



ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ ОРГАНИЧЕСКОЕ ЖИВОЕ ЗЕМЛЕДЕЛИЕ

ОЖЗ

# Моя Грядка ИЗОБИЛИЯ

6+



ГАЗЕТА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СОВЕТОВ ОТ СЕВЕРА ДО ЮГА

Электронная версия газеты: [www.gryadkaojz.ru](http://www.gryadkaojz.ru)

СЕНТЯБРЬ 2021 (106)

**Всероссийский  
народный проект  
«Мичурин-томаты»**



**Вот это  
дегустиация!**

Читайте на стр. 21

Садоводы-огородники страны  
собрали уже 1 млн 134 тыс.  
793 шт. семян.  
122 самых народных,  
самых вкусных сорта томатов!



**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:**

Вот уже 10 из 14 шагов грубой технологии «Как стать здоровым и счастливым». **Стр. 3**

Свежий урожай томатов, перцев, баклажанов в сентябре – это реально. **Стр. 8**

Лимонная кислота против вершинной гнили? **Стр. 10**

5 причин, почему горчит салат, и как этого избежать. **Стр. 11**

Секреты выращивания озимого чеснока от Елены Чистяковой. **Стр. 12**

Мал, да удал! Все о микроэлементе марганце. **Стр. 13**

Чудо-препарат бережет мой урожай всю зиму. **Стр. 15**

Хочешь жить долго? Помогай другим. **Стр. 16**

Братюня – спаситель огородников. **Стр. 17**

Народные сорта покорили всех! Даже крутых шеф-поваров! **Стр. 21**

Кормилица Микориза и 33 Богатыря – это сила. **Стр. 23**

Как я размножаю растения зелеными черенками. **Стр. 25**

Уход за виноградом в сентябре. Возможно, вы этого не знали. **Стр. 27**

Фитотерапия против коронавируса. **Стр. 30**

Готовим лежанку. **Стр. 34**

# А У НАС ОСЕННИЙ ЦЕНОПАД!

Пришла осень, а с ней и скидка - 5 % на весь осенний ассортимент в нашем интернет-магазине «БашИнком в каждый дом»: АнтиГниль, Фитоспорин-М Золотая осень, Доктор Сад – лечебная побелка, Сидерат Горчица, Фитобумага природная, Гуми-Оми Осенний, Компостин, Удачный – для туалетов.



## ОГОРОД ОСЕНЬЮ НА 5!

Скидка - 5 % на осенние биопрепараты:



Тираж экз. 30 000

Учредитель: ИП Мария Вячеславовна Кузнецова  
**Главный редактор:** к.т.н. В.И. Кузнецов  
**Редактор:** к.б.н. Д.В. Скотников  
**Редакционный 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  
 ПИ № ФС77-36062 от 28.04.2009 г.  
 Распространяется по подписке и в розницу. Цена свободная.  
**Адрес редакции издателя (для писем):** 450015, г. Уфа, ул. К. Маркса, 37, корпус 4, офис 310.  
**Телефоны:**  
**Главный редактор:** (347) 291-10-20, bashinkom@mail.ru  
 www.bashinkom.ru

**Редакционный отдел:** (347) 292-09-96, mgi@ibashinkom.ru

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

№ заказа 107463

Подписано в печать: 14.09.2021 г.

## ВОТ УЖЕ 10 ИЗ 14 ШАГОВ ГРУБОЙ ТЕХНОЛОГИИ «КАК СТАТЬ ЗДОРОВЫМ И СЧАСТЛИВЫМ»

Повторяем сначала для тех, кто читает нашу ценнейшую (это кроме шуток) газету нерегулярно.

**1-й шаг** ГОВОРИ, когда утром проснешься, а потом в течение дня ПОВТОРЯЙ от всей души, от всего сердца: «Я живу в дружественном, замечательном, чудесном мире. Все мы любимые братики и сестренки. Меня все любят. Я всех люблю». И постоянно ДЕЛАЙ хорошие, полезные, нравственные дела для любимой Родины, для себя дорогого, для близких, для планеты и для всего сущего. Не стесняйся, делай!

Дорогой, говори, повторяй, делай, и жизнь будет бодрой, хорошей, радостной.

**2-й шаг** ГОВОРИ, УЧИ, ДЕЛАЙ, ПОВТОРЯЙ.

ГОВОРИ себе, когда идешь в ванную, под душ: «Меня окружают друзья. Я всех люблю, меня все любят». УЧИ гениальные чудесные стихи А. Пушкина, М. Лермонтова, С. Есенина или другие, какие тебе нравятся. УЧИ и ДЕЛАЙ одновременно гимнастику-тряску (стоя, сидя, на коленях, с упором на стенку – см. в интернете гимнастику А. Гринштата): организм просыпается, тренируется кровеносная система, легкие, сердце, суставы, мышцы, омывается мозг, улучшается зрение, память, настроение повышается. ДЕЛАЙ эту гимнастику-тряску также днем, вечером: проходит усталость, умственная и физическая.

**3-й шаг** ПЕЙ 2-3 стакана теплой воды утром, опять же с хорошими мыслями, и 1,5–2,0 литра постепенно в течение дня.

**Осторожно!** Если есть какие-то серьезные заболевания, то надо посоветоваться с врачом и решить, сколько пить воды.

Простая вода лечит тысячи болезней. Чистая вода – это самое лучшее лекарство.

**4-й шаг** ДЕЛАЙ утром зарядку и КАЖДОЕ упражнение ВЫПОЛНЯЙ с мыслью: «Я живу в дружественном, счастливом мире, меня окружают друзья, братики и сестренки. Меня все любят. Я всех люблю».

Зарядка может быть любой – школьной, солдатской, спортивной, йоговской..., но главное, чтобы каждое упражнение сопровождалось этой радостной мыслью.

УДИВИТЕЛЬНО, ПОТРЯСАЮЩЕ, ЧУДЕСНО, ШИКАРНО, СУПЕРЭФФЕКТИВНО, НЕВООБРАЗИМО ЗДОРОВО: какой бы ты не был лентяй (такой я сам), если ты будешь делать зарядку, сопровождая каждое упражнение мыслью: «Я живу в дружественном,



Прохождение переката на Лозье



Гимнастика  
А. Гринштата,  
с 2:18 минуты



Гимнастика  
Йогов,  
с 16:52 минуты

замечательном, чудесном мире. Все мы братики и сестренки. Меня все любят. Я всех люблю», то ты вступишь в эту зарядку и будешь ее делать с огромным удовольствием каждый день. Это мое личное открытие, ноу-хау, т. е. «знаю, как», и мне приятно поделиться им с тобой дорогой, дорогая. Я пришел к этой технологии 4 года назад и уже 4 года делаю утром каждый день без перерыва гимнастику-тряску (около 20 минут), плюс хатха-йогу (50 минут), плюс бег трюх-трюсцой (20 минут).

Я поздоровел, может быть даже помолодел, прошли некоторые болячки, другие уменьшились. Мне 74 года. Я каждый год хожу с друзьями, детьми и внуками в многодневный поход. В этом году мы шли 15 дней по Северному Уралу, по реке Лозьве. Хорошо!

Я работаю на благо Родины. Мы разрабатываем суперэффективные, экологически чистые природные биопрепараты для сельского хозяйства, садов и огородов.



Есть идея: создать медицинский центр «Персональное здоровье и долголетие» – не для зарабатывания денег, а для реальной комплексной помощи людям.

**5-й шаг** БЕГАЙ ТРЮХ-ТРЮХСЦОЙ после утренней зарядки. Если растренирован, начинай с 1–2 минут и потом постепенно-постепенно (через несколько недель или месяцев) доводи до 20–30 минут.

