

Чебулинская ГАЗЕТА

7 августа 2007 г.

Вторник
№ 63 (7913)

Газета издается с 1935 года. Цена договорная.

Визит из Тывы

В наш район приезжала делегация из республики Тыва. Наши соседи по Сибири многому удивились. Особенно поразило обилие самой современной техники на полях и достижения в социальном развитии района. Например, заготовка сена по «итальянской» технологии, строительство дорог, улучшение медицинского обслуживания. Гости уехали с самыми лучшими впечатлениями о Чебулинском районе.

С ДНЁМ СТРОИТЕЛЯ!

В канун этого замечательного профессионального праздника я выражаю огромную благодарность людям созидательного труда, которые творят чудеса и достойны большого уважения. Без строителей невозможно представить нашу жизнь. Куда бы ни посмотрел, повсюду видны результаты их работы. Талант и мастерство строителей служат благополучию нашего края.

За последние несколько лет благодаря строительству преобразился наш район. Посмотрите, сколько построено жизненно важных объектов! Мост через Кию, водозабор, автостанция, храм, районная поликлиника, часовня. Строится жильё, меняется интерьер школ, в них появляются пластиковые окна и красивые двери, обновляются сельскохозяйственные объекты.

Низкий поклон нашим уважаемым строителям, среди которых особо хочу отметить труд строительных компаний, которые возводили часовню, поликлинику в Верх-Чебуле, ремонтировали терапевтическое отделение больницы, а также бригаду, которой руководит Павел Степанович Сукиасян.

Дорогие строители самых различных специальностей, вы делаете мир лучше, с праздником вас! От всего сердца желаю вам праздничного настроения, крепкого здоровья, поддержки ваших близких и родных, новых свершений в работе!

П. П. ПАСОВ, глава района.



На снимке - заместитель гендиректора Новокузнецкой строительной компании Наиль Юсупов. Новокузнецчане построили в Верх-Чебуле красивую часовню из современных материалов. Такой в области больше нет. Похожая, но меньшими размерами, стоит на въезде в южную столицу Кузбасса. Высота чебулинской часовни 17 метров. Купол весом 5 тонн и крест устанавливали мощным краном из Кемерово. Колокол с дарственной надписью от семьи Тулеевых весит 240 килограммов. В минувший четверг над рекой Чебулой уже раздавался его первый чистый мелодичный звон. Говорят, колокольный звон очищает воздух, посылает душевную благодать и даже исцеляет людей.

Руководил ходом всех работ безвыездно из нашего района старший прораб Владимир Зубровский.



На часовне устанавливают сверкающий золотым блеском крест.

ТОЛЬКО ФАКТЫ

В июле отдел архитектуры администрации района принял от граждан 13 заявлений на выделение земельных участков под строительство жилых домов и 7 - под строительство магазинов. С начала года рассмотрено 40 таких заявлений.

В июле ГУ «Сельский дом» 7 жителям района перечислил на строительство жилых домов 2 млн. 450 тыс. рублей. С начала года - 4 млн. 950 тыс. рублей.

Принято 5 заявлений на получение долгосрочных целевых займов для приобретения жилья.

Готовятся к сдаче поликлиника, часовня, на днях начнется реконструкция бывшей начальной школы в микрорайоне Северный в Верх-Чебуле под общежитие для детей-сирот (предусмотрено 14 комнат в среднем по 30 м², душевая, санузел).

Материалы полосы подготовила Валентина АЛЕКСЕЕНКО.

Реализация национальных проектов

К ОПТИМИЗАЦИИ ОБРАЗОВАНИЯ — С ОПТИМИЗМОМ

Сегодня мы поведем диалог об оптимизации образовательного процесса с заместителем главы района по социальным вопросам Еленой Сергеевной Лапиной и заведующей отделом образования Любовью Алексеевной Паршиковой.

Оптимизация — процесс сложный и болезненный, потому что нужно многое менять в угоду качества образования — сокращать малокомплектные школы, учитывать количество учащихся в классах, соответственно и платить зарплату учителям, исходя из этих показателей...

