



● НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «ПРОДОЛЖИТЕЛЬНАЯ И АКТИВНАЯ ЖИЗНЬ»

ИСПОЛЬЗУЙТЕ СВОЁ ПРАВО НА ЗДОРОВЬЕ!

Сегодня Всемирный день здоровья. Праздник учреждён Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) и приурочен к вступлению в силу Устава ВОЗ 7 апреля 1948 года. В 2026 году День здоровья пройдёт под девизом «Здоровье — это право каждого!». Дату выделили специально, чтобы привлечь внимание к проблемам здравоохранения, укреплению здоровья и бережному отношению к себе.

Сейчас здоровый образ жизни очень популярен, доступны тренажёрные залы, бассейны, ледовые дворцы, уличные спортивные площадки. Женщины среди бытовых дел находят время на фитнес, йогу, пилатес, просто для вечерних кардиопрогулок. Люди уделяют внимание витаминам, различным биологически активным добавкам. Медицина сейчас также на совершенно другом уровне. Словом, для сохранения здоровья дано практически всё. Но наверняка у каждого есть свой (возможно, даже семейный) секрет здоровья. Интересно, есть ли он у медицинских работников, и как они сами поддерживают своё здоровье?

Маргарита Остапенко, фельдшер отделения медицинской профилактики для взрослых поликлиники:



— Для меня основа здоровья в семье. Если здоровы и счастливы мои дети, мои родные, то и со мной всё в порядке. Ведь эмоциональное спокойствие, хорошее моральное состояние — это главное для физического здоровья. Ну, я так считаю, во всяком случае. И стараюсь, чтобы дети понимали, что нужно больше двигаться, что важно заниматься спортом. Мы вместе ходим на спортивные площадки, в физкультурно-оздоровительный комплекс. Я рассказываю, что полезно есть, а что — лучше не надо. Да, все мы любим вкусности, сладости. Но я, как человек работающий с антропометрическими данными (рост, вес, объёмы тела), наглядно вижу, к чему может привести не-

правильное питание. Поэтому стараюсь и в свой рацион, и в рацион детей вводить больше фруктов, овощей. Чтобы быть здоровым — проходите диспансеризацию! Есть также детская диспансеризация. Не откладывайте, даже если вы хорошо себя чувствуете, ничего не болит — приходите, регулярное обследование необходимо. Уделите себе немного времени, посетите 220 кабинет, мы рады всем!

Юлия Гавриленко, врач-онколог:



— Самое главное — человек должен хотеть быть здоровым! Если есть желание, то это уже успех. К желанию надо подкрепить действия: физическую активность, правильное питание, здоровый сон, положительное эмоциональное состояние. А если уж так сложилось, что болезнь пришла, не надо затягивать, не надо бояться. Пусть даже симптомы ложные (дай Бог, чтобы так и было) — придите на приём, обследуйтесь, сдайте анализы. Да, очень непросто говорить пациенту диагноз. Я же живой человек, переживаю за каждого, очень хочу помочь. Вместе с пациентом мы делаем первый шаг, а это половина пути. А чтобы получить желаемый эффект от лечения, мы сами должны быть здоровы. Поэтому стараемся обращаться к коллегам при недомоганиях, проходить профосмотры. Мой секрет здоровья — беречь его и не отмахиваться от малейших признаков недомогания.

Александр Степаненко, врач психиатр-нарколог:

— Здоровье в порядке — спасибо зарядке! Я каждое утро, даже в выходные и праздники, делаю зарядку, отжимаюсь не менее пятидесяти раз, приседаю, делаю упражнение на пресс. Физическое самочувствие напрямую зависит от активности, образа жизни, пищевых привычек. Конечно, нужно избавляться от вредных привычек, а лучше их и не заводить. Алкоголь, курение, запыленные вещества — всё это путь в одну сторону. Если уж пошли по нему, найдите силы остановиться, пойти к врачу.



Своим пациентам я всегда говорю: берегите здоровье смолоду. Но если уж так получилось, что оказались у меня в кабинете, стараюсь помочь максимально. Нет смысла ругаться, читать нотации. Здесь нужно только медикаментозное лечение, обследование печени, кровяных показателей, контроль за артериальным давлением. Да, доброе слово тоже лечит, но это уже как подбадривающий метод, мотивация.