Это легкий-легкий бег по дому, по двору, с удовольствием, без всякого напряжения, опять же с радостной мыслью о дружественном мире. Чудесный эффект от времени радости: постепенно накапливается легкость, уходят дурацкие заботы, тренируется сердце, дыхательная система...



Упражнение для дыхания



Трюх-трюхца,  
с 44:60 минуты

Во время бега трюх-трюхсцой вращай руками, плечами, наклоняйся вперед, назад, влево, вправо, бегай на коленках, на карачках. Со временем можно взять гантельки. Главное делай все легко, без напряжения.

ТРЮХ-ТРЮХСЦА со счастливыми мыслями – это спасение от сердечно-сосудистых заболеваний, от последствий ковида и других заболеваний. Организм постепенно-постепенно обновляется и омолаживается, так как ты делаешь такие движения, которые в обычной жизни встречаются редко и организм тренируется полностью, комплексно.

**6-й шаг** РАБОТАЙ физически не менее 2 часов в день или ХОДИ, БЕГАЙ хотя бы с небольшим напряжением, пусть до небольшого пота, но пота, и главное с хорошими мыслями о дружественном мире.

**Осторожно!** Если есть болячки, надо посоветоваться с врачом.

**ДОРОГОЙ, РОТ ЗАКРОЙ!** Рот должен быть всегда закрыт. Рот только для еды и питья. Дыхание через нос регулирует нагрузку на сердце, бережет его, мощно тренирует легкие, повышает выносливость.

**Двигайся больше, а дыши меньше и только через нос:**

**выдох длиннее вдоха, после выдоха – пауза.**

**Это правило нашего гениального врача К. П. Бутейко. Этим лечатся сотни болезней и появляется сверхвыносливость. Я это проверил на себе, и сотни тысяч людей вылечились с помощью метода Бутейко.**



Упражнения  
для дыхания,  
с 19:28 минуты

**7-й шаг** ЗАВТРАКАЙ с хорошим настроением: ты живешь в прекрасном, добром мире, ты всех любишь, и тебя все любят, ты ешь замечательную, вкусную, суперполезную пищу.

**БРАТИК, СЕСТРЕНКА,** в течение дня ЕШЬ не менее 400 г овощей + 200 г фруктов. Они должны быть свежими, но могут быть и замороженными, сушеными, квашеными, а также разнообразными и разноцветными.

**ВОТ ЭТО ДА!** При этом в 2 раза, в целых 2 раза здоровье улучшается! Ежедневно 400 г овощей и 200 г фруктов – и ты здоров!

Научные исследования в Европе, Америке и в Азии (участвовало около миллиона человек) показали, что если каждый день употреблять не менее 400 г овощей и 200 г фруктов, то **УМЕНЬШАЕТСЯ В 2 РАЗА** (точнее на 49 %) риск смертельных заболеваний: онкологии, диабета, болезней сердца, мозга, ЖКТ и других.



Салат  
Куча-мала

**ВЫРАЩИВАЙ** овощи, ягоды, фрукты с технологией экологического органического живого земледелия (ОЖЗ). Смотри сайт: [bashinkom.ru](http://bashinkom.ru).

Это легко, просто, эффективно, красиво, интересно, экологически чисто, супервкусно и суперполезно – с полным набором жизненно важных витаминов, минералов, растительных волокон.

Твои близкие и ты сам будете здоровее. Технология ОЖЗ в разы повышает урожай и его качество (смотри на Ютубе канал «БашИнком», проект «Удивительные 10 000 опытов»). Такие изумительные продукты мы называем «Жизненки». Они на самом деле дают жизнь и здоровье (смотрите и присоединяйтесь к группам: [vk.com/jiznenki](https://vk.com/jiznenki); [www.instagram.com/jiznenki](https://www.instagram.com/jiznenki)).



Шоковая  
заморозка

**ЛЕТНИЕ овощи и фрукты – бесценные, запасай их на зиму.**

**НЕ ЛЕНИСЬ, ЗАПАСАЙ НА ЗИМУ ЛЕТНИЕ** (именно летние) **ОВОЩИ, ФРУКТЫ** (замораживай, квась, соли, суши, сохраняй в погребе), выращенные под солнцем, на живой, плодородной почве, богатой гумусом, полезнейшими микроорганизмами, а также макро- и микроэлементами. Выращенные именно летом, под ярким солнцем овощи и фрукты самые витаминные, качественные и полезные.

**8-й шаг** ЕШЬ СУЩЕСТВЕННУЮ пищу, содержащую не менее 15 витаминов и 17 минералов, плюс растительные волокна и ненасыщенные жиры омега-3 и омега-6 в соотношении 1:2 (допустимо до 1:6) и будешь здоров.

**СУЩЕСТВЕННАЯ ПИЩА:**

каши, семечки подсолнечные и тыквенные, орехи, овощи (не менее 400 г), фрукты (не менее 200 г), жирная морская рыба (дикая, выловленная в морях, океанах, например сельдь, скумбрия...), печень, сыры, молоко, творог, морская капуста (источник йода), печень трески (источник ценнейшего витамина Д), подсолнечное плюс льняное масло (или рыжиковое) – источники полезнейших ненасыщенных жиров омега-3 и омега-6, яйца, отруби (источник важнейшего витамина В1)...

В интернете смотри программу «Мой здоровый рацион». Она базируется на официальных справочниках о содержании витаминов, минералов, калорий... в продуктах питания (более 40 тысяч видов продуктов). С ней ты легко спланируешь свой правильный, здоровый дневной рацион, содержащий полный набор из: 15 витаминов и 17 минералов...

ВНОСИ ежедневно в программу «Мой здоровый рацион», что ты съел и сколько.

Программа выдаст тебе, сколько ты употребил минералов, витаминов, калорий, растительных волокон и много другой полезной информации, а также покажет, что ты еще должен съесть, чтобы полностью себя обеспечить пятнадцатью важнейшими витаминами, семнадцатью минералами, необходимыми калориями... и, если требуется, расскажет, как похудеть или поправиться.

НЕ ЛЕНИСЬ. Программа «Мой здоровый рацион» тебе поможет.

**ПОМНИ:** дефицит любого витамина, минерала, растительных волокон... и др. ведет к вялости, хилости, к ослаблению умственной деятельности, к снижению иммунитета, к болезням и к ... ранней старости и смерти. Минералы, витамины, ферменты... – это строительные материалы организма, и их ничем не заменить.

### **ВАЖНО! СУПЕРВАЖНО! АРХИВАЖНО! САМОЕ ВАЖНОЕ!**

НЕ ЕШЬ пустые продукты: печенки, тортики, сахар, сладкие напитки, а ешь только существенные – продукты, насыщенные витаминами и минералами. Тогда не будешь толстеть и болеть.

**9-й шаг** ИНТЕРВАЛЬНОЕ питание. ЕШЬ в течение 10 часов, а потом в течение 14 часов ничего НЕ ЕШЬ, пей только воду.

За эти 14 часов без еды организм полностью очищается, восстанавливается, оздоравливается, омолаживается, освобождается от больных, поврежденных и опухолевых клеток. Это доказывают работы двух нобелевских лауреатов И. И. Мечникова (1902 г.) и Е. Осуми (2016 г.).

Я обычно прекращаю есть до 18 часов и не ем до 8 часов утра. Если вечером захотелось есть, то пью воду и говорю себе волшебную фразу «Я живу в дружественном мире, все мы братики и сестренки». Такой голод легко и весело переносится.

**ОСТОРОЖНО.** Здесь предлагается 14-часовое голодание. Для больных это может быть неприемлемо. Посоветуйтесь с врачом.

**ВНИМАНИЕ, ВНИМАНИЕ! ВАЖНО:** 15 витаминов + 17 минералов. Надо обязательно обеспечить себя в течение дня (10 часов) всеми витаминами, минералами, калориями по норме – смотри шаг 8, используй для подсчета программу в интернете «Мой здоровый рацион».