В связи с этим возник общественный резонанс, посыпались в верхние инстанции жалобы, несмотря на то, что местные проблемы дядя из Москвы решать не приедет. Что делать? Классический вопрос Н. Г. Чернышевского снова повис у всех на устах.

Как всё же наш район справляется с оптимизацией, спущенной нам федеральными властями?

Л. Паршикова, заведующая отделом образования: — Оптимизация — это рациональное использование бюджетных средств и создание рациональной сети образовательных учреждений. Идет она по всей стране и предусмотрена концепцией модернизации российского образования. Издан ряд нормативных документов, которые мы должны исполнять. К 2009 году школы переходят на нормативное финансирование и профильное обучение. К тому же выпускники теперь сдают единый государственный экзамен (ЕГЭ).

Мы провели анализ образовательных учреждений в районе и выяснили, что до нормативной наполняемости классов нам очень далеко. По селу она должна быть не ниже 15 человек в классе, а у нас — 7, а то и меньше.

Корр.: — И что теперь делать, как соответствовать нормативам?

Е. Лапина, заместитель главы района по социальным вопросам: — Вопрос этот серьезный, потому что в 2009 году на содержание образовательных учреждений мы получим столько денег, сколько приходило на одного ученика. Если наполняемость в классах сельских школ будет 15 человек, то получим средства и на зарплату учителей, и на оборудование в полном объеме.

Если за партами в классе будет сидеть два ребенка, то это и будет учитываться при финансировании школы.

Уже года четыре оптимизация в нашей области идет активно. Но администрация нашего района и, в первую очередь, глава Петр Павлович Пасов, стремясь сохранить маленькие села, тормозили этот процесс. Потому что

мы знаем: закроется школа — погибнет деревня. Глава района против этой политики, но, увы, сколько не упирайся, а выполнять установки свыше придется. И наш район с прошлого года включился в этот процесс, получив немало нареканий за отставание. Однако стараемся всё делать осторожно, продумав на сто раз каждый шаг.

В 2006 году сама по себе ликвидировалась школа в деревне Розовка, и закрыли мы начальную номер один в микрорайоне Северный Верх-Чебулы. Это прошло безболезненно, так как в поселке есть современная крупная школа — средняя, наполняемость классов в которой должна быть не менее 25 учащихся.

Так что «убили два зайца» — наполнили классы Верх-Чебулинской средней и закрыли здание, давно не отвечающее требованиям, где было холодно и сыро. Поэтому и родители, и дети переводом в среднюю школу остались довольны.

Возвращаясь к Розовской начальной школе, скажу, что жители деревни пришли к выводу: знания своим детям лучше давать в крупной оснащенной школе. И первого сентября сами привезли ребятшек в Верх-Чебулу.

Прогресс ушел далеко. Малым селам сейчас немудрено тянуться за райцентром и городом. Все дети поступают в вузы и техникумы на общих условиях, к тому же сдают ЕГЭ, и скидки на деревню не делаются. Главное — знания.

В этом году Петр Павлович Пасов и Любовь Алексеевна Паршикова опять прилагают большие усилия, чтобы оставшиеся школы сохранить.

Корр.: — В таком случае, как пойдет оптимиза-

ция в нашем районе?

Л. Паршикова: — Я бы этот процесс разделила на внутренний и внешний. Внутренние проблемы можно решить за счет перекомплектования классов. В начальных, где по 2 и 3 ученика, создаем классы-комплекты. Мы уже запланировали создать классы-комплекты в 13 школах.

Кроме того, считаем нерациональным на уроках технологии делить класс на девочек и мальчиков. Так что в этом году школы, где низкая наполняемость классов, перейдут на единую образовательную программу по технологии. Программы такие есть, и они отвечают госстандартам.

Кроме того, изучаем вопрос о переходе на преподавание по принципу малокомплектных школ таких предметов, как физкультура, изобразительное искусство, музыка.

