

® МОЯ ПРЕКРАСНАЯ

№ 5 (248), май 2023 12+

ЛЕДИ

ЛУННЫЙ
ПОСЕВНОЙ
календарь
НА МАЙ

КАК ЗАЩИТИТЬ
САД БЕЗ ХИМИИ

ЧТО ВЫЛЕЧИТ
ОСИНА

ОДУВАНЧИК:

в салат и
на лекарство

ПРИВИВКА
ДЕРЕВЬЕВ:

советы
НОВИЧКАМ

12

рецептов

печёной картошки

НА МАНГАЛЕ

+ шашлыки
из шампиньонов

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ
растения мая

КОСТЁР НА ДАЧЕ: новые правила разведения

? Повреждена пломба на счётчике:
кто виноват и что делать

? Как защититься от произвола
коммунальщиков

кресворд
+ сканворд

• истории • знакомства • рецепты • гороскопы •



Дорогие читатели!

Для многих регионов нашей большой страны настоящая весна начинается только в мае. Вот и получается, что Первомай — действительно праздник весны и начала дачных трудов.

Но не у всех есть дачи и собственные экологически чистые одуванчики для первого салата и варенья. Выехав на природу даже ненадолго, на традиционный весенний пикник, вспомните, какие лекарственные растения можно заготовить в мае, об этом нам напоминает травник Александр Головков.

Отвлекитесь от приготовления шашлыка и оглянитесь вокруг. Хотя, если вы попробуете приготовить шашлык из шампиньонов или фаршированный картофель на мангале по рецептам Елены Мавриной из Тамбова, то отвлечься будет сложно.

А 9 мая мы будем отмечать 78-ю годовщину Победы в Великой Отечественной войне. Вспомним всех, кому обязаны своей жизнью. Сложный месяц май. Память о тяжёлых годах и надежда на будущее. Новые восходы и солнечные дни.

Ваша Александра БАЛОБАН



Бесплатные объявления и письма с историями и советами на конкурс присылайте по адресу: 394049, г. Воронеж, ул. Лидии Рябцевой, д. 54. Телефон (473) 264-93-96. mpi@kpv.ru

Дорогие читатели, приглашаем вас в группу «ЛЕДИ» в «Одноклассниках».
Найти её можно по ссылке: ok.ru/gazeta.ledi или QR-коду



Знакомства

Если хотите найти своё счастье, напишите нам по адресу:
394049, г. Воронеж,
ул. Лидии Рябцевой, 54,
«Моя прекрасная ЛЕДИ»,
«Знакомства».

Сергей, 36 лет,
г. Воронеж.

Рост: 182. Вес: 81. Трудолюбивый, без в/п и жилищных проблем, спокойный, детей нет. Инженер, веду здоровый образ жизни. Ищу женщину для серьёзных отношений. Тел. 8-920-218-95-68.

Николай, 48 лет,
г. Липецк.

Рост: 183. Вес: 91. Здоровый, трудолюбивый, без в/п, работаю. Ищу женщину от 32 до 46 лет для создания семьи. Главное — жена и дети, и жизнь будет счастливой. Согласен на переезд. Пишите: г. Липецк, п/о 398005, до востребования, Бельских Никите.

Андрей, 47 лет,
г. Воронеж.

Рост: 196. Вес: 92. Верный, трудолюбивый, добрый, с чувством юмора, без в/п. Живу в микрорайоне Никольское города Воронежа. Для серьёзных отношений ишу женщину из Воронежа от 39 до 47 лет, ростом от 165 см, без в/п. Согласен на переезд. Тел. 8-952-100-16-92.

Эдуард, 49 лет,
г. Воронеж.

Рост: 193. Вес: 90. Инвалид II группы, руки-ноги на месте, без в/п. Живу в центре города, обеспечен. Познакомлюсь с женщиной от 38 до 45 лет для серьёзных отношений с переездом ко мне. Тел. 8-980-559-98-09.

Надежда, 42 года,
Воронежская обл.

Рост: 165. Вес: 70. Добрая, общительная, отзывчивая, хорошая хозяйка, люблю готовить. Есть дочь. Для серьёзных отношений познакомлюсь с добрым, нежадным, порядочным мужчиной из Воронежа. Звоните с 17 до 22 часов. Тел. 8-951-557-21-82.

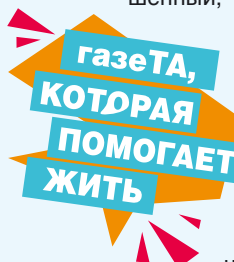
Алла, 56 лет,
Воронежская обл.

Рост: 164. Вес: 79. Симпатичная блондинка и прекрасная хозяйка желает познакомиться с мужчиной для серьёзных отношений. Тел. 8-908-139-32-48, 8-900-953-22-57.

Игорь, 57 лет,
Липецкая обл.

Рост: 180. Вес: 74. Инвалид III группы. В разводе, без в/п. Уравновешенный, скромный, честный, добрый, верный. Занимаюсь обустройством дома. Люблю читать.