Ох, ох, ох, ох, ох, ох!

Если человек с пищей потребляет недостаточное количество минералов и витаминов, то это гарантированная болезнь, преждевременная старость и ... смерть. С интервальным питанием (10 часов ешь и 14 не ешь) и нашей грубой технологией легко худеть.

**ХУДЕЙ-ТО ХУДЕЙ, НО НЕ ЗАБЫВАЙ ОБЕСПЕЧИТЬ СЕБЯ ЕЖЕДНЕВНО** в течение 10 часов всеми 15 витаминами и 17 минералами, иначе возникает дефицит и проблемы со здоровьем.

Худеть надо не быстрее 1 кг в месяц.

Только тогда будет здоровье и вес не вернется назад.



О витаминах,  
минералах  
в статье

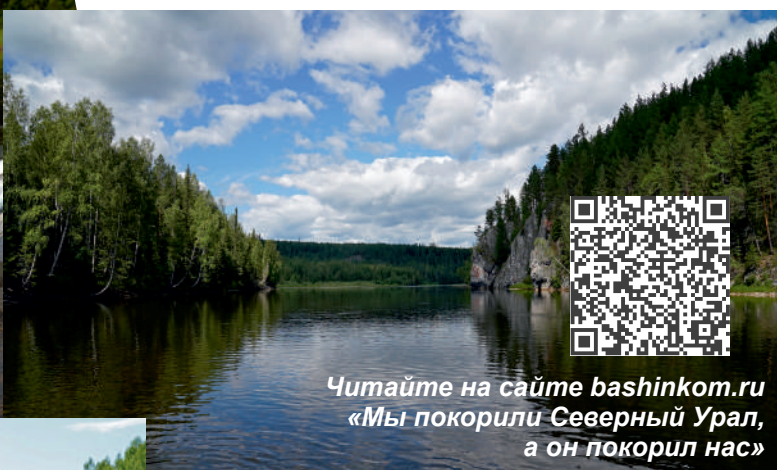
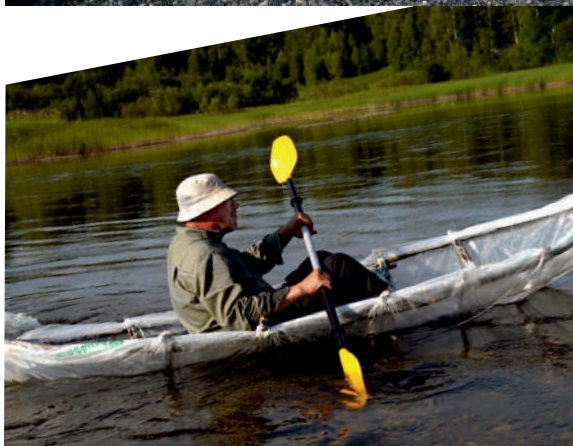
**10-й шаг** ЗДОРОВАЙСЯ со всеми в течение дня на улице, на работе, дома (хотя бы про себя), желай от всей души счастья, удачи, здоровья другим людям, чтобы они стали более добродушными, нравственными, дружелюбными.

Жить будет легко и интересно, здоровье и настроение улучшится, а вокруг тебя появятся хорошие люди, которые будут тебе помогать, и ты станешь успешным, счастливым. Интересно: и люди вокруг тебя будут более успешными, здоровыми и радостными. Хорошо!

*Продолжение следует. Всего 14 шагов.*

## Вижай и Лозьва – необычный сплав 2021 года

В этот раз нашу группу из 70 человек забросило на Северный Урал. Мы сплавлялись по рекам Вижай и Лозьва. Проплывали печально знаменитый перевал группы Дятлова на расстоянии 20 км. По всему пути сплава встречаются берегоукрепительные конструкции в виде бревен, собранных в стены. В этих краях в свое время существовали лагеря ГУЛАГа... И начались наши приключения...



Читайте на сайте [bashinkom.ru](http://bashinkom.ru)  
«Мы покорили Северный Урал,  
а он покори нас»



## СВЕЖИЙ УРОЖАЙ ТОМАТОВ, ПЕРЦЕВ, БАКЛАЖАНОВ В СЕНТЯБРЕ – ЭТО РЕАЛЬНО

**Дмитрий Валерьевич Скотников – эколог,  
кандидат биологических наук**



*Ваши растения будут радовать вас вкуснейшими плодами до поздней осени, а урожай сохранится дольше, если вы будете соблюдать эти простые рекомендации. А можно пойти дальше и сохранить кусочек огорода даже зимой – теперь для этого есть все необходимое.*

### Внимание: заморозки!

Первые заморозки уже в начале сентября могут мгновенно остановить ваш огородный конвейер по производству витаминных овощей. Этому также способствуют и продолжительные холодные ночи, тормозящие развитие и ослабляющие теплолюбивые огородные растения – томаты, перцы и баклажаны. Особенно обидно бывает, когда усыпанные завязями растения попадают под безжалостные иглы холода и погибают – а могли бы порадовать нас урожаем перед надвигающейся зимой... Сентябрь – это не приговор, светового дня еще достаточно для созревания плодов. Первыми под удар попадают растения открытого грунта, поэтому сооружаем каркас для парника и натягиваем агроволокно. А как же полиэтилен, он же надежнее удерживает тепло? Конечно, если у вас есть возможность ежедневно следить за температурой в парнике, можно воспользоваться и полиэтиленом, но будьте бдительны – ваши растения в закрытом парнике из полиэтилена в ясный сентябрьский день могут свариться! Агроволокно хорошо пропускает воздух и свет, но при этом защищает от пронизывающего осеннего ветра, холодной утренней росы и первых внезапных заморозков...

### А в теплице еще лето!

Использование стационарных теплиц дает нам массу преимуществ, главные из которых – получение более раннего и богатого урожая, а также удлинение плодоношения как минимум на месяц, что с учетом правильного хранения продукции позволяет быть со своими свежими овощами аж до Нового года! Правда, придется «ловить» температуру и колдовать с форточками, так как в погожий сентябрьский день полностью закрытая теплица превращается в сауна, а ночью с откры-

тыми форточками мало отличается от незащищенного грунта. Эти неудобства обойдут стороной тех, кто установил пару автоматических форточек, реагирующих на температуру, либо 2 вентилятора (на вдув и выдув) с термореле.

### Быть здоровыми до конца

К сентябрю большинство растений уже ослаблено, даже если вы тщательно ухаживали за ними все лето, поэтому они легко подвергаются атакам патогенных микробов. Помочь растениям оставаться здоровыми до самого конца вегетации без вреда для урожая можно профилактическими обработками от болезней, чередуя раствор Реаниматора (50 мл на 5 л воды) и Богато-Микро Медь (1/2 ст. л. на 5 л воды), проводя их раз в 7–10 дней. Этим вы защитите не только растения этого года, но и улучшите хранение урожая, а также снизите патогенный фон на грядках.





Говоря о здоровье растений, невольно вспоминается печальный опыт этого сезона, коснувшийся многих огородников, да и меня лично. Установившаяся с мая жара продолжалась почти все лето, а долговременное отсутствие дождей усугубило картину. Но даже при обильном поливе в такую жару поступление некоторых элементов в растение нарушается. Например, кальций в почве обычно предостаточно, но не всегда он присутствует в доступной для растений форме. Как следствие – вершинная гниль томатов и перцев, отправляющая в компостную кучу значительную часть урожая... Моя ошибка заключалась в том, что я вовремя не провел пару обработок по листу кальциевой селитрой – растворимым кальциевым удобрением. Именно внекорневые подкормки выручают в тех случаях, когда поступление через корни затрудняется. Благая весть: уже очень скоро в продаже появится новинка – инновационный препарат Богатый-Микро Кальций, который содержит этот элемент в наиболее доступной для растений форме. Долой вершинную гниль. Да здравствует Богатый-Микро Кальций!