Что касается внешней оптимизации, то здесь нужно приводить в соответствие статус образовательных учреждений. В районе есть средние школы, в которых занимается 40 человек. А по современным нормативам средней школы может быть та, в которой учатся не менее ста ребят. В принципе это оправданно.

С 2009 года переходим на профильное обучение, а оно на старшей ступени предполагает иной подход. В районе мы должны создать один, два, три (сколько сможем) ресурсных центра, в которых будут два или три класса комплекта в 9, 10 и 11 классах. И вот эти школы будут законно существовать. Остальные только основное образование и должны давать.

Перспектива стать ресурсным центром сейчас есть лишь у Верх-Чебу-

линской средней школы. И то там можно сделать только по два класса комплекта. Наиболее многочисленные Чумайская и Усть-Сертинская школы тоже могут стать маленькими ресурсными центрами. Я считаю, что к реалиям нужно относиться адекватно, продуманно, а не руководствоваться нахлынувшими в первое мгновение эмоциями.

Е. Лапина: — Несмотря на все эти преобразования, администрация района хочет сохранить здания образовательных учреждений в каждом селе. Поэтому вместе с Петром Павловичем Пасовым мы решили в самых маленьких школах открыть дошкольные группы. Что это даст?

Не разрушатся здания — это раз. А, во-вторых, сохранятся кадры. Будет и наполняемость учреждений — это, наверное, самый веский аргумент. Кроме того, мы решаем задачу по увеличению охвата детей дошкольным воспитанием.

Сейчас основную Карачаровскую школу реорганизуем в начальную школу-сад. Школа-сад в микрорайоне Южный в Верх-Чебуле станет детским садом. Кроме того, теперь все желающие из района могут легко устроить своих ребятшек в детский сад. Очередей нет. И учителя к этим переменам отнеслись с пониманием.

Л. Паршикова: — Не просто с пониманием. Карачаровские учителя, видя реалии жизни, серьезно просчитали все варианты и сами позаботились о своем будущем. Сейчас там идет активная работа. Готовится помещение для приема дошкольников. 1 сентября Карачаровская школа будет иметь новый статус, но она будет жить.

Е. Лапина: — Такое же предложение мы сделали коллективу Покровской основной школы. Однако здесь возникли проблемы. Чтобы открыть дошкольную группу, нужно основательно выполнить все требования Роспотребнадзора. Но покровцы медлят, пишут куда-то напрасные жалобы, а

ведь наполняемость в классах всего 3 человека. Таких основных школ в области уже нет! Что ещё покровские учителя придумали? Им, видите ли, нужно пристроить спортивный зал к зданию школы, которое и так наполовину пустует.

Администрация района, отдел образования предлагают покровцам открыть дошкольную группу. Здесь мы хотим найти понимание родителей и учителей. Нужно рационально использовать то, что имеем. В этом плане можно взять пример с карачаровцев и михайловцев. Насколько они разумно поступили! Огромная благодарность директорам школ Любови Александровне Кириак и Валентине Александровне Шкарупеловой.

Михайловская школа, например, одной из первых была аккредитована. В её коллективе постоянно рождаются какие-то интересные идеи: «Сделаем то, сделаем это...» Их во всем поддерживают родители, они советуются с детьми. А ещё выиграли миллионный грант! Единственные в районе. Теперь на эту сумму покупают суперсовременное оборудование.

Нам надо как-то пережить демографический кризис, не разрушая зданий и не теряя кадры, а там, глядишь, и рождаемость повысится. Только бы сейчас не наломать дров... Мы хотим, чтобы у нас не было бродящих без дела по селу учеников (все должны ходить на занятия), чтобы не было такого, что мы довели ребенка до детского класса, а он не смог сдать экзаменов...

А когда перейдем к профильному обучению, то ребят в ресурсные центры организовано будут подвозить школьные автобусы.