Наталья Степаненко, врач общей практики:



— Большая часть моей работы — в кабинете, в кресле, да есть еще вызовы на дом, но все-таки в сидячем положении провожу больше времени. Поэтому стараюсь в свободное время больше двигаться, если куда-то можно пойти пешком — иду пешком. Еще у меня есть приусадебный участок, это в сезон тоже хороший тренажер. Да и плюс ко всему хорошо помогает отключиться, не думать о работе, меньше переживать за пациентов. И за питанием следить: не только что ты ешь, но и когда, сколько раз в день. Двух приемов пищи недостаточно, организм будет накапливать жиры, зная, что его больше не покормят. Секрет здоровья, я бы сказала, — это ответственность перед собой. Самое главное

— заботиться о себе, беречь себя. Ведь от врача, на самом деле, зависит 10% здоровья человека, и это в том случае, когда он вовремя пришёл на приём. Как правило, к нам приходят уже больные люди, зачастую с запущенной формой. Поэтому я обращаюсь ко всем: приходите к врачу даже для профилактики, на диспансеризацию, при несущественных недомоганиях. Я и сама, как врач первичного звена, стараюсь соблюдать все профилактические меры. Ведь мы, как ворота для других врачей — сначала больной приходит к нам, а потом уже к узкому специалисту. Я

бы даже сказала, что у врачей общей практики вырабатывается иммунитет к распространённым заболеваниям, таким как ОРВИ или ОРЗ. Еще хочу сказать, что сейчас очень модно пить витамины, БАДы. Все это, конечно, хорошо. Все это, конечно, необходимо. Но пить витамины нужно тоже по назначению врача, когда знаешь, что есть нехватка того или иного элемента.

А еще очень важно уметь выходить из стресса, как говорят, обнуляться, заряжаться хорошими эмоциями. Мне в этом очень помогают мои собаки — два спаниеля и «дворянин» (дворяняжка, доставшаяся от мамы). Это настоящий живой антистресс. Нет ничего радостнее, чем видеть, как тебя ждут после работы и как скучают, когда ты уходишь. Говорят, что человеку нужны объятия восемь раз в день, так вот объятия с домашними любимцами — удваивают этот эффект. Во Всемирный день здоровья — будьте здоровы, берегите в себе самое важное!

Итак, беседуя с нашими врачами, задавая им один и тот же вопрос, могу сделать вывод. Первое, с чего должен начинаться ваш день, — это зарядка или прогулка до работы, второе — правильный завтрак, третье — больше двигаться в течение рабочего дня, хотя бы делать перерывы и разминаться. И в заключение — никаких негативных эмоций не приносить домой, научиться абстрагироваться, проводить время с семьей, с любимыми питомцами, за любимым хобби. А если уж что-то беспокоит — бегом к врачу, и не игнорировать диспансеризацию!

Как нам рассказала главная медицинская сестра ЦРБ **Оксана Будько**: «У нас есть традиция — перед тем, как уйти в отпуск, каждый сотрудник проходит профилактический осмотр, флюорографию, сдаёт все анализы, чтобы лечащий врач видел, с какими показателями человек ушел или с каким диагнозом, чтобы потом эту картину улучшить, если есть такая необходимость».

Всемирный день здоровья — это ежегодное напоминание о том, что здоровье — это наша главная ценность. Если человек любит себя, свою жизнь и своих близких, то у него каждый день должен быть днём здоровья!

Ирина ТИМОШЕВСКАЯ
Фото автора.

● 8 АПРЕЛЯ – ДЕНЬ СОТРУДНИКОВ ВОЕННЫХ КОМИССАРИАТОВ

УВАЖАЕМЫЕ РАБОТНИКИ И ВЕТЕРАНЫ ВОЕННОГО КОМИССАРИАТА!

От всей души поздравляем Вас с профессиональным праздником!

Верность долгу, профессионализм и высокая ответственность перед страной – те качества, которыми обладает каждый специалист этой сферы. Ваш труд требует не только знаний и опыта, но и душевной щедрости, терпения и понимания.