### Правила сбора и хранения

**1.** Чтобы ускорить созревание томатов, желательнее собирать их в молочной и бланшевой спелости, то есть когда они становятся уже не зелеными, а светло-зелеными, либо начинают розоветь. В пищу такие плоды употреблять еще нельзя, зато они быстро дозревают в комнатных условиях за разные промежутки времени: какие-то раньше, а какие-то и за 2-3 недели.

**2.** Перцы и особенно баклажаны собираем до наступления биологической спелости: они уже готовы к употреблению. Баклажаны не должны перезревать – в них накапливается ядовитый соланин, портится вкус и консистенция.

**3.** Первым делом собираем нижние плоды, постепенно подбираясь к верхним. Сбор урожая может затянуться до октября, если растениям были созданы все условия, плюс уборка нижних плодов стимулирует развитие верхних.

**4.** Помидоры, перцы и баклажаны убираем с плодоножкой – так они дольше сохраняются. Исключением могут быть десертные мелкоплодные сорта, так называемые черри, которые быстро используются в пищу.

**5.** Перед закладкой на дозаривание и хранение, в том числе и в холодильнике, обрабатываем

плоды сухим или жидким биопрепаратом АнтиГниль – 1 ч. л. порошка на 10 кг урожая или 2 нажатия на распылитель на 1 кг продукции.

**6.** Помидоры для дозаривания складываем в перфорированные пластиковые или деревянные ящики в 2 слоя и ежедневно перебираем их, выбирая созревшие плоды.

**7.** Тару и стенки хранилищ также обрабатываем биопрепаратом АнтиГниль, дозировка 10–15 нажатий на распылитель или 1 ч. л. порошка на 1 м<sup>2</sup> поверхности.

**8.** Поддерживаем температуру для хранения зрелых плодов около 10–12 °С, храним их сухими и с плодоножкой, чтобы они не теряли воду и не загнивали.

**9.** И для хранения, и для дозаривания удобно использовать ФитоБумагу, которая, как и АнтиГниль, содержит защитные бактерии и растительные эфирные фитонцидные масла. Она укладывается на дно лотка и сверху урожая, двух листов хватает на 5–10 кг продукции.

Применение АнтиГнили и ФитоБумаги полностью безопасно для вашего здоровья! Овощи можно употреблять в пищу без срока ожидания, просто помыв водой. Доброго вам сентября и здоровья!



МИФ

## ЛИМОННАЯ КИСЛОТА ПРОТИВ ВЕРШИННОЙ ГНИЛИ?

Д. В. Скотников – биолог, эколог

В наш век информации все более популярными становятся советы по использованию доступных дешевых средств для решения сложных агрономических проблем. Среди них встречается рекомендация применения лимонной кислоты против вершинной гнили томатов. Само по себе это заболевание носит неинфекционный характер и связано с дефицитом поступления кальция в растения. При этом кальция в почве обычно с избытком, но он находится в нерастворимой – недоступной для растений форме. Именно этим обстоятельством и обосновывают использование лимонной кислоты против вершинной гнили.

Сторонники применения лимонной кислоты советуют перевести почвенный кальций в растворимое состояние – получится цитрат кальция. Но взгляните на физические свойства данного вещества: в воде он растворим крайне незначительно! Следовательно, лимонная кислота в качестве растворяющего агента выбрана неудачно. И, даже если принимать во

внимание возможность изменения рН почвы в кислую сторону с помощью кислот для получения растворимых форм кальция, надо учитывать важное свойство почвы – ее буферность. Эта особенность почвы позволяет ей сохранять уровень рН даже при внесении закисляющих или защелачивающих агентов.

### Реальное средство

Чтобы гарантированно защитить томаты от вершинной гнили, необходимо проводить подкормку кальциевым препаратом по листу, начиная с момента завязывания плодов. Да, дефектные плоды уже ничем не спасти, но к новому огородному сезону в арсенале овощеводов появится новинка – Богатый-Микро Кальций. Данный препарат содержит кальций в наиболее доступной для растений форме, благодаря которой он легко проникает через устьица листьев и транспортируется к плодам по проводящей системе, обеспечивая их полноценное развитие. А лимонную кислоту оставьте для кухни!



Богатый-Микро Кальций  
против вершинной гнили, а  
лимонную кислоту не советуем

НОВИНКА!

Экологическое  
Органическое Живое Земледелие

**ОЖЗ**®

Удобрение  
**БОГАТЫЙ® -МИКРО**

**Ca**

Кальций 1%  
+

**МИКРОЭЛЕМЕНТЫ**

Fe	Mg	N
Cu	Zn	Mn
B	Co	Mo

Обогащение  
микроэлементами,  
лечение болезней и хлороза!

## 5 ПРИЧИН, ПОЧЕМУ ГОРЧИТ САЛАТ, И КАК ЭТОГО ИЗБЕЖАТЬ

Д. В. Скотников – биолог, эколог

*Салат, а точнее *Lactuca sativa* – латук посевной, или салат латук – вкусная и полезная зеленная культура. Его название произошло от латинского слова «lact» – «молоко», что связано с млечным соком, содержащимся в растении, который и способен вызывать горький вкус листьев. Этому способствует ряд причин.*

**1. Недостаточный полив.** Для получения настоящего сочного и нежного на вкус салата ему необходим регулярный полив, чтобы почва не пересыхала глубже, чем на 1 см. В жару при отсутствии дождей – это ежедневный полив в количестве около 5 л на 1 м<sup>2</sup>. Его следует проводить утром или вечером прямо по листьям, чтобы смыть пыль и обеспечить готовность листьев к уборке.

**2. Палящее солнце.** Прямые солнечные лучи способствуют накоплению листьями салата горечи, поэтому грядки лучше располагать в полутени или в междурядьях других культур (смешанные посадки). Хорошими соседями в данном случае будут плодовые кустарники, такие как смородина, малина, крыжовник и жимолость. Еще одна хитрость: за неделю до уборки салата накройте растение черным агроволокном, которое снизит поступление света и обеспечит более нежный вкус листьев.

### 3. Недостаток элементов питания

Салату особенно необходим азот и фосфор, причем на протяжении всего роста, недаром он занимает третье место среди всех овощных культур по выносу питательных элементов из почвы на единицу урожая. Однако при чрезмерном внесении минеральных азотных удобрений листья салата накапливают высокие концентрации нитратов, поэтому при подготовке почвы перед посевом салата лучше вносить мягкие органоминеральные удобрения Гуми-Оми Весенний или Универсальный. Они обладают пролонгированным эффектом и постепенно в течение всего роста растений снабжают их необходимыми элементами питания. Важны для салата и микроэлементы, недостаток которых вызывает хлорозы на листьях и приводит к получению некачествен-

ной продукции. Двукратное опрыскивание микроудобрением Богатый-Микро Комплексный с интервалом 2 недели полностью устраняет эту проблему. Следует знать, что кочанный салат более требователен к поступлению калия, чем листовая, поэтому при поливе и внекорневых подкормках полезно добавлять Гуми-К (1 ст. ложка на 10 л воды).

**4. Опоздание с уборкой урожая.** При формировании стрелки (цветоноса) листья салата становятся грубыми и быстро накапливают горечь. Поэтому важно снимать урожай своевременно, до появления стебля, причем убирать растения надо целиком – побеги с пеньков уже не имеют такого же приятного вкуса, как первые розетки.

