

ДОМАШНЯЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ № 9

КРОМЕ ТОГО:

37

В НОМЕРЕ:

**МОДА
XXI ВЕКА**

13



ПЛАНЕТА ЖЖЖ

Раздвоение квартплаты
Спрсили? Отвечаем!

2
4

ЗЕЛЕНЫЙ ЦЕЛЕБНИК

Гусиный лук желтый 12

САМ СЕБЕ СТИЛИСТ

Мода XXI века – стиль гранж 13

Ваш выход!.. 14

Джинсовки снова в моде 15

Превращение Дюймовочки 15

ГРАНИ ТВОРЧЕСТВА

Правильные крестики 16

Конкурс «Серебряные пальцы» 16

Легким движением фена... 17

БУДЬ КРАСИВОЙ

Яблочки-врачевания 17

Эксфолиация кожи 18

Идеальные колени 19

Вопросы косметологу 20

Прогресс налицо 21

Экономим на красоте 21

МИР ВАШЕГО ДОМА

Талисман долголетия 22

Управление... гневом 23

Если он моложе... 23

Оцените свой брак 24

Вундеркиндами рождаются 25

СКАНВОРД

ГОСТЬ ЖУРНАЛА 26

СВЕТСКАЯ ХРОНИКА 27

КУЛЬТУРНЫЕ СОБЫТИЯ 30

Праздник книг и книголюбов 31

СМЕЯТЬСЯ, ПРАВО, НЕ ГРЕШНО 32

ПЕСНЯ 33

САМОДЕЛ

Погреб из бочки 34

Тент для лоджии 35

24



**ОЦЕНИТЕ
СВОЙ БРАК**

«Умные дома» – технология,
обреченная на успех
ЖИВИТЕ ДОЛГО

6

Палки в руки, но без лыж

7

Бахчевая лихорадка

8

Фэн-шуй вашего лица

9

Семь нот вашей души

10

Омолаживающие напитки

11

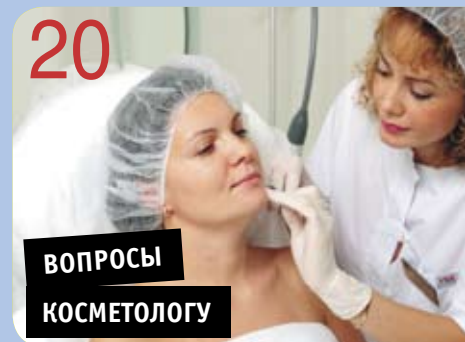
Современный фитнес

11

ВАШ ПОПУТЧИК ...

МАТРАС

20



**ВОПРОСЫ
КОСМЕТОЛОГУ**

Простейший увлажнитель воздуха 35
ЧЕТЫРЕ УГЛА

Спальные премудрости 36

Ваш попутчик... матрас 37

Во имя простоты и легкости 37

РАЗНОСОЛЬЕ

Питательна, вкусна,
занимательна... 38

ГОРОСКОП НА СЕНТЯБРЬ 2011 ГОДА 40

О БРАТЬЯХ НАШИХ МЕНЬШИХ

Кошкин рацион здоровья 42

Рыбки болеют от... воды?! 42

Осенние работы 43

по оздоровлению сада 43

Почему нужна отмостка 44

Естественно, как в природе? 45

Садка луковичных цветов 45

АВТОСАЛУН

Бокс против корзины 46

Несвобода слова 46

Вечно виноватые 47

Экспресс-тесты на отцовство 47

МОЗАИКА

Лгуны и детектор лжи 47

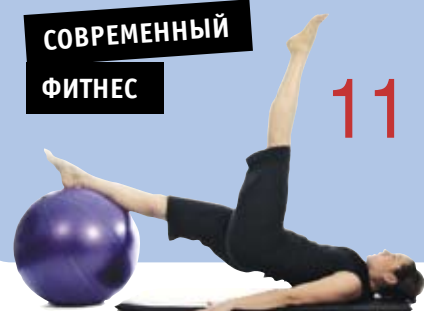
САМЫЙ ПОЛЕЗНЫЙ СОВЕТ – 2011

Чистим обувь 48

Непромокаемые ботинки 48

**СОВРЕМЕННЫЙ
ФИТНЕС**

11



РАЗДВОЕНИЕ КВАРТПЛАТЫ

НЕДАВНО ПРАВИТЕЛЬСТВО РФ УТВЕРДИЛО ПРАВИЛА ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ КОММУНАЛЬНЫХ УСЛУГ ЖИТЕЛЯМ МНОГОКВАРТИРНЫХ И ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ДОМОВ.

Задуман новый документ был с самыми благими намерениями – продвинуться по пути наведения порядка в сфере ЖКХ. Станет ли порядка больше – покажет время. Но то, что появились дополнительные возможности повысить платежи граждан за жилье, несомненно.

Мы же пока воздержимся от перечисления основных положений документа и остановимся лишь на одной общей проблеме: правила открывают путь к дополнительному росту расходов граждан на коммунальные услуги.

С раздвоением вас!

Пожалуй, самое важное нововведение состоит в «раздвоении» квартплаты. Теперь обитатели многоквартирного дома будут отдельно вносить плату за коммунальные услуги, предоставленные в пределах их жилого (или нежилого) помещения, и плату за коммунальные услуги, потребляемые в процессе использования общего имущества в доме («общедомовые нужды», или ОДН). Имеются в виду отопление и освещение подъезда, работа лифта и т. д.

Решение о разделении платежей логично. Ничего не дается даром, за потребляемую лифтом электроэнергию или воду для мытья подъездов надо платить. Более того, жильцы и раньше так или иначе оплачивали все, чем пользовались в подъезде.

К сожалению, опрошенные нами специалисты не внесли ясность в вопрос о том, как конкретно это происходило. Одни говорили, будто расходы на общие нужды включались в тариф на соответствующую услугу, другие – что они учитывались в нормативах потребления, третьи ссылались на статью расходов по содержанию и ремонту общего имущества в доме. Самостоятельное разбирательство показало, что в прежних правилах эти расходы действительно предусмотрены. К примеру, плата за электричество определяется как произведение тарифа на показания квартирного счетчика, умноженного еще и на повышающий коэффициент, который учитывает общее потребление в доме.