Живу один. Для создания семьи познакомлюсь с доброй, порядочной, хозяйственной, спокойной женщиной без вредных привычек, приятной внешности и полноты, от 49 до 56 лет, рост 158 — 165 см. Без жилищных проблем. Хочу, чтобы моя вторая половинка была из Липецкой области. Согласен на переезд, но дальше ехать не хочу. Пьющих, курящих, судимых, скандальных, жадных, ревнивых, вредных и многодетных женщин прошу меня не беспокоить. Тел. 8-952-592-45-04, 8-920-549-54-64.



**Надежда
ЗАЙЦЕВА
выяснила,
что с 1 марта
этого года найти
разрешённое
место для мангала
стало проще**

ВСЕ на ПИКНИК!

В прошлом году возмущённые дачники засыпали сайт МЧС письмами по поводу установленных не так давно нереальных норм на разведение открытого огня рядом с жилыми строениями. Согласно старым нормам на стандартном дачном участке в 6 соток приготовить шашлыки или сжечь растительный мусор было практически невозможно.

Место разведения открытого огня раньше должно было находиться от жилых домов как минимум в 50 метрах. Тогда как обычный дачный участок в 6 соток в плане составляет примерно 20 на 30 метров. А не разводить открытый огонь на природе ни при каких обстоятельствах — практически невыполнимое ограничение.



Нормы для костров

Новые поправки в противопожарные правила также разрешат дачникам и сельским жителям сжигать сухой горючий мусор, прошлогоднюю траву и спиленные ветки на собственном участке.

В этом году норма в пятнадцать метров от жилых построек применяется только в том случае, когда на даче или в сельской местности вы собираетесь развести костёр на открытой площадке безо всяких специальных устройств и приспособлений.

Если для сжигания мусора или растительных остатков используется любая негорючая ёмкость, то

С 1 марта вступили в силу более приближённые к реальности правила разведения открытого огня и соблюдения противопожарного режима. Дачники и сельские жители теперь смогут пользоваться мангалами и шашлычницами разных конструкций и любимыми бочками для сжигания листьев без опаски получить солидный штраф.

Новая норма в 5 м указана для любых устройств, предназначенных для разведения открытого огня: мангалов, шашлычниц, барбекюшниц и стационарных печей на улице.

Никакие ограничения насчёт размера, веса или

расстояние до жилых построек может быть меньше — от 7,5 метра.

Кроме расстояния до жилых построек при разведении открытого огня на собственном участке обязательно нужно учесть и расположение природных объектов за забором. Разводить огонь допускается только в том случае, если хвойный лес находится в 50 метрах, а лиственный — в 15 метрах от выбранного места.

Зона очистки от легко воспламеняющихся предметов должна составлять не менее пяти метров вокруг места разведения открытого огня.

Помните, что по-прежнему разводить костёр разрешено только в безветренную погоду и с соблюдением всех мер предосторожности.

вида подобного оборудования в новых правилах не прописаны. Кроме того, теперь допускается сделать мангал или барбекюшницу оригинальной конструкции своими руками, а не обязательно покупать в магазине заводскую вещь.

С 1 марта вступило в силу и понятие садовых или огородных земельных участков. Теперь участники СНТ на своей придомовой территории тоже смогут приготовить шашлык.

**Разрешённое
расстояние от построек
до мест разведения
открытого огня с 1 марта
этого года составляет 5 м**

Если случится пожар, но формально никакие нормативы нарушены не будут, то все недочёты осложнят ответственность того, кто развёл открытый огонь.

Все штрафные санкции за нарушение противопожарного законодательства остаются в силе. При нарушении норм собственниками земельных участков, дач и частных домов в сельской местности штраф остаётся прежним — от 2 до 4 тысяч рублей.

За нарушение законодательства в период действия особого противопожарного режима штраф будет серьезней — до 20 тысяч рублей.



Кандидат
юридических
наук, доцент
**Ирина
СИВАКОВА**
поможет
разобраться

в сложных жизненных
ситуациях.

➔ Подробнее на сайте
irina-sivakova.ru

M²

Фото с сайта pro-dachniki.com

Какие платежи зависят от площади

На данный момент исходя из площади жилого помещения рассчитываются:

- взносы на капитальный ремонт дома,
- плата за содержание и текущий ремонт общедомового имущества,
- плата за отопление,
- плата за вывоз мусора (если в регионе выбран соответствующий вариант расчёта).

Бывают случаи, когда у собственника большая квартира только по документам, а фактическая её площадь меньше. Причиной являются разные варианты расчёта общей площади жилого помещения, которые применялись в разные промежутки времени: учитывалась или сумма площадей только комнат, или площадь всех помещений.

Правила меняются

С 2005 года общая площадь квартиры для расчёта ЖКУ должна определяться как сумма площадей всех её частей, включая помещения вспомогательного использования, за исключением балконов, лоджий, веранд и террас (п. 5 ст. 15 ЖК РФ).

