



ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ ОРГАНИЧЕСКОЕ ЖИВОЕ ЗЕМЛЕДЕЛИЕ

ОЖЗ

Моя Грядка ИЗОБИЛИЯ

6+



ГАЗЕТА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СОВЕТОВ ОТ СЕВЕРА ДО ЮГА

Электронная версия газеты: www.gryadkaojz.ru

ИЮЛЬ-АВГУСТ 2022 (116-117)



Я ПРОВОЖУ ОПЫТЫ НА СВОЕМ УЧАСТКЕ

Читайте на стр. 21

МЫ ЖИВЕМ В ДРУЖЕСТВЕННОМ МИРЕ! Дорогие, подписывайтесь и получайте ценные советы профессионалов, индексы нашей газеты в каталоге Почты России – П7961 и П8145

ЧИТАЕМ В НОМЕРЕ:

Урожай до 3 раз больше!
Но не переусердствуй –
не вноси слишком много удобрений.
Опасность в овощах представляют
нитраты. Часть 4. Стр. 3

6 соток для здоровья. Часть 1.
Доказано, что урожай полезнее,
если... Стр. 7

6 соток для здоровья. Часть 2.
Уход за огурцами в июле.
Народные и биологические
методы. Стр. 11

Бобовые сидераты теперь
способны заменить навоз.
Поможет бесценная
Земля-Матушка для бобовых.
Стр. 16

Братюня удивляется: народница
Лена Храмушина познакомилась
с Колумбом. Стр. 17

6 соток для здоровья. Часть 3.
Мой капустный эксперимент. Стр. 21

Здоровый урожай – здоровые мы.
Не забываем, что человек – часть
природы. Стр. 23

У природы нет плохой погоды. Чем
грозит растениям холодное
и дождливое лето? Стр. 26

Природный, самый экологически
безопасный биометод.
Клещ против клеща. Стр. 27

6 соток для здоровья. Часть 4.
Как получить самую вкусную,
лечебную, экологически чистую
и просто драгоценную землянику?
Стр. 28

Вот это настоящее здоровье.
Микробиом человека. Стр. 30

Понять, прочувствовать и... обонять.
Стр. 33

Помогаем, спасаем животных.
Стр. 34

ИЮЛЬ-АВГУСТ – НЕОБХОДИМЫЕ НОВИНКИ



ТюБаш –
на все случаи!
От болезней,
от вредителей
+ питание



СУПЕРНОВИНКА!
Фитоспорин-АС
10 ВИДОВ ЗАЩИТЫ



серия СВЕЖИЕ ПРОБИОТИКИ – препараты, помогающие быть здоровым

Читайте на стр. 30



ИГРАЙТЕ, ДРУЖИТЕ, ЛЮБИТЕ – НАС ВСЕХ ОБЪЕДИНЯЕТ ДРУЖБА!

Тираж экз. 30 000

Учредитель: ИП Мария Вячеславовна Кузнецова
Главный редактор: к.т.н. В.И. Кузнецов
Редактор: к.б.н. Д.В. Скотников
Рекламный отдел: Е.А. Антипина, А.М. Хаванская
Дизайн и верстка: В.А. Окунева
Фотограф: А.Б. Ходжаниязов
Редакционная коллегия: В.И. Корнилов, заслуженный
агроном РБ; Р.А. Кудоярова, биолог, биотехнолог;
Е.И. Чистякова, биолог-цветовод; И.Л. Ермолаева, специалист
по защите растений; Д.В. Скотников, к.б.н.
Зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере
связи, информационных технологий и массовых коммуникаций

(Роскомнадзор).
Свидетельство о регистрации средства массовой информации
П/И № ФС77-36062 от 28.04.2009 г.
Распространяется по подписке и в розницу. Цена свободная.
Адрес редакции издателя (для писем): 450015, Республика
Башкортостан, г. Уфа, ул. К. Маркса, 37, корпус 4, офис 310.

Телефоны:
Главный редактор: (347) 291-10-20, bashinkom@mail.ru
www.bashinkom.ru

Рекламный отдел: (347) 292-09-96, mgi@bashinkom.ru

Газета отпечатана в типографии
ООО «Газета», ИНН 0266036728
453252, Республика Башкортостан,
г. Салават, ул. Нуриманова, зд. 29,
тел. (3476) 35-31-02

№ заказа 108682

Подписано в печать: 08.07.2022 г.



УРОЖАЙ ДО 3 РАЗ БОЛЬШЕ! НО НЕ ПЕРЕУСЕРДСТВУЙ – НЕ ВНОСИ СЛИШКОМ МНОГО УДОБРЕНИЙ. ОПАСНОСТЬ В ОВОЩАХ ПРЕДСТАВЛЯЮТ НИТРАТЫ

Скоро выйдет в печать великолепная книга «Овощи» Даниила Александровича Костылева. Он кандидат сельскохозяйственных наук, создатель одного из лучших питомников в России «Цветник Урала».

Продолжаем делиться выжимками из этой замечательной книги.

Сразу оговоримся, что в опасных количествах нитраты накапливаются в овощах только при неправильном выращивании.

Все слышали о нитратах, но мало кто разбирается в том, чем нитраты опасны, зачем в таком случае они вообще нужны растениям и как избежать их вреда. Начнем с первого вопроса.

Нитраты – соли азотной кислоты (HNO_3) – постоянно присутствуют в организме человека в небольшом количестве (около 100 мг), участвуя в различных обменных процессах. Но растения (особенно овощи) любят их накапливать в гораздо больших количествах. Поэтому, получая дополнительные нитраты с растительной пищей, мы можем превысить безопасную норму поступления их в наш организм (которая составляет не более 5 мг на 1 кг массы тела).

Однократное отравление нитратами вызывает тошноту, одышку, посинение кожных покровов и нередко понос (Воробейников Г. А., 1992). Одновременно ощущается общая слабость, головокружение, боли в затылочной области и сердцебиение. Если такое произошло, то спасает обильное промывание желудка, прием активированного угля и солевых слабительных.

Но если нитраты поступают в организм регулярно и достаточно долго, то это может привести к появлению многочисленных болезней обмена веществ, опорно-двигательного аппарата и нервной системы.

Попадая в кровь, нитраты переводят двухвалентное железо гемоглобина нашей крови в трехвалентное. Такой измененный гемоглобин теряет способность переносить кислород из легких к тканям, в результате человек слабеет (нет энергии), болеет и быстро стареет.

Более того, в нашем организме избыточные нитраты способны превращаться в еще более токсичные нитриты (соли азотистой кислоты – HNO_2). Особенно восприимчивы к вредному действию нитратов и нитритов маленькие дети и люди пожилого возраста.

Если нитраты так опасны, зачем же их накапливают растения? Как ни странно, для растений они опасности не представляют. Более того, нитраты являются основной формой азотного питания растений. Есть и другая форма азота, доступная для растений, – аммонийная. Но даже если подкармливать растения безнитратными удобрениями (например, всем известной мочевиной), то нитраты в растения все равно будут поступать в гораздо большем количестве, чем аммоний: поступивший в почву аммонийный азот превращается в нитриты, а затем и в нитраты под действием нитрифицирующих бактерий.



**НЕТ НИТРАТАМ!
ВЫРАЩИВАЕМ ПРАВИЛЬНО**

Основа жизни – белки. Белки строятся из примерно 20 аминокислот.**Аминокислоты образуются из аммиака и др. компонентов (молекул, главной составляющей, которых является азот).**

В растениях поступившие нитраты проходят ряд превращений: сначала они восстанавливаются до нитритов, потом из них образуется аммиак, который участвует в синтезе аминокислот, белков и других органических соединений. Нужно заметить, что нитриты и аммиак являются токсичными для растений, поэтому при образовании они в растениях не задерживаются, а сразу перерабатываются. Получается, что единственная форма азота, которую растения могут накапливать безопасно для себя – это нитраты.

Безопасное потребление человеком нитратов не более 5 мг на 1 кг массы тела. При массе тела в 70 кг можно без последствий «съесть» не больше 350 мг нитратов в день.

Растения перерабатывают нитраты в корнях и в листьях. Плодовые растения (яблони, груши, сливы, вишни и т. д.), многие бобовые и зерновые злаки обладают повышенной способностью к переработке нитратов прямо в корнях. В надземные части азот у них поступает уже в аммиачном виде, поэтому содержание нитратов в листьях и плодах у таких растений низкое. Например, в яблоках их содержится не более 25 мг/кг, в грушах – до 12,5 мг/кг, в смородине – 17–35 мг/кг плодов (Воробейников Г. А., 1992).

А вот у многих овощей (огурцов, капусты, свеклы, моркови, салата, шпината и большинства листовых зеленых) азот поступает из корней в виде нитратов и перерабатывается уже в листьях. Поэтому как раз в овощах нитратов больше – как в листьях, так и в плодах: в огурцах от 120 до 160 мг/кг (а у тепличных даже до 1100 мг/кг!), в капусте от 120 до 1150 мг/кг. Больше всего нитратов могут накапливать зеленые овощи: салат от 850 до 5000 мг/кг, петрушка от 100 до 4400 мг/кг, сельдерей от 160 до 4460 мг/кг листьев. Но не все овощи такие «нитратные». К примеру, томаты накапливают нитраты в пределах 10–96 мг/кг, а луковицы репчатого лука всего 11–62 мг/кг (Бразаускаене Д. И., 1990; Воробейников Г. А., 1992).

Внимательный читатель, конечно же, заметил, что данные о содержании нитратов в пределах одного вида овощей имеют очень большой диапазон – отличаются в 5–10 раз, а у зеленых даже в 40 раз! И если нижний предел в 100–200 мг/кг вполне безопасен для человека, то 3000–4000 мг/кг уже могут представлять собой ощутимую опасность. Помните: безопасное потребление нитратов – не более 5 мг на 1 кг массы тела? Значит, при массе тела в 70 кг можно без последствий «съесть» не больше 350 мг нитратов в день. А если тепличный огурец будет содержать 1000 мг/кг, то, съев всего один килограмм таких огурцов, вы превысите норму в три раза.

Для этого нужно учитывать особенности распределения нитратов в овощах и убирать самые «нитратные» части. В стеблях и черенках листовых зеленых овощей (салат, шпинат, щавель и т. д.) нитратов больше, чем в их листовых пластинках. У капусты нитратов больше всего в кочерыжке (а ведь именно ее любят грызть дети!), а внутренние и внешние листья кочана содержат в 2–5 раз больше нитратов, чем средние листья. У тыквенных (огурца, патиссона, кабачка, тыквы) больше всего нитратов содержится возле плодоножки, поэтому эту часть плодов лучше удалять (что мы, собственно, и делаем, срезая «попку» у огурцов). При этом молоденькие маленькие огурцы содержат нитратов в 1,5–2 раза меньше, чем более крупные зрелые.

Государство знает о проблеме нитратов, поэтому разработало ПДК – предельно допустимую их концентрацию для каждого овоща.

Если вы не знаете, какая концентрация нитратов в купленных овощах, то при их приготовлении, особенно для детей, можно соблюдать простые меры предосторожности.

**ФОРМУЛА
ЗДОРОВЬЯ**

**(ежедневно)
5 горстей овощей
(400 г) +
2 горсти фруктов
(200 г) =
ЗДОРОВЬЕ**

Для тепличных огурцов ПДК составляет 400 мг/кг, для огурцов из открытого грунта меньше – всего 150 мг/кг. Для капусты белокочанной поздней ПДК нитратов 500 мг/кг, для столовой свеклы – 1400 мг/кг, для моркови поздней – 250 мг/кг и т. д. Остается только надеяться, что овощи, попадающие в продажу, проходят надлежащий контроль по этому показателю.

Но мы с вами, как активные огородники, можем взять ситуацию в свои руки и сами вырастить совершенно безопасные для здоровья овощи

Для этого мы должны снова обратить внимание на тот факт, что содержание нитратов в пределах одного и того же вида овощей различно: может быть как 100 (и даже еще меньше – 20–30), так и 1000–2000 мг/кг. А зависит это от особенностей выращивания конкретного овоща.

Поэтому теперь я всегда стараюсь при подкормке любыми удобрениями, содержащими азот, соблюдать простое правило: разовая (однократная) норма внесения азота (в действующем веществе) под любые растения не должна быть более 2-3 г/м³.

Если для получения требуемого урожая нужно внести, например, 10 г/м² (в действующем веществе) азотного удобрения, то лучше это сделать дробно, т. е. несколько раз в течение сезона (желательно в первой половине лета), и каждый раз не больше 2-3 г/м².

2-3 г/м² действующего вещества азота соответствуют 8–12 г/м² удобрения Гуми-Оми Азот.

Если азотных удобрений много, а других элементов питания мало (например, калия или фосфора, или микроэлементов: меди, цинка, бора, железа и др.), то нитраты будут недоиспользованы растением и могут превышать ПДК – предельно допустимые концентрации.

В первую очередь нитраты накапливаются при неправильном использовании удобрений. Если обобщить, то вредны избыточные нормы азотных удобрений (как минеральных, так и органических) при нехватке других элементов питания: азот в этом случае не полностью включается в обмен веществ, часть его откладывается «в запас». Также вредно использовать азотные удобрения осенью. Решить проблему помогает соблюдение общих принципов правильного применения удобрений.

Засуха приводит к излишкам вредных нитратов. Есть выход – капельный полив

Обменные процессы в растениях замедляются, если наступает засуха. При этом эти процессы замедляются быстрее, чем скорость поступления азота из почвы. Это тоже приводит к накоплению излишков азота: к примеру, у томатов и огурцов при засухе концентрация нитратов возрастает в 1,5–2 раза. Поэтому за оптимальной влажностью почвы важно следить не только ради высокого урожая, но и для получения здоровых продуктов. Далее мы расскажем, как можно обустроить в огороде и саду капельный полив, почти не требующий от вас впоследствии усилий при эксплуатации.