Л. Паршикова: — Здесь возникают психологические трудности. Многие родители не хотят, чтобы их ребенка после 9 класса возили в другое село. Не надо этого бояться. В ресурсном центре учащийся получит более качествен-

ное образование и углубленные знания по тем предметам, которые ему потом пригодятся при выборе профессии.

Подвоз неминуем, но проблем с транспортом не будет. У нас четко сформированы автобусные маршруты. За последние два года полностью обновлен автопарк, получены 9 новых автобусов. В рамках национального проекта «Качественное образование» всё делается для блага детей. Но вот психология людей... Она пока отстаёт от прогресса.

Ну, разве можно создать одинаковое по качеству профильное обучение в Шестаковской, например, и Верх-Чебулинской или Усть-Сертинской средних школах? Конечно, нет.

Сейчас поступают интерактивные доски, лабораторные учебные кабинеты, великолепные кабинеты химии, географии. Их получили в Усть-Серту, Верх-Чебулу. Интерактивная доска есть и в Алчедате. Но каждую маленькую школу современной дорогостоящей «начинкой» не оборудует никто. Это повлечет лишь рассредоточение средств.

Шестаковская средняя школа сейчас имеет показатель по наполняемости классов 3,7! При этом, она до сих пор не аккредитована и не может выйти на аккредитацию, потому что в ней не велось некоторые предметы. Так на что этому образовательному учреждению претендовать? О каком качестве работы может идти речь?

И виноват в этом сложном положении сам учительский коллектив. Он и сейчас не хочет приложить активных усилий ради будущего школы.

Подойдет 2009 год, станет обязательным ЕГЭ и — тогда будет поздно что-то менять и придумывать.

Е. Лапина: — В заключение хочу еще раз подчеркнуть — в нашем районе по большому не режут. Администрация предпринимает всё, чтобы оптимизация, от которой никуда не деться, на нашей территории прошла не так болезненно. Это видно хотя бы на примере открытия дошкольных групп при школах.

Всем учителям нужно собрать волю в кулак, не расслабляться. Тогда, думаю, всё у нас получится.

Интервью брала
Валентина АЛЕКСЕЕНКО,
пресс-секретарь администрации района.

Готовь сани летом



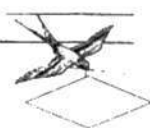
Хотя летний спортивный сезон продолжается, пора подумать и о зимнем. А зима — это лыжи, коньки, лыжные трассы, залитые катки, оборудованные хоккейные коробки, места для катания на санках. В планах чебулинских спортсменов к началу зимнего сезона построить стационарную хоккейную коробку на месте прошлогоднего действующего катка. Многие уже сделано, а предстоит еще больше. Заготовлен и подготовлен к изготовлению дополнительных хоккейных бортов пиломатериал, начата реконструкция самой площадки. Для того чтобы не было проблем с заливкой льда, необходимо спланировать всю площадь будущей хоккейной коробки, перенести столбы освещения за ее пределы, поставить дополнительные. Нужны цемент для бетонирования столбиков из труб, сетка-рабица, пиломатериал на прожилы, гвозди, спецтехника для производства необходимых работ. А здесь без помощи местной, районной администрации, организаций поселка, частных предпринимателей не обойтись. На одном энтузиазме планы спортсменов так и останутся нереализованными планами. Кроме этого, необходимо подумать об эксплуатации хоккейной коробки в зимнее время. У нас еще лет 50 не будет крытого ледового стадиона. Поэтому необходимо принять на временную работу рабочих для заливки и содержания льда в рабочем состоянии. Изготовить или приобрести необходимый инвентарь для заливки, чистки льда. А для этого необходимы определенные денежные вливания в данное мероприятие, тогда стационарная хоккейная коробка в пгт. Верх-Чебула будет построена и готова к эксплуатации.