Однако в домах, которые вводились в эксплуатацию

Если площадь жилья УКАЗАНА НЕВЕРНО

раньше, площадь квартир до сих пор может считаться по старым нормативам с учётом балконов, лоджий, веранд и террас.

Как добиться перерасчёта

Некий мужчина, владевший 1/2 квартиры, заметил, что площадь жилого помещения в квитанции указана неверно. Получив в ТСЖ выписку из лицевого счёта, он выяснил, что платежи начисляются с учётом балкона и лоджии. Собственник обратился в ТСЖ с выпиской из ЕГРН, где была указана меньшая площадь квартиры, и заявлением о перерасчёте квартплаты.

Однако ему сделали перерасчёт только со следующего месяца после обращения, сославшись на п. 2 Положения о порядке перерасчёта квартирной платы и платы за коммунальные услуги, утв. Госкомитетом ЖКХ РСФСР 30.12.1983 г. № С-2784 (далее — Положение 1983 года).

Перерасчёт в связи с переобмером жилого помещения производится со следующего месяца с момента представления до-

кументов об изменении размера жилплощади. Суд также сослался на Положение 1983 года, признав его действующим (Заельцовский р-й суд г. Новосибирска, дело № 2-2321/2021).

Тогда собственник обратился в Верховный суд РФ,

Если будет доказано, что неправильная площадь была применена в расчётах ошибочно по вине управляющей организации, можно вернуть деньги, но только за три последних месяца.

требуя признать Положение 1983 года недействительным, так как оно противоречит действующему законодательству, не позволяя сделать перерасчёт квартплаты без ограничения во времени.

Однако, сопоставив нормы Положения 1983 года, ЖК РФ и Правил оказания коммунальных услуг № 354, Верховный суд РФ не нашёл противоречий и подтвердил, что Положение 1983 года вполне действительно на сегодняшний день (ВС РФ, определение № АПЛ22-247). Согласно п. 4 этого документа, перерасчёт квартплаты, расчи-

танной ошибочно по вине жилищной организации, производится не более чем за три последних месяца. А перерасчёт в связи с переобмером жилого помещения производится со следующего месяца после представления документов из БТИ (п. 2).

Если будет доказано, что неправильная площадь применялась в расчётах по вине управляющей организации (собственник предоставлял документы, но их не приняли во внимание), можно вернуть деньги только за три последних месяца.

Обратите внимание, что, если неверная площадь квартиры указана в ЕГРН, изменить её можно только путём оформления нового техпаспорта жилого помещения. Для этого нужно обратиться к кадастровому инженеру или в отделение Ростехинвентаризации.

После того как данные нового обмера будут отражены в базе кадастрового учёта, они автоматически изменятся и в ЕГРН. Получив выписку из ЕГРН с новой площадью, собственнику нужно обратиться в свою управляющую организацию для перерасчёта платежей за ЖКУ.

В какую сторону должна ОТКРЫВАТЬСЯ ДВЕРЬ

Правильная дверь

Собственник может поставить любую входную дверь, но главное, что волнует при этом соседей, — в какую сторону она будет открываться. Следует отметить, что в действующих градостроительных нормах отсутствуют какие-либо требования по установке входных дверей в квартиры. Поэтому первое, на что обращают внимание суды при решении вопроса о направлении дверного полотна при открывании, — что указано в технической документации конкретного дома.

На что обратить внимание

Недавно разбирался спор между собственником квартиры и его соседом. Первый установил новую входную дверь, изменив направление её открывания. Раньше она открывалась вовнутрь, а теперь — наружу, и оказалось, что соседу это мешает.

Изначально суд встал на сторону собственника двери: после экспертизы не было выявлено никаких нарушений нормативов. Техпаспорт квартиры не предусматривал конкретного направления входной двери, и смену двери не признали незаконной перепланировкой.

Но в кассации обратили внимание на важные детали.

1 На поэтажном плане жилого многоквартирного дома, где проживали истец с ответчиком, было чётко указано, что входные двери открываются вовнутрь. Стороны также подтвердили, что изначально все двери в доме

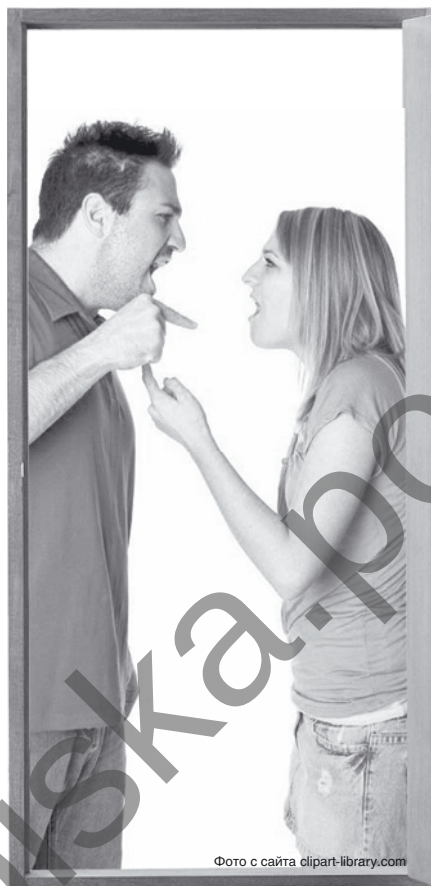


Фото с сайта clipart-library.com

так и открывались. Значит, собственник самовольно изменил действующий порядок, установив свою дверь в другую сторону (Третий КСОЮ, определение по делу № 88-18573/2021).