N, P, K, Cu, B, Fe
и др.
микроэлементы
должны быть
в балансе



Правильное
использование
удобрений

Нехватка света ведет к превышению нитратов

Освещение также играет заметную роль в вопросе нитратов: если света недостаточно, то физиологические процессы в растениях замедляются, что приводит к повышению содержания нитратов (ведь скорость их переработки отстает от скорости накопления). Есть данные, что концентрация нитратов в растениях при снижении освещенности может вырасти в 2–10 раз (Воробейников Г. А., 1992). Это важно учитывать, например, при выращивании зеленных культур в домашних условиях. Если вы выращиваете зимой на подоконнике салат и петрушку, то для досвечивания желательно использовать специальные светильники. Подробно о них написано в разделе «Освещение рассады и домашних растений».

С освещением связан и другой элемент технологии выращивания – густота посевов. Света будет не хватать даже в открытом грунте, если посевы будут излишне загущены. С другой стороны, слишком разреженно сажать тоже плохо – ведь тогда запасы азота в почве будут распределяться между меньшим количеством растений, что опять же приведет к отложению лишнего азота в растениях в виде нитратов. Поэтому в этой книге для каждого овоща будет приводиться оптимальная схема посева или посадки. Цель этой книги – помочь вам вырастить здоровые овощи, которые вы сможете без опасений использовать в питании вашей семьи.

Как видите, знание основных правил выращивания овощей и особенностей технологии выращивания каждой конкретной культуры имеет значение не только для размера получаемого урожая, но и для его качества.

Цель этой книги – помочь вам вырастить здоровые овощи, которые вы сможете без опасений использовать в питании вашей семьи.



В 2022 году в проекте Жизненки мы уже вырастили 89 кг экологически чистой редиски и 103 кг полезнейшего шпината, капусты посадили 15400 кустов, представляете? И это не предел!

В питомнике «Цветник Урала» все сорта районированные, их можно смело выращивать в условиях Средней полосы.

Все саженцы растут в пластиковых контейнерах, поэтому подходят для высадки не только весной или осенью, но и в летние месяцы. Так как корневая система оплетает ком с субстратом и при пересадке не повреждается, приживаемость растений практически 100%-ная!

Вы можете быть уверены в высоком качестве этой продукции.



Д. А. Костылев – ученый-агроном с огромным стажем, мастер своего дела и владелец собственного питомника «Цветник Урала».

6 соток для здоровья. Часть 1.**ДОКАЗАНО, ЧТО УРОЖАЙ ПОЛЕЗНЕЕ, ЕСЛИ...****Первый урожай томатов, перцев и баклажанов из теплицы***Дмитрий Валерьевич Скотников – эколог, кандидат биологических наук*

Наконец-то наши труды по выращиванию рассады вознаграждаются свежим урожаем – в теплицах появляются первые зрелые помидоры, а перцы и баклажаны годятся в пищу уже в технической спелости. Как увеличить плодоношение, обеспечить улучшенное хранение и насытить урожай важнейшими минералами – читайте в этой статье.

Чего может не хватить?

Плодоношение – ответственный период для растений, они должны быть основательно подготовлены к этой фазе: развить мощную корневую систему, большую площадь листовой поверхности и крепкий, толстый стебель. Все это легко достижимо при следовании принципам Органического Живого Земледелия и использовании живительных биопрепаратов – Кормилицы Микоризы, 33 Богатырей, Фитоспорина, Гуми и мягких удобрений. Но если в самой почве бывает дефицит некоторых микроэлементов, то и микроорганизмам-помощникам их сложно собрать для растений в необходимом количестве. И тут приходит на помощь очень доступный способ – листовая подкормка, при которой действующие вещества при небольшой концентрации полноценно и быстро поглощаются растениями. Первое, что поможет вам увеличить урожайность, это подкормка борным микроудобрением Борогум, так как бор в растительном организме незаменим при делении клеток и превращении их в ткани цветов и плодов, а также для прорастания пыльцы. Плодоношение при использовании Борогума будет значительно обильнее, а сами плоды – качественнее и без изъянов. Достаточно провести 2-3 подкормки Борогумом за сезон с интервалом 2 недели, начиная с момента бутонизации.

Как сделать урожай полезнее?

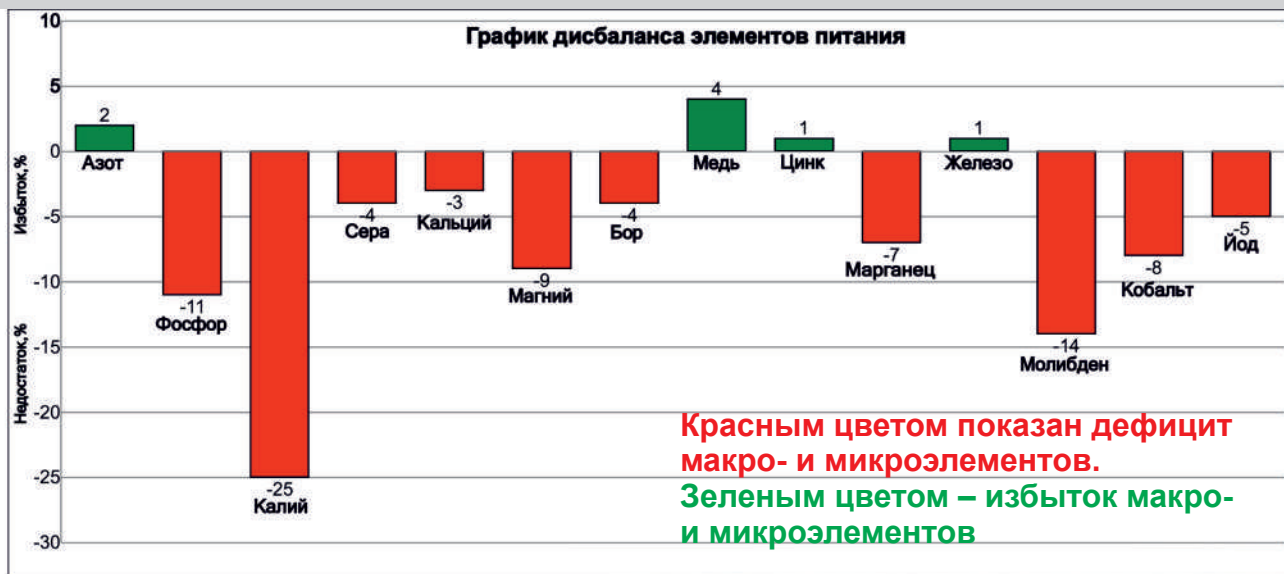
Микроэлементы необходимы для развития растений и формирования полноценного урожая – это факт. Но самое важное – не здоровье растений и даже не величина урожая, а здоровье человека. Выращенный без ядохимикатов урожай, безусловно, не нанесет вреда нашему организму, а вот уровень полезности можно и поднять. Микроэлементы, накапливаем

ые растениями в урожае, в конечном итоге попадут к нам в тарелку и станут маленькими кирпичиками для строительства наших клеток, поскольку нам они не менее необходимы. Борооганогуминовое удобрение Борогум обогащено микроэлементами – содержит помимо бора также молибден, серу, медь, кобальт, цинк, марганец, никель, хром, селен, литий. Именно эти микроэлементы, именуемые почему-то «минералами», красуются на упаковках дорогих витаминно-минеральных комплексов. Необходимость в приеме этих таблеток напрочь отпадает, если есть урожай, насыщенный ими в органической – самой подходящей для нашего организма форме. Борогум желателно дополнить микроудобрением Богатый-Микро Комплексный, которое содержит дополнительные важнейшие элементы – железо и магний. Проводить подкормку Богатым-Микро, как и Борогумом, надо именно по листу, чтобы элементы усваивались полноценно и быстро. Новинка Богатый-Микро Йод насытит урожай йодом – это особенно актуально для регионов, в которых наблюдается дефицит по данному элементу (к ним относится и Республика Башкортостан).



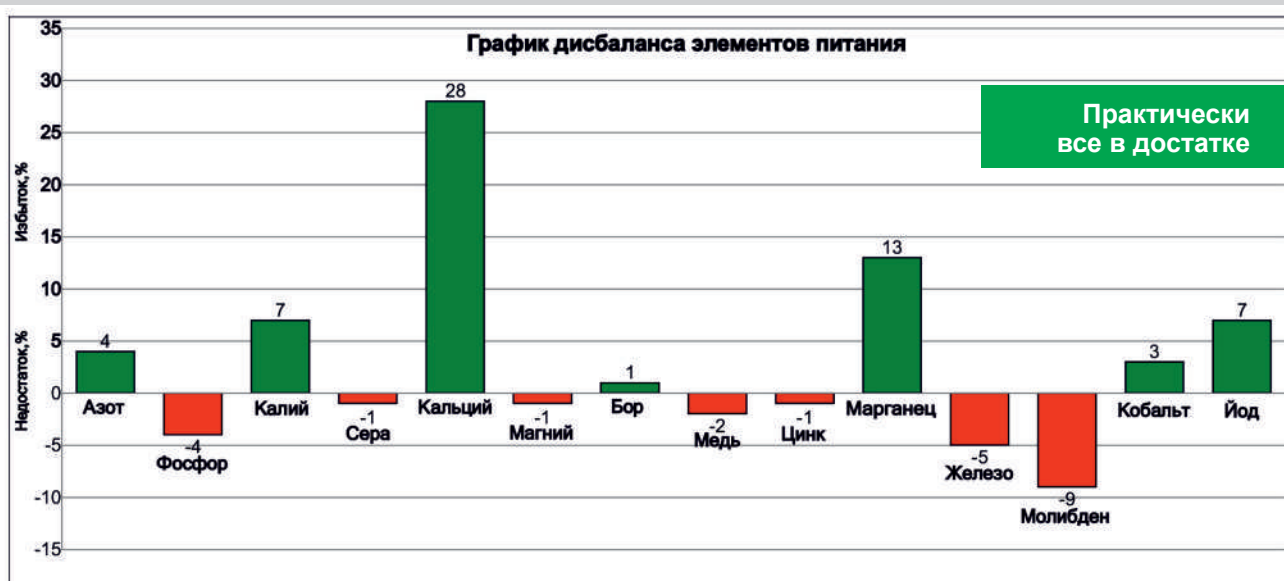
КОРМИЛИЦА МИКОРИЗА ДОБИВАЕТ РАСТЕНИЯМ ВСЕ САМОЕ НЕОБХОДИМОЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОПЫТА НА ТОМАТЕ

ТОМАТ: КОНТРОЛЬ (без биопрепарата)



В контрольном образце (без использования Кормилицы Микоризы) растение испытывает голодание практически по всем показателям. Очень серьезная нехватка калия – 25 %, молибдена – 14 %, фосфора – 11 %. Многие микроэлементы необходимы томатам для нормального роста, а их в данном образце не хватает. Это значит, что обменные процессы будут нарушены.

ТОМАТ: ОПЫТ с Кормилицей Микоризой



В образце с Кормилицей Микоризой кальций + 28 %, марганец + 13 %, азот, кобальт, йод, бор в норме. Растение обеспечено необходимыми элементами. С Кормилицей Микоризой большой урожай гарантирован! Правда, не помешают опрыскивания препаратами Богатый-Микро Комплексный, Богатый-Микро Йод, Медь, Цинк. Это восполнит небольшую нехватку недостающих элементов питания.

Не микро- единым... Конечно же, для формирования урожая необходимы и макроэлементы – азот, фосфор и калий, особенно последние два. Их вы найдете в мягких удобрениях серии Гуми-Оми, Богатый-Овощи, Бионекс и Куриный помет настоящий, но во второй половине лета надо переходить на удобрения без азота – Гуми-Оми Осенний, либо Гуми-Оми Фосфор и Калий. Из них можно готовить настой, либо вносить в междурядья с последующим рыхлением и поливом. Для тех, кто привык проводить подкормки в виде удобрительного полива, заметим, что Гуми-Оми и органические удобрения полностью не растворяются в воде, поэтому у вас получится не раствор, а именно настой. Гуми-Оми настаивается перед употреблением как минимум 2 часа, Бионекс – сутки, а Куриный помет настоящий – 8–10 дней. Если вы вносите удобрения через капельную систему полива, то необходимо использовать полностью растворимые удобрения, такие как Богатый-Овощи, либо Бионекс-Кеми. К последнему в рабочий раствор желателно добавить органический компонент Гуми, который выполняет роль стимулятора роста, проводника элементов питания в растения и защитника от стрессов. Гуми при этом необходимо всего 2 ч. ложки на 10 л раствора.

Регулярность полива

Как определить дефицит влаги у растений?

Если утром листья растений поникшие – это верный признак дефицита почвенной влаги. Им срочно необходим полив! В теплицах ответственность за полив и поддержание температуры полностью ложится на плечи огородника. Как и среди родных братьев, в семье пасленовых между томатами, перцами и баклажанами тоже есть заметные различия.



Томаты умеют хорошо переносить засуху, формируют длинные корни, способные дотянуться до водоносных горизонтов в почве, их можно окучивать для образования дополнительных боковых корней. Но даже с такими способностями томаты в теплицах подлежат обязательному поливу как минимум раз в неделю, а при жаркой погоде – 2 раза. Перцы же очень чувствительны к засухе, даже при кратковременном дефиците влаги они начинают сбрасывать нижние листья, бутоны, цветы и даже завязи. Это связано с тем, что они образуют поверхностную корневую систему, поэтому допускать жажду у перцев ни в коем случае нельзя! Хорошим решением является организация для них капельного полива, при котором вода регулярно и дозированно поступает к каждому растению. Перец необходимо поливать минимум 2-3 раза в неделю при пересыхании верхнего двухсантиметрового слоя почвы. Это относится как к открытому, так и к защищенному грунту. Баклажаны по засухоустойчивости занимают промежуточное положение между томатами и перцами. У них, по сравнению с перцами, довольно мощная корневая система, но основная ее масса сосредоточена в слое почвы 20–40 см. Поэтому в защищенном грунте баклажаны поливаем 1-2 раза в неделю.

Обратите внимание! В закрытом грунте, особенно в теплицах, нужно обязательно контролировать температуру, потому что при температуре выше 35 градусов пыльца томатов, перцев и баклажанов становится стерильной, то есть появления новых завязей вы уже не дождетесь. Чтобы «убавить» солнце в жаркий солнечный день, воспользуйтесь белым агроволокном, которым можно дополнительно укрыть теплицу снаружи, либо сделать «занавески» над растениями внутри. Агроволокно хорошо пропускает свет, но делает его рассеянным, мягким. Продумайте вентиляцию – откройте все двери и форточки, а в безветрие установите в проход вентилятор. Чтобы следить за температурой, установите в непосредственной близости от растений, но в тени, градусник.