В преддверии Всероссийского дня физкультурника хочется вспомнить и поздравить с праздником бывших спортсменов: Губанова Петра Кузьмича, Драчева Ивана Ивановича, Бычкова Юрия Егоровича, Кудрявцева Эдуарда Николаевича, Журавлева Виктора Васильевича, Назину Людмилу Кузьминичну, действующих: Коротева Владимира, Баранова Максима, братьев Коржовых — Евгения и Вячеслава, Асташова Александра и многих, многих других, кто в свое время защищал честь района, защищает сегодняшнее и будет защищать в будущем на спортивных аренах различных соревнований. 2007 год для российских спортсменов, да и для всех россиян, особый год. Россия получила право на проведение зимних Олимпийских игр 2014 года в Сочи. А это еще один повод поздравить спортсменов, физкультурников, любителей спорта, жителей района с праздником — и с Днем физкультурника, и с получением права России на проведение зимних Олимпийских игр в Сочи.

Н. НИКОЛАЕВ,

ГОСУДАРСТВЕННОЕ
ПРЕДПРИЯТИЕ
КЕМЕРОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«СЕЛЬСКИЙ ДОМ»
выдаёт

льготные займы
гражданам, нуждающимся
в улучшении жилищных условий,
на строительство индивидуальных домов.
Срок займа — до 15 лет.
Процентная ставка — до 5% годовых.
Справки по телефонам:
2-15-52; 8-950-271-02-73.



Я вам пишу... На страже прав школьника

С 2003 года школа входила в число 46 образовательных учреждений области, которые участвовали в эксперименте по введению должности уполномоченного по правам учащихся.

Изначально было сказано, что выполнять его обязанности будет педагог школы. Единственный критерий, по

которому назначается уполномоченный, — авторитет среди коллег, учеников и их родителей. Эксперимент прошёл успешно. На сегодня уполномоченный в школе — реальный человек. Это учитель русского языка и литературы, мать двоих детей Е.М. Савушкина.

Сотрудник охраны детских прав — лицо нео-

фициальное и к милиции отношения не имеет. Но это не мешает Елене Мансуровне работать в единой связке со старшим инспектором спецгруппы по работе в школе ст. лейтенантом А.Н. Юткиным.

Работа у такого сотрудника нервная, временем не ограниченная. Именно он отслеживает соблюдение законных

прав и интересов учащихся, учителей и родителей, разбирает конфликтные ситуации, занимается правовым воспитанием, образованием и профилактикой правонарушений. При этом все же основной задачей уполномоченного, приоритетным направлением деятельности является защита прав детей.

А был ли отдых?



Я покривил душой, недавно написав, что на оздоровительной площадке мальчишки и девчонки «исполняют летние мечты. Солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья». Желанное выдал за действительность. Хотелось как лучше.

Солнца было сколько угодно. С утра оно нещадно палило, раскаляя до 30 градусов асфальт, каменные стены. Немногие отваживались с мячом выйти на эту «сковородку». Отсиживались в классных комнатах, обшарпанных и надоевших за учебный год. «На речку бы сейчас». Глядя в окошко, мечтательно вздыхали «отдыхающие».

О воздухе особый

разговор. Школа с трех сторон окружена дорогами с автомобильным движением. Воздух, наполненный «ароматом» выхлопных газов и пылью, нельзя назвать чистым. К тому же на завтрак и обед ходили в столовую школы-интерната VIII вида, наматывая по жаре не менее 4 км., лавируя между автомобилями на проезжей дороге. Это бы расстояние да по лесной тропинке сочного леса с целебным воздухом от запаха полевых цветов и трав.

А о воде и ска-

зать нечего. Речку мы так и не увидели. За 21 день ни разу не сводили ребят на Чебулинку, хотя бы у берега поплескаться ногами. Не было на этот счет и строгого предписания «Нельзя!» В чем же тогда дело? В банальном, как бы чего не случилось, а еще — усталости отрядных руководителей. У нас ведь в России не так, как у педагогов цивилизованных стран.

Ты официально уже две недели в отпуске, а на работу ходишь, как будто в середине июля для тебя еще не закончился учебный год.



История фотографии



Как молоды мы были...

