж 188 400 экз., отпечатан в ООО «Возрождение»
 РФ, 214000, г. Смоленск, ул. Бабушкина, д. 8, офис 1

По вопросам рекламы обращаться по тел.:
 (8-4992) 53-44-28; (8-9036) 15-56-07

E-mail: reklama_ru@toloka.com

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

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

Вы можете оформить подписку с любого месяца

по индексам: 83420 «КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ»;

82621 «Пресса России»; П1215 «Подписные издания».

Официальный каталог ФГУП «Почта России».

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

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

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

Цена свободная

Иллюстрации фото Shutterstock.com, Depositphotos.com, Rusmedabank.ru

LEOMAX**АКЦИЯ
«Счастливым шансом»****100 000 рублей уже ищут своих владельцев!****Оформи заказ по телефону: 8 (800) 500-6900 и ВЫИГРАЙ!****Отпугиватель насекомых
и грызунов «Защитник»**

- Безопасен для людей и животных
- Экономичное энергопотребление

Материал: пластик.
Зона эффективного влияния: до 200 кв. м.
Работает от сети 230 В. Размер: 11 x 7,5 x 6,5 см.

10034-01 1 шт. **1490 790 р.**
10035-01 2 шт. **2790 1490 р.**

**Очки «Фокус Плюс», 2 шт.
(Big vision складные)**

- Визуально увеличивают предметы в 1,6 раза
- Оставляют руки свободными
- Подходят мужчинам и женщинам
- Складная конструкция

Материал: пластик.
Расстояние между дужками: 13,5 см.
В комплекте: увеличительные очки
«Фокус плюс» — 2 шт., футляр — 2 шт.



43063 **990 р.**

**Обеденный сервиз на 6 персон
(19 предметов)
«Русские традиции»**

Материал: стекло.

- Уникальный дизайнерский сервиз
- Высококачественное ударопрочное стекло
- Можно использовать в микроволновой печи и мыть в посудомоечной машине

В комплекте:
6 плоских тарелок Ø23 см,
6 плоских тарелок Ø18 см,
6 суповых тарелок Ø18 см,
1 сервировочная тарелка Ø22 см.

22287-01 **3990 р.**

**Блинница Leomax
Provance («Прованс»)**

- Понадобится всего одна капля масла
- Облегченный нагревательный элемент равномерно нагревает поверхность

Материал: металл,
антипригарное покрытие,
пластик. Мощность: 650 Вт.
Напряжение: 220 В.

21725-01 **2490 1790 р.**

**Электрический измельчитель
«Молния»**

- Простое управление одним нажатием
- 2 ножа из высококачественной нержавеющей стали

Материал: пластик, нержавеющая сталь.
Напряжение: 220 В. Мощность: 300 Вт.
В комплекте: измельчитель,
одинарный нож,
двойной нож.
Объем чаши: 1,8 л.

22634 **1999 р.**

**Двусторонняя
сковорода «Мастер Жар»**

- Пищу можно обжаривать с 2 сторон, не открывая сковороды
 - Герметизирующий силиконовый ободок
 - Антипригарное покрытие
 - Магнитные замки
- Подходит для плит любого типа, кроме индукционных.

Размер:
28 x 21 см.

21281 **2490 р.**

**Чудо-шланг для
полива**

- Износостойкое покрытие и увеличенный срок службы
- Увеличивается в длину до 3 раз
- Суперпрочный и суперлегкий
- 7 режимов полива

Материал:
полиэфирное тканое
полотно, пластик,
труба латексная.
Длина шланга,
заполненного водой:
7,5; 15; 22,5 и 30 м.

11118-11 7,5 м **890 р.**
11118-12 15 м **1090 р.**
11118-13 22,5 м **1390 р.**
11118-15 30 м **1790 р.**

Комплект штор «Символ счастья»

Материал: габардин.

Размер: 150 x 270 см (2 шт.).

16272 Золото **2190 р.**

16314 Белый **2190 р.**

16274 Бордо **2190 р.**

Антимоскитная чудо-занавеска

- Автоматически закрывается с помощью магнитов
- Защищает дом от насекомых, тополиного пуха и пыли

Размер одной сетки:
210 x 50 см («Подсолнух») и «Цветы»),
210 x 45 см («Облака»).
В одном комплекте: сетка (2 шт.),
12 липучек, 20 кнопок, 18 магнитов.
Материал: 100% ПЭ.