Результаты опытов на томате получены с помощью ФИТОСКАН-БашИнком.

Уникальный аппарат Фитоскан-БашИнком позволяет за 30 минут прямо в поле определить дефицит у растения 16 макро- и микроэлементов: N (азот), P (фосфор), S (сера), K (калий), Ca (кальций), Mg (магний), B (бор), Cu (медь), Zn (цинк), Mn (марганец), Fe (железо), Mo (молибден), Co (кобальт), I (йод).

Борьба с болезнетворными микробами

Вероятность возникновения болезней растений многократно уменьшается, если вы регулярно проводите профилактику Фитоспорином. Для этого в первой половине июля можно использовать данный биопрепарат в виде пасты и наногеля (Фитоспорин-К Олимпийский), которые в своем составе содержат и стимулятор роста Гуми, и микроэлементы. Во второй половине июля для большинства культур пастообразные Фитоспорины использовать прекращаем, вместо них в ход идут жидкие – Фитоспорин-М РеаниматоР и особенно Фитоспорин-АС, которые не содержат гуматов, зато в их составе уже есть готовые биологически активные вещества – метаболиты защитных бактерий и аминокислоты. Фитоспорин-АС содержит не 1 вид, а целую ассоциацию 10 штаммов полезных бактерий и грибов для полноценной защиты от болезней. Для профилактики болезней 2-3 ст. л. Фитоспоринона-АС растворите в 10 л воды и обработайте растения в утреннее время, 1 раз в 10–14 дней. Если болезнь успела поразить ваши растения, то их спасет РеаниматоР – раствор готовится из расчета 100 мл препарата на 2 л воды: опрыскиваем 1 раз в 2 дня до выздоровления растений.

Теперь о пасынках – боковых побегах Они отнимают у растения силы, которые ему следует пускать на формирование урожая, и чем раньше вы их удалите – тем больше сил (питательных веществ) сохраните для будущего урожая. Важно прищипывать пасынки, оставляя сантиметровой пенечек, чтобы на месте удаленного не появился новый. У индетерминантных томатов (с неограниченным ростом) удаляем все пасынки, формируя их в один стебель. У полудетерминантных желателно оставлять самый мощный пасынок и формировать растение в 2 стебля, а при теплом продолжительном лете – даже в 3. Детерминантные и супердетерминантные томаты (с ограниченным ростом) обычно не пасынкуют – их урожай напрямую зависит от количества плодоносящих стеблей. Высокорослые сорта перцев и баклажанов тоже надо пасынковать, формируя их в 2-3 стебля. У низкорослых сортов просто удаляем стареющие нижние листья, чтобы растения не подцепили болезни из почвы и для улучшения аэрации. Пасынкование можно совместить с профилактическими обработками Фитоспорином, чтобы не допустить проникновение инфекции через возникшие ранки.



ОТ БОЛЕЗНЕЙ РАСТЕНИЙ ФИТОСПОРИН-АС

Ассоциация 10 штаммов полезных микроорганизмов
Trichoderma + B. subtilis + Аминокислоты

• **Усиленная защита растений от грибных и бактериальных болезней:** фитофтороза, мучнистой росы, альтернариоза, корневой гнили, бактериального увядания, плесневения семян...

• **Ростоскорение и оздоровление**

Пролонгированное действие

Начинает работать при низких температурах

Фитоспорин-АС получил грант от фонда содействия инновациям!

Не имеет аналогов!

10 видов защиты
10 штаммов микроорганизмов



Лидер биотехнологической отрасли России, «Национальный чемпион» проекта Минэкономразвития РФ



6 соток для здоровья. Часть 2.

УХОД ЗА ОГУРЦАМИ В ИЮЛЕ

Народные и биологические методы

*Елена Ивановна Чистякова – биолог, овощевод,
цветовод со стажем более 30 лет в садово-огородных делах*



*Как ухаживать за огурцами в теплице и открытом грунте в июле:
полив, подкормки, профилактика и лечение болезней, способы борьбы с вредителями.*

Огурцы – выходцы из далекой Индии, тем не менее они прекрасно прижились у нас, в России. Слово «огурец» на санскрите созвучно с именем индийского князя, по легендам имевшего 60 тысяч детей, что, вероятно, связано с многочисленностью семян в огурце и обилием приносимых плодов. Огурцы богаты сложными органическими веществами, которые играют важную роль в метаболизме. Эти вещества возбуждают аппетит, способствуют усвоению других продуктов питания и улучшают пищеварение. Свежий огурец повышает кислотность желудочного сока, поэтому он противопоказан страдающим гастритом, язвенной болезнью, а также людям с повышенной кислотностью желудка. Содержащийся в огурцах калий улучшает работу сердца и почек. К тому же в огурцах, как и в других овощах, содержится немного клетчатки. Клетчатка не усваивается организмом человека, но она регулирует работу кишечника и выводит из организма лишний холестерин, избыток которого способствует развитию атеросклероза, болезней печени, почек и других органов.

Уход за огурцами в теплице

Существенной разницы между уходом за огурцами в теплице или в открытом грунте нет.

Огурцам, как и другим выходцам из теплых стран, необходима высокая влажность (около 70 %). Больше всего завязей на растениях огурца появляется при оптимальной температуре +25–30 °С. Такие условия легче создать в теплице, чем в открытом грунте. Не каждый год июль может порадовать продолжительной теплой погодой, необходимой для развития завязей у огурцов, и периодически приходится прибегать к вспомогательным средствам (укрытию агротексом, пленкой), чтобы получить урожай зеленцов в открытом грунте. Ухаживать за огурцами по принципу «полил и разок подкормил», как делали наши бабушки, мы

уже не можем себе позволить. Изменились условия, появились новые высокопродуктивные сорта, новые болезни, незнакомые вредители (белокрылка, луговой мотылек и бахчевая тля).

С началом плодоношения подкормки должны проводиться регулярно – 1 раз в неделю, так как в это время интенсивно растет стебель и одновременно созревают зеленцы. Чтобы обеспечить огурцам полноценное питание, вы должны научиться правильно диагностировать их состояние. Это поможет избежать множества проблем, в том числе появления горечи. Кстати, горечь у огурцов вызывает вещество кукурбитацин, оно накапливается не только из-за недостаточного питания, но и вследствие нерегулярного полива, затенения, низкой влажности, низкой или высокой температуры.



Диагностика дефицита питательных веществ

1. Если в отсутствие видимых признаков болезней и вредителей у огуречного растения слабо растет основная стебель и боковые побеги, листья от основания корня желтеют, кончик сужается, а у плодоножки становится толстым – это признак нехватки азота.
2. Если замедляется рост, листья становятся темно-зелеными, мельчают и быстро сохнут, необходимо подкормить растение Гуми-Оми Фосфором.
3. Появление зеленцов, похожих на лампочку (или грушу), желтеющих по краям листьев требует подкормки Гуми-Оми Калием (огурцы относятся к калиелюбивым растениям).
4. При недостатке кальция листья приобретают куполообразную форму, как бы напоминая в миниатюре парашют.
5. При недостатке железа развивается хлороз. Он наблюдается на самых молодых листьях (лист становится желтым, а прожилки зелеными).
6. При недостатке бора точки роста отмирают, а листья приобретают признаки хлороза. Завязи желтеют.

Растения не будут страдать от нехватки элементов питания, если их еженедельно подкармливать малыми дозами удобрений.

Подкормки для огурца

Примерная схема подкормок для тыквенных в июле.

1. Гуми-Оми Азот, или настой трав, или сброженный коровяк.
2. Внекорневая подкормка Борогумом (1 ч. ложка на 300 мл воды) + Фитоспорин РеаниматоР (1 ч. ложка на 300 мл воды). Можно также использовать Фитоспорин Рассад, Фитоспорин-АС, Фитоспорин порошок и Золотая осень.
3. Корневая подкормка Гуми-Оми Огурец, Кабачок, Бахчевые (по инструкции).
4. Полив растений Богатым Овощи, ягоды, зелень (2 ст. ложки на 10 литров воды) по 0,5 литра раствора на одно растение.
5. Внекорневая подкормка Богатым-Микро Комплексным (1 ст. ложка на ведро).
6. Корневая подкормка Гуми-Оми Калием (70 г на 10 литров). Затем опять подкормка настоем трав.

Полив растений

Норма полива 15–20 л воды на 1 м². Поливать теплой водой (25–30 °С) до 17 часов вечера. В теплице – каждые 2 дня, в открытом грунте, если

нет дождя, – каждые три дня. Подкормки лучше проводить после полива.

Формирование растений

Если огурцы растут в открытом грунте в горизонтальном положении, то формировать их не нужно. Если вы растите огурцы вертикально, то формирование сводится к прищипке боковых побегов и уборке нижних плетей, которые почти не плодоносят из-за недостатка света внизу. Прищипку боковых побегов необходимо делать тогда, когда на них образуется 2 листа. Далее боковые плети прищипывают с оставлением одной завязи и одного листка. Это поможет избежать загущения растений и обеспечить хороший доступ света и воздуха. Как только вы перекинете стебли огурцов через последнюю горизонтальную проволоку, стоит прекратить прищипку боковых побегов. Плоды огурцов необходимо снимать очень осторожно, лучше срезать их ножом или ножницами, не оставляя пеньков.

Болезни и вредители огурцов

Бактериальные заболевания на тыквенных развиваются при высокой температуре и повышенной влажности. Бактериоз проявляется на листьях в виде светло-коричневых угловатых пятен. В жаркую погоду они покрываются корочкой, крошатся и выпадают. На черешках и плодах образуются язвы, что в дальнейшем приводит к загниванию плода.

Пероноспороз – ложная мучнистая роса. На листьях с верхней стороны возникают пятна неправильной формы, которые быстро желтеют. Процесс заражения и засыхания листьев идет очень быстро.



**33 Богатыря –
мощный
оздоровитель
почвы**

Мучнистая роса (настоящая) поражает все надземные части огурца, чаще всего листья и черенки листьев. Проявляется в виде белого или кремового налета сначала с нижней, а потом и с верхней стороны. Если огурцы заболели белой гнилью – их стебли и черешки становятся мягкими, покрываются белым налетом.

Еще одно из заболеваний огурцов – антракноз характеризуется появлением на листьях округлых коричневых пятен, а на плодах – глубоких округлых язвочек.

Любое подвядание огурцов связано с корневой гнилью.

Меры борьбы с болезнями

- Профилактическая обработка Фитоспорином каждые 10 дней.
- Контроль за влажностью и температурой.
- Внесение в почву микробиологического препарата 33 Богатыря.
- При первых признаках настоящей мучнистой росы обработка препаратом ТиоБаш.
- Своевременная уборка урожая и засохших листьев.

При первых признаках болезней прекратите полив, удалите больные плоды и листья и проведите опрыскивание Фитоспорином-АС.

Биологические средства от вредителей

Основной вредитель огурцов – паутинный клещ. Также на ваши посадки может напасть тля, белокрылка, трипс. Для борьбы с ними можно использовать следующие настои:

- Чесночный: 20 г чесночных головок (или стрелок) измельчить, залить литром кипятка и дать настоять-

ся 5 дней. Процедить, довести водой до 5 литров и примешать 2 ст. ложки зеленого мыла Ура! На дачу!

- Табачный: взять по 1 стакану табака и золы, 2 ст. ложки зеленого мыла и залить 10 л горячей воды.

- Луковый: полведра луковой шелухи и 1 стакан золы залить кипящей водой, доведя объем до полного ведра.

- Перцовый: 10 г красного перца, 100 г табака, 2 ст. л. жидкого мыла залить 10 л горячей воды.

Эффективные средства от вредителей – биологические пестициды: Гуми БТБ + ЛПЦ, дегтярное пробиотическое мыло Кыш-вредитель. Они не дают 100 % гарантии гибели вредителей, но снижают их численность до неопасной для растений. Зато биосредства не опасны для людей, животных, пчел и нетоксичны для окружающей среды.

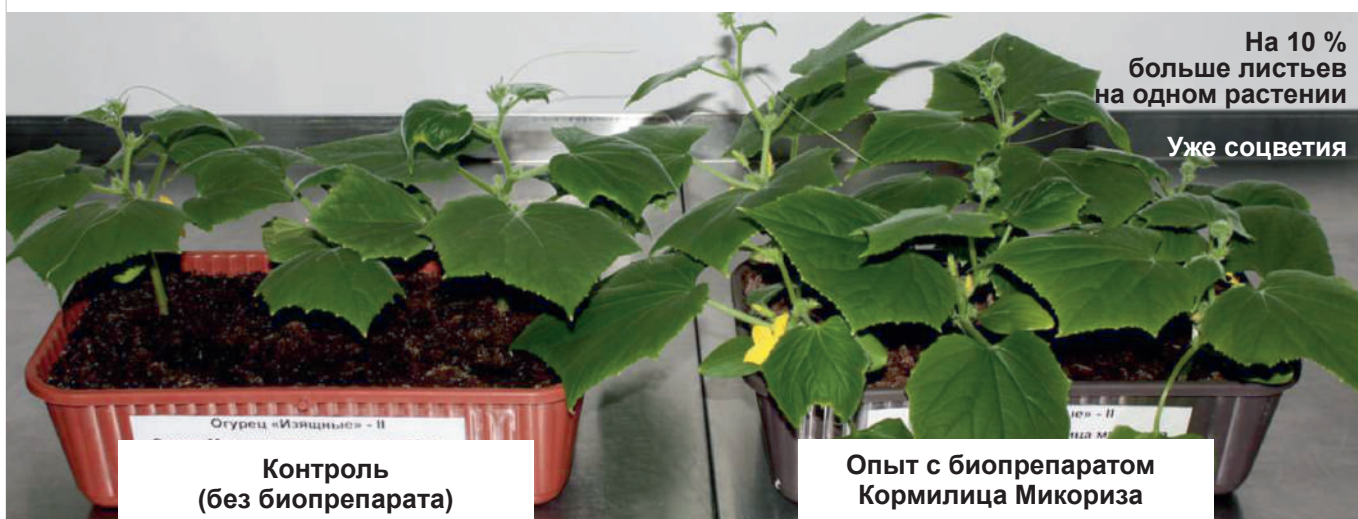


100 % натуральное
от вредителей

Мощная защита
от болезней

От вредителей
и болезней

Опыт на огурце



На 10 %
больше листьев
на одном растении

Уже соцветия

Контроль
(без биопрепарата)

Опыт с биопрепаратом
Кормилица Микориза

ВОТ ОНО – ЗАМЕЧАТЕЛЬНОЕ ТРАВЗАКВАШИВАНИЕ. СДЕЛАЙ УДОБРЕНИЕ САМ!