2 Важное значение при разрешении этого вопроса имеют и противопожарные нормы. На данный момент они прямо не регулируют направление открывания входных дверей в квартиры. Но есть правила определения ширины эвакуационных путей (СП 1.13130.2020), где в п. 4.3.4 сказано: «При дверях, открывающихся из помещений в коридоры, ширина

эвакуационного пути по коридору рассчитывается как ширина коридора, уменьшенная на половину ширины дверного полотна при одностороннем расположении дверей».

При этом есть оговорка, что требование не распространяется на поэтажные коридоры между выходом из квартиры и выходом на лестничную клетку, но для тамбуров такого исключения не предусмотрено. Поэтому, если он включен в план эвакуации, суд может применить указанные правила расчёта ширины эвакуационного пути, определяя правомерность направления входной двери при её открывании.

3

Даже если входная дверь соответствует всем нормативам, суд может обязать собственника изменить направление её открывания, если будет установлен факт нарушения прав соседей:

— открытая дверь преграждает им доступ в общий коридор: значит, вопрос о замене двери должно решать общее собрание собственников, так как это изменение порядка пользования общедомовым имуществом (для принятия решения требуется не менее 2/3 голосов — ст. 46 ЖК РФ);

— открытая дверь блокирует соседям вход в их квартиру: значит, они имеют право потребовать устранить препятствие в пользовании своим имуществом (ст. 304 ГК РФ).

Неожиданный результат

При возникновении такого спора суд назначит экспертизу, чтобы проверить, насколько права и законные интересы соседей нарушаются из-за направления открывания входной двери ответчика.

В одном из недавних споров женщине так и не удалось доказать, что дверь соседа не позволяет ей свободно входить в свою квартиру и выходить из неё. Эксперт указал, что блокировка возникает в том числе из-за направления открывания её собственной двери (Шестой КСОЮ, определение по делу № 88-10562/2022).

Как защититься от ПРОИЗВОЛА КОММУНАЛЬЩИКОВ



Кандидат
юридических
наук, доцент
**Ирина
СИВАКОВА**
поможет
разобраться

в сложных ситуациях

➔ Подробнее на сайте
irina-sivakova.ru

Кто повредил пломбу на счётчике?

Плата за коммунальные ресурсы начисляется либо по показаниям счётчика (ИПУ), либо по нормативам потребления, утверждённым в регионе. В большинстве случаев платить по счётчику получается выгоднее, поскольку нормативы предусматривают больший расход ресурса, чем тратится фактически.

Однако счётчик должен быть исправен, а неисправным он признаётся в том числе при нарушении контрольных пломб. Что будет, если при проверке счётчика обнаружится повреждённая пломба? Недавно этот вопрос дошёл до Верховного суда РФ, и ответ на него оказался отличным от сложившейся до этого судебной практики.

К дому некой гражданки был подключен газ, который она оплачивала по показаниям счётчика. В ходе очередной проверки газового счётчика был составлен акт, где зафиксировали признаки нарушения на пластиковой пломбе-заглушке завода-изготовителя и на

контрольной пломбе поставщика газа.

В связи с несанкционированным вмешательством в работу ИПУ на основании п. 81 (11) Правил предоставления коммунальных услуг № 354 газовая служба пересчитала плату за поставленный собственнику газ по нормативу потребления с повышающим коэффициентом 10 за последние три месяца и до даты установки нового счётчика. В результате набежала весьма приличная сумма — 102 385 рублей.

Собственница с этим не согласилась, сославшись на то, что скол на пломбе-заглушке завода-

Из факта повреждения пломбы на счётчике не следует, что произошло вмешательство в его работу. Коммунальная организация должна ещё доказать, что счётчик действительно был неисправен.

изготовителя никак не повлиял на корректную работу счётчика, а контрольная пломба поставщика никаких повреждений не имела: её снял сам контролёр в ходе проверки, чтобы осмотреть заводскую пломбу.

В акте проверки был отражён лишь факт повреждения пломб, но при этом не перечислены признаки вмешательства в работу ИПУ. Более того, было указано, что счётный механизм регистрирует показания расхода газа.