В сложное для всей страны время, вы с честью выполняете свой воинский долг, профессионально и эффективно решаете широкий спектр задач в интересах обороноспособности государства и военно-патриотического воспитания молодежи, достойно выполняете поставленные перед вами задачи по обеспечению мобилизационной готовности и призыву граждан на действительную и контрактную военную службу.

Благодарим сотрудников отдела военного комиссариата за добросовестную службу, трудолюбие и профессионализм!

От всей души желаем всем крепкого здоровья, мира, благополучия, успехов в вашем нелегком труде.

С уважением **Е. СОТНИКОВ**, глава Волоконовского муниципального округа

Н. МЕЛАНИНА, председатель Совета депутатов Волоконовского муниципального округа.

ПОЗДРАВЛЯЕМ С ЮБИЛЕЕМ!

3 апреля жительнице села Чапельное Нине Ивановне Коваленко исполнилось 90 лет.

За её плечами – долгая и непростая жизнь, наполненная трудом, испытаниями и заботой о близких.

Нина Ивановна родилась 3 апреля 1936 года в селе Шаховка в многодетной семье, где воспитывались семеро детей. Детство пришлось на тяжёлые годы Великой Отечественной войны, оставившие глубокий след в её памяти. С ранних лет она вместе с братьями и сёстрами пережила голод и лишения, помогала взрослым в колхозе – полола, носила воду, выполняла посильную работу.

Уже в 16 лет Нина Ивановна отправилась в Ленинград на торфоразработки. В 1955 году она вышла замуж и переехала в Волгоград, где трудилась на керамическом заводе. Спустя несколько лет, в 1961 году, вместе с супругом вернулась на малую родину – в село Чапельное, где семья построила дом и воспитала четверых детей.

Большую часть своей жизни Нина Ивановна посвятила работе в сельском хозяйстве. До выхода на пенсию она трудилась дояркой на ферме, а затем телятницей, зарекомендовав себя как ответственный и добросовестный работник. За многолетний труд была отмечена Благодарностями и Почётными грамотами, а также удостоена медали «Ветеран труда». Она относится к категории «Дети войны».

Сегодня Нина Ивановна – счастливая бабушка и прабабушка: у неё семь внуков и восемь правнуков. Юбилей стал прекрасным поводом для всей большой семьи собраться вместе и выразить ей любовь, уважение и благодарность за прожитые годы и жизненную мудрость. Вместе с официальной делегацией юбиляршу также поздравил глава Волоконовского муниципального округа **Е.А. Сотников**.

Алина ЛЮШУКОВА
Фото автора.



● 12 АПРЕЛЯ – ДЕНЬ КОСМОНАВТИКИ

В ПОГОНЕ ЗА ВРЕМЕНЕМ И ПРОСТРАНСТВОМ.

ПОЧЕМУ НА БАЙКОНУРЕ НЕ ОТМЕЧАЛИ ДЕНЬ КОСМОНАВТИКИ

12 февраля 1955 года советское правительство приняло решение о создании Байконура. После этого прошло немало времени, когда весной 2000-го мне позвонили из Государственного архива Белгородской области и сказали, что в посёлке Октябрьском живёт человек, который прослужил на Байконуре четверть века.

ЭКСТРЕННЫЙ ВЫЗОВ

27 июня 1962 года тридцатилетнего главного инженера одного из управлений строительного треста в Могилёве Михаила Воликова экстренно вызвали в военкомат и оголошили: призываются в армию. Михаил Николаевич – к управляющему трестом. Тот успокоил: ерунда – какие-нибудь сборы, освободим: столько объектов по районам области!

Потом, позвонив куда-то, вздохнул: сделать ничего нельзя – приказ о призыве исходит из Москвы. 29 июня, наскоро простившись с семьёй, Воликов уже ехал к месту назначения.

Прибыв, сообщил домашним почтовый адрес: Ташкент-90, в/ч номер такой-то. Потом адрес изменялся: Кзыл-Орда – 50, Ленинск-20... За условными наименованиями скрывался космодром Байконур. Но слова «космодром» и «Байконур» даже упоминать в письмах или телефонных разговорах запрещалось.