Д. В. Скотников, к. б. н., биолог, эколог

Сорняки ежегодно убираются с наших грядок в огромных количествах, при этом из почвы выносятся и часть питательных веществ. Если прибавить к этому вынос элементов прошлым урожаем, потери могут быть ощутимыми. Поэтому в почву требуется ежегодно вносить удобрения. А что если заставить сорняки работать на вас?

Как превратить несъедобные сорняки во вкусный и витаминный урожай? Очень просто! Измельчаем зеленую массу из сорняков, закладываем в бочку, перемешиваем с микробиологическим препаратом Травозаквас и даем этой массе побродить 2 недели. Входящие в состав биопрепарата микроорганизмы и сахара разлагают органику, вырабатывая ценнейшие биологически активные вещества, переводя элементы питания из растительной массы в раствор. В итоге получается высококачественное органическое удобрение с полезными микроорганизмами, своеобразный «кефир» для ваших культурных растений. Таким способом мы не только соберем великолепный урожай, но и обогатим почву органическими кислотами, аминокислотами и биологически активными веществами, выделенными из самих растений, а также микро- и макроэлементами, главные из которых – азот, фосфор, калий.

Рекомендуем биопрепарат Травозаквас

Микробная закваска нужна для того, чтобы направить биохимические процессы в растениях в нужное русло – по пути молочнокислого брожения, а не гниения, как это может произойти, если не управлять процессом. Поэтому вернуть почве ее силу можно с помощью зеленого удобрения, которое умелый садовод заботливо готовит в специальной пластиковой бочке, для более быстрого и эффективного результата добавляя к травяной массе специальный микробный биопрепарат под названием Травозаквас, который ускоряет процесс брожения и позволяет из сорняков приготовить зеленое удобрение. Находящиеся в его составе молочнокислые лактобактерии, энтерококки, сахаролитические грибы и грибы триходермы как бы «заквашивают» растения, ускоряя процесс разложения растительных остатков и повышая их благотворное влияние

на почву. Поэтому после микробной ферментации расщепленной на мелкие фрагменты зеленой массы при добавлении воды и Травозакваса ее питательная часть быстро переходит в жидкий растительный экстракт – органическое удобрение, представляющее собой темную густую жидкость со специфическим запахом. При попадании на грядки оно улучшает микробный и механический состав почвы, значительно повышая уровень почвенного плодородия.

Травозаквас – получение собственного экологически чистого природного жидкого удобрения



Нужные сорняки

В качестве зеленого удобрения рекомендуем использовать все сорняки с грядок. Правда, есть одно но: если среди них мало белковых растений (бобовых), процесс брожения пройдет легко, зато зеленое удобрение не будет богато азотом, а значит, не сможет обогатить почву так, как на это рассчитывает садовод. Если же богатых белком растений в готовящемся удобрении много, будет много и азота, однако это тоже хорошо только с одной стороны – избыточный белок может спровоцировать процесс гниения сорняков. Как же тогда быть?



По словам микробиолога Кузнецовой Т. Н., препарат с говорящим названием ТравоЗаквас спасет ситуацию в любом случае:

– ТравоЗаквас – это лучшая «приправа» к любому зеленому удобрению! Он способен взять процесс

брожения под контроль и ускорить его, не допустив гниения зеленой массы. Под действием находящихся в нем живых микроорганизмов растительные остатки быстро разлагаются и превращаются в новый вид органического вещества – гумус, который встречается только в почве и является основой ее плодородия. Такое зеленое удобрение оздоравливает проблемную почву на пять-шесть лет, это ли не чудо?

Сплошные плюсы

– При использовании ТравоЗакваса мы помогаем вернуть питательные вещества, взятые сорняками из почвы, обратно в землю, – подводит итог Татьяна Кузнецова. – Также доказано, что зеленое удобрение на пару с ТравоЗаквасом снижает содержание нитратов в грунтовых водах, а значит, в разы повышается доступность и усвояемость почвенных минералов полезными сельскохозяйственными

культурами. Другими словами, улучшается структура почвы, а ее кислотность приходит в норму. Чего мы, собственно, и добивались!

Самое привлекательное для нас в том, что всего одна бочка в 200 литров за лето производит огромные количества удобрения, полностью обеспечивая питанием обычный садовый участок в несколько соток.

Плюсы очевидны!

Плюсы зеленого удобрения с добавлением ТравоЗакваса очевидны: оно действует намного быстрее, чем мульча из прелой травы, и насыщает землю живыми деятельными микроорганизмами, одновременно и питая, и улучшая почву. Кроме того, зеленой жидкостью очень хорошо поливать чистую землю при заблаговременной подготовке к посадке.

Одним словом, бочка с травяным жидким удобрением осенью и летом становится главной «фигурой» в уходе за посадками, работая еще и как обеззараживающее устройство: в нее можно кидать «на переработку» пораженную любыми болезнями ботву, которую иначе пришлось бы сжигать. В бочке анаэробные условия, там не выживет ни один возбудитель – все превратится в удобрение, в том числе и упавшие плоды яблок, смородины, крыжовника. Удобно, полезно, практично и, главное, сплошная органика, никакой химии!



Наиболее быстро эффект от применения удобрения, полученного с помощью ТравоЗакваса, можно наблюдать на скороспелых зеленных культурах. Причем, если просто заквашивать траву без внесения ТравоЗакваса, такого замечательного эффекта не добиться. В опыте, заложенном на укропе и шпинате, растения поливали удобрением из травы, приготовленным с добавлением и без добавления ТравоЗакваса, были получены убедительные результаты в пользу микробиологического препарата. Масса укропа, полученного с помощью ТравоЗакваса, была на 9 % больше, чем без него, а шпината – на целых 55 %! Буду ли я использовать препарат для удобрения других культур? Однозначно да!

БОБОВЫЕ СИДЕРАТЫ ТЕПЕРЬ СПОСОБНЫ ЗАМЕНИТЬ НАВОЗ

Поможет бесценная Земля-Матушка для бобовых

Д. В. Скотников, к. б. н., биолог, эколог

В бобовых растениях объединилось все лучшее от растительного царства: они служат ценными продуктами питания человека и домашних животных, медоносами и обогащают почву азотом за счет уникального свойства образовывать симбиоз с клубеньковыми бактериями. Эту их особенность нужно использовать на полную мощность.

Бесплатный азот и не только

Бобовые растения занимают особое место в растительном царстве, потому что являются образцом симбиотических (дружеских) отношений с уникальными почвенными клубеньковыми бактериями (ризобиями). Они с помощью специальных ферментов способны превращать атмосферный азот, а его в воздухе целых 78 %, в аммонийный, который в итоге превращается в почвенные азотные соединения, доступные для растений.

За один сезон клубеньковыми азотфиксирующими бактериями в почве после бобовых накапливается от 500 до 1000 г азота на сотку, что эквивалентно внесению 150–300 кг свежего коровьего навоза!

Этим польза бобовых растений не ограничивается. Своими корневыми выделениями они избавляют почву от некоторых болезней и вредителей, в том числе проволочника и нематод. Все это позволяет рассматривать бобовые культуры в качестве отличных предшественников практически для всех огородных культур, кроме разве что их самих, поэтому обязательно включаем их в севооборот.

Бобовые сидераты

Сидератами называют быстрорастущие растения, которые используются в качестве органического удобрения за счет своей надземной биомассы и корней, улучшающих структуру почвы. Это колоссальная польза для почвы, которая в случае с сидератами из бобовых усиливается аккумуляцией азота в почве и оздоравливающим эффектом. Поэтому, кроме гороха, бобов и фасоли, имеет смысл высевать вику, люпин, донник, клевер и другие бобовые сельскохозяйственные

культуры, которые к тому же являются медоносами и привлекают опылителей на участок. А это в свою очередь улучшает опыление и других садово-огородных растений, позволяя получать еще больше полезного урожая. Обратите внимание на сидераты ОЖЗ, производимые исключительно из элитных семян, уже обработанных биопрепаратами Гуми и Фитоспорин. Сидераты ОЖЗ формируют за короткий срок в 1,5–2 раза больше биомассы, а теперь при использовании смесей Вика-Рожь и Вика-Овес появилась возможность усиливать их с помощью специального биопрепарата.



Земля-Матушка для Бобовых содержит споры тех самых азотфиксирующих растений, о которых написано выше, что гарантированно обеспечивает высокие темпы фиксации азота на ваших грядках, а в урожае бобовых – повышает количество полноценного белка. Особую эффективность препарат показывает на истощенных постоянным использованием почвах, а также там, где проводились обработки ядохимикатами. В этих случаях страдает прежде всего полезная почвенная микрофлора, в том числе и азотфиксирующие бактерии: уменьшается их количество и видовой состав. Земля-Матушка Бобовые вернет почве ее исконных обитателей – различные виды микроорганизмов, способных «подружиться» практически со всеми бобовыми культурами.

Продолжение на 20 стр.

ВСЕ МЫ ДЕТИ

БРАТЮНЯ УДИВЛЯЕТСЯ: НАРОДНИЦА ЛЕНА ХРАМУШИНА ПОЗНАКОМИЛАСЬ С КОЛУМБОМ

(ХРИСТОФОР КОЛУМБ - ПЕРВООТКРЫВАТЕЛЬ АМЕРИКИ)

Умнейший котёнок Братюня с Петровичем собрали много советов, как победить сорняки без химии. Но у них ещё есть прекрасная знакомая – народница Елена Храмушина. Она выращивает народные сорта самых вкусных в мире помидоров. Эти сорта давным-давно привёз из Америки великий мореплаватель Христофор Колумб. – Но как? Как сам Колумб умудрился передать нашей Лене Храмушиной свои лучшие томаты? – удивился любопытный Братюня. И Петрович рассказал. Оказалось, этот удивительный мореплаватель не искал простых путей. Он отправился в Индию с торговой миссией, но не привычным маршрутом, а своим собственным (как обычно делает Братюня). Что же из этого вышло – читаем далее...

ПЕТРОВИЧ: «НУ ТЫ ЖЕ НЕ ХОДИШЬ ЧЕРЕЗ КАЛИТКУ, А ЛЕЗЕШЬ ЧЕРЕЗ ЗАБОР».

БРАТЮНЯ: «КОНЕЧНО, ТАК ЖЕ БЛИЖЕ И ИНТЕРЕСНЕЙ».

ПЕТРОВИЧ «ВОТ И КОЛУМБ РЕШИЛ ПЛЫТЬ НЕ НА ЮГ, А ПРЯМО НА ЗАПАД. ОН ЗНАЛ, ЧТО ЗЕМЛЯ КРУГЛАЯ И ДУМАЛ, ЧТО СРАЗУ ЧЕРЕЗ ОКЕАН ПОПАДЁТ В БОГАТУЮ ИНДИЮ». БРАТЮНЯ ДАЖЕ

ГЛАЗА ЗАЖМУРИЛ ОТ УДОВОЛЬСТВИЯ:

«И ЧТО ЖЕ ДАЛЬШЕ?»

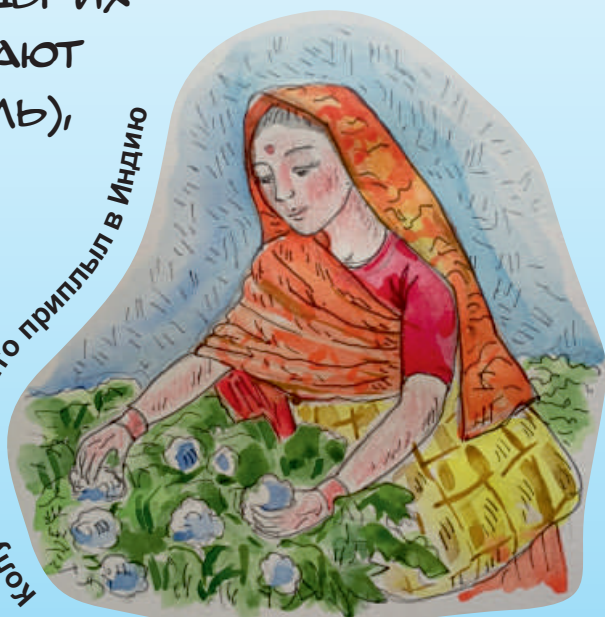
ПЕТРОВИЧ: «КОЛУМБ ПЛЫЛ, ПЛЫЛ, УЖЕ 2 МЕСЯЦА ПЛЫВЁТ, А ЗЕМЛИ НЕТ КАК НЕТ.

И ВДРУГ - ЗЕМЛЯ! НО ОКАЗАЛОСЬ, ЭТО НЕ ИНДИЯ, А АМЕРИКА. ТАК ХРИСТОФОР КОЛУМБ СЛУЧАЙНО ОТКРЫЛ АМЕРИКУ».

БРАТЮНЯ: «А КАК ОН ПОНЯЛ, ЧТО ЭТО НЕ ИНДИЯ?» ПЕТРОВИЧ: «ОН, КОНЕЧНО, СОМНЕВАЛСЯ: ТО ЛИ ИНДИЯ, ТО ЛИ НЕТ. НО СМОТРИТ, ТАМ ЧАЯ, НЕТ, ПЕРЦА, ПРЯНОСТЕЙ ВСЯКИХ НЕТ. БРАТЮНЯ: «БЕДНЫЙ ХРИСТОФОРИК: НАВЕРНОЕ, ВСЕ ДЕНЬГИ ИСТРАТИЛ НА ПУТЕШЕСТВИЕ, И ВОТ НА ТЕБЕ - НИЧЕГО НЕ ЗАРАБОТАЛ».