Однако ничего хорошего такая «завуалированная» оплата не приносит. Как минимум, она является питательной почвой для постоянно возникающих конфликтов



в связи с попытками поставщиков ресурсов произвести перерасчет за потребление на общие нужды и вынудить граждан еще раз доплатить.

С другой стороны, отсутствие платежа в явном виде никак не стимулирует жителей к экономии на этих самых общих нуждах.

В то же время разделение платежей вроде бы безобидно и в финансовом отношении. Ведь одновременно с этим правительство поручило Минрегиону исключить из нормативов потребления коммунальных услуг в жилых помещениях объемы ресурсов, предусмотренных на ОДН (вариант текста: исключить из прежней квартплаты то, что впредь будет оплачиваться как ОДН). Только будет ли это сделано корректно – большой вопрос. Ведь нормативы регулярно пересматриваются,



и есть масса способов объяснить, почему два новых норматива не равны в сумме одному старому. Тем более что в денежном выражении картина смазывается ежегодным повышением тарифов.

Формально, скорее всего, произойдет следующее.

С нового года из тарифов или нормативов действительно исключат составляющую на ОДН. Одновременно федеральная служба по тарифам установит предельный индекс повышения цен на следующий год. И они будут повышены в точном соответствии с указанием ФСТ. Только за базу при расчете нового тарифа будет взят полный прежний тариф для жилого помещения, как будто из него не сделано никаких изъятий. То есть услуга станет как бы понижее, но подорожает как полноценная. И вместе с этим возникает еще одна дополнительная оплачиваемая услуга.

Откуда такое предположение? Из опыта. В 2011 году столичные энергетики повысили тариф на электричество ровно на 10 процентов – в точности с установленными ограничениями (с 2,42 руб. до 2,66 за кВт.ч). И тут же объявили о расторжении договора об оплате услуг Сбербанка, который стал брать комиссию с платежей за электроэнергию.

В результате совокупный платеж граждан за электричество возрос больше чем на 10 процентов. Кто-то скажет: подумаешь, 1–2 процента. Действительно, немного. Но на этих процентах построено благополучие всей преуспевающей банковской системы. Как говорится, курочка по зернышку...

И уж совсем не требует объяснений очевидная вещь: ОДН – это неконтролируемая гражданами бездонная яма, в которую управляющие компании или ресурсоснабжающие организации будут «сливать» все, что им заблагорассудится. В результате дискредитируется широкая кампания по установке индивидуальных счетчиков. Ведь в чем состояла цель: граждане будут видеть собственные счетчики воды и расходовать ее

более аккуратно. А теперь управляющая компания все потери воды (к примеру, в подвале), допущенные из-за расхлябанности ее сотрудников, зафиксирует по общедомовому счетчику и предъявит к оплате жителям: извольте безоговорочно заплатить.

Непобедимый посредник

Новые правила откровенно навязывают предоставление коммунальных услуг через посредника. В зависимости от действующего способа управления домом этим посредником выступает либо управляющая компания, либо ТСЖ, или ЖСК. Граждане практически лишены возможности строить свои отношения с ресурсоснабжающими организациями напрямую.

...У жителей есть время морально подготовиться к новому порядку. В лучшем случае он начнет действовать с ноября 2011-го, а скорее – еще позже. Минрегиону отведено три месяца на разработку новых правил определения нормативов потребления коммунальных услуг, после чего регионам в течение двух месяцев рекомендовано эти самые нормативы утвердить. Но у нас редко что делается вовремя. Тем не менее надо готовить кошельки к новым платежам.

Положительный момент

Минрегион запретил теплоснабжающим организациям присылать потребителям в конце года традиционные «тринадцатые квитанции». К декабрю «тепловики» проводили подсчеты, выясняя, сколько граждане якобы недоплатили за потребленное тепло в течение года, и формировали дополнительные платежки. Теперь такие действия считаются незаконными. Также у граждан РФ появляется возможность получить рассрочку (максимум на год) на внесение платежа за ту или иную коммунальную услугу, если расходы жильца на ее оплату выросли более чем на четверть по сравнению с тем же месяцем прошлого года.

СПРОСИЛИ? ОТВЕЧАЕМ!

Вопрос:

В течение какого срока член Товарищества собственников жилья вправе обратиться в суд с заявлением об обжаловании решения общего собрания ТСЖ?

Ответ:

общего собрания собственников помещений в этом доме, принятое с нарушением требований Жилищного кодекса РФ, в случаях, если он не принимал участие в собрании или голосовал против принятия такого решения и если при этом та-

Ответ:

Согласно Федеральному закону от 29.12.2010 г. № 441-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О Фонде содействия реформированию жилищно-коммунального хозяйства» и признании



Статья 146 ЖК РФ, которая регулирует порядок организации и проведения общего собрания членов Товарищества собственников жилья, не устанавливает порядок и сроки обжалования его решений.

Вместе с тем при решении вопроса, касающегося правомочий общего собрания членов Товарищества собственников жилья, ч. 3 ст.

146 ЖК РФ отсылает к положениям ст. 45 ЖК РФ, регулирующей порядок проведения общего собрания собственников помещений в многоквартирном доме, неотъемлемой частью которого является принятие решения по вопросам, отнесенным к компетенции такого собрания, а также порядок его обжалования. Часть 6 ст. 46 ЖК РФ в связи с этим устанавливает, что собственник помещения в многоквартирном доме вправе обжаловать в суде решение

ким решением нарушены его права и законные интересы.

Заявление может быть подано в суд в течение шести месяцев со дня, когда указанный собственник узнал или должен был узнать о принятом решении. Учитывая, что ТСЖ является одним из способов управления многоквартирным домом (ст. 161 ЖК РФ), член Товарищества собственников жилья вправе обратиться в суд с заявлением об обжаловании решения общего собрания членов Товарищества собственников жилья в течение шести месяцев со дня, когда он узнал или должен был узнать о принятом решении.