«Это было первейшее правило: нигде, ни при каких обстоятельствах не разглашать, где служишь и чем занимаешься, – рассказывал Воликов. – Запрещалось вести дневники и делать снимки, интересоваться, чем занимаются даже друзья-товарищи. Тогда такой режим секретности воспринимался как само собой разумеющееся, хотя жаль, что не было возможности брать в руки фотоаппарат: столько бы сделал уникальных кадров для истории».

ПО ГРАЖДАНСКОЙ СПЕЦИАЛЬНОСТИ

Также требовалось, чтобы военнотруженики в обязательном порядке сохраняли форму родов войск, откуда их направляли. Потому не обходилось без некоторых курьёзов: на космодроме встречались даже... моряки. Сам Воликов носил на погонах скрепленные пушечки, поскольку в Харьковском институте электрификации и механизации сельского хозяйства обучался на военной кафедре «с артиллерийским уклоном». Служил же преимущественно по гражданской специальности – именно за этим его вычислили и выдернули из Могилёва работавший как часы невидимый механизм подбора кадров, способных на должном уровне обеспечивать выполнение масштабнейших государственных задач. Байконур предпочитал называть, как и во время службы, полигоном. Это сложнейший комплекс разбросанных на десятки, а то и сотни километров сооружений, объектов и участков не только для сборки, подготовки и запуска космических кораблей. Немало было здесь и объектов государственной обороны. Кроме того, были жилые зоны, зоны отдыха – для самоотверженно работающих людей требовалось обеспечить все условия труда и быта. При этом ни чисто космические, ни чисто гражданские, ни чисто военные проблемы невозможно было решать без электроэнергии. Михаил Николаевич занимался как раз электрической частью строящихся и эксплуатируемых объектов. Как и без электричества ни туды и ни сюды, невозможно было без воды. Главный её источник – река Сырдарья.

В поэме «Ступени Байконура» казахский поэт Джубан Мулдагалиев утверждал: «В прозрачных струях Сырдарьи живёт дыханье Байконура». Но у Воликова своё мнение о степени прозрачности струй: «Наберёшь воды в стакан, отстоится – треть содержимого выпадает в осадок. Потому пришлось ставить на водозаборах сложные фильтры, систему обеззараживания. Добились в конце концов, что вода из кранов



Космонавт Георгий Береговой на Прохоровском поле, 1983 год
Фото Анатолия Лукьянова (архив «БелПрессы»)

пошла не хуже, чем в Москве».

НЕ ДЛЯ ВСЕХ ВХОД ПАРАДНЫЙ

«Главного конструктора видеть вблизи мне довелось дважды, – вспоминал Воликов. – Первый раз, кажется, в 1963 году. В газетах о нём не писали, фотографии не печатали, и в лицо его даже у нас мало кто знал».

Михаил Николаевич случайно оказался свидетелем оперативного совещания на открытом воздухе: «Удивился, что его с крупными военными чинами проводит штатский. Жесты энергичные, говорит резко – распекает за что-то и выговаривает: почему сразу не позвонили ему? Отвечают: поздно было. Он: «Звонить в любое время суток! В любое! Мы все не спать сюда приехали!» Потом мне сказали: это главный конструктор – Сергей Павлович Королёв».

Вторая встреча запомнилась принятием исторического решения – пусть лишь в масштабах Байконура – решения. Прилетев сюда, Королёв с аэродрома сразу поехал в штаб полигона, причём без всякого сопровождения. Только ногой на порог, а ему: «Назад! Гражданским лицам вход здесь запрещён! Если надо чего, для вас есть дверь со двора». Королёв вспылел, но, сдержав себя, круто развернулся и бросил через плечо: «Передай-те Захарову, что жду его на десятой площадке».

Александр Григорьевич Захаров, пояснил Воликов, был начальником полигона: «Только он появился на площадке, где я тогда находился по служебным делам, как Королёв напустился на него: «Что за порядки?! Чего работающих вместе людей делите на белую и чёрную кость? Чего это для одних – вход парадный, а для других – чёрный?». В результате гражданским разрешили проходить в штаб через ту же дверь, что и военным».