Как вести себя в суде

Газовая служба обратилась в суд с иском о взыскании суммы задолженности, но женщина дошла до Верховного суда РФ, и там признали её жалобу обоснованной. Из Закона о защите прав потребителей № 2300-1 следует, что газовая служба должна доказать правомерность составления акта проверки и доначисления платы за газ.

Верховный суд РФ отменил все решения, указав, что суды должны были установить:

- действительно ли на счётчике была повреждена пломба,
- возможно ли повредить пломбу завода-изготовителя при сохранности пломбы поставщика,
- как повреждение повлияло на работу ИПУ и корректность учёта.

Известны случаи, когда повреждение контрольных пломб счётчика происходило в ходе его проверки. Но собственникам жилых помещений, как правило, не удавалось это доказать. Чтобы защититься от претензий коммунальщиков, стоит накануне проверки зафиксировать вид счётчика с помощью фото- или видеосъёмки, а также использовать видеосъёмку при проведении самой проверки. Закон этого не запрещает, более того, фото- и видеоматериалы признаются в суде допустимыми доказательствами.



Правила предоставления коммунальных услуг № 354 гласят, что управляющая компания имеет право получить доступ в жилое помещение для осмотра, ремонта внутриквартирного оборудования или ликвидации аварии (п. 32). На собственников квартир возлагается обязанность обеспечить доступ сотрудникам УК (п. 34 Правил).

Но следует учитывать, что такая обязанность возникает только при соблюдении следующих условий:

— доступ предоставляют: не чаще одного раза в три месяца — для осмотра оборудования, по мере необходимости — для ремонта, в любое время — для устранения аварии;

— УК обязана согласовать с собственником время доступа в квартиру для проведения плановых работ не позднее чем за три рабочих дня. В уведомлении должен быть указан номер телефона, по которому собственник может согласовать другую дату визита (в течение 5 рабочих дней со дня получения уведомления — п. 31 Правил № 354).

Например, суд в Санкт-Петербурге отказал управляющей компании в иске об обязанности жильца обеспечить доступ в квартиру для ремонта трубопровода холодного водоснабжения. Не было доказано, что ему вручалось уведомление, значит, он не должен был находиться в это время в квартире (Санкт-Петербургский городской суд, дело №33 — 9431/2021).

Кто заплатит за разбитую плитку

Технические правила рекомендуют собственникам жилых помещений размещать счётчики, водопроводные стояки, вводы холодной и горячей воды в



Фото с сайта zvezda.net

Сколько ждать ремонтников

квартиры, запорную арматуру в коммуникационных шахтах с устройством специальных техшкафов, которые обеспечивали бы свободный доступ к ним (например, СП 30.13330.2012).

Если в назначенное время сотрудник УК не явился, необходимо уведомить собственника о новой дате. При отсутствии доказательств об уведомлении, УК не сможет привлечь его к ответственности.

Эти нормы сейчас не являются обязательными для исполнения, но их соблюдение позволяет обеспечить интересы остальных жителей многоквартирного дома. Они гарантируют возможность доступа к общедомовым коммуникациям и их оперативного ремонта.

Именно из защиты прав и интересов соседей исходят суды, рассматривая споры по поводу демонтажа плитки и прочих преград для доступа к общему тру-

бопроводу. Поэтому доводы собственника по поводу того, что для исполнения требований УК придётся испортить внешний вид своего санузла, не принимаются во внимание.

В практике есть немало примеров, когда собственника обязывали демонтировать конструкции для доступа к коммуникациям (определение Восьмого КСОЮ по делу №88 — 12811/2021).

Как правило, вопрос о возмещении ущерба, причинённого жилью в результате демонтажа, решается так:

- **если будет установлено, что необходимость демонтажа возникла по вине собственника, так как он сам перекрыл свободный доступ к трубам, то взыскать с управляющей организации ущерб вряд ли удастся;**

- **если же доступ был ограничен изначально, из-за конструктивных особенностей прокладки**

инженерных сетей, то шансы взыскать ущерб с управляющей компании достаточно высоки.

А если не пускать?

При отказе собственника впустить сотрудника управляющей организации в квартиру составляется соответствующий акт. Следующим шагом будет подача в суд иска с требованием обязать ответчика обеспечить доступ к общедомовым коммуникациям в своей квартире.

Если все условия для получения доступа управляющей организацией были соблюдены, собственника обяжут и обеспечить доступ, и демонтировать при этом заграждающие конструкции, а также возместить управляющей организации все судебные расходы.

Если же после того, как составлен акт об отказе впустить в квартиру представителей УК, произойдёт авария, собственнику придётся возмещать ущерб, причинённый соседям.

Травник
Александр ГОЛОВКОВ
рассказывает о том, какие
лекарственные растения
можно заготовить в мае,
и о целебных свойствах осины.

На языке РОДНЫХ ОСИН

Время
сбора трав
указано для средней
полосы России.
Для южных и северных
регионов это время
может сдвинуться
от двух недель
до месяца

Фото с сайта pro-dachnikov

Издавна осина используется в народной медицине. Для лечебных целей собирают кору (ранней весной, когда началось сокодвижение), почки (до распускания), листья и молодые побеги (в мае — июне).