ПЕТРОВИЧ: «ЗАТО КОЛУМБ НАШЁЛ ТОМАТЫ (ИНДЕЙЦЫ ИХ НАЗЫВАЮТ ТОМАТЛЬ),

Колумб думал, что приплыл в Индию





ХЛОПЧАТНИК, КАРТОШКУ, ПЕРЕЦ,
КУКУРУЗУ (ПО ИНДЕЙСКИ - МАИС),
ЗОЛОТО И МНОГОЕ ДРУГОЕ.

БРАТЮНЯ: «ЗДОРОВО, КАК
ИНТЕРЕСНО, А ПОЧЕМУ
МЕСТНЫХ ЖИТЕЛЕЙ

АМЕРИКИ СТАЛИ
НАЗЫВАТЬ ИНДЕЙЦАМИ?».

ПЕТРОВИЧ: «ЕВРОПЕЙЦЫ
ДОЛГО СОМНЕВАЛИСЬ, КОГО

ВСТРЕТИЛ КОЛУМБ - ИНДИЙЦЕВ (Т. Е.

ЖИТЕЛЕЙ ИНДИИ) ИЛИ НЕТ. ПОЭТОМУ, ЧТОБЫ ИХ
ОТЛИЧАТЬ, СТАЛИ НАЗЫВАТЬ МЕСТНЫХ НЕ

ИНДИЙЦАМИ, А ИНДЕЙЦАМИ». БРАТЮНЯ: «ОХ, ЧТО ЖЕ

ПОЛУЧАЕТСЯ: ЛЕНОЧКА

ХРАМУШИНА ПЛАВАЛА

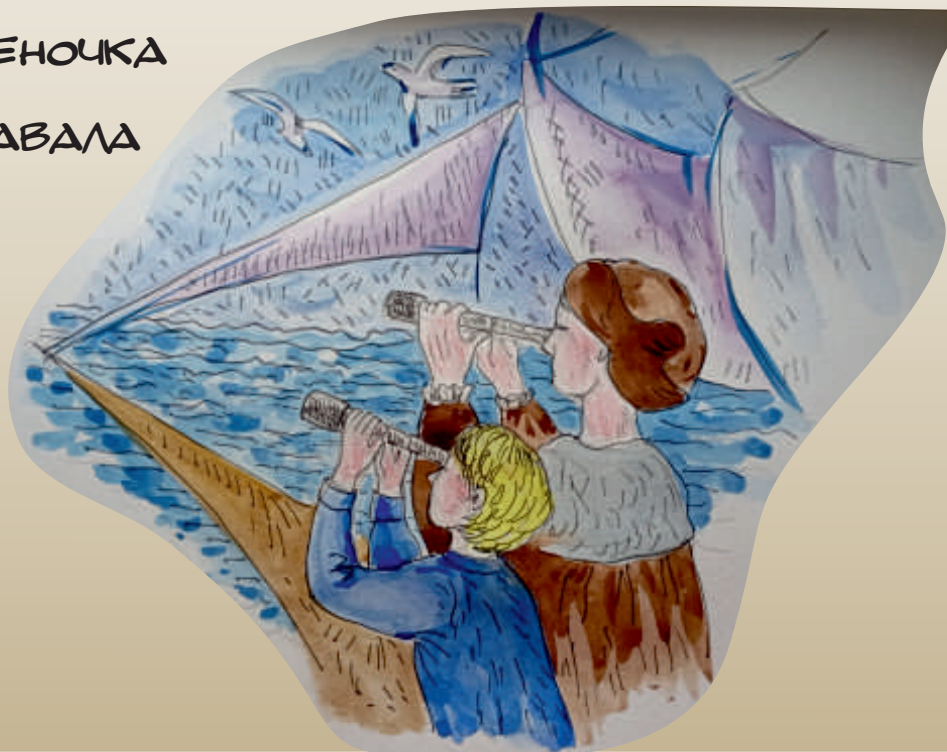
ЗА ТОМАТАМИ

В АМЕРИКУ

С САМИМ

ХРИСТОФРОМ

КОЛУМБОМ?»



Продолжение читайте
в следующем номере

Начало на 16 стр

Волшебные бобы

Семена бобовых культур знамениты высоким содержанием полноценного диетического белка с полным набором незаменимых аминокислот. Это настоящая находка для вегетарианцев, постящихся и других людей, придерживающихся здорового питания! Из бобовых можно приготовить практически любые знакомые всем блюда, по питательной ценности не уступающие мясным. Говорю вам это как вегетарианец с 9-летним стажем! Связано это с тем, что **в бобовых содержится много фосфора, калия, железа, микроэлементов и витаминов** (группы В, Н и РР), а также пищевых волокон, так необходимых для нормального пищеварения. С использованием бобовых получают великолепные супы, гарниры, плов, котлеты, чебуреки и даже колбаса!

Их также можно употреблять и в виде проростков как биологически активную добавку к пище: особенно вкусны проростки гороха, нута, маша, чечевицы и сои, а вот фасоль в сыром виде есть нельзя. Это настоящая пища богов, богатая витаминами, антиоксидантами и аминокислотами, мощно оздоравливающая организм. Для лучшего усвоения бобовых перед приготовлением их желательно замочить до полного набухания или

даже прорастания, чтобы нейтрализовать так называемые антинутриенты – ингибиторы ферментов и фитиновую кислоту, которые могут вызвать потерю минералов и проблемы с пищеварением.

Нормы употребления бобовых на 1 человека: 200–300 г в неделю (600–800 г для вегетарианцев) – в приготовленном виде, или минимум 6 кг в год. Оздоровливайтесь сами и оздоравливайте почву с помощью бобовых растений!

Аналогов нет!

Земля-Матушка для БОБОВЫХ с клубеньковыми бактериями (ризобиями) фиксирует азот и обогащает им почву. Урожай бобовых становится мощнее, а почва восполняет то, что было вынесено ранее урожаем.



6 соток для здоровья. Часть 3.

МОЙ КАПУСТНЫЙ ЭКСПЕРИМЕНТ

Екатерина Тихонова – специалист по связям с общественностью и страстный садовод-огородник

С детства я очень люблю различные эксперименты и опыты. Вот и в этом году решила поэкспериментировать вместе с тобой, дорогая «Моя грядка изобилия». Много препаратов «БашиИнком» использую я в своем садовом царстве, но в основном по отдельности, а вот чтобы все вместе, как вы пишете – «по технологии», попробовала впервые – и не пожалела.

Эксперимент свой, а точнее – два эксперимента, решила провести на капусте. Хочу в этом году засолить и заложить в погреб на зиму много своей капусты. Она очень, очень полезная для здоровья. Кстати, может, и храниться экспериментальная капуста будет лучше.

Для своего эксперимента я взяла сорт Подарок – старинный сорт белокочанной капусты среднепозднего срока созревания. Мне он очень нравится.

Обычно я сажаю капусту пораньше, но в этом году в нашем регионе дожди шли не переставая и посадки постоянно откладывались. Поэтому капуста была посажена только 14 мая. Капусту сажала кучками. Первую кучку из 9 штук сажала вообще без удобрений, просто вскопала почву, сделала лунки и полила водой. Назовем эту капусту «контрольной».

А экспериментальную капусту сажала с биопрепаратами. Землю сперва раскисляла. Ох, как **капуста не любит кислую почву!** Раскисляйте обязательно. Я использовала для этого Известь-Гуми. Просто взяла необходимое количество препарата (600 г/м²) и посыпала землю. Таким же методом я рассыпала

по земле Гуми-Оми Овощи, Ягоды, Зелень (70 г/м²), ферментированный куриный помет Бионекс (400 г/м²) и 33 Богатыря (100 мл/м²). 33 штамма природных почвенных микроорганизмов будут кормить мою капусту все лето необходимыми питательными веществами. Все тщательно перекопала. Эту капусту назовем «Экспериментальной».

Полив экспериментальной капусты я производила раствором воды с укоренителем, ускорителем роста КорнеСилом. Им я пользуюсь постоянно – всегда меня выручает и не подводит.

А вот и первые результаты

Уже через месяц разница стала видна невооруженным глазом. Экспериментальная капуста с биопрепаратами, в отличие от посаженной без препаратов (контрольной), выглядела намного крупнее и имела больше листьев.

Только вот теперь мне стало очень жалко свою обделенную контрольную капусту, которая посажена без таких замечательных биопрепаратов. Как же я раньше жила без этого? Я просто не сравнивала, поэтому и не видела значительной разницы. Дорогие огородники, экспериментируйте, сравнивайте, делайте выводы, ведь, именно в экспериментах рождается истина. А тебе, «Моя грядка изобилия», большое спасибо за те знания, которые ты даешь нам – обычным садоводам. С тобой мы никогда не пропадем!



Биопрепараты, помогающие капусте вырасти мощной и полезной

600 г/м²70 г/м²400 г/м²100 мл/м²

**Такая колоссальная разница! Ожидая отличный урожай.
КОНТРОЛЬ**



Без биопрепаратов

ОПЫТ 1



С биопрепаратами
Извесь-Гуми+ Гуми-Оми Овощи + Бионекс + 33 Богатыря

ЗДОРОВЫЙ УРОЖАЙ – ЗДОРОВЫЕ МЫ!

Не забываем, что человек – часть природы

*Алина Владиславовна Миннибаева – микробиолог,
разработчик препаратов на основе низших почвенных
и микоризных грибов*



За последние десятилетия проведены широко-масштабные исследования в отношении растительной пищи в рационе питания человека и ее влияния на здоровье и продолжительность жизни. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) рекомендует употреблять в день 5 порций фруктов и овощей (при этом картофель исключается из данной группы и относится к зерновым/крахмалистым). Это примерно 400 грамм (объем 1 порции = 1 кулаку). Именно это количество является необходимым и достаточным для полноценной и качественной работы организма. По другим данным, взрослый человек нуждается в растительной пище еще больше и должен употреблять ее в количестве 600–800 г в сутки для снижения риска возникновения сердечно-сосудистых заболеваний и онкопатологий.

Однако важно не только количество, но и качество, безопасность употребляемой растительной пищи. Под качеством в данном случае подразумевается высокое содержание ценных питательных (белки, жиры, углеводы, минеральные вещества) и биологически активных веществ (витамины, ферменты и др.). Безопасность овощей и фруктов – это соблюдение норм хранения и отсутствие остаточных количеств пестицидов¹, ядохимикатов, ускорителей роста, которые отрицательно влияют на организм человека.

Получить на 100 % качественные и безопасные овощи и фрукты можно, выращивая их на своем садовом участке согласно принципам ОЖЗ с применением эффективных безопасных биопрепаратов и удобрений. Одним из таких биопрепаратов является Кормилица Микориза.

В его состав входят природные грибы, которые образуют микоризу (грибокорень) – это взаимовыгодное сожительство растений с грибами, которое организуется благодаря взаимодействию гифов² с корнями. Грибы из нашего биопрепарата образуют арбускулярную микоризу – часть гифов гриба проникают внутрь клеток корня (рис. 1).

Еще в середине 20 века многочисленными

исследователями был поставлен ряд экспериментов, которые показали, что образование арбускулярной микоризы на корнях стимулирует быстрый рост и развитие растений. Дальнейшие исследования продемонстрировали, что это связано с улучшением минерального питания растений (особенно фосфорного) за счет микоризных грибов.

Фосфор необходим обоим участникам микоризы в больших количествах. Однако в почве он часто находится в неподвижной – недоступной для усвоения растений форме. Доступная форма находится в почвенном растворе в виде подвижного неорганического фосфора и расщепленного микробами органического. Как только появляется доступный фосфор (и из удобрений в том числе), в почве он сразу же расходуется в различных направлениях («фиксируется»), что не дает ему накапливаться и снижает концентрацию. Поэтому часто возникает его дефицит для растений (рис. 2).

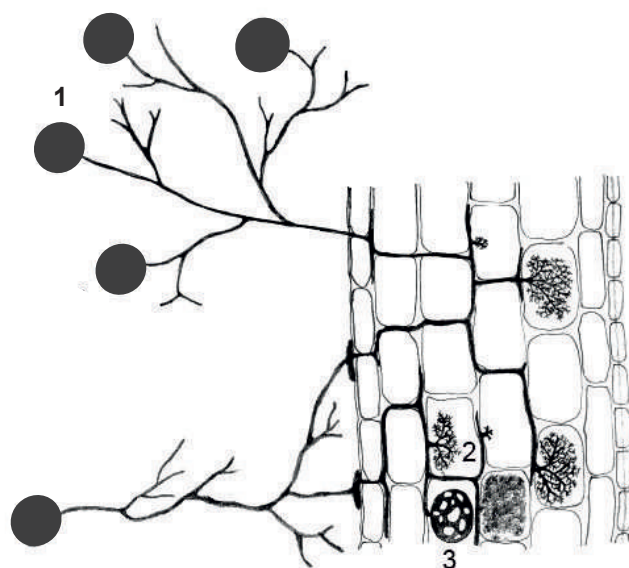


Рисунок 1. Корень с арбускулярной микоризой:
1. Наружный мицелий³ (тонкие гифы и круглые споры); 2. Внутренний мицелий в клетках корня – арбускула; 3. Везикула – вздутые гифы, наполненные липидами (жирами).

Скорость перевода фосфора в доступную форму и его передвижения к растениям намного ниже, чем скорость его поглощения корнем. Эта разница в скоростях приводит к образованию зон истощения вблизи корня (рис. 3). Подобные зоны истощения характерны для многих минеральных элементов в почве.

Ученые подсчитали, что чем тоньше корень, тем ниже скорость всасывания. Это доказано на примере корневых волосков, которые намного тоньше самого корня. Также они имеют большую длину и потому выходят за пределы зон истощения, что дает им возможность добыть дополнительное питание из богатых минеральными элементами участков.

Как же микоризные грибы улучшают фосфорное питание растений?

В основе процесса лежат особенности строения и физиологии микоризных грибов, которые отличают их от корней растений и дают им преимущества.