ОХОТНИК В ТЕЛОГРЕЙКЕ

Была у Михаила Николаевича на Байконуре обязанность организовывать для офицеров охоту. Заранее составлялся список желающих поехать на неё, выделялся транспорт. Отправившись раз на уток на двух ГАЗ-69. Для переправки на другой берег Сырдарьи был катер, буксировавший полтонные секции. Но дежурный сержант отказался переправлять десятых офицеров, попросив немного подождать. Раздосадованный Воликов позвонил командиру этого сержанта. Тот тоже просит подождать, не объясняя, чего именно. Такой же ответ последовал и на звонок в политотдел полигона. «Через некоторое время подъехал ещё два газика. Рядом с водителем переднего сидел темноволосый небритый мужчина в накинутой на плечи телогрейке. Сержант сначала эти машины переправил, а потом уж наши... Ну, мы повозмущались, – продолжал собеседник, – стали охотиться: отстреляли вечернюю зорьку, потом утреннюю. Возвращаемся – эти машины обгоняют нас и переправляются первыми. Странно... Дома разворачивая све-

жие газеты и читаю: Герой Советского Союза Г.Т. Береговой 26–30 октября (это было в 1968 году) совершил полёт на космическом корабле «Союз-3». Тут же портрет – тот темноволосый охотник, только в форме и чисто выбритый».

СКРОМНЫЙ ПРЕЗИДЕНТ

Визиты высоких гостей были не редкостью. Когда приехал председатель Совета Министров СССР Алексей Косыгин, Воликова срочно вызвали на ЧП: включили в гарнизонном Доме офицеров вентиляцию, а она работает не на вытяжку, а наоборот – засасывает с улицы окурки, прочий мусор и мощно выбрасывает в зал. Оказалось, электрики фазы перепутали. А если бы вентиляцию включили во время встречи с Косыгиным? А вдруг и в гостинице что-то подобное? «Пошли туда – ещё раз всё проверить, – поделился Воликов, – а навстречу – Косыгин в спортивном костюме. Сопровождающий других из-за своей под козырёк и докладывает, кто мы и куда путь держим. Тот остановил – не на параде, мол, поздоровался с нами за руку, задал, видимо, из врождённой вежливости вопросы о том о сём и сказал: нечего проверять, всё и так хорошо. И пошёл прогуляться на берег Сырдарьи». Скромным и не любящим беспокоить других из-за своей персоны запомнился президент Академии наук СССР Мстислав Келдыш. Ну подумаешь, не работает у него радиоприёмник – пощёлкал переключателями и махнул рукой. И, похоже, не заметил, что после визита к нему в номер Михаила Николаевича приёмник снова заговорил: настолько был погружён в свои дела-расчёты.

ПОЗЫВНОЙ «ЧАЙКА»

Будучи в Звёздном, где Центр подготовки космонавтов, Воликов, уже отставник, зашёл в музей Юрия Гагарина.

Нахлынули воспоминания: Гагарин, напутствующий на Байконуре очередных космонавтов... Прогуливающаяся по гостиничному коридору незнакомая девушка в халатике, о которой весь мир узнал как о Чайке – позывной Валентины Терешковой... Участие под руководством Германа Титова в создании «Бурана»...

– А как на Байконуре отмечали День космонавтики?

– А никак, – ответил Михаил Николаевич. – В мою бытность 12 апреля там не было праздником. Просто по традиции 9 Мая все, кто служил на Байконуре, собирались у метро ВДНХ, на аллее Космонавтов. Во время встреч вспоминали крылатые мысли стоявших у истоков. В том числе и Константина Циолковского: «...Человечество не останется вечно на Земле, но в погоне за светом и пространством сначала робко проникнет за пределы атмосферы, а затем завоюет себе всё околосолнечное пространство».

Сергей ЕРЁМИН.

(«Белгородская правда» от 12.02.2026 г. №7).

САДОВЫЙ ЛОВЧИЙ ПОЯС

Садовый ловчий пояс – конструкция функциональная и простая, как все гениальное. Но с первого раза смастерить ее может не каждый садовод, ведь у этого приспособления есть свои секреты. Если в вашем саду уже сошел снег и частично просохла земля, значит, сейчас самое время крепить ловчие пояса от вредителей. Ведь вместе со всей природой просыпаются и насекомые, которые всю зиму тольются и ждали, когда ваши плодовые деревья окажутся в их цепких лапках.