Вопрос:

Продолжает ли свою деятельность Фонд содействия реформированию жилищно-коммунального хозяйства?

утратившими силу отдельных законодательных актов (положений законодательных актов) Российской Федерации, срок деятельности Фонда продлен до 2013 г. Скорректированы условия предоставления финансовой поддержки за счет средств Фонда.

Так, региональные адресные программы по капремонту многоквартирных домов должны предусматривать установку общедомовых приборов учета потребления ресурсов и узлов управления (тепловой и электроэнергии, горячей и холодной воды, газа). В программы субъектов Федерации по переселению граждан из аварийного жилищного фонда могут включаться многоквартирные дома, признанные аварийными в период с 1 января 2007 г. по 1 января 2010 г. (ранее – толь-

ко по 1 января 2007 г.). Предусмотрена возможность выкупа аварийного жилья у граждан, имеющих другие пригодные для проживания помещения. Жилье для предоставления переселяемым может приобретаться на вторичном рынке. При этом ограничена его предельная стоимость. Определены сроки реализации региональных программ. Уточнены



лимиты предоставления финансовой поддержки за счет средств Фонда субъектам Федерации.

Вопрос:

Как происходит государственная регистрация права собственности на общее имущество в многоквартирном доме?

Ответ:

В соответствии со ст. 23 Федерального закона от 21.07.1997 г. № 122-ФЗ «О государственной регистрации прав на недвижимое имущество и сделок с ним» (далее – Закон о регистрации) государственная регистрация возникновения, перехода, ограничения (обременения) или прекращения права на жилое или нежилое помещение в многоквартирных домах одновременно является государственной регистрацией неразрывно связан-

ного с ним права общей долевой собственности на общее имущество. (То есть право общей долевой собственности на общее имущество в многоквартирном доме возникает в силу закона одновременно с государственной регистрацией права на помещение в таком доме и не требует обязательной государственной регистрации.)

В силу общих положений законодательства РФ (см., в частности, п. 2 ст. 6, п. 2 ст. 13 Закона о регистрации, ст. 219 Гражданского кодекса РФ, далее – ГК) государственная регистрация права общей долевой собственности обязательна в случаях, когда объект передается в пользование (например, в аренду) какому-либо лицу (лицам) или является предметом иных сделок, на основании которых право общей долевой собственности ограничивается. А также при возведении на земельном участке нового объекта недвижимости, на который у собственников помещений возникает право общей долевой собственности в соответствии с п. 74 Правил ведения Единого государственного реестра прав на недвижимое имущество и сделок с ним, утвержденных постановлением правительства РФ от 18.02.1998 г. № 219 (далее – Правила), сведения о государственной регистрации права общей долевой собственности включаются в свидетельство о государственной регистрации права посредством дополнительного описания в нем объектов недвижимости и указания размера доли в праве общей собственности на это имущество в соответствии с п. 39 Правил. При этом, согласно пункту 16 Инструкции об особенностях внесения записей в Единый государственный реестр, в графе «Объект права» после описания помещения (жилого или нежилого) указываются слова «общее иму-

щество в многоквартирном доме», а также сведения обо всех объектах недвижимости, право общей долевой собственности на которые зарегистрировано в Едином государственном реестре прав на недвижимое имущество и сделок с ним (далее – ЕГРП).

Пунктом 16 Инструкции также предусмотрено, что правообладателю помещения, которому ранее было выдано Свидетельство о государственной регистрации права, где в графе «Вид права» не был указан размер доли, после внесения соответствующих сведений в подраздел II-1 ЕГРП может быть повторно выдано свидетельство о государственной регистрации права в порядке, установленном Инструкцией о порядке заполнения и выдачи свидетельств о государственной регистрации прав, сообщений об отказах в государственной регистрации прав на недвижимое имущество и сделок с ним и информации о зарегистрированных правах, утвержденной Приказом Министерства юстиции Российской Федерации от 18.09.2003 г. № 226.

Таким образом, сведения о праве на общее имущество в многоквартирном доме могут быть отражены в Свидетельстве о государственной регистрации права собственности на квартиру или выписке из ЕГРП только в случае, если право собственности на квартиру зарегистрировано в ЕГРП, и, кроме того, записи о праве общей долевой собственности на конкретные объекты недвижимого имущества, входящие в состав общего имущества в многоквартирном доме, внесены в ЕГРП в порядке, предусмотренном действующим законодательством.

Ответы на вопросы подготовили юристы М. А. Болдино, М. А. Зеленев, А. А. Дубасова, А. Е. Маркова (под руководством адвоката В. В. Порубиновской).

СЕМЬ НОТ ВАШЕЙ ДУШИ

Музыкотерапия – одно из древнейших направлений. В Древнем Египте с помощью хорového пения избавляли от бессонницы, в Древней Греции звуками трубы исцеляли от радикулита и «нервов». Знаменитый Пифагор, создавший теорию о музыкально-числовом строении космоса, также с успехом использовал сочиненные им мелодии для лечения «болезней души».

Секрет эффективности музыкотерапии обусловлен не только эмоциональным воздействием, но и биорезонансной сочетаемостью музыкальных звуков с вибрациями отдельных органов и систем организма. Так, желудочно-кишечный тракт имеет резонансную частоту ноты фа. Нота до – связующее звено человека и космоса – помогает лечить от псориаза, а сочетание нот си, соль и до облегчает терапию онкологических заболеваний. Музыкотерапия хорошо справляется с психосоматическими расстройствами: психозами (в сочетании с психотропными средствами), депрессией и шизофренией.