Гифы микоризных грибов очень тонкие и длинные. Их диаметр в десятки раз меньше, чем у корня и корневых волосков – от 2 до 10 мкм. Длина же, наоборот, в десятки и сотни раз больше. Это позволяет им распространяться далеко за пределы зоны истощения, проходить даже в самые

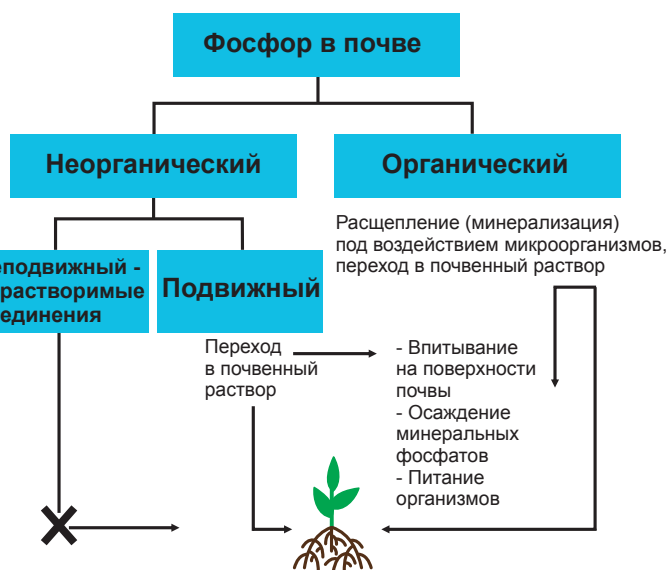


Рисунок 2. Формы фосфора в почве.

труднодоступные участки почвы, проникая в микро- и ультрамикроразрывы, недоступные для растений (рис. 4). В том числе гифы микоризных грибов способны расщеплять органический фосфор, что повышает концентрацию доступного фосфора для растений и полезной микрофлоры.

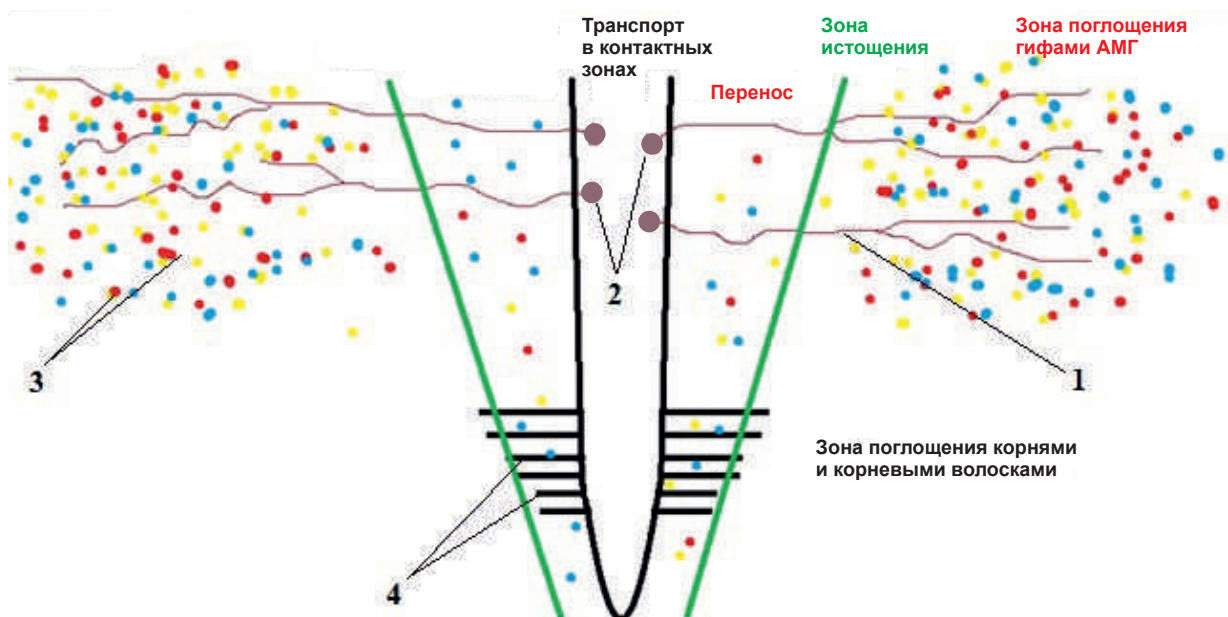
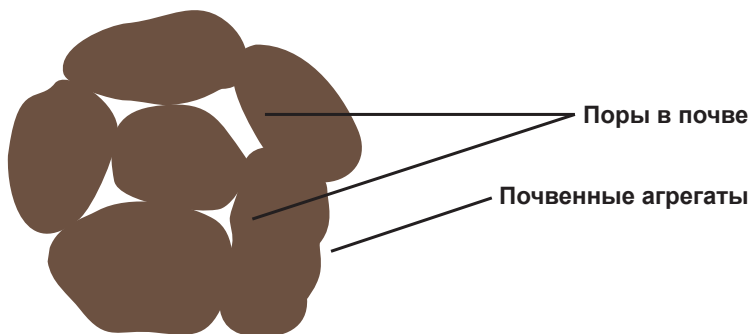


Рисунок 3. Схема пути поступления минеральных элементов из почвы в микоризированный корень. Микоризный путь включает: поглощение минеральных элементов из зоны, богатой питательными веществами; перенос их по гифам к арбускулам внутри корня; транспорт минеральных элементов из арбускул в клетки корня. 1 – наружный мицелий микоризного гриба; 2 – внутренний мицелий – арбускулы; 3 – полезные макро- и микроэлементы, в том числе фосфор; 4 – корневые волоски в зоне поглощения корня.



Описанная схема положительного влияния микоризных грибов на питание растений применима в отношении многих макро- и микроэлементов (азот, цинк, медь и др.). Поэтому мы смело можем утверждать, что микориза способствует улучшению минерального питания растений и отказу от минеральных подкормок, пестицидов, ускорителей роста. Следовательно, мы можем получить богатый и полезный урожай полноценных здоровых растений с минимальными затратами.

Пора в почве (поровое пространство почвы) – это пространство, заполненное жидкостью или газом, между твердыми частицами почвы – почвенными агрегатами.

Типы пор по размерам:

1. Макропора – очень крупные поры, которые, как правило, заполнены воздухом, то есть не могут длительно удерживать в себе воду и растворенные в ней вещества. Размер > 75 мкм. Очень важно рыхлить почву, чтобы избежать образование подобных пор.
2. Мезопора – крупные поры, заполненные водой, которую потребляют растения. Размер 30–75 мкм.
3. Микропора – поры малых размеров, в которых вода практически неподвижна и малодоступна для растений. Размер 5–30 мкм.
4. Ультрамикропоры – мелкие поры, пригодные для обитания микроорганизмов. Размер 0,1–5 мкм.
5. Криптопоры – поры, которые слишком малы для проникновения большинства микроорганизмов. Заполнены водой, которая недоступна растениям, и движение воды очень медленное. Размер < 0,1 мкм.



Примечания

Пестициды¹ (лат. *pestis* «зараза» + *caedo* «убивать») – ядовитые вещества, используемые для уничтожения вредителей и возбудителей болезней растений.

Гифы² (греч. *hyphē* – «паутина») – микроскопические ветвящиеся нити гриба, из которых состоят грибница и плодовое тело грибов.

Мицелий³ (греч. *mykes* – «гриб») – грибница, тело гриба, состоящее из тонких ветвящихся нитей – гифов.

Кормилица Микориза добывает минералы – это красота и здоровье для каждой женщины

Кормилица Микориза – это неутомимый добытчик минералов. А, как известно, достаток минералов и витаминов – главный секрет женской красоты. По статистике, во всем мире у женщин наиболее распространены дефицит железа, йода, фолиевой кислоты, витамина А и цинка. В России из-за того, что люди не добирают норму по свежим фруктам и овощам, у многих наблюдается дефицит витаминов группы В, витамина Д, кальция, железа, йода, которые как раз входят в основной перечень «минералов красоты»: ЖЕЛЕЗО, ЦИНК, СЕЛЕН, КРЕМНИЙ, МЕДЬ, СЕРА.

Железо влияет на уровень гемоглобина в крови, который в свою очередь отвечает за транспортировку кислорода по всему организму. При низком уровне этого минерала питание кожи и волос ухудшается, появляются темные круги под глазами, истончаются и выпадают волосы.

Подробнее о пользе минералов читайте в группе vk.com/gryadkaojz

У ПРИРОДЫ НЕТ ПЛОХОЙ ПОГОДЫ

Чем грозит растениям дождливое и холодное лето?

Ирина Леонидовна Ермолаева – на наш взгляд, самый опытный в России агроном и защитник растений



Все садоводы-огородники с нетерпением ждут солнечных деньков, как и их подопечные: овощи, кустарники, плодовые деревья и цветы.

Но в этом году нас щедро поливают дожди и пугают холодные ночи. Как на плохую погоду отреагируют самые распространенные огородные культуры, с какими проблемами столкнутся огородники и как их решать – расскажем в этой статье.

В дождливую погоду происходит переувлажнение почвы, корни начинают задыхаться от недостатка воздуха и, как следствие, поражаться гнилями и отмирать. А влажная среда в воздухе создает идеальные условия для развития грибных и бактериальных болезней, мучнистой росы, фитофтороза и бактериальных гнилей.

Перцы – южные растения, любят тепло и достаточное количество влаги. Оптимальная температура для их роста +25...28 °С, при +20 °С и ниже они растут плохо и могут сильно затормозить свое развитие. А избыток влаги может привести к загниванию корней, что негативно скажется на росте, цветении и завязывании плодов перца.

Огурчики тоже любят тепло, и в дождливую холодную погоду их может поразить мучнистая роса.

Томаты низкие температуры не пугают, но избыток влаги им тоже вреден. В таких условиях может активизироваться фитофтора.

У кабачков и тыквы дождями могут прибаваться к земле и пачкаться листочки. Чтобы этого избежать, положите под них укрывной материал или замульчируйте скошенной травой или соломой.

Спасаем будущий урожай

Сохранить ваши посадки помогут эти несложные правила:

- удаление сорняков, которые загущают посадки, конкурируют с культурными растениями за питание, свет, воздух и являются благоприятной средой для развития болезней и вредителей;
- частое рыхление на небольшую глубину – разрушает почвенную корку, насыщает воздухом и способствует снижению переувлажнения почвы;
- подкормки удобрениями – в такую погоду лучше всего использовать органоминеральные удобрения Гуми-Оми, которые не только содержат макро-

и микроэлементы, но и насыщают почву полезной микробиотой.

- благоприятное действие на растения будут оказывать биологические препараты Хозяин Плодородия и другие, максимальный эффект стоит ждать при ежемесячном применении.

- все культуры, которые растут на ваших участках в такие экстремальные годы, важно обрабатывать препаратами, повышающими иммунитет растений, например Гуми-20, Борогум, Богатый-Микро.

- профилактические обработки Фитоспорином-М (АС) не дадут распространяться патогенным бактериям и грибам, которые могут навредить растениям и погубить их в считанные дни. Биофунгицид также оказывает защитное и общеукрепляющее действие и должен применяться в течение всего периода вегетации и на самых ранних этапах развития заболеваний.

Овощным культурам, а также капусте могут сильно вредить слизни. Для защиты почву желательно опудрить золой, горчичным порошком или красным молотым перцем, а также использовать ловушки: разложить на участке куски шифера или картона – слизни заползут туда на день для сна, и их будет легко собрать и уничтожить. В дождливую погоду ягодные культуры сильно поражаются, так как молодые листочки на макушках дольше остаются нежными и желанным лакомством для вредителя. Такую напасть великолепно снимет дегтярное мыло Кыш-вредитель. Также в сырую погоду ягоды может поражать плодовая гниль. Чтобы этого избежать, ягоды нужно собирать как можно чаще.

Соблюдение всех рекомендаций поможет растениям оставаться здоровыми в любую погоду и обязательно спасет ваш урожай.

ПРИРОДНЫЙ, САМЫЙ ЭКОЛОГИЧЕСКИ БЕЗОПАСНЫЙ БИОМЕТОД КЛЕЩ ПРОТИВ КЛЕЩА

Егор Хаффазов – агроном, специалист по овощным культурам в защищенном грунте, ведущий научный сотрудник

Единственное масштабное производство Фитосейулюса в Республике Башкортостан

Избавляйтесь от паутинного клеща современными и эффективными методами. Фитосейулюс персимилис – очень агрессивный клещ-акарифаг. Его жертва – это паутинный клещ, которого он полностью выедаёт на своем пути, освобождая занятую им территорию. Это значит, что ваши теплицы и посадки будут в надежных лапках этого миниатюрного защитника. Пока есть Фитосейулюс персимилис, паутинного клеща не будет! Заселяйте ваши теплицы верным защитником, и химические средства не потребуются.

Фитосейулюс персимилис (*Phytoseiulus persimilis*) – агрессивный хищный клещ, являющийся одним из основных энтомофагов комплексных программ борьбы с паутинным клещом в защищенном грунте на овощах и декоративных растениях. Все подвижные особи имеют каплевидное тело розово-красного цвета, размером 0,4–0,5 мм, самки крупнее самцов. Длинные конечности позволяют акарифагу очень быстро передвигаться при охоте на жертву. Фитосейулюс осуществляет питание, размножение и становление в процессе жизненного цикла только за счет семейства паутинных клещей. Молодые самки высокоактивны и способны перемещаться на большие расстояния из мест отрождения. Благодаря высокой парусности они переносятся потоками ветра.

Ориентировочные сроки генерации поколений составляют от 1 до 4 недель и сильно зависят от климатических условий (температуры и влажности). Активно применяется на протяжении года (независимо от сезона) в закрытых средах обитания, таких как теплицы, оранжереи. Взрослые особи хищника поедают 11–25 яиц или взрослых особей паутинного клеща в сутки, процесс размно-

жения и становления популяции в два раза быстрее, чем у вредителя, особенно при температурах более +28 °С. Они уничтожают паутинных клещей на всех стадиях их развития. Фитосейулюс очень прожорливый хищник и имеет самый высокий уровень потребления среди всех фитосейидов, но при отсутствии пищи популяция либо погибнет от голода, либо рассеется в поисках жертвы. Влажность также сказывается на эффективности хищника. Наблюдалось, что развитие почти прекращалось при влажности 25–30 %, а наиболее интенсивное развитие происходит при относительной влажности в районе 70 %. Отдельные стадии Фитосейулюса устойчивы ко многим химическим препаратам.