**5. Неправильное время посева.** Салат относится к растениям длинного дня, это означает, что при увеличении продолжительности освещения до 12 часов и более растение начинает переходить в фазу цветения и становится непригодным в пищу. Сокращение светового дня до 9–10 часов способствует росту листьев, увеличению кочана и задерживает стрелкование. Это надо учитывать при определении сроков посева данной культуры: салат стоит сеять с апреля до середины мая, а затем – начиная со второй половины лета.



## СЕКРЕТЫ ВЫРАЩИВАНИЯ ОЗИМОГО ЧЕСНОКА ОТ ЕЛЕНА ЧИСТЯКОВОЙ

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



*Так случилось, что я любитель чеснока. Я очень люблю лакомиться чесноком, как другие – конфетами. Конечно, я выращиваю озимый чеснок сама и хочу поделиться с вами, дорогие читатели, своим опытом.*

### Соблюдение севооборота

При выращивании чеснока нужно обязательно соблюдать севооборот. Не рекомендую высаживать чеснок после лука, томатов, картофеля: почва накапливает общих вредителей и возбудителей болезней, что значительно снижает урожайность. Чеснок возвращаю на прежнее место через 4 года. Стараюсь посадить так, чтобы через год на том месте, где рос чеснок, я могла высадить рассаду садовой земляники.

Чеснок всегда сажаю после гороха или цветной капусты. У чеснока корневая система развита слабо, поэтому почва под эту культуру должна быть плодородной, богатой органикой.

### Подготовка грядки

Грядки под озимый чеснок делаю недели за две до посадки. Землю перекапываю на глубину 15 см с одновременным внесением удобрений. Например, на 1 м<sup>2</sup> вношу 1 ведро компоста (или 0,4 кг Бионекса) + 0,5 л биопрепарата 33 Богатыря + 100 г удобрения длительного действия Хозяин-Батюшка. После перекопки грядку выравниваю граблями и поливаю раствором Фитоспорина-М, чтобы обеззаразить почву от возбудителей болезней. После того как мы сделали бороздки, для придания рыхлости насыпаю в них препарат Пуховита из расчета 1 стакан на бороздку длиной 0,8 м (если нет Пуховиты, можно использовать песок из расчета 0,5 стакана на бороздку). Корешки в рыхлой почве лучше будут прорасти. Главное – не вдавливать зубки в землю, это задержит рост корней. Уплотненная земля может потом вытолкнуть чеснок на поверхность, и он замерзнет. Одновременно с Пуховитой я вношу Кормилицу Микоризу из расчета 1 г/м<sup>2</sup>.

### Сроки и технология посадки

Теперь поговорим о сроках посадки чеснока. Время надо рассчитать так, чтобы чеснок укоренился, но не пророс до наступления устойчивых холодов (с середины сентября до середины октября). Я высаживаю чеснок после 20 октября. Головки чеснока разбираю непосредственно перед посадкой, иначе низ зубка, на котором образуются корни, пересохнет. Зубки чеснока разделяю по фракциям: крупные, средние и однозубки. Никогда не беру для посадки зубчики из середины головки чеснока – только крайние зубчики. Посадочный материал чеснока перед посадкой помещаю в рабочий раствор Фитоспорина Рассада и Борогума на 2-3 часа (Фитоспорин 1 ч. ложка/л и Борогум 30 мл/л). Глубина бороздки зависит от размера зубчиков и должна быть 8–10 см. Зубчики в рядке сажаю на расстоянии 10 см друг от друга. Расстояние между рядками – 20 см. Крупные сажаю глубоко – на 8–10 см, мелкие бульбочки (воздушные луковички чеснока) – на глубину 2 см. Бульбочки размещаю на расстоянии 2–3 см друг от друга. Мелкую фракцию бульбочек я рассыпаю под кустами смородины. Если они прорастут, это в какой-то мере защитит смородину от части вредителей.



Большинство болезней зубчики чеснока приобретают в почве при вегетативном размножении. Посадкой бульбочками мы оздоравливаем посадочный материал озимого чеснока. Из бульбочек вырастет однозубка, из однозубки – полноценная луковица чеснока. В первый год однозубка дает всего четыре зубчика, а в последующие – столько, сколько присуще данному сорту.

После посадки чеснок засыпаю землей. Между рядками с чесноком провожу бороздку и вношу туда удобрение Гуми-Оми Чеснок из расчета 2 ст. ложки

на один рядок. Затем удобрение засыпаю землей. Посадки мульчирую лиственной толщиной 2–5 см. На листву укладываю хворост для задержания снега на грядках и для того, чтобы ветер не сдул листву с грядки.

Один из моих секретов выращивания здорового озимого чеснока заключается в том, что посадочный материал необходимо каждый год обновлять – выращивать несколько сортов озимого чеснока, подбирая лучший для своего участка.

## МАЛ, ДА УДАЛ! ВСЕ О МИКРОЭЛЕМЕНТЕ МАРГАНЦЕ

*Светлана Борисовна Сон – читательница нашей газеты  
Практикует натуропатию и изучает нутрициологию*

**Дорогие, ешьте продукты богатые жизненно важными  
15 витаминами и 17 микроэлементами – и будете здоровы.**

В природе существует большое количество элементов, чьи качества не так широко известны, но тем не менее для здоровья они незаменимы. К таким элементам относится марганец (**Mn**).

Марганец входит в состав множества ферментов – биологических катализаторов, ускорителей реакций, необходимых для нормального функционирования практически всех систем организма.

### **Чем занят марганец в организме:**

- поддерживает здоровье соединительной и костной ткани – вместе с витамином D, магнием, бором, кальцием, цинком и медью он обеспечивает минеральную плотность костей;
- регулирует процессы кроветворения;
- расширяет сосуды, тем самым способствуя эффективному транспорту крови к тканям и снижая риск инсультов;
- стимулирует синтез интерферонов (белков, защищающих нас от вирусов), гормонов щитовидной железы и половых гормонов;
- участвует в метаболизме жиров и углеводов, регуляции уровня глюкозы в крови (необходим для синтеза инсулина при диабете 1 типа);
- помогает усваивать витамины С, Е, В1 (тиамин), В4 (холин).

Несмотря на то, что марганец и железо являются антагонистами (борются за усвоение), без марганца железо не сможет усвоиться. Удивительно, но факт! Именно поэтому нужно ежедневно употреблять все 15 витаминов и 17 минералов, чтобы поддерживать природную синергию питательных элементов, обеспечивающих наш организм энергией и здоровьем!

### **Есть ли дефицит?**

Чтобы понять, есть ли у вас дефицит марганца, обратите внимание на те органы и системы, в которых он содержится в максимальной концентрации. Это трубчатые кости, печень, поджелудочная железа и гипофиз (орган, продуцирующий гормоны щитовидной железы и половые гормоны).

При дефиците марганца часто встречаются нарушения минерализации костей, артроз и остеопороз, инсулинорезистентность (приводит к диабету и лишнему весу), ломкость ногтей и волос, катаракта, кожные болезни (сыпь), нервозность, ранний климакс. У беременных могут быть репродуктивные потери, связанные с пороками развития плода, а также задержка веса и роста ребенка. У малышей – судороги и запаздывание психомоторного развития.



**А вы правильно питаетесь?**

Дефицит марганца часто связан с обогащением рациона так называемыми «антинутриентами»\* – веществами, содержащимися в незамоченных крупах, какао, пиве, кофе, черном чае, вине. Также мешать усвоению марганца может потребление чрезмерного количества кислых или вяжущих фруктов и ягод, арахиса. Помните, баланс нужен во всем! Даже полезные фрукты могут навредить в больших количествах.