Мелодия вашего голоса

О лечебных свойствах отдельных звуков, произносимых голосом, тоже знали испокон веков. Современные исследования подтверждают целебные свойства произносимых звуков, создаются даже своеобразные реестры их воздействия, которые, кстати, во многом совпадают с рекомендациями, разработанными в древности на Востоке. К примеру:

- звук «И» прочищает нос, лечит глаза;
- звук «У» укрепляет горло и голосовые связки;
- звуки «В», «Н», «М», «Э» улучшают



работу головного мозга;
–звуки «Ц», «К», «Щ», «И» лечат уши;
–звуки «У», «Ы», «Х», «Ч» улучшают дыхание;
–звуки «О», «А», «С», «М», «И» лечат заболевания сердца.
Не менее целебными свойствами обладают различные звуко сочетания, так называемые «мантры». В частности, созвучие «ОМ» снижает кровяное давление; «АЙ», «ПА» – снимают боли в сердце; «АП», «АМ», «АТ», «ИТ», «УТ» – исправляют речь. Все эти звуко сочетания основаны не на смысловом значении, а на целебном воздействии колебаний, возникающих при их произношении.

Звукотерапия стремится добиться гармонии человека с окружающим миром, найти для него «мостик» к здоровью и долголетию – будь то музыка или просто звук. Начните ее изучение с малого – приветствуйте друг друга и желайте здоровья!



ОМОЛАЖИВАЮЩИЕ НАПИТКИ

Всевозможные эликсиры бессмертия, молодости и здоровья, рецепты живой и мертвой воды много веков пытались найти знахари и алхимики многих стран. Чего только не добавляли они в состав зелья для омоложения: и лекарственные растения, и драгоценные камни, и чеснок, и даже яды

До наших дней сохранились некоторые старинные рецепты.

Тибетская питьевая вода

Положите в стеклянную банку горный хрусталь, дымчатый и розовый кварц, аметист, кахолонг и сердолик, залейте кипяченой водой, поставьте на 8–10 часов на солнце. Такая вода омолаживает, придает жизненный тонус и служит для профилактики различных заболеваний. Принимают ее ежедневно по 2–3 стакана, используют наружно для протираний, примочек, компрессов для смягчения кожи, придания ей эластичности,

разглаживания морщинок, а также при порезах, ушибах, ожогах.

Напиток тибетских монахов

Это старинное средство монахи делали из смеси ромашки, бессмертника и березовых почек, взятых в равных частях. Сбор заливали кипятком, недолго настаивали, процеживали, в полученный настой добавляли мед.

Индийский эликсир молодости

В Индии существует легенда, что как-то между богами и демонами разгорелась битва за обладание «девятью сокровенностями», одной из которых был... чеснок. В схватке один из богов был тяжело ранен, тогда лекари приготовили на основе чеснока эликсир и спасли бога от смерти. Рецепт эликсира прост: отварите 2 измельченные головки чеснока в 1 л молока и дайте настояться в течение часа.

Кавказские напитки долголетия

Залейте 25 г корня фенхеля 1 л кипятка, прокипятите 2 минуты и дайте настояться 10 минут. Пейте напиток по 3 чашки в день. Или залейте 1 ч. ложку измельченных плодов фенхеля 1 стаканом кипятка, дайте настояться 2 часа в закрытой посуде, затем процедите. Пейте по 1 ст. ложке 3–4 раза в день за 20 минут до еды.

СОВРЕМЕННЫЙ ФИТНЕС

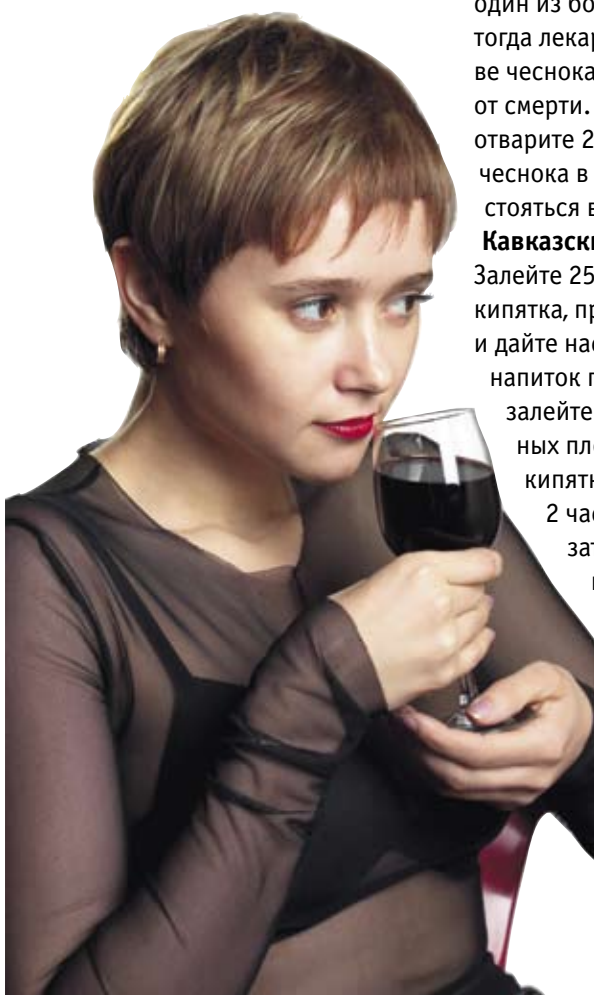
ВЕРА МАКЕЕВА

Сегодня название «пилатес» стало нарицательным и обозначает разновидность гимнастики, так же, как, например, аэробика. Мало кто знает, что на самом деле Пилатес – это фамилия человека, который ее изобрел.

В середине 20-х годов прошлого столетия Йозеф Пилатес открыл школу для тех, кто хотел обладать хорошим здоровьем и идеальным телом. Среди его клиентов были звезды американского балета и даже известный балетмейстер Джордж Баланчин.

Мяч bosu надо приручить

Для тренировок в пилатесе используются самые разные приспособления – амортизаторы, гантели, кольца, мячи. Занятия с мячами превратились в отдельное направление пилатеса. Существуют два вида тренировочных мячей. Мячи bosu – уникальный тренажер, который специалисты называют «дестабилизирующим устройством». В основании – пластиковый круг диаметром чуть больше 60 см, а на нем – резиновый купол. С помощью этого снаряда можно выполнять огромное количество упражнений, балансируя как на выпуклой, так и на плоской стороне тренажера. Если вы решили тренироваться с помощью мяча bosu, будьте готовы, что потребуется день-два, чтобы обуздать и приручить это устройство.