По вопросам приобретения и применения обращайтесь к Егору Хаффазову по тел.: 8 (996) 102-02-97, 8 (347) 292-09-73.



В зависимости от условий, культуры и вредителя применяются виды Энтомофагов: Амблисейус кукумерис, Амблисейус монтдоренсис, Акарифаг Фитосейулюс

6 соток для здоровья. Часть 4.**КАК ПОЛУЧИТЬ САМУЮ
ВКУСНУЮ, ЛЕЧЕБНУЮ,
экологически чистую и просто
драгоценную землянику?**

Альфия Муратовна Мингажева – кандидат биологических наук, специалист по лекарственным травам

Все мы любим землянику садовую. Люблю и я, а еще больше любят вкусные ароматные ягоды мои дети и внуки. Как и в прошлом, в этом году моя земляника обильно цветет, и я ожидаю прекрасный урожай. Но с одним условием – если я сумею защитить мою грядку с земляникой от болезней и вредителей!

Вот поэтому, когда в прошлом году на мои грядки напали малинно-земляничные долгоносики, я постаралась сразу принять меры.

Малинно-земляничный долгоносик – жук черного цвета, 2-3 мм размером, многоядный вредитель, предпочитающий дикую и садовую землянику, малину, ежевику, шиповники....

Жучки выгрызают в бутонах дырочки и поедают пыльники, самки откладывают в бутоне яйца, затем подгрызают цветоножку, бутон поникает, затем высыхает и опадает.

Если упустить момент, долгоносики расползутся по всему участку и уничтожат 50–80 % урожая.

Жуки-слоники появляются незаметно, сначала их немного, и ущерб небольшой, но если не принять меры, они наносят огромный урон: увядают и погибают молодые розетки, осыпаются бутоны, завязи.

Мои работы на земляничных грядках

1. Санитарные мероприятия: после сбора урожая срезаю пораженные и просто подозрительные листья; сильно больные, слабые кусты выкапываю и уничтожаю.

2. Профилактические мероприятия: обязательно соблюдаю севооборот – нельзя закладывать новые ягодники на месте старых, должно пройти минимум 3-4 года.

Для земляники у меня подготовлена земля с биопрепаратами, повышающими плодородие и оздоравливающими почву: вношу 33 Богатыря под перекопку, Гуми-Оми, Раскислитель Известь-Гуми. Сажаю молодые кустики Кормилицей Микоризой.

Биопрепараты Кормилица Микориза, 33 Богатыря плюс Гуми-Оми снабжают землянику макро-

и микроэлементами, необходимыми минералами. Поэтому земляника получается чрезвычайно вкусная и полезная, без преувеличения – это драгоценная земляника.

Правильная агротехника выращивания очень много значит: обязательно рыхление весной и осенью с внесением биопрепаратов и удобрений, регулярная прополка от сорняков, мульчирование междурядий Мульчей-Разрыхлителем или черным укрывным материалом. Еще в этом году собираюсь посадить в междурядьях чеснок.

В прошлом году было много долгоносиков, поэтому чаще стала обрабатывать биологическими препаратами от вредителей: в основном Гуми + БТБ + ЛПЦ. В прошлом году, сразу после сбора урожая, обрабатывала каждые 2 недели, используя разные препараты. Осенью обработала дегтярным мылом Кыш-Вредитель, оно универсальное – уничтожает и отпугивает вредителей: тлю, клещей, бабочек, жуков и даже мышей и прочих грызунов.



Сорт «Фестивальная», очень сладкие и крупные ягоды

3. Биологические методы: привлекаю в сад насекомых птиц и божьих коровок. Плюс в этом году в междурядье на одной из грядок с земляникой посеяла пажитник сенной – лекарственное растение из семейства бобовых, которые, как известно, обогащают почву азотом.

Один раз в 2 недели – месяц обрабатываю землянику и другие растения Фитоспорином от грибковых заболеваний.

Во время обработки всегда добавляю Зеленое мыло Ура! На Дачу! Этот многофункциональный препарат, кроме защиты от вредителей, действует как прилипатель (ПАВ – поверхностно-активное вещество), его можно и нужно добавлять в любой раствор препаратов от болезней или вредителей, с ним препарат не стекает с листьев, а равномерно растекается и создает неблагоприятную среду для развития болезней и вредителей.

Осенью порыхлила и подкормила Гуми-Оми Осенним – сытые и здоровые растения лучше зимуют.

Подкормки

Для активизации цветения и образования завязей подкармливаю Гуми-Оми Универсальным. Он содержит все необходимое для земляники: азот, фосфор, калий, микроэлементы – бор и медь. Азот

способствует росту зеленых частей, цветоносы будут высокими и крепкими, фосфор поможет образованию бутонов, простимулирует корневую систему, а при обеспечении калием будут формироваться обильные завязи и качественный урожай: ягоды будут слаще, более мясистые и лежкие. Под корень вношу удобрение во время полива (70 г на 10 л воды, 10 л на 10 м²). В этом году погода дождливая, поэтому рассыпаю сухие удобрения, примерно 20 г/м².

Мульчирование

Если вы мульчируете соломой, хвоей – вы обеспечиваете отличную зимовку для вредителей. Поэтому после уборки старых больных листьев и рыхления в качестве мульчи я использую экологически чистую Мульчу-Разрыхлитель (2 ведра на 1 м²), которая улучшает воздушно-газовый обмен в почве, почва сохраняет равномерную влажность в корнеобитаемом слое; сокращается потребность в поливе: подавляется рост сорняков; не образуется корка; растения лучше зимуют.

Результат налицо, в этом году я практически не наблюдаю повреждений от вредителей. Но все-таки – береженого бог бережет: почти во все подкормки и опрыскивания добавляю Кыш-Вредитель, он маскирует запах растений, на который слетаются и сбегаются вредители, и отпугивает их.



А У НАС НОВИНКА! Экологичное и 100 % натуральное мыло на все случаи жизни

Обычное антибактериальное мыло уничтожает защитную пленку на поверхности кожи, убивая полезные бактерии, защищающие нас от инфекций. Оно токсично для человека и природы, может вызывать сухость рук и даже аллергию. Наша новинка – экомыло Огородник полностью лишено этих недостатков.

Почему каждому садоводу и огороднику нужно экомыло Огородник в хозяйстве?

- Экомыло состоит только из натуральных компонентов, оно биоразлагаемое, не содержит красителей, отдушек, консервантов.
- Пробиотические компоненты мыла оздоравливают кожу рук, восстанавливая естественный защитный барьер.

- Подходит для мытья рук, посуды, инвентаря, ручной стирки рабочей одежды, удаления жировых пятен, мытья лапок животных.

Экомыло Огородник – ваш новый надежный помощник в хозяйстве.



ВОТ ЭТО НАСТОЯЩЕЕ ЗДОРОВЬЕ МИКРОБИОМ ЧЕЛОВЕКА

Алина Владиславовна Миннибаева – микробиолог, разработчик препаратов на основе низших почвенных и микоризных грибов

Всего пару десятилетий назад мало кто знал значение данного слова, на сегодняшний же день оно на слуху у каждого человека.

Микробиом (с греч. «микрос» – маленький, «биос» – жизнь) человека – это совокупность всех микроорганизмов (бактерии, вирусы, грибы), населяющих организм человека. Микробиота – совокупность микроорганизмов отдельных органов и систем (микробиота кишечника, микробиота кожи и т. д.). То есть «большой» организм человека является домом для «маленьких» – микроорганизмов. Своих первых «маленьких жителей» человек получает еще при рождении от матери, проходя по родовым путям, а далее из грудного молока. Данное совместное существование приносит пользу не только микробам, но и нам, людям.

Человеческое тело снаружи и изнутри покрыто микроорганизмами (кожа, слизистые оболочки, половые органы, легкие, желудочно-кишечный тракт и др.). Наибольший интерес представляет микробиота кишечника, так как она самая разнообразная и на нее приходится более 60 % микробиома человека. В кишечнике содержится порядка 100 трлн микроорганизмов общей массой до 1,5–2 кг (рис.1).

Известно, что единого для всех набора микроорганизмов не существует, но есть общие для всех, которые условно делят на группы (сапрофиты – безвредные для человека микроорганизмы; условно-патогенные – попадая в организм человека, они до поры до времени не вызывают серьезных изменений; болезнетворные – вызывают развитие инфекционных заболеваний). Говоря простым языком, в организме всегда есть «полезные» микробы и могут попасть «вредные». Однако даже на первый взгляд безобидные бактерии при определенных условиях (стресс, вирусная инфекция, прием антибиотиков, нарушение питания и т. д.) могут стать вредными – кишечная палочка, хеликобактер пилори, золотистый стафилококк и др.

Дисбактериоз

Нарушение баланса данных групп микроорганизмов приводит к дисбактериозу – это не болезнь, это состояние микробиоты кишечника, при котором «полезных» бактерий становится меньше, а условно-патогенных или патогенных – больше. А вот уже данное состояние может приводить к серьезным нарушениям в работе организма – от быстропроходящих (диарея,

запор и др.) до тяжелых заболеваний (аллергия, аутоиммунные заболевания, инфекционные болезни и др.).

Важно не только баланс «полезных» и «вредных» микробов, а также разнообразие «полезных», и чем оно выше – тем лучше для человека. Данная проблема касается не одного человека, а всего человечества. Результаты исследований проекта «Микробиом человека» и множества других научных работ в данной области показывают, что биоразнообразие микробиома человека снизилось за последние десятилетия. Нарушение баланса и разнообразия кишечной микробиоты на данный момент рассматривают как одну из причин бурного роста таких заболеваний, как ожирение, синдром раздраженного кишечника, аутоиммунные заболевания (ревматоидный артрит, псориаз, рассеянный склероз, сахарный диабет 1 типа и др.), различного рода аллергии, астма, сердечно-сосудистые заболевания, онкопатологии и даже неврологические заболевания (аутизм, болезнь Альцгеймера, депрессия).

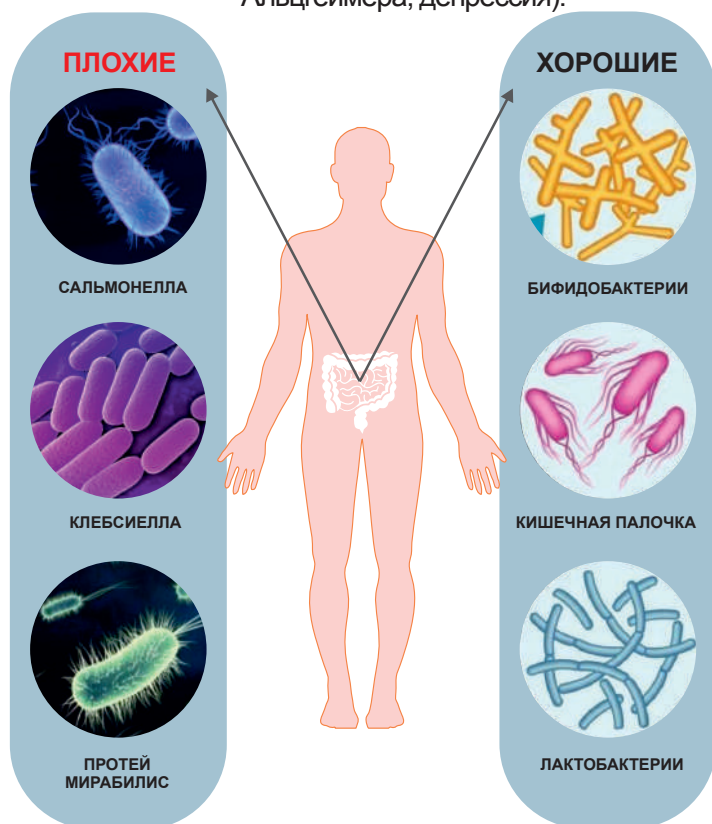


Рис.1. Представители микробиоты кишечника человека

Причинами снижения биоразнообразия нашего микробиома являются:

1) чрезмерная гигиена в быту на уровне медицинской стерильности – постоянное необоснованное использование моющих средств с пометкой «антибактериальное», антисептиков. Стоит также отметить ситуацию с возникновением коронавирусной инфекции в 2019 году, когда люди во всем мире буквально мыли антисептиком себя и все вокруг – это были вынужденные меры для предотвращения распространения вируса, однако это также могло послужить толчком для нарушения баланса полезного микробиома.

2) неполноценное питание – малое количество или полное отсутствие в рационе свежих, необработанных растительных, молочнокислых продуктов; обильное употребление продуктов глубокой переработки, фастфуда; малое количество потребления чистой воды и др. Происходит вырождение микробиоты, способной переваривать растительную пищу в связи с ее отсутствием.

3) избыточное применение антибиотиков – необоснованное применение даже при вирусных инфекциях, когда они не нужны; нарушение дозировок и сроков приема; чрезмерное использование в животноводстве и рыбоводстве.

4) нарушение естественных процессов передачи первых микроорганизмов от матери к ребенку в связи с распространением кесарева сечения и замены грудного вскармливания на искусственное без реальной медицинской необходимости.

5) удаление аппендикса – червеобразного отростка, который выполняет функцию «хранилища» и места размножения для полезных бактерий и иммунных клеток.

Для восстановления и поддержания баланса и разнообразия микроорганизмов в кишечнике необходимо регулярное потребление пробиотиков и пребиотиков.

Пробиотики (от лат. pro bios – для жизни, стимулирующие жизнь) – живые микроорганизмы, которые при введении в достаточных количествах приносят пользу здоровью хозяина. И способны губительно воздействовать на патогенные и условно-патогенные микроорганизмы.

Пребиотики (от лат. pre bios – преджизнь) – это те компоненты пищи, которые не перевариваются и не усваиваются в верхних отделах ЖКТ (где практически отсутствуют микробы), но активно употребляются микроорганизмами нижних отделов кишечника. То есть это еда не для нас, а для наших полезных микробов, которую организм человека не может переварить.