**Суточная норма марганца:** 2–8 мг (в зависимости от пола, уровня физической активности и наличия беременности).

\*Антинутриенты (от англ. anti – «против» и nutrients – «питательные вещества») – природные или синтетические соединения, которые мешают усвоению питательных веществ.

**Продукты с высоким содержанием марганца:**

Отруби пшеничные: 18 г;  
Кедровый орех: 25 г;  
Овсяная крупа: 40 г;  
Фисташки: 50 г;  
Рис (зерно): 55 г;  
Мука ржаная обойная: 77 г;  
Нут: 93 г;  
Мука гречневая: 100 г;  
Грецкий орех: 30 г;  
Базилик: 50 г.

100 %  
от суточной  
нормы

## Богатые-Микро – спасение растений и здоровья людей

*Любой живой организм состоит из макро- и микроэлементов. Несмотря на то, что содержание микроэлементов в организме составляет менее 0,001 %, роль их в жизни растений, животных и человека огромна.*

Серия препаратов-микроэлементов Богатый-Микро, которые повышают устойчивость культур к засухе, холоду, болезням, в т. ч. к вирусным, улучшают урожай и качество выращенной продукции (сахаристость, витамины, белок и т. д.).

**Богатый-Микро Комплексный + 9 микроэлементов** (азот, железо, медь, бор, молибден, цинк, магний, марганец, кобальт) – активизирует усвоение питательных веществ из почвы, увеличивает образование хлорофилла и белка, усиливает развитие корней.

**Богатый-Микро Железо** – входит в состав ферментов, участвует в образовании хлорофилла, регулирует образование ростовых веществ – ауксинов. У человека железо входит в состав гемоглобина.

**Богатый-Микро Медь** – улучшает процесс фотосинтеза, углеводный и белковый обмен. Повышает засухо-, морозо-, и жароустойчивость. У человека медь участвует в образовании соединительной ткани и кровеносных сосудов, формировании иммунитета.

**Богатый-Микро Цинк, Медь** – регулирует белковый, липидный, углеводный, фосфорный обмен, образование витаминов и ростовых веществ – ауксинов. У человека цинк участвует

в работе ферментов, иммунитете, поддерживает нормальное развитие плода у беременных.

**НОВИНКА! Богатый-Микро Йод** – увеличивает количество цветков и плодов, повышает устойчивость к болезням и вредителям, ускоряет созревание плодов, увеличивает срок хранения плодов. У человека йод служит для образования гормонов щитовидной железы и участвует формировании иммунитета.

**НА ЗАМЕТКУ!** В НИИ садоводства и виноградарства в Краснодарском крае применяли Богатый-Микро Железо и получили отличные результаты: на три тонны больше яблок с гектара по сравнению с контролем (в пересчете – 66 рублей прибыли на 1 рубль затрат), на 18 % больше содержания железа.



## ЧУДО-ПРЕПАРАТ БЕРЕЖЕТ МОЙ УРОЖАЙ ВСЮ ЗИМУ

Екатерина Валерьевна Тихонова – специалист по связям с общественностью, опытный цветовод-любитель и просто мама



Сохранить урожай всю зиму мне помогает мой погреб и недорогой препарат АнтиГниль

Вот и осень, а значит наши погреба, кладовки и сундуки снова наполняются урожаями. Чтобы как можно дольше сохранить плоды своего труда, в прошлом году я попробовала использовать препарат АнтиГниль. На полках магазинов он представлен в виде порошка и спрея.

Очень удобно использовать порошок АнтиГниль на **морковке**. Я просто смешала сухой речной песок с препаратом и засыпала этой смесью морковь, разложив ее рядами в ящики. Морковь хранилась отлично до самой весны, еще и летом ели до нового урожая.

А **картошку** я просто осыпала порошком АнтиГниль и немного поворошила, чтобы порошок максимально покрыл поверхность корнеплодов. Так же поступаю с репчатым луком, свеклой и другими корнеплодами.

Что касается лука порея, то я убираю его на хранение в холодильник. Заворачиваю каждый стебель в пищевую полиэтиленовую пленку, предварительно посыпая порошком АнтиГниль.

**Лук** хранится великолепно!

**Капусту** же удобнее опрыскивать спреем. Подвешиваю кочаны к потолку в погребе, несколько пшиков препарата на каждый кочан – и капуста в целости и сохранности всю зиму. Конечно, верхние листочки подсохнут, но сама капуста останется сочной еще долго.

Также спрей отлично подходит для закладки на хранение **винограда, яблок, томатов**, других овощей и фруктов со скользкой кожицей.

Препаратами АнтиГниль я довольна.

Буду пользоваться сама и вам советую!

**ФитоБумага природная на основе защитных бактерий и растительных эфирных фитонцидных масел продлевает сроки хранения овощей, ягод и фруктов в холодильниках, погребах, ящиках и контейнерах в 1,5–2 раза дольше**

*Легко, красиво,  
экологически чисто,  
экономно, без химии!*



## ХОЧЕШЬ ЖИТЬ ДОЛГО? ПОМОГАЙ ДРУГИМ!

*Ученые установили, что смертность среди волонтеров может быть ниже примерно на 24 %. Есть простые правила, позволяющие справиться с депрессией, быть довольным жизнью и чувствовать себя счастливым.*

Поправить свое здоровье можно не только спортом, но и оказывая посильную помощь людям. Добровольная безвозмездная помощь улучшает психическое здоровье и продлевает жизнь, утверждает в статье ученых из Англии, опубликованной в журнале BMC Public Health.

Согласно их исследованиям, работа волонтером на 24 % снижает риск ранней смерти. У «творителей добра» реже повышается уровень сахара в крови и реже возникают воспалительные процессы, ведущие к сердечным заболеваниям, а также более низкий уровень холестерина. Отмечается, что денежная благотворительность может привести к улучшению сна и снижению артериального давления.

**ИНТЕРЕСНО**, что ежедневное употребление 400 г овощей и 200 г фруктов уменьшает риск смертельных заболеваний еще на 49 %.

Наша компания НВП «БашИнком» принимает активное участие в благотворительной деятельности. Мы помогаем бездомным, больным и страждущим. Осенью 2020 года на территории Республиканской клинической больницы № 1 посадили благотворительный фруктовый сад и разбили зимний огород для выращивания

ароматной витаминной зелени. А в этом году принимаем активное участие в народном проекте «Жизненки» – оздоравливаем наше население витаминными, вкусными, здоровыми овощами и фруктами, помогаем ответственным хозяйствам. А еще у нас реализуются народные проекты «Мичурин – томаты, перец, картофель», «Молочка – доверяй и проверяй» и много других. С ними вы можете ознакомиться на нашем сайте. Впереди еще много грандиозных идей и проектов.

Интересно, что даже случайные проявления доброты положительно влияют на здоровье. Совершая простые добрые дела, вы убережете себя от воспалительных процессов, а добровольная сдача крови покажется вам менее болезненной, чем сдача крови для анализа, хотя игла в первом случае может быть в два раза толще. Если у вас есть внучата, то обязательно уделяйте им внимание. Регулярный присмотр за ними снизит риск смертности до 37 %.

Чудодейственное проявление доброты наблюдается во всех уголках мира. Занимайтесь спортом, выращивайте для себя и своих родных полезную витаминную продукцию, угощайте, творите добро, улыбайтесь – и будете жить долго и счастливо.

Доказано наукой!



Е. В. Тихонова



Народные проекты.рф



ВСЕ МЫ ДЕТИ

# БРАТЮНЯ- СПАСИТЕЛЬ ОГОРОДНИКОВ

Немного напомним, что было в прошлом номере.

Однажды пришёл Петрович с огорода скрючившийся, охает, ахает – совсем замучился сорняки пропалывать. Братюня по простоте душевной предложил Петровичу опрыскать огород ядами, чтобы не мучиться. Но оказалось, что это очень вредно для здоровья, даже смертельно опасно!