11454-60 «Облака»
11454-50 «Цветы»
11702 «Подсолнух» **777 р.**

**Супер гонки
«Мегатрек»**

- Длина трассы: 3,3 м
- Гибкой трассе можно придавать любую форму
- Машинка светится цветными огнями, подсвечивая трассу

16497-01 **999 р.**

В комплекте: машинка в ассортименте (2 модели и 3 цвета: красный, синий или зеленый), питание от 1 батарейки типа АА (в комплект не входит), трасса — 220 деталей, набор наклеек (78 шт.), инструкция.
Материал: пластик.



60951 2490 **1990 р.**

Материал: сплав не драгоценных металлов, гальваническое покрытие с золотым блеском (цепь, кольцо), медицинский сплав (крест). Вставка на кольце: искусственный черный агат (1 x 1,2 см). Размеры: 3,8 x 7 см (крест); 0,6 x 60 см (цепь). Размеры кольца: 19, 20, 21, 22.

**Мази-бальзамы с освященными
маслами из Дивеево**

- Освященный елей обладает заживляющим и смягчающим действием
- В составе только натуральные ингредиенты



Объем: 50 мл.

Мазь-бальзам «Прополисный». Состав: прополис, масло оливковое, мед, воск пчелиный.

43663-01 **349 р.**

Мазь-бальзам «Таволга». Состав: таволга, масло оливковое, мед, воск пчелиный.

43663-02 **349 р.**

Мазь-бальзам «Живичный». Состав: живица кедра натуральная, живица сосновая натуральная, воск пчелиный, масло оливковое, витамин Е.

43663-03 **349 р.**

Мазь-бальзам «Календула». Состав: календула, масло оливковое, мед, воск пчелиный.

43663-04 **349 р.**

Спиннинг «Гордость рыбака»

- Телескопическое удилище с чехлом
- Безынерционная катушка



В комплекте: 52 предмета (в том числе большой набор крючков, грузил, поплавков).
Материал: фибerglass, пластик, металл.
Длина удилища: 45-205 см.

12483-01 **2990 р.**

**Светильник
«Чемпион», 2 шт.**

- Светодиодные панели вдвое ярче обычных светодиодов
 - Магнитное основание
 - Материал: ударопрочный пластик, металл, магнит.
- Размер: 13 x 8,5 x 8,5 см (в сложенном виде) и 13 x 8,5 x 18,5 см (в разложенном виде).
Работает от 3 батареек АА (в комплект не входят).
Светодиоды: 5 Вт, 200 Лм.
В комплекте: светильник — 2 шт.

2 шт.

15938-01 **1090 р.**

Электродуховка «Русская печь+»

- За счет особой циркуляции горячего воздуха блюда получаются, как из русской печи
- Просто, быстро, экономично и вкусно

Материал: сталь.
Мощность: 625 Вт.
Напряжение: 220 В.

В комплекте: электродуховка, 2 противня, шнур питания, инструкция.
Цвет: красный, черный.
Размеры: 40,5 x 25,5 x 31 см.
Вес: 6 кг.



24280 **3990 2990 р.**

ОРИГИНАЛЬНОЕ КАЧЕСТВО. ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК!

Срок проведения акции с 24 апреля по 22 августа 2018 г. Максимальное количество денежных призов — 25 по 4 000 руб. Получение призов до 31.12.2018 г. переводом через «Почту России». Организатор акции: ООО «Теледирект». ОГРН: 1137746573810, 119361, г. Москва, ул. Большая Очаковская, д. 47А, стр. 1, этаж 5, пом. 02Х.

**Получите наш бесплатный каталог,
позвонив по тел. 8 (800) 500-6900**
(круглосуточно, звонки бесплатные по всей территории РФ).
Возможно изменение цен в одностороннем порядке.
О правилах проведения акции, количестве призов, сроках, месте и порядке их получения читайте на сайте www.leomax.ru