Заготовленное сырьё сушат сначала в тени в хорошо проветриваемом месте, а потом в сушилке или духовке при температуре 50 — 60°C. Срок хранения готового сырья составляет три года.

В коре осины много биологически активных веществ. Она обладает противовоспалительным действием, содержит природную форму аспирина, у неё даже обнаружена способность противостоять гепатиту. Настой коры осины применяют и как общеукрепляющее средство.

В народной медицине отвары из коры и почек осины используют

для лечения цистита, гастрита, ревматизма, артрита, болезней почек, печени, желчного пузыря, простатита, при бронхо-легочных заболеваниях.

Осина является одним из самых известных и эффективных средств борьбы с паразитами. Также помогает при неврозах, апатии, приливах при климаксе, снижает сахар и давление, разжижает кровь.

Внутреннее и наружное применение

Средства из осины применяют в двух вариантах: настойка на водке и водный отвар.

1 **Настойка на водке.** Возьмите 50 г сухой коры или сухих почек осины, залейте 0,5 л водки. Настаивайте

в тёмном месте две недели, затем процедите.

Принимайте три раза в день по чайной ложке (можно смешивать с 50 мл тёплой воды) на пустой желудок. Принимать пищу можно не раньше, чем через 20 — 30 минут. После трёх недель приёма сделайте перерыв на неделю и повторите курс лечения. При необходимости

снова сделайте перерыв и повторите курс.

2 **Водный отвар.** Одну чайную ложку сухой измельчённой коры или сухих почек осины залейте стаканом воды и кипятите на малом огне 1 — 2 минуты. Дайте отвару настояться один час, процедите. Выпить это количество отвара нужно за день в два или три приёма на пустой желудок за 30 минут до еды. Курс лечения — месяц. После недели перерыва курс лечения повторите. Можно сделать несколько таких курсов.

3 **Наружно** водный отвар или водочную настойку осины можно использовать при угревой сыпи, экземе, для обработки ран и ссадин. Поражённые места смазывают водным отваром или водочной настойкой несколько раз в день.

Противопоказания: низкое давление, кровотечения, запоры, камни в желчном пузыре (они могут сдвинуться), беременность или кормление грудью, возраст до 7 лет.

Перед применением рекомендаций посоветуйтесь с лечащим врачом и учитывайте возможность аллергической реакции

Фото с сайта yandex.net

Заготавливаем в мае

- | | |
|--|--|
| ❁ Астрагал шерстистоцветковый (трава) | ❁ Медуница неясная (трава) |
| ❁ Барбарис обыкновенный (корни) | ❁ Незабудка полевая (трава) |
| ❁ Барвинок (трава) | ❁ Облепиха (листья) |
| ❁ Берёза (листья) | ❁ Одуванчик лекарственный (листья, цветки) |
| ❁ Боярышник кроваво-красный (цветки) | ❁ Осина (почки, листья, кора) |
| ❁ Брусника (листья) | ❁ Пастушья сумка (трава) |
| ❁ Буквица (трава) | ❁ Первоцвет весенний (листья, цветки) |
| ❁ Вахта трёхлистная (листья) | ❁ Прострел (трава) |
| ❁ Вербена лекарственная (трава) | ❁ Розмарин лекарственный (молодые побеги) |
| ❁ Ветреница лесная (трава) | ❁ Ромашка аптечная (цветки) |
| ❁ Горечавка перекрёстнолистная (корневища) | ❁ Рябина обыкновенная (цветки) |
| ❁ Гравилат городской (трава) | ❁ Сабельник болотный (трава) |
| ❁ Грушанка (листья) | |
| ❁ Грыжник (трава) | |
| ❁ Желтушник (трава) | |
| ❁ Звёздчатка (трава) | |
| ❁ Земляника (листья) | |
| ❁ Золотарник (трава) | |
| ❁ Ива козья (кора) | |
| ❁ Калина красная (цветки) | |
| ❁ Каштан конский (кора молодых веток) | |
| ❁ Кислица обыкновенная (трава) | |
| ❁ Копытень (корневище) | |
| ❁ Костяника каменистая (листья с цветками) | |
| ❁ Крапива двудомная и жгучая (листья) | |
| ❁ Кресс водяной (листья цветущего растения) | |
| ❁ Ландыш майский (растение с цветками без корневища) | |
| ❁ Лапчатка (листья) | |
| ❁ Лебедушка обыкновенная (листья) | |
| ❁ Липа (почки) | |
| ❁ Лютик ползучий (трава) | |
| ❁ Малина обыкновенная (листья, цветки) | |
| ❁ Мать-и-мачеха (молодые листья) | |