Этой фотографии. Все эти годы она хранилась в семейном альбоме

ме ныне покойной Полины Прохоровны Стрельниковой. На обороте рукой Полины Прохоровны сделана надпись: «Фотографировались в с. Верх-Чебула 26 марта 1941 года, когда работали в Дмитриевской начальной школе». А чуть ниже пять фамилий — трех девушек и двух парней.

Слева (первый ряд): Петров Александр Леонтьевич, Дементьев Николай Ильич; второй ряд: Стрельникова Полина Прохоровна, Герасева Пелагея Ивановна, Поморцева Валентина Михайловна.

Передавая фотографию, Зоя Ивановна (сноха Полины Прохоровны), еще раз взглянув на фото, сказала: «Интересно, как сложилась судьба этих молодых учителей в годы войны, после 1945 года, живы ли они сегодня?»

Уважаемые читатели! Возможно, кто-то из вас, взглянув на этот снимок, узнает себя или своих родственников, знакомых... из последней мирной весны 1941 года. Напишите нам.

Александр
ВАЙКУТИС,
историк-краевед.

От всей души!

Поздравляю дорогого Ивана Васильевича САМОЙЛОВА и Аллу с законным браком!

Желаю жить вам много лет,
Пусть не убудут ваши силы!
За все, что сделали для меня,
Огромное вам спасибо!

В.И. Куничкина.

Любимые заготовки

Салат из фасоли на зиму

Литровую банку фасоли замочить на 3 часа, затем, не сменявая, варить 1 час.

Подготовить: порезать 1 кг болгарского перца, натереть на крупной терке 1 кг моркови, порезать 0,5 кг лука. Все перемешать с вареной фасолью и добавить: 2 ст. ложки соли, 0,5 стакана сахара, 1 ч. ложку черного молотого перца, 0,5 стакана растительного масла. Довести до кипения и варить 45 минут на медленном огне, добавить потом 1 ч. ложку эссенции и варить еще 15 минут. Закатать в стерилизованные банки.

Заготовка из свеклы

Хочу поделиться приготовлением свеклы на зиму. Блюдо нравится и взрослым, и детям. Можно добавить при готовке супа - получится борщ, а можно добавлять как гарнир для второго блюда.

4 кг свеклы (потереть на крупной терке), 1,5 кг помидоров (через мясорубку), 0,5 кг лука (мелко порезать), 0,5 кг болгарского перца (порезать), 200 г чеснока (на мясорубке), 2 пучка петрушки (мелко порезать).

Маринад: 1 стакан столового уксуса, 1 стакан сахарного песка, 2 стакана подсолнечного масла, 60 г соли кипятить 10 минут до растворения сахара. Готовый маринад добавить в порезанные ингредиенты со свеклой и варить 30-40 минут. Затем разложить горячим в стерилизованные 0,5 л банки, закатать и укутать.

Чеснок маринованный

1 кг головок чеснока, 2 ст. л. соли, 2 ст. л. сахара, 6 гвоздик, 1/2 палочки корицы, 1 ч. л. горошин черного перца, 1 ст. л. уксуса, 1 красная свекла.

Головки чеснока помыть, почистить, но снять только самую верхнюю кожицу, чтобы зубчики не распались! Довести до кипения 600 мл воды, в нее добавить сахар, соль, гвоздику, корицу и перец. Затем снять с плиты и влить уксус. Головки чеснока уложить рядами в высокую банку для маринования и залить маринадом. Головки должны быть полностью залиты маринадом. Для получения красного чеснока очистить свеклу, нарезать кубиками и добавить в маринад вместе с уксусом. Закрывать банку. Чеснок маринуется в прохладном помещении в течение 2 месяцев.

Салат «Свежесть»

Этот салат так называется, потому что зимой он как свежий. Беру по 1 кг: капусты, сладкого перца, помидоров, огурцов, моркови и репчатого лука. Режу мелко соломкой в отдельные чашки. Солю немного и оставляю настаиваться 6 часов (можно и больше, но сока много будет). Затем досаливаю, перчу, наливаю 0,5 стакана растительного масла, 1 ст. ложку уксусной эссенции и мешаю. Раскладываю в 0,5 л банки, стерилизую 10-15 минут и закатываю.