МОДА XXI ВЕКА – СТИЛЬ ГРАНЖ

ВОСПРИНЯВ ВЕЯНИЯ МИРОВОГО ЭКОНОМИЧЕСКОГО КРИЗИСА, В ПРОТИВОВЕС ГЛАМУРНОМУ СТИЛЮ ОДЕЖДЫ ПОЯВИЛОСЬ МОДНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ ПОД НАЗВАНИЕМ «ГРАНЖ».



В дословном переводе с английского «grunge» – ужасный, нелепый. Но, несмотря на такое неблагозвучное название, этот стиль триумфально прошествовал по мировым подиумам и прочно закрепился как в повседневном молодежном гардеробе, так и в вечерних нарядах, заставив пойти на уступки даже бескомпромиссный дресс-код. В настоящее время позиции этого стиля настолько прочны, что его элементы присутствуют не только в молодежной, но и в мужской, женской и детской одежде, внося в нее нотку необычности, оригинальности и современности. Безусловно, этот стиль для тех, кто устал от обыденности и стереотипов и желает выделиться из общего потока людей. Необработанный край изделия,

торчащие необрезанные нитки, разорванное полотно – это все атрибуты стиля гранж. Рваные джинсы и куртки, расплывающиеся петли, показная многослойность наряда пользуются огромной популярностью и присутствуют практически в каждой модной коллекции. Но, обратите внимание, гранж – ни в коем случае не second hand! Вся модная одежда в этом стиле шьется из высококачественных современных и достаточно дорогих тканей, а детали тщательно продумываются, искусно выполняются. Нарочито небрежное отношение к своему внешнему виду, характерное для стиля гранж, выражается в потертости и кажущейся заносности одежды. Основной прием стиля – многослойность. Причем относится это не только к верхнему

уровню, но и к нижнему. Поражают воображение необычные многослойные юбки, майки, надетые поверх свитера или платья. Отличает этот стиль одежды от прочих и невероятная эклектичность, которая выражается в сочетании всего, что раньше считалось абсолютно несовместимым: нарядные пиджаки надеваются на растянутый шерстяной свитер; шелковый топ носится поверх хлопчатобумажной блузы, в сочетании с почти армейским бушлатом; нарядное прозрачное платье – с кожаной курткой, корсетом и несколькими шарфами. Обувь в стиле гранж – это кроссовки, имеющие вид весьма поношенных, простые балетки, самые разнообразные ботинки, даже армейские, и кеды.

А вот к цвету отношение у стиля гранж особое, наиболее предпочтительными являются натуральные природные оттенки в светлой цветовой гамме: кремовый и песочный, цвет асфальта и бетона, а также краски весеннего сада, от нежно-салатового до розового. Макияж – минимум, только для того, чтобы подчеркнуть черты лица, и никаких блесток, ничего вычурного. Из украшений допустимы одно-два, не более, и то не слишком броские. Принцип стиля гранж – безразличие к своему внешнему виду – проявляется и в прическе: волосы слегка растрепанные, как бы взломаченные, с выбивающимися непокорными прядями. Создать такую прическу далеко не так просто, как кажется, уложить волосы, сохранив эффект естественной небрежности, под силу исключительно настоящему мастеру.

Вот такой сюрприз приготовила нам мода. А дизайнеры уже трудятся над новыми идеями. Какие еще открытия ожидают нас в будущем?

ВАШ ВЫХОД!..

О. БЕЛКИНА

Если вы приглашены в гости, вам подойдет длинное декольтированное платье с яркой отделкой. Лучше всего смотрятся однотонные ткани с благородной фактурой, а также парча и органза. Наиболее выигрышные цвета: металл, изумрудный, красный, золотой, вишневый, шоколадный, бежевый, лазурный, лиловый и черный с вкраплениями. Видов отделки множество – натуральный мех, перья, вышивка, аппликация из бисера, стекляруса, пайеток.

В поисках стиля

Неплохим вариантом будет коктейльное платье средней длины из не слишком помпезной ткани: например, из тонкого трикотажа или креп-шифона. Оно может быть на бретельках, с большим или умеренным декольте, с рукавами. Если вы дополните его аксессуарами, вид будет еще более впечатляющим. Важно правильно подобрать цвет. Обратите внимание на гранатовый, аметистовый, жемчужный, коралловый, кремовый, кофейный или ослепительно-белый. Главное, чтобы он был вам к лицу. Хорошо будет смотреться элегантно-элегантное платье с легкой драпировкой. Атласный воротник-шалка переходит в шарф и закрепляется эффектной брошью. Асимметричная линия низа (спереди немного короче) привлечет внимание к вашим стройным ножкам. Не оставит равнодушным мужчин



платье из джерси прилегающего силуэта и отрезное по линии талии, с глубоким декольте, разрезами и сексуальным вырезом на спине. Если для вас эта модель слишком смелая, можно примерить другой вариант – более скромный, но не менее эффектный: платье с бархатным лифом. Выигрышно будут смотреться полосы бархата, комбинированные с атласными лентами.

Самое шикарное платье – из атласа с плиссированной юбкой, низ которой отделан тесьмой с блестящим напылением. Если позволяет фигура, наденьте стильное платье с открытой спиной и «рваным» подолом. Дизайнеры сегодня рекомендуют для вечернего выхода платье из прозрачного шифона на чехле, с задрапированным лифом и широкой юбкой из расшитых воланов. К тому же застежка на спине придает дополнительный шарм.

«Счастливые» вещи

Если некогда сшить или купить платье,

наденьте на выход свои самые «счастливые» вещи. «Зазвучать» по-новому им помогут такие дополнения, как шаль, накидка, шарф или горжетка из переливающегося меха. Тонкой полоской меха можно декорировать декольте или край струящейся юбки. Если под рукой нет ни песка, ни чернубурки, украсьте себя цветными перьями: они будут неплохо смотреться на декольтированном платье.