Задумался Братюня, как же помочь Петровичу и от сорняков избавиться, и овощи сохранить здоровыми... И придумал!

ПОЗВАЛ ОН ДРУЗЕЙ, СОСЕДЕЙ - ВСЕ ЛЮБИЛИ К НИМ ПРИХОДИТЬ, ПОПИТЬ ЧАЙКУ С ВАТРУШКАМИ, БЕЛЯШАМИ И КОТЛЕТКАМИ, ПОГОВОРИТЬ, ИСТОРИИ ВСЯКИЕ ПОСЛУШАТЬ, ПЕСНИ ПОПЕТЬ, ЗАГАДКИ ПОРАЗГАДЫВАТЬ, ЗАДАЧКИ ПОРЕШАТЬ.



БРАТЮНЯ ОБЪЯВЛЯЕТ: «НАЧИНАЕМ МОЗГОВОЙ ШТУРМ: КАК ПОБЕДИТЬ СОРНЯКИ БЕЗ ЯДОВ, И ЧТОБЫ ПРИ ЭТОМ НЕ УСТАВАТЬ СИЛЬНО, НЕ ТРАТИТЬ МНОГО ВРЕМЕНИ, А ЕЩЁ ЧТОБЫ БЫЛО ПРИЯТНО, ИНТЕРЕСНО, КРАСИВО, ПОЛЕЗНО».



Мозговой штурм – это когда собираются люди для решения какой-нибудь проблемы. Все предлагают идеи – любые, даже фантастические, сказочные, безумные. Но правило такое: никто идеи не критикует, не смеётся над ними. Все идеи записывают, а потом – уже в конце мозгового штурма обсуждают и выбирают лучшие из них.

1 ИДЕЯ. СОСЕДКА ТЁТЯ КАТЯ: «Я ПРЕДЛАГАЮ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ДЕТСКИЙ ТРУД». ЕЁ СЫНОЧЕК ИГОРЁША ЗАКРИЧАЛ: «НО ЭТО ЖЕ КАТОРГА! НУ ЛАДНО, ЧАС-ДВА ЕЩЁ МОЖНО ПОПОЛОТЬ, А ПОТОМ НАДО ЖЕ ПОИГРАТЬ И КНИГУ ПОЧИТАТЬ, А ВРЕМЯ ДЛЯ УЧЁБЫ?»

ВСЕ ЗАСМЕЯЛИСЬ (ХОТЯ СМЕЯТЬСЯ НАД ИДЕЯМИ ВО ВРЕМЯ МОЗГОВОГО ШТУРМА ЗАПРЕЩАЕТСЯ, НО УЖ ОЧЕНЬ БЫЛО СМЕШНО). РОДИТЕЛЯМ

ИДЕЯ ПОНРАВИЛАСЬ, А ДЕТЯМ НЕ ОЧЕНЬ. ХОТЯ РЕБЯТА ПОНИМАЛИ, ЧТО ЗИМА ДЛИННАЯ И НУЖНО ЗАГОТОВИТЬ КАПУСТУ, МОРКОВЬ, КАРТОШКУ, РЕДЬКУ, РЕПУ... ТАКИЕ ПОЛЕЗНЫЕ, ВКУСНЫЕ, ВИТАМИННЫЕ, ЭКОЛОГИЧЕСКИ ЧИСТЫЕ ОВОЩИ В МАГАЗИНЕ НЕ КУПИШЬ.



Каторга – это вид наказания, который сочетал в себе лишение свободы и тяжёлый физический труд.

ОТ АВТОРА. МОЯ МАМА РАССКАЗЫВАЛА, ЧТО КОГДА ОНА БЫЛА МАЛЕНЬКАЯ, ТО ЖИЛА У ТЁТКИ. И ВОТ ПРИХОДЯТ МАМИНЫ ПОДРУЖКИ И ГОВОРЯТ: «ОТПУСТИТЕ, ПОЖАЛУЙСТА, МАНЮ (ТАК ЗВАЛИ МАМУ) С НАМИ КУПАТЬСЯ. А ТЁТКА ОТВЕЧАЕТ:

«ВОТ ПРОПОЛИТЕ ДВЕ ГРЯДКИ, ТОГДА ОТПУШУ». И ДЕВОЧКИ ДРУЖНО, ВЕСЕЛО ПОЛОЛИ ГРЯДКИ, А ПОТОМ БЕЖАЛИ НА РЕЧКУ. ХОРОШО!

Продолжение  
в следующем номере



## НАРОДНЫЕ СОРТА ТОМАТОВ ПОКОРИЛИ ВСЕХ! ДАЖЕ КРУТЫХ ШЕФ-ПОВАРОВ!

41 лучший сорт томатов принял участие в дегустации «Мичурин-томаты – 2021», организованной НВП «БашИнком».

17 августа 2021 года в Зеленой клинике на территории предприятия «БашИнком» прошла четвертая праздничная дегустация народных сортов томатов «Мичурин-томаты». Елена Храмушина – куратор проекта представила на суд жюри 41 сорт самых вкусных, нежных, полезных и необычайно красивых томатов. Да это не просто дегустация, а самый настоящий фестиваль помидоров!

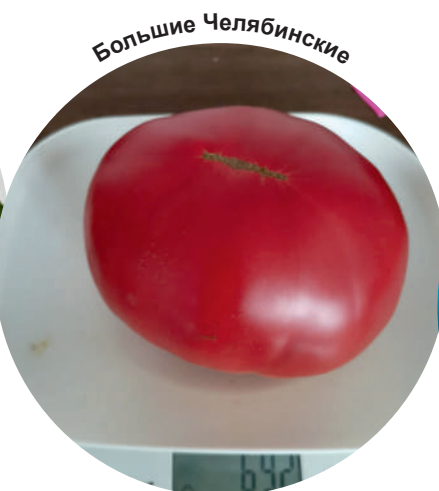
Праздничную дегустацию посетили более 100 человек, среди которых были официальные лица – представители Министерства сельского хозяйства; Башкирского научно-исследовательского института сельского хозяйства – Шакирзянов Анвар Хафизович; оперный певец (бас), заслуженный артист России, народный артист Республики Башкортостан, член Союза театральных деятелей Родионов Геннадий Степанович; садовод, соавтор более 150 изобретений, в прошлом

генеральный директор ОАО «Газпром нефтехим Салават» Павлычев Валентин Николаевич; почвовед-агрохимик, доктор биологических наук, профессор, заслуженный работник сельского хозяйства Середина Нина Алексеевна и другие уважаемые и дорогие нам гости.

А еще к нам на праздник пришло много садоводов-любителей, блогеров и просто ценителей настоящих полезных томатов. Не обошел стороной наше мероприятие и шеф-повар с 13-летним стажем Айдар Ханнанов.

А вот уважаемому жюри пришлось нелегко – все представленные сорта оказались аппетитными, вкусными и очень красивыми. Но конкурс есть конкурс... Чтобы голосование было честным, названия помидоров зашифровали. Кроме того, каждый гость мог принять участие в народном голосовании и отдать свои баллы понравившимся помидорам.

**Победителями конкурса «Мичурин-томаты – 2021» стали сорта:**  
**I место ► «Оранжевое чудо Плясуновой»,**  
**II место ► «Большие Челябинские»,**  
**III место ► «Малыш Горбачевой».**  
**Поздравляем победителей!**



Напомним, что проект «Мичурин-томаты» был создан в 2018 году с целью возродить, восстановить и размножить народные сорта томатов. Банк народных семян постоянно увеличивается: на сегодняшний день в нем больше 200 народных, самых вкусных и полезных сортов помидоров. А уж сколько семян – не перечислить! Трудится над этим грандиозным проектом из года в год наша пчелка Елена Храмушина. **Собрать семена – это дело не хитрое, а вот посадить, вырастить каждый кустик с любовью, без применения химических препаратов и только по принципам органического живого земледелия – это огромный труд.** А ведь кустик не один, их тысячи! Все это достойно уважения и благодарности.