ПРОДАЕМ

ПОРОСЯТ 2,5 мес. Тел. 2-24-66.

ПРИЦЕП к легковому автомобилю. Тел. 6-11-40.

ВАЗ-21083, 1997 г. в. цвет вишня, ХТС, торг. Тел. 2-26-14, 8-908-949-22-78.

ЗАКУПАЕМ

МЯСО свинину, говядину, конину. Тел. 2-13-16.

ОТКРЫЛАСЬ ДИСПЕТЧЕРСКАЯ такси «Рустайм». Тел. 2-27-22.

Регистрационный номер
ПИ 12-1273.

Адрес редакции:
652270 р.п. Верх-Чебула Кемеровской
области, ул. Мира, 2.

Расчетный счет редакции №
406028108262201040085 в АК СБ РФ
Мариинское отделение, 7388/055.

Редактор А.Л. ЛЕЙБЕРТ.

ЗАКАЗ № 110

Учредители: администрация Чебулинского
района (652270, Кемеровская область, р.п.
Верх-Чебула, ул. Мира, 16, телефон
2-13-45), редакция газеты
«Чебулинская газета» (ГУП).

Телефоны:
редактора - 2-19-07,
зам. редактора - 2-13-30,
отдела рекламы - 2-11-80.

Издатель: концерн «Кузбассполиграфиздат»
(650059, Кемерово, 59, Ногордская, 5).
Газета выходит 2 раза в неделю. Подписной
индекс 51952. Объем 1 п.л. Тираж 2680 экз.

Печать офсетная. Газета отпечатана
в Мариинском филиале ГП КО
Кемеровского полиграфкомбината,
ул. Рабочая, 9 в соответствии с
предоставленными редакцией
диапозитивами.

Займи здоровье у природы

Овес для диабетиков

Взять 1 стакан неочищенного овса, промыть холодной кипяченой водой, залить 1 л. крутого кипятка (лучше делать это вечером), закрыть плотной крышкой, настоять 12 часов, после чего процедить через сложенную в несколько рядов марлю и выпить в три приема в течение дня. Курс лечения три месяца. После месячного перерыва он может быть повторен.

Оставшуюся после процеживания массу пропустить через мясорубку, залить 1 л кипятка, варить на слабом огне 20 мин, затем процедить и выпить в течение дня. Отвар овса благотворно влияет на функцию печени у диабетиков.

Хвощ полевой снижает сахар

Молодые весенние стебли хвоща полевого оказывают сахароснижающее действие. Готовят отвар из травы хвоща полевого: 30 г хвоща заливают 0,5 л кипяченой воды, кипятят 5-7 мин, настаивают 2-3 ч, процеживают и пьют по 1/2 стакана в день за 20-30 мин. до еды при диабете. Можно готовить и настой из хвоща.

Полезно использовать хвощ полевой в свежем виде - для салатов, приготовления окрошки, а также как начинку для пирогов.

Запах изо рта? Помогут травы

• При плохом запахе изо рта жуют порошок из корневищ аира болотного или полощут рот настоем корневища. Настой произвольной концентрации.

• Можно использовать траву барвинка малого в виде настоя. Полоскать настоем произвольной концентрации.

• При неприятном запахе изо рта жуют обсахаренные плоды кориандра посевного.

• Свежие листья и корни петрушки огородной также устраняют неприятный запах изо рта, их надо жевать.

• Настой полыни горькой в виде полоскания также поможет вам в этой проблеме.

Мужскую силу дарит крапива

Совсем не обязательно искать для себя что-то замисловатое - такое, как «порошок амурского тиг-

ра». Простая крапива, при регулярном ее употреблении, может творить чудеса. Самое замечательное, что лекарство из колючей травки доступно каждому, потому что растет повсюду. Только не ленись, собирай! Вот уж правда - дешево и сердито!