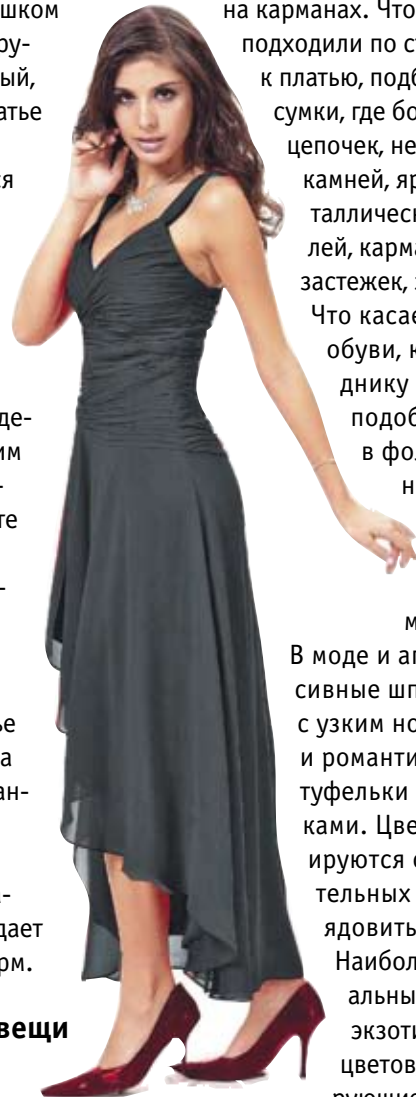
Стильный аксессуар к вечернему наряду – сумочка. В моде миниатюрные сумочки-кошелечки; носить их можно под мышкой, на запястье, поясе и даже...

на карманах. Чтобы они

подходили по стилю к платью, подбирайте сумки, где больше цепочек, необычных камней, ярких металлических деталей, карманчиков, застежек, завязок. Что касается обуви, к празднику можно подобрать сабо в фольклорном стиле и другие открытые модели.

В моде и агрессивные шпильки с узким носом, и романтические туфельки с бантиками. Цвета варьируются от пастельных до самых ядовитых.

Наиболее актуальны модели экзотических цветов, гармонирующие с нарядом и сумочкой.



ТАЛИСМАН ДОЛГОЛЕТИЯ

И. ЖАРНОВА

Говорят, брак укорачивает женскую жизнь на 3–4 года, и причина этого – систематические бытовые перегрузки. Мужской же век якобы от брака удлинится. Но так ли это? Попробуем разобраться.

Коротко ли «бабье лето»?

Современные исследования доказывают: брак укорачивает женскую жизнь только при неудачном выборе супруга – если, скажем, он пьет, гуляет, дерется или тунеядствует. В случае же союза с нормальным, заботливым и любящим человеком женщина в полной мере наслаждается своим существованием: получаемый поток положительных эмоций благотворно влияет на ее душу и тело, укрепляя и омолаживая организм. Установлено, что довольные браком дамы не только живут гораздо дольше сверстниц, но и обремененных семейными заботами, но и чувствуют себя, и выглядят значительно лучше.

Окольцованные везунчики

Мужчины же от вступления в брак выигрывают однозначно. Супружество не только обеспечивает им комфорт, нежную заботу и т. д., но и удлинняет жизнь в среднем на 7 лет. «Узники Гименея», как правило, переживают своих свободлюбивых собратьев, что вполне логично. Ласковые слова из уст любящих жен в трудную минуту превосходно

снимают стрессы, тем самым снижая риск возникновения сердечных заболеваний; кстати, утешение, идущее от мужчин, таким действием не обладает. Женатые мужчины чаще, чем холостяки, имеют искреннюю женскую эмоциональную поддержку и потому реже хворают. Повезло и тем, чьи жены... сварливы. Ведь именно мужа вечно ворчащих барышень обычно поразительно везучи в бизнесе и крепки как телом, так и духом. (Правда, трудно сказать, насколько «жизнь под прессом» может нравиться, хотя, в конце концов, это право выбора каждого.) Умная жена – вообще подарок судьбы. Мозг мужчин, живущих с интеллектуалками, практически неуязвим для возрастной деградации и склероза и продолжает великолепно функционировать даже в мафусаиловом возрасте.

Мудрые женщины не забывают дарить мужу нежный поцелуй – незаменимое средство для снятия нервного напряжения. Мужья, регулярно получающие перед выходом на работу нежный «чмок», намного уравновешеннее, оптимистичнее и увереннее в себе, чем холостяки, «урывающие» поцелуи от случая к случаю. ...Что тут добавить? Если вы искренне любите и бережете друг друга, ваш брак пойдет на пользу обоим и станет тем самым эликсиром долголетия, о котором можно только мечтать.



ТЕНТ ДЛЯ ЛОДЖИИ

Всем хороша лоджия! Единственный недостаток – она беззащитна перед косым дождем или снегом.



Некоторые застекляют ее, превращая таким образом в часть квартиры, но ведь дополнительный оконный переплет задерживает дневной свет и к тому же придает фасаду неопрятный вид.

Защиту лоджии нужно делать такой, чтобы она функционировала только во время дождя или снега. Этому условию вполне отвечает убирающийся тент из прозрачной полимерной пленки, сделанный С. Севастьяновым из г. Серпухова

Московской области. Тент достаточно прочен, в свернутом виде занимает совсем мало места и почти не затеняет смежного с лоджией помещения.

Кроме пленки, для такого тента потребуется труба диаметром 20–30 мм. Она предназначена для свертывания пленки. С одной стороны на трубу насаживается заглушка с кольцевой проточкой, служащей для наматывания лески механизма подъема тента, а с другой – заглушка с буртиком. Труба закрепляется на двух кронштейнах, сделанных из уголкового профиля.