Фото с сайта vseгда-pomnim.com

■ Что вылечит осина

- ✓ Избавиться от отёков помогут молодые листочки, весенние почки или кора осины.
- ✓ Простатит вылечит кора, почки или кончики веточек, срезанных в начале сокодвижения.
- ✓ Для лечения цистита берут весенние почки или молодые листочки. 1 ч. л. сырья нужно заварить 0,5 л кипятка, настаивать полчаса, процедить. Выпейте это количество отвара за день в 2 или 3 приёма за 30 минут до еды. Курс лечения — 3 недели. При необходимости повторите курс после недельного перерыва.
- ✓ При недержании мочи у пожилых женщин или воспалении мочевого пузыря применяют водный отвар коры осины. Курс лечения — месяц. После недельного перерыва курс лечения повторите.
- ✓ Избавиться от паразитов и очистить организм от токсинов, выделяемых паразитами, поможет водный отвар или водочный настой коры или молодых веточек, собранных весной.
- ✓ При сахарном диабете принимают отвар коры осины в течение трёх месяцев.
- ✓ Для принятия лечебных ванн кору измельчают, заваривают кипятком, кипятят на малом огне. Затем всю массу, не фильтруя, переносят в ванну, разбавляют водой и больные конечности погружают в ванну или садятся в неё. Этот же способ используется в народной медицине при невралгиях, радикулите, ишиасе, артритах.
- ✓ Настой коры рекомендуют при лихорадке, кашле, плохом аппетите, цинге, сифилисе и зубной боли (в виде полоскания).

■ «Осина, возьми мою кручину»

Осина является одной из разновидностей тополя. Она больше, чем другие его виды, устойчива к морозам, влаге и воздействию кислой среды. Осина из всех тополей обладает и самой лучшей древесиной. У неё есть особые качества, которых не встретишь у других пород дерева.

Например, при работе с деревом иногда бывает очень важно, чтобы доска со временем не желтела. Изделия из осины меньше других страдают от насекомых-древоточцев.

А главное то, что осина обладает свойством очень долго не гнить в воде. Поэтому на Руси издавна изготавливали срубы для колодцев или погребов именно из осиновых брёвен. Из осины часто делают бочки, ушата, корыта, а также

дранку для крыш, которая по своим свойствам может соперничать даже с кровельным железом.

Если в лесу упадёт осина, мимо неё никогда не пройдут животные, способные обглодать кору: зайцы, мыши, лоси и домашние козы. На липу или на дуб они так не набрасываются. А с осины животные обгложут всю кору, несмотря на сильную горечь.

В древности, если на человека напала беспричинная тоска или продолжительное время донимали разные хвори, ведуньи советовали ему пойти в осинник, обнять дерево и сказать такие слова:

«Осина, осина, возьми мою кручину, прими боль на себя».

Обнимать дерево рекомендовали от 5 до 10 минут, чтобы оно взяло на себя всю отрицательную энергию, и человеку становилось легче.

Травник
Александр ГОЛОВКОВ
рассказывает, какие
болезни поможет
вылечить одуванчик

Небольшой солнечный цветок любят многие и ценят не только у нас. В Китае одуванчик называют овощем и широко применяют в пищу. В Бельгии из него варят пиво, а в Италии блюда из одуванчиков подают даже ресторанах.

Существует около тысячи разновидностей одуванчика. Диаметр стебля цветка может достигать 2 см, а высота — 70 см. В России встречается две сотни видов этого растения, но самый распространённый — одуванчик лекарственный. На Кольском полуострове растёт занесенная в Красную книгу разновидность одуванчика с белыми лепестками, а в предгорьях Кавказа — с лепестками пурпурного цвета.



Фото с сайта bel.cultreg.ru

ДУВАНЧИК: целебное солнышко

Целебные свойства

Одуванчик помогает при атеросклерозе, геморрое, гастрите, анемии, панкреатите, подагре, проблемах с ЖКТ и печенью.

Одуванчик усиливает аппетит, обладает противопаразитарными свойствами, помогает при диабете, заболеваниях мочевыводящих путей, снижает уровень холестерина, укрепляет иммунитет, успокаивает, улучшает сон, немного снижает давление.

Противопоказания: обострение язвы желудка, закупорка желчевыводящих путей, а также камни в желчном пузыре.

Отвар и настойка

У одуванчика используют в основном корни и цветки. Лучшее время для заготовки корней — осень, когда листья начали увядать, или весна, когда одуванчик только пошёл в рост.



Отвар. 1 ч. л. сухих корней залить 1 ст. воды, кипятить на малом огне 1 — 2 минуты, настаивать 1 час, процедить. Выпить это количество отвара нужно за день в два или три приёма на пустой желудок за полчаса до еды.



Настойка из корней. 50 г сухих корней залить 0,5 л водки. Настаивайте 2 недели, процедите. Принимайте по чайной ложке 2 — 3 раза в день, смешивая с небольшим количеством тёплой воды на пустой желудок за полчаса до еды. Если в желудке появятся неприятные ощущения, то принимайте после еды. Курс лечения — месяц. После недели перерыва курс повторите.