Для начала давайте разберемся, что же такое ловчий пояс и зачем он нужен. Итак, это механическая ловушка, которую располагают на стволе или основных ветвях дерева для остановки насекомых-вредителей. Разумеется, не всех можно задержать таким образом, а лишь тех, кто живет, размножается или зимует на земле, а затем ползком поднимается в крону. К таким насекомым в первую очередь относятся: белокрылки, букарки, гусеницы, долгоносики, казарки, клещи, муравьи, тля, цветоеды.

При правильном использовании плодовый пояс на дереве абсолютно безопасен для людей и домашних животных, а также надежно защищает сад от вредителей. Правда, есть у него и минус – в ловчий пояс могут попадаться и полезные насекомые.

Практически все ловчие пояса, существующие в настоящее время, можно условно разделить на три вида: сухие, ядовитые, липкие (клейкие).

Чаще всего встречается именно первый вариант, поскольку сухой пояс предельно прост в изготовлении и функционален, но каждый дачник выбирает на свой вкус.

СУХОЙ ЛОВЧИЙ ПОЯС

Сухие пояса каждый готовит по-своему, однако именно они десятилетиями остаются фаворитами садоводов. И хотя вариантов немало, чаще всего встречаются три разновидности сухих ловчих поясов.

ПОЯС-ВОРОНКА

Этот вид ловчего пояса делается за 5 минут и при этом отлично работает. Для сооружения пояса-воронки вам потребуется лист плотной бумаги или картона, веревка (шпагат) или пластилин.

Обмотайте ствол дерева бумагой так, чтобы на нем появилась перевернутая воронка. В ее широкий край насекомые будут вползать, а вот верх воронки, плотно прилегающий к стволу, окажется тупиком. Верхнюю часть плотно завяжите веревкой или промажьте пластилином (глиной), чтобы выхода у вредителей не было. В принципе, работает такая ловушка все лето, но желательно раз в месяц ее проверять и при необходимости обновлять.

ДВУСТОРОННЯЯ ВОРОНКА

Универсальность этой ловушки заключается в том, что она помогает бороться как с теми насекомыми, которые только поднимаются с почвы в крону, так и с теми, что уже побывали наверху и отправились к земле. Для изготовления двусторонней воронки вам потребуются: ткань или мешковина шириной 30–40 см; инсектицид; глина; веревка или шпагат. Намочите ткань в растворе инсектицида и оберните ею ствол дерева. С помощью шпагата или широкой ленты плотно закрепите центр ткани на стволе дерева, а верхний и нижний края оставьте свободными. Заполните глиной все пространство между свободными краями ткани и стволом, чтобы насекомые неизбежно оказывались на участке, пропитанном инсектицидами. Раз в 3–4 недели меняйте пояс, а использованный сжигайте.

ПОЯС-ВОРОТ

Ловчий пояс-ворот – конструкция чуть посложнее, и к ее созданию придется подготовиться, купив немного материала, который есть не у каждого на руках. Да и «расходники» придется периодически докупать. Зато такая ловушка прекрасно работает в течение всего лета, не травмирует дерево, безопасна для людей и животных, а также может использоваться несколько лет подряд, растягиваясь в процессе роста дерева.

Заинтригованы? Все просто! Вам понадобится: кусок мягкой резины толщиной 4–5 мм, шириной 30–40 см и длиной, позволяющей плотно обхватить ствол дерева; клей для резины; бутылка подсолнечного масла.

Изготавливается пояс-ворот следующим образом: измерьте обхват ствола дерева. Вырежьте полоску резины нужных размеров (помните, что резина должна плотно обтягивать ствол, иначе ловушка просто отвалится).



Оберните ствол куском резины и склейте его по отрезанному краю или скрепите другим способом. Подтяните нижнюю часть резины наверх, чтобы на стволе образовался валик с углублением. В получившуюся герметичную чашечку налейте подсолнечное масло.

В масле регулярно будут оказываться вредители, которых нужно вынимать. Да и само оно будет испаряться, поэтому придется периодически подливать из бутылки. В среднем на сезон для двух крупных яблонь хватит одной литровой бутылки масла.