Использовать ее нужно так: 5 ст. ложек крапивы положить в эмалированную кастрюлю и залить половиной литра вина. Как закипит, варите 5 минут. Остудите. Принимайте по 50 мл перед сном. Самое главное - правильно вино выбрать: это должен быть натуральный виноградный портвейн.

Прим. Природное средство крапива хороша и для профилактики потенции и для терапии при уже существующем диагнозе.

От заболеваний лимфоузлов

Очень эффективно при всех заболеваниях лимфатической системы и грудных болезнях пить как чай сироп из верхушек сосны, ели, пихты, шишек сосны.

При воспалении шейных лимфоузлов или при ангине полезно делать примочки из размятых листьев мяты перечной.

Виноградный уксус тоже рассасывает лимфу.

Скоро зацветет вереск

Ванночки из него хорошо помогают при болях и онемении рук. У меня руки по утрам раньше вообще отказывали, по ночам в прямом смысле слова «выла». После нескольких купаний в отваре или настое боли ушли на целых 3 года! Будьте здоровы!

Травы очистят почки

Купите в аптеке мочегонное средство, например, «Сбор мочегонный» (или сами заварите листья брусники или березовые почки): 1 ч. ложку травы залейте 200 мл кипятка, дайте настояться 20-30 минут. Пить мочегонное неделю по стакану 2 раза в день за 30 минут до еды, а затем начинайте добавлять 5 капель 2,5%-ного пихтового масла. Такой состав нужно пить уже 3 раза в день за 30-40 минут до еды. На 3-4-й день употребления сбора с пихтовым маслом моча станет мутной. Это означает, что отложения в почках начали растворяться и активно выходят из почек.

Люди должны ежегодно заботиться об очищении почек. Если вы часто едите на ночь, у вас появляются отеки, вы испытываете боль в суставах, значит, пришло время заняться очищением почек.

АВГУСТ - РАЗНОСОЛ

Богатый месяц август - всего в достатке. Много имен у этого последнего месяца лета: густарь, женивец, густоед, зарник, припасиха.

Яркие холодные зори, сияние зарниц. Цветет вода в водоемах, в заводях - камыши и кувшинки. Это спокойный, ровный и теплый месяц.

Пасеки пахнут медом, яблоками - сады, огороды - огурцами и укропом. Наступила пора заготовок на зиму щедрых даров лета.

1 - Макрида. На Макриду дождь с утра - сорок дней не жди добра. День преподобного Серафима Саровского.

2 - Ильин день. Праздник первого снопа. Илья - повелитель дождя и грома, поэтому в этот день ждали грозу.

4 - Мария Магдалина. Коли на Марию гроза, будет сена за глаза.

7 - Анна Зимоуказательница. Какова погода на Анну до обеда, такова и зима до декабря, а какова после обеда - такова после декабря. Если утро холодное, то

зиму ждали снежную и лютую.

11 - Калинник. Калинов день. Крестьяне, опасаясь заморозков, приговаривали: «Пронеси, Господи, Калинника туманом, а не морозом».

14 - первый Спас, который называли Медовым: «Первый Спас меда заламывает, и бабы грехи замаливают».

18 - Евстигней Житник. Какой Евстигней, такой и декабрь. В этот день заклинали жнивы на все четыре стороны, призывали мать сыру землю на помощь. Ели сырой лук с хлебом, солью и квасом, а в комнатах развешивали связки лука - воздух очищали.

19 - второй Спас - Яблочный. Преображение Господне.

21 - Мирон Ветрогон. Мироны-ветрогону по дороге гонят - о красном лете стонут, каков ветрогон, таков и январь.

28 - Успение. В крестьянском быту совпадает с окончанием уборки урожая. Если в эти дни появится радуга, осень будет теплая и долгая, если ведро - жди ненастья в бабье лето.

29 - третий Спас. Нерукотворный, Хлебный, Ореховый.