Настойка из цветков. Банку заполните свежими цветками одуванчика, немного их утрамбовывая. Затем залейте банку доверху водкой, настаивайте 2 недели, процедите. Рецепт применения тот же, что и для настойки из корня.



Фото с сайта ibru

Травяные сборы

1 Дискинезия желчевыводящих путей и холецистит. В равных частях возьмите корни одуванчика, корни цикория, ягоды можжевельника и траву дымянки. 1 ст. л. сбора залейте 0,5 л воды, кипятите на малом огне 1 — 2 минуты, настаивайте 1 час, процедите. Выпейте отвар за день в 2 или 3 приёма за полчаса до еды. Курс лечения — месяц. После недели перерыва курс повторите.

2 После гепатита и при циррозе печени.

В равных частях возьмите корни одуванчика, траву чистотела, траву золототысячника, траву буквицы, листья берёзы и соцветия бессмертника песчаного (цмина). Рецепт тот же.

3 Сахарный диабет.

• Возьмите пять частей листа берёзы, четыре части корня одуванчика, четыре части створок стручков фасоли, три части листьев крапивы двудомной, две части листа черники и две части травы зверобоя. Способ заваривания и приёма тот же.

• Возьмите в равных частях корень одуванчика, листья крапивы, листья грецкого ореха и корень цикория. Рецепт тот же.

4 При аллергии. В равных частях возьмите корень одуванчика и плоды шиповника. Рецепт тот же.

5 Для чистки сосудов. В равных частях возьмите корни одуванчика, корневища пырея, корни мыльнянки лекарственной, траву тысячелистника. Рецепт тот же.

6 Гастрит с пониженной кислотностью. Возьмите 2 части листьев подорожника, по 1 части корней одуванчика, корней аира болотного, травы зверобоя, цветков календулы, травы мяты переч-

ной, травы тысячелистника и цветков ромашки аптечной. Рецепт тот же.

7 Панкреатит.

• Возьмите по 2 части мяты, подорожника, ромашки и по 1 части зверобоя, тысячелистника и корней одуванчика. Рецепт тот же.

• Возьмите по 2 части корней аира, одуванчика и по 1 части листьев крапивы, травы чабреца, листьев мяты перечной и шишек хмеля. Рецепт тот же.

• Возьмите 4 части семян льна и по 1 части корня лопуха, листьев подорожника и корней одуванчика. Рецепт тот же.

8 При холецистите и для оздоровления печени надо взять в равных частях плоды можжевельника, корень одуванчика, корень цикория и траву дымянки. Способ заваривания и приёма тот же.

9 Для оздоровления печени и желчного пузыря. В трёхлитровую банку уложить слоями свежие цветы одуванчика, пересыпая каждый слой сахаром (1,5 кг). Наполните банку доверху, плотно. Накройте и поставьте в тёмное прохладное место на три недели.

Отцеживать жидкость не обязательно. Храните в холодильнике и принимайте по 1 ч. л. с 50 мл тёплой воды 2 — 3 раза в день за 30 минут до еды. Курс лечения — месяц. После недельного перерыва курсы повторять, пока сироп не закончится.

10 Артрит и остеохондроз. Приготовьте настойку из цветков одуванчика на водке по рецепту, приведённому выше. Смазывайте больные позвонки и суставы 1 — 2 раза в день.

11 Остеопороз. В равных частях возьмите корень одуванчика, корень аира и траву зверобоя. 1 чайную ложку смеси заварите стаканом кипятка, настаивайте полчаса, процедите. Выпейте отвар за день в два или три приёма на пустой желудок за полчаса до еды. Курс лечения — месяц. После недели перерыва курс повторите.

12 Повысить гемоглобин. Смешайте в равных частях сухие измельчённые листья крапивы, иван-чая (кипрея), корня одуванчика и листьев с соцветиями тысячелистника. Одну столовую ложку этой смеси заварите 0,5 л кипятка, настаивайте полчаса, процедите. Способ приёма тот же.

Перед применением рекомендаций посоветуйтесь с лечащим врачом и учитывайте возможность аллергической реакции

Одуванчик в кулинарии

Молодые листья и цветки одуванчика можно употреблять в пищу. Листья содержат горечь, поэтому сначала их можно ошпарить кипятком.

Из корней одуванчика можно сделать аналог кофе. Свежие корни промыть, нарезать на кусочки, чуть подсушить и потом обжарить на сковороде, постоянно помешивая. Если они пригорят, посуду потом

будет трудно отмыть, а пригоревшие корни придадут готовому напитку горьковатый вкус.

Процесс обжаривания можно считать оконченным, когда из корней одуванчика удалится избыточная влага (они перестанут шипеть на сковороде), пойдёт приятный запах, и они приобретут тёмно-коричневый цвет.

Обжаренные корни одуванчика нужно измельчить в кофемолке и заваривать как обычный кофе.



Фото с сайта gadaria-da.ru