Пленка сверху и снизу подгибается и прошивается капроновыми нитками таким образом, чтобы в образовавшиеся карманы вставлялись трубы – верхняя, о которой уже говорилось, и нижняя, диаметром около 10 мм, образующая жесткий кант. Механизм подъема тента устроен таким образом, что пленка поднимается (наматывается на трубу)

под действием грузика, висящего на подвижном блоке, а для того, чтобы опустить тент, достаточно потянуть вниз привязанный к нижнему канту шнур и заложить кант за захваты-крючки. Чтобы обеспечить беспрепятственный подъем или опускание тента (особенно во время ветра), через отверстия в концах жесткого канта пропущены две вертикально натянутые лески – направляющие. Этот тент будет исправно служить вам много лет.

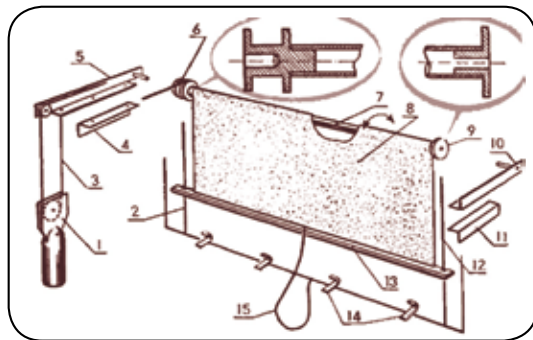


Рис. 1, рис. 2. Конструкция тента (вид из лоджии):

1 – груз на блоке; 2, 12 – направляющий шнур (капроновая леска); 3 – леска механизма подъема тента, 4 – опорный уголок (сталь 30х30 мм); 5 – кронштейн с блоком и осью трубы; 6 – шкнв-заглушка; 7 – труба; 8 – полиэтиленовая пленка; 9 – заглушка с буртиком; 10 – кронштейн с осью; 11 – опорный уголок; 13 – кант (труба Ø10 мм); 14 – крючки-захваты; 15 – шнур для опускания тента.

ПРОСТЕЙШИЙ УВЛАЖНИТЕЛЬ ВОЗДУХА

В зимнее время влажность воздуха в квартирах обычно держится на уровне 40 процентов, тогда как нормальная влажность должна быть не меньше 60 процентов.

Объясняется это тем, что холодный воздух, поступающий с улицы и имеющий нормальную относительную влажность, в хорошо отапливаемом помещении становится чрезмерно сухим, так как относительная влажность зависит от температуры. В это время года лучше всего установить в квартире увлажнитель воздуха. Сделать простейший увлажнитель воздуха можно из подручных материалов. Вырежьте из жести консервной банки два электрода размером приблизительно 100х30 мм. Проложите между ними две узкие поперечные прокладки из резины. Зазор между электродами должен быть около 7–8 мм. Затем скрепите электроды в местах прокладок резиновыми колечками или несколькими витками толстых хлопчатобумажных или льняных ниток. К пластинам припаяйте электрические провода. Переплетите провода и сделайте к ним вилку. Все соединения должны быть тщательно пропаяны, а провода – с хорошей изоляцией. Положите устройство на дно стеклянной или керамической посуды с широким горлом. (Предупреждаем: металлическими кастрюлями пользоваться нельзя!) Заполните посуду водопроводной водой почти доверху и включите устройство в сеть. Содержащихся в обычной питьевой воде минеральных солей вполне достаточно, чтобы через зазор между электродами пошел ток и вода нагрелась и закипела. Пары ее существенно увеличат влажность воздуха в комнате. Время от времени добавляйте воду. Если же вы забудете добавить в емкость воды и она выкипит, ничего страшного не произойдет – электроды оголятся, электрическая цепь разомкнется, и устройство перестанет действовать.

ПИТАТЕЛЬНА, ВКУСНА, ЗАНИМАТЕЛЬНА...

Д. НИКОЛАЕВА

ЭТО СТАРИННОЕ РУССКОЕ БЛЮДО КОГДА-ТО НАЗЫВАЛИ «СЕЛЯНКОЙ» (ОТ СЛОВА «СЕЛО»). ОНО ОТЛИЧАЕТСЯ ОСТРЫМ ВКУСОМ И ПИТАТЕЛЬНОСТЬЮ. ЗАЧАСТУЮ СОЛЯНКИ СЛУЖАТ ОДНОВРЕМЕННО ПЕРВЫМ И ВТОРЫМ БЛЮДОМ. СРАВНИТЬСЯ С НИМИ ПО ПИТАТЕЛЬНОСТИ МОГУТ РАЗВЕ ЧТО НЕКОТОРЫЕ БЛЮДА ВОСТОЧНОЙ КУХНИ: ХАТИ, ШУРПА.

неприятный запах, который при пассеровании усилится. Нашинкованный лук смешайте с растопленным сливочным маслом и пассеруйте без специй и томат-пасты до мягкости (специи при длительной тепловой обработке придают луку горький вкус, а с томат-пастой лук пассеруется значительно дольше). Томат-пасту пассеруйте с жиром на слабом огне отдельно от лука (жир должен стать оранжево-красного цвета). Специи добавьте за 5–8 минут до подачи.

Соленые огурцы для солянок долж-



Пальчики оближешь!

В зависимости от того, какой используется бульон, бывают солянки мясные, рыбные и грибные. Во все виды солянок кладут репчатый лук, соленые огурцы, каперсы, оливки, маслины, томат-пасту, лимон, сливочное масло, зелень, различные специи. Принцип приготовления солянок в основном один и тот же, но есть и свои маленькие хитрости.

Очищенный лук (лучше острых сортов) тщательно промойте в холодной воде, обсушите и тонко нашинкуйте. Перед нарез-

кой не оставляйте его в холодной воде или на воздухе, так как лук может окислиться и приобретет

ны быть с хрустящей и плотной мякотью, грубую кожицу срежьте; если семена крупные, удалите и их.

Огурцы нарежьте и припустите в небольшом количестве бульона до полуготовности. Из оливок извлеките косточки.

Промытые маслины и ломтик лимона положите в тарелки или подайте отдельно с нарезанной зеленью.