ПОЯС ИЗ СТЕКЛОВАТЫ

Еще один способ поймать вредителей, хотя и не слишком привлекателен внешне, но также работает. Для этого вам потребуются обернуть ствол куском стекловаты или поролона, а сверху прижать этот материал стрейч-пленкой. Насекомые будут застревать в плотном волокне без шансов найти дорогу обратно, а вам останется только каждые 1–2 недели уничтожать их и менять защитный слой на дереве.

КЛЕЙКИЙ ЛОВЧИЙ ПОЯС

Самые распространенные жертвы липких поясов – жуки, муравьи и гусеницы. Обычно этот тип ловушки сочетают с другими, но и отдельно они имеют право на существование. Для того чтобы сделать клейкий ловчий пояс, вам понадобятся: лист бумаги (мешковины, картона, ветоши, пленки) шириной 20–25 см и такой длины, чтобы обхватить ствол дерева; специальный клей, смола или деготь. Оберните ствол дерева бумагой или другим материалом и закрепите его. Затем намажьте бумагу клеем, им же тщательно обработайте низ и верх листа, чтобы насекомые не могли проползти по стволу. Меняйте пояс по мере подсыхания липкого слоя (в среднем 1 раз в 3–4 недели).

ЯДОВИТЫЙ ЛОВЧИЙ ПОЯС

Возьмите лоскут ткани шириной 20–25 см, пропитайте ее раствором инсектицида и закрепите на стволе на высоте полуметра от земли. Сверху получившуюся «юбку» дополнительно обмотайте слоем пленки, чтобы инсектицид меньше испарялся. Менять такой пояс нужно раз в месяц-полтора.

КАК ЭКСПЛУАТИРОВАТЬ

Ловчий пояс от муравьев, тли, казарки и других насекомых, способных уничтожить или изрядно сократить ваш урожай, нужно крепить на все плодоносящие деревья в вашем саду. Правда, устанавливая ловушки, также нужно соблюдать ряд правил: располагайте пояс на высоте 30–60 см от земли, но в любом случае ниже уровня кроны; устанавливайте пояса на деревьях до того, как раскроются почки; проверяйте клеевые пояса каждые 1–2 дня, удаляя попавших вредителей; сразу уничтожайте всех пойманных вредителей; своевременно меняйте или чините ловчие пояса; на косточковых (вишня, черешня, слива, абрикос и т.д.) снимайте пояса после сбора урожая, а на семечковых (яблоня, груша) оставляйте до конца октября.

Ловчие пояса для яблонь, груш, вишен и других садовых деревьев становятся настоящей защитой. При своей невысокой стоимости и простоте применения они позволяют справиться с множеством вредителей, не нанося при этом ущерба экологии и урожаю. Попробуйте в этом году применить на своем участке ловчие пояса и убедитесь в том, что этот простой метод работает.

www.ogorod.ru



ПОРТУЛАК – КАК ПОБЕДИТЬ

Для многих огородников настоящей бедой является портулак – самый живучий сорняк с мясистыми стеблями, глянцевыми листочками и мелкими, но липкими семенами. Почему портулак такой живучий, какие реально работающие методы выведения работают, и каких ошибок стоит избегать.

Людоед огорода: почему портулак такой неистребимый

Портулак огородный – однолетник, но непростой. Он разрастается ковром по чистой почве, легко укореняется даже в самой сухой земле, а главное – формирует до 3 миллионов (!) микроскопических семян с квадратного метра. Эти семена могут сохранять всхожесть в почве до 7 лет. Кроме того, даже маленький кусочек стебля портулака способен снова укорениться! Не удивляйтесь, если после небрежной прополки вы увидели через пару недель «новичков» на старом месте.

Какие методы точно НЕ работают

С портулаком нельзя: перекапывать тяпкой или плоскорезом: вы только размножите его, порубив корни и стебли на черенки. Каждый из них прорастет заново! Оставлять в междурядьях сорняки после выдергивания: под первым же дождем или росой «зеленый матрас» снова укоренится. Поливать грядки сверху-сильной струей: семена портулака разбрызгиваются вокруг, прорастают буквально на пленке воды.