Каждый день мы получаем пробиотики и пребиотики из пищи. Естественными источниками пробиотиков

являются ферментированные продукты питания: кефир, йогурт, сыр, творог, пахта, квашеная капуста, соленья и прочее. Источники пребиотиков – это овощи, фрукты, зелень, ягоды, зерновые, бобовые, орехи. Поэтому очень важно включать в рацион данные продукты (5 порций фруктов и овощей, 2-3 порции молочных и молочнокислых продуктов).

Однако тяжелые формы дисбактериоза только продуктами не исправить, и тогда необходимо подключать в терапию промышленные пробиотические препараты, в состав которых чаще входят бифидобактерии (*Bifidobacterium*) и лактобактерии (*Lactobacillus*), реже стрептококки (*Streptococcus*), бациллы (*Bacillus*), сахаромикеты (*Saccharomyces*).

Наша компания производит два таких препарата – «Хомо-лакт П» и «Хомоспорин-М» из серии «Свежий пробиотик». Данные препараты являются вспомогательными средствами решения вышеперечисленных заболеваний в комплексной терапии.

«Хомо-лакт П plantarum форте»

Инновационный высокоэффективный универсальный пробиотик нового поколения. Его основным активным компонентом является представитель нормальной постоянной микробиоты кишечника – лактобактерия *Lactobacillus plantarum*.

Полностью натуральный, без консервантов, красителей, усилителей вкуса. Препарат не содержит ГМО.

Является универсальным пробиотиком, благодаря своему составу:

1) бактерии *Lactobacillus plantarum*: обладают способностью продуцировать антимикробные вещества; эффективно приживаются и колонизируют слизистые оболочки желудочно-кишечного тракта;



2) метаболиты пробиотической бактерии *Bacillus subtilis* 3Н: содержат антибактериальные вещества широкого спектра действия, которые подавляют рост патогенных и условно-патогенных микроорганизмов; содержат ферменты (амилазу, протеазу, липазу), которые улучшают переваривание и усвоение пищи; усиливают перистальтику кишечника, что способствует его своевременному опорожнению; обладают мягким естественным иммуностимулирующим действием.

3) растительный экстракт арабиногалактан, обладая свойствами пребиотика, поддерживает баланс микрофлоры желудочно-кишечного тракта, улучшает пищеварение и всасывание в кишечнике, способствует образованию короткоцепочечных жирных кислот, чрезвычайно важных для нормальной работы организма, а также оказывает иммуномодулирующее действие на организм.

«Хомоспорин-М» к серии Свежий пробиотик

Препарат нового поколения, относящийся к классу метабиотиков – препаратов, которые содержат не живые бактерии, а только их полезные метаболиты.

Препарат полностью натуральный, не содержит ГМО, консервантов, красителей, усилителей вкуса, лактозы, белка коровьего молока.

Преимущества «Хомо-лакт П» и «Хомоспорин-М»:

- начинают работать с момента приема;
- как лактобактерии, так и метаболиты бацилл доходят до толстой кишки на 95–97 % в неизменном виде;
- не вступают в конфликт с собственной микрофлорой человека;
- устойчивы к действию антибиотиков, поэтому их можно принимать совместно с первого дня.

Почему серия называется «Свежий пробиотик»?

Серия Свежий пробиотик – «Хомо-лакт П» и «Хомоспорин-М» – это жидкие пробиотические препараты, в которых компоненты представлены в своей первоначальной форме, поскольку не подвергнуты сушке (лиофилизации). Таким образом, они пребывают в физиологически активном состоянии и полностью сохраняют свои полезные свойства в течение всего срока годности – словно их только приготовили. При попадании в организм им не нужно дополнительное время, они начинают действовать немедленно.

Научные данные по эффективности применения подобных пробиотиков и метабиотиков.

В многочисленных работах по изучению свойств *Lactobacillus plantarum* установлена способность снижать численность микроорганизмов условно-патогенной и патогенной микрофлоры, которые вызывают такие заболевания, как псевдотуберкулез, энтероколит, эшерихиозы, листериоз, эпидермальный стафилококк, кандидозы, язва желудка, ассоциированная с хеликобактер пилори (*Helicobacter pylori*). Зафиксирована коррекция дисбактериоза вплоть до состояния нормобиома, причем данный эффект сохранялся в течение длительного периода. В лабораторных опытах установлена устойчивость *Lactobacillus plantarum* ко многим антибиотикам, что позволяет принимать пробиотики на основе данных бактерий при антибиотикотерапии.

Способность метаболитов *Bacillus subtilis* подавлять рост патогенных и условно-патогенных микроорганизмов, нарушающих работу пищеварительной системы, показана в результатах клинических и лабораторных исследований.

Также отмечается, что их попадание в организм стимулирует образование защитных молекул (интерферона), которые необходимы для повышения иммунной защиты организма при вирусных заболеваниях.

Пробиотики на основе *Bacillus subtilis* способствуют сокращению сроков острой бактериальной кишечной инфекции, снижению степени выраженности дисбактериоза или его полному исчезновению, нормализации микрофлоры кишечника, оказывают хорошее терапевтическое действие при лечении синдрома раздраженного кишечника, диареи.





Литературно-предпринимательский клуб Научно-внедренческого предприятия «БашИнком»

*Человек без фантазии – не предприниматель.
Классическая (то есть лучшая) литература переполнена идеями, образами.
Мы читаем, обсуждаем, ищем, творим, делаем!*

ПОНЯТЬ, ПРОЧУВСТВОВАТЬ И... ОБОНЯТЬ

**Салават Венерович Вахитов – известный писатель,
кандидат филологических наук,
доцент, блогер и начинающий садовод**



Просто задумайтесь, как мы воспринимаем литературу.

Вы, конечно, любите читать книги и знаете, что каждый художественный текст желательно понять и прочувствовать. Иначе, какая же это читка? А задумывались ли вы над тем, что значит «понять» и что значит «прочувствовать»?

Обычно мы соотносим эти глаголы с разными сторонами деятельности мозга – с разумной и чувственной, то есть с абстрактным осмыслением, и конкретными образами. Слово «понять» имеет древний корень ня-с разветвленной цепочкой исторических чередований: я- (взять), им- (иметь), йм- (поймать), ым- (подымать), ним- (понимать), ем- (приемлемый), ём- (приём). Нетрудно догадаться об эволюции значения корня: прежде чем узнать что-либо о предмете, сначала необходимо приблизиться к нему, взять его в руки и рассмотреть.

Эта семантика, основанная на конкретных чувственных образах, распростирилась и на мыслительную деятельность. Теперь любое слово со значением 'брать, иметь' может быть связано с пониманием. Сравните: схватывать на лету, уловить смысл высказывания, поймать мысль и т. п. Интересно, что те же процессы наблюдаются в языках, совершенно отличающихся по происхождению и устройству. Например, китайское слово 抓住 [чжуа чжу] также имеет значения 'взять' и 'понять'. Например, 这个句子我抓住了 буквально означает 'Я взял (понял) это предложение'.

Теперь о модели «приблизиться ► понять». Вот как она работает в литературном языке: приблизиться к разгадке (к пониманию), дойти до понимания, а вот как в жаргоне: дотягивать, допереть, догонять и т. п. Мало приблизиться к тексту, в него надо еще вникнуть (проникнуть), воткнуться, врубиться, въехать.

Парадоксально, но прежде чем «допереть» и «воткнуться», текст нужно прочувствовать. Явных чувств у нас ровно пять – зрение, слух, обоняние, осязание и вкус (всю остальную чувственную сторону нашей жизни отнесем к области интуиции). Рассмотрим, как они способствуют восприятию литературного текста, справедливо предположив, что текст надо видеть, слышать, обонять, осязать и вкушать.

Видеть – означает, что в голове у читателя возникают зрительные образы, поскольку писатель, в отличие от журналиста, не столько рассказывает историю, сколько показывает ее. Читательское воображение выступает в роли проектора – и герои книги оживают. Ясно или смутно вы представляете, как они выглядят, как и где действуют. Чем больше вы читаете, тем больше развиваете воображение, а следовательно, больше видите.

Слышать. Абсолютный слух читателю так же необходим, как и музыканту. Исполнитель-музыкант читает ноты и слышит музыку. Читатель – тот же исполнитель, только слышит слово. Понятно, что восприятие музыки и слова зависит от виртуозности исполнения. Вот почему важно учиться искусству чтения.

Обонять. У каждой книги свой запах. У каждого журнала и каждой газеты тоже. В детстве я это особенно чувствовал, когда брал почту из почтового ящика, когда мама покупала мне новую книжку. На восприятие это здорово влияет. Не только запах бумаги и типографской краски, конечно, но и обонятельные образы, которые возникают при чтении, поскольку искусный автор стремится передать всю возможную полноту ощущений. Когда в следующий раз будете читать книгу, обязательно обратите на это внимание и «не теряйте нюх».

Осязать. Не знаю, как вы, а я, видимо, кинестетик, поэтому люблю читать бумажные издания. Для меня важно держать книгу в руке: приятно провести ладонью по переплету книги, почувствовать ее, а потом перелистывать страницу за страницей. Бывает, и сплю с недочитанной книгой под подушкой. Почему? Не хочется с ней расставаться. Художественный текст непременно связывается с книгой, которая есть в моей библиотеке, он «опредмечен и присвоен». Присвоить и усвоить – по значению это совсем близко.

Вкушать. Художественным текстом, как и книгой, конечно же, наслаждаешься. Слово доставляет удовольствие, сравнимое со сладостью. Впрочем, горечи бывает тоже достаточно. Говорят, надо иметь вкус к литературе. Правильно говорят. **Не торопитесь прочитывать текст, почувствуйте его вкус и особенно – послевкусие.**

Такие дела. Всем-всем приятного чтения!

ПОМОГАЕМ, СПАСАЕМ ЖИВОТНЫХ



**Тишина Ирина Геннадьевна – ветеринарный врач,
держит в своем хозяйстве кроликов и курочек**

*Люди во всем мире любят животных, приобретают их для души,
для разведения или для детей. Питомцы постоянно находятся рядом
и преданно любят своего хозяина.*

Одинокие и пожилые люди реализуют с их помощью жизненно важную потребность быть нужными. Но поддержка и забота нужны животным не меньше – они болеют, стареют, и в такие моменты важно быть рядом, постараться выходить и вылечить любимого питомца. Для помощи владельцам мы разработали новую серию «Помоги».

Серия представлена шестью препаратами

— Три вида для кошек:

Пробиотик «Помоги, спаси котяточек»;

Пробиотик «Помоги стареющей кошке»;

Пробиотик «Помоги кошке при расстройствах пищеварения и других проблемах».

— Три вида для собак:

Пробиотик «Помоги, спаси щенка»;

Пробиотик «Помоги стареющей собаке»;

Пробиотик «Помоги собаке при расстройствах пищеварения и других проблемах».

Преимущества:

В состав пробиотиков входят специально отобранные бактерии *Vacillus subtilis* для оздоровления кошек и собак.

Препараты серии созданы с учетом не только видовых различий, но также возраста и физиологического состояния животного.

В упаковке имеется инструкция по применению и рекомендации от практикующего ветеринарного врача.



Приобрести препараты серии вы можете в нашем интернет-магазине или у менеджеров ветеринарного отдела.

Отзыв от покупателя В. Орловой

Моему Норду уже 4 месяца, он самый настоящий породистый двортерьер. Норд очень активный, резвый малый и соответственно все тацит в пасть – попробовать на зуб, поэтому глистогоним стабильно, как положено, но заметили, что после приема препарата он начинает грустить, пропадает игривость – дает о себе знать интоксикация. Ветеринары посоветовали нам после дегельминтизации давать препарат-пробиотик «Помоги, спаси щенка». Эффект на лицо, точнее на морду – Норд быстрее восстанавливается, настроение отличное, да что писать, посмотрите на фото.



8 (347) 292-09-94
bashinkomvdom.ru

  ПРИРОДНОЕ ЗДОРОВЬЕ ПИТОМЦЕВ

Для кошек
и котят



Для собак
и щенят



НАРОДНЫЕ СЕМЕНА «МИЧУРИН-ТОМАТЫ» – ЭТО ЗОЛОТО. Мы спасаем мир!

В июне мы уже собрали 112 кг спелых, вкусных и самых-самых полезных томатов. Куратор проекта – Елена Храмушина угостила ими каждого сотрудника нашей компании. Конечно, вкус сортового Мичурин-томата непередаваем, он не сравним ни с каким гибридом, а уж тем более с магазинными помидорами.

Уже посажено 6318 новых корней томатов и 566 перцев. Цифры вдохновляют! А как много будет урожая – страшно подумать! Каждое семечко было посажено по биотехнологии АС-35 (Фитоспорин, Гуми, Кормилица Микориза, 33 Богатыря).

Особенно радует, что 4500 семян и 2500 корней рассады мы пустили по миру. Даже в Гватемалу наши семена улетели. Все больше и больше людей заинтересовываются, выращивают наши сорта, а потом делятся семенами друг с другом. И это самое главное, товарищи! Это и есть цель проекта «Мичурин-томаты» – накормить весь мир настоящими, полезными и вкусными томатами, которые выращивали еще наши мамы и бабушки.

Присоединяйтесь к нашему проекту –
давайте возрождать лучшие народные сорта вместе!

Самые вкусные
Самые сладкие
Самые полезные
томаты проекта
«Мичурин-Томаты»



Куратор проекта Елена Храмушина:
8 (917) 441-75-64
сайт: НАРОДНЫЕ-ПРОЕКТЫ.РФ



Антипин Егор, 6 лет.
«Эх, Россия! Лес да грибы...»

Дорогие!
Подписывайтесь на нашу газету
и раз в месяц получайте полезнейшие советы
профессионалов!
НАШИ ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ – П7961 и П8145
в каталоге Почты России.
Стоимость подписки за 6 месяцев – от 300 рублей.

Читайте больше
интересных материалов
на наших сайтах
www.gryadkaojz.ru
bashinkom.ru/ojz/
vk.com/gryadkaojz
Народные-проекты.rpf
Смотрите нас на канале