Солянка с клецками
Готовые мясные продукты (говядина, язык,

колбаса баранья, баранина копченая) – 60 г, лук репчатый – 2 головки, огурец соленый, томат-паста – 25 г, масло сливочное – 10 г, лавровый лист, перец, зелень; для клецек: мука – 20 г, масло сливочное – 3 г, яйцо, бульон – 30 г.

Репчатый лук нашинкуйте и пассеруйте на масле, добавьте томат-пасту и продолжайте тушить (5–8 минут). Очищенные огурцы нарежьте тонкими ломтиками и соедините с пассерованным луком и отваренными нарезанными мясными продуктами. Влейте процеженный бульон, положите перец, лавровый лист, соль, заварные мучные клецки и варите 5–10 минут. Подавайте солянку со сметаной и нарезанной зеленью.

Солянка из кислой капусты с мясом

Капуста квашеная – 1,5 кг, лук репчатый – 200 г, грибы – 6 шт.

Для поджарки: мука – 1 ст. ложка, масло сливочное – 1 ст. ложка. **Для заправки:** мясо – 600 г, соль, перец, лавровый лист.

Кислую капусту промойте в трех переменах холодной воды и отожмите.

Поджарьте большую луковицу с 2–3 ложками масла, добавив капусту, и жарьте, подливая грибной бульон.

Через 70–90 минут положите 400 г жареной ветчины (или жареной свинины), по 100 г колбасы, дичи или другого холодного мяса (всего – 600 г).

Добавьте смесь перца, соли, лаврового листа и тушите 30 мин. Приготовьте ложку мучной поджарки, смешайте ее с капустой и мясом и тушите еще 10 минут. Затем переложите в сотейник, поставьте

в духовку на 30 минут, пока солянка не подрумянится.

Солянка донская рыбная

100 г осетрины, 20 г моркови, корень петрушки, головка репчатого лука, соленый огурец, 10 г каперсов, 5 маслин, 2 маленьких помидора, 30 г томат-пасты, 10 г сливочного масла, долька лимона, лавровый лист, черный молотый перец, зелень, соль. Морковь, петрушку нарежьте ломтиками, репчатый лук нашинкуйте, все спассеруйте, положите в кипящий рыбный бульон, доведите до кипения и добавьте остальные продукты (гарнир, осетрину). Помидоры нарежьте кружочками и добавьте в солянку за 5–10 минут до окончания варки.

Рыбная солянка с яблоками

4 стакана квашеной капусты,

2–3 антоновских яблока, 4 ст. ложки сливочного масла, 1 луковица, 600 г жареной рыбы (щука, судак, сиг, осетрина, карп), по 50 г зелени петрушки и укропа, лавровый лист, соль, перец.

На масле поджарьте луковицу. Вымоченную кислую капусту положите в сотейник. Яблоки измельчите. Потушите в сотейнике капусту, яблоки, жареную рыбу и лук с маслом.

В жаропрочную форму уложите слой капусты с яблоками, жареную рыбу. Посыпьте зеленью, перцем, добавьте лавровый лист. Готовое блюдо украсьте маринованными грибами, маслинами, соленым кизилом, звездочками из соленых огурцов, полейте соусом

из рыбы, слегка подрумяньте в духовке и посыпьте толчеными сухарями.



ПОЧЕМУ НУЖНА ОТМОСТКА

ОТМОСТКА – ЭТО ВЫПОЛНЕННАЯ ИЗ ВОДОНЕПРОНИЦАЕМОГО МАТЕРИАЛА ВОДООТВОДЯЩАЯ ПОЛОСА, ПРИМЫКАЮЩАЯ К ЦОКОЛЮ СТРОЕНИЯ ПО ПЕРИМЕТРУ. ОНА НУЖНА ДЛЯ ОТВЕДЕНИЯ АТМОСФЕРНЫХ И ПАВОДКОВЫХ ВОД ОТ ЗАГЛУБЛЕННЫХ В ЗЕМЛЮ ЭЛЕМЕНТОВ ЗДАНИЯ (ФУНДАМЕНТ, ЦОКОЛЬНЫЙ ЭТАЖ), ТАК КАК НЕЗАЩИЩЕННЫЕ ОТ ВОЗДЕЙСТВИЯ ВОДЫ ФУНДАМЕНТНЫЕ КОНСТРУКЦИИ РАЗРУШАЮТСЯ ГОРАЗДО БЫСТРЕЕ.



Особенно опасны для фундаментов и цоколей циклы замерзания – оттаивания. Вода, попавшая в поры и каверны во время оттепели, при очередном замерзании расширяется, увеличивая трещины. В итоге через две-три зимы фундаменты могут потерять былую прочность. Чтобы ничего подобного не произошло, необходима гидроизолирующая и водоотводящая полоса – она снижает нагрузку на гидроизоляцию подземной части фундамента, увеличивая общий срок службы здания.

Возможные модификации

Конструкция и габариты отмостки выбираются в зависимости

от типа строения, вида грунта, устройства скатов кровли дома.

1. Для глинистых (пучинистых) грунтов отмостку надо делать шириной не менее 90 см. При этом она должна не менее чем на 30 см отступать от границ траншей, выкопанных для устройства фундамента, и быть на 30 см больше ширины свесов кровли дома.
2. Для песчаных (непучинистых) грунтов отмостку делают шириной не менее 50 см, за свесы кровли она должна выступать на 20 см.

Материал покрытия отмостки выбирается индивидуально, в зависимости от вкусов хозяина или

замысла ландшафтного дизайнера. Вариантов много: это грунтовый травяной ковер, булыжный камень, кирпич, тротуарная плитка, монолитный бетон, асфальтобетон, бетонные плитки – важно лишь, чтобы слой покрытия был водонепроницаемым. Для наборных покрытий (булыжник, плитка, грунтовый ковер) поперечный уклон должен быть 5–10 процентов (перепад уровня 5–10 см на 1 м), для монолитных покрытий – 3–5 процентов (3–5 см на 1 м). Выбор материала покрытия определяет технологию устройства основания и подстилающего слоя.

Продолжение в следующем номере