В борьбе с портулаком лучше правильно и вовремя удалять его вручную. И тут есть нюансы: подходите к делу после хорошего дождя или полива: земля мягче, корни выходят полностью. Всегда выдергивайте весь ковер травы целиком, особенно вместе с корнями и побегами – сильно молодой портулак убирается почти без усилий. ОБЯЗАТЕЛЬНО убирайте сразу в ведро или пакет – ни одной травинки на земле! Старайтесь не оставлять даже кусочков: помните, что каждый кусок – потенциальное новое растение. Собирайте портулак на самых ранних этапах, не давая зацвести. После цветения бессмысленно пропалывать – семена уже рассыпаны. Густо мульчируйте почву вокруг культур – скошенной травой, сеном, компостом, черным агроволокном, картоном. Слой должен быть НЕ ТОЛЬКО 5–7 см! Мульчу выкладывать только на чистую, прополотую землю – иначе будет обратный эффект. Пустая земля – радость для сорняка. После сбора ранних культур или там, где ничего не высадили, сразу посеять горчицу, фацелию или овёс. Сидераты быстро дают зеленую массу, забивают свет и не дают прорваться портулаку. Можно даже комбинировать сидераты с цветами для красоты.

Вода – мощный союзник и враг одновременно. Никогда не поливайте грядки «дождевиком!» Только по бороздам, капельно или строго по культурам. Минимум влаги для голой почвы – максимум для овощей! Всю зеленую массу портулака ни в коем случае не закладываете в общий компост – он даже после усадки зачастую прорастает. Обжигайте в бочке, сушите на солнце (долго) или выносите подальше от участка.

Постарайтесь химию использовать в крайних случаях. Наносите локально кисточкой по листьям, защищая культурные растения.

ЧТО ПРИНЕСЕТ АПРЕЛЬ?

На Руси апрель считали временем настоящего пробуждения природы. В этот период снег таял, появлялись первые почки, возвращались перелетные птицы.

У апреля в старину было несколько имен – каждое отражало особое настроение месяца. «Цветень» – так его называли за первые цветы. «Березозол» – означал пору, когда березы наполнились соком и люди начинали его собирать. «Снегон» указывал на быстрое таяние снежного покрова.

Наши предки следили за изменениями природы и учились по ним определять погоду.

Хотя в апреле заметно теплеет и все чаще светит солнце, погода остается обманчивой: по ночам еще подмораживает, а вместо дождя в любой момент может посыпаться мокрый снег. Такая непредсказуемость превращает этот месяц в своеобразный барометр, по которому судят о характере грядущего лета и определяют сроки полевых работ.

Вот некоторые из проверенных временем примет:

- если в апреле появилось много паутины – летом ожидается много засушливых и жарких дней;
- раннее цветение одуванчиков указывает на тепло во второй половине весны;
- затяжные туманы в середине месяца предвещают дождливое лето;
- обильное сокодвижение у берез – к умеренно влажному и урожайному лету;
- если грачи и скворцы прилетели рано и сразу начали устраивать гнезда – прохлады не придет до осени;
- обильная капель в начале месяца – к богатому урожаю зерновых;
- частые грозы предвещали хороший сенокос в предстоящем сезоне;
- дождливый месяц без ветра – по осени будет много грибов.

pogoda.mail.ru

Уважаемые читатели, подписчики и посетители сайта!

Если Вас интересует **полная электронная версия газеты** (включая рекламу и программу) в формате PDF, вы можете приобрести её у нас на сайте - (<https://october31.ru>) всего за **35 рублей**.

Здесь же можно подать объявление или подписаться на районную газету

СЕТЕВОЕ ИЗДАНИЕ ВОЛОКОНОВСКОГО РАЙОНА



В правом верхнем углу сайта установлен модуль

кликаем на кнопку **Начать**,
выбираем рубрику **«ПОДПИСКА НА ГАЗЕТУ»**,
а затем раздел **«Купить 1 номер PDF»**

Все, что вам нужно сделать:
указать нужный номер издания
и ваш электронный адрес,
на который мы вышлем полный номер
газеты в электронном виде



Сервисом можно пользоваться **24 часа в сутки**,
в любом удобном месте, где есть Интернет.

Способы оплаты разные: пластиковые карты Банков России,
электронные деньги (**WebMoney, Яндекс деньги, Qiwi кошелек**) или лицевой
счёт мобильного телефона (**МТС, Мегафон, Билайн, Теле2, РосТелеком**).