Будьте с нами, следите за новостями и принимайте участие в нашем проекте!



## НАШЕЙ КАПУСТЕ ЗАСУХА НИПОЧЕМ – ЛУЧШИЕ БИОПРЕПАРАТЫ ДЛЯ ЖИЗНЕНКИ!

Мы собрали 20 мешков экологически чистой, здоровой, вкуснейшей капусты для проекта «Жизненки»!

В Новомихайловке начался сезон сбора вкуснейшей экокочеры для народного проекта «Жизненки». Этот результат особенно важен для нас, ведь в 2021 году всем культурам пришлось несладко – аномальная жара, засуха и вредители многим огородникам испортили урожай.

Но, несмотря на погодные условия, наша капуста выросла здоровой и сочной, и в этом заслуга биопрепаратов Гуми, Фитоспорин и Кормилица Микориза, которые позаботились о питании и защите от болезней. Даже нашествие крестоцветной блошки не навредило нежным капустным листьям – с ним справился препарат Кыш-Вредитель и проверенные народные способы.

Все подробности у куратора проекта Ольги Назаровой – смотрите наш репортаж с капустного поля на Ютубе, канал «БашИнком».



Звоните: 8 (917) 453-88-24 (Ольга Назарова), 8 (917) 370-46-22 (Валентин Овчинников), 8 (905) 309-97-78 (Елена Антипина), смотрите на Ютубе (канал «ОЖЗ», видео «Жизненки»), Вконтакте: [vk.com/jiznenki](https://vk.com/jiznenki), в Инстаграме: [www.instagram.com/jiznenki/](https://www.instagram.com/jiznenki/). Подписывайтесь!

## КОРМИЛИЦА МИКОРИЗА И 33 БОГАТЫРЯ – ЭТО СИЛА!

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



В настоящее время большое внимание уделяется комплексным биопрепаратам, изготовленным на основе ассоциаций<sup>1</sup> бактерий и грибов. Один из таких микробиологических препаратов производим и мы в «БашИнком», садоводам-огородникам он известен под названием 33 Богатыря. В его составе более 30 штаммов полезных почвенных микроорганизмов, которые обладают уникальными почвооздоравливающими свойствами.

Применение их, как показывают многочисленные опыты, позволяет усилить ростовые процессы, улучшить минеральное питание растений, защитить их от фитопатогенов<sup>2</sup>, снизить химическую нагрузку на окружающую среду и уменьшить действие стрессовых условий.

**В целом механизмы положительного влияния всех почвенных микроорганизмов на растения можно условно разделить на два типа:**

1. Прямое, или непосредственное, стимулирование роста и развития растений с помощью выделяемых ими различных полезных метаболитов<sup>3</sup>;
2. Опосредованное стимулирование – за счет вытеснения и подавления развития почвенных фитопатогенов, вредителей, угнетающих растения.

Большинство микроорганизмов обладают каким-то одним из этих механизмов, поэтому очень выгодно использовать ассоциации нескольких видов бактерий и грибов, которые бы взаимодополняли друг друга.

Например, Кормилица Микориза отлично дополняет 33 Богатыря при их совместном использовании на участке. Так, микоризные грибы, сливаясь в одно целое с корнями растений, дополнительно:

- поддерживают растения, находящиеся в стрессовых условиях (заморозки, жара, обильные осадки и др.);

- помогают своими многометровыми гифами<sup>4</sup> вытягивать влагу из нижних слоев почвы, что актуально для нынешнего лета в нашем регионе, а также для засушливых регионов;
- за счет сети гиф (мицелия<sup>5</sup>) увеличивают площадь поглощения питательных веществ в десятки и даже в сотни раз;
- создают защиту от фитопатогенов и корневых вредителей «изнутри», занимая их место в корнях.



Гифы гриба увеличивают площадь питания растения

Помимо прямого положительного эффекта микоризных грибов на растения, они дружно сожительствуют с микроорганизмами препарата 33 Богатыря в почве, оказывая взаимную помощь. Наблюдается так называемый синергизм<sup>6</sup>, который оказывает ярко выраженное благоприятное действие на растения.

Микоризные грибы в симбиозе с растениями прежде всего являются дополнительным источником углерода для почвообитающих микроорганизмов, важного для их жизнедеятельности. Кроме того, гифы гриба, так же как и корни, выделяют полезные для микроорганизмов вещества, которые продуцируют растения. Это дополнительно стимулирует их активный рост и размножение, что в итоге положительно сказывается на растениях.

Известно, что микроорганизмы в свою очередь способны повышать скорость роста и развития микоризных грибов и образования симбиоза с растениями. Это происходит за счет выделяемых бактериями «сигнальных» веществ – гормонов и метаболитов.

Микориза дает увеличение площади контакта корня с прикорневыми микроорганизмами через большое количество гиф, что благоприятно сказывается на каждом участнике «трио»: «растение – микоризный гриб – прикорневые микроорганизмы».

**Большой плюс одновременного использования данных препаратов** заключается в том, что 33 Богатыря начнут свою «работу» практически сразу после внесения в почву, то есть еще до прорастания семени. Тогда как микоризные грибы начнут свою активную жизнедеятельность только с появлением корня у проростка, вступив с ним в симбиоз.

**Многочисленные опыты (смотрите буклеты на сайте по QR-коду)** показывают **положительный эффект** совместного действия микоризных грибов с азотфиксирующей и фосфатмобилизирующей микробиотой, и те, и другие входят в состав нашего препарата. Увеличивается поглощение питательных веществ, значительно увеличивается биомасса растений, а также накопление азота и фосфора в растительных тканях.

Таким образом, мы видим, что 33 Богатыря и Кормилица Микориза отлично взаимодополняют друг друга, приумножая пользу для растений. Как говорится в народе: «Объединенная сила –

могучая сила!» (или «Общая сила и камень рушит», «Объединение – богатырь», «Кто объединяется, тот опережает»).

<sup>1</sup> **Ассоциация** (лат. *associatio* – соединение, взаимосвязь) – сочетание, объединение, соединение, связывание чего-либо на основании схожести по какому-либо признакам.

<sup>2</sup> **Фитопатогены** (греч. *phyton* – растение, *pathos* – болезнь) – экологический фактор, обуславливающий болезни растений. Фитопатогенами могут быть вирусы, бактерии, грибы, насекомые, а также метеорологические факторы (резкие колебания температуры или влажности), токсические вещества и др.

<sup>3</sup> **Метаболиты** (греч. *metabolites*) – продукты жизнедеятельности живых организмов.

<sup>4</sup> **Гифы** (греч. *hyphē* – паутина) – микроскопические ветвящиеся нити гриба, из которых состоят грибница и плодовое тело грибов.

<sup>5</sup> **Мицелий** (греч. *mykes* – гриб) – грибница, тело гриба, состоящее из тонких ветвящихся нитей – гиф.

<sup>6</sup> **Синергизм** (греч. *synergia* – сотрудничество, содействие) – в микробиологии: тип взаимоотношений между членами ассоциации, при которых они стимулируют развитие друг друга за счет выделения продуктов жизнедеятельности.





## КАК Я РАЗМНОЖАЮ РАСТЕНИЯ ЗЕЛЕНЫМИ ЧЕРЕНКАМИ

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



Всем хочется иметь в саду красивые декоративные растения, но все не купишь – денег не хватит. Поэтому каждому садоводу желательно где-нибудь в тенечке завести череночник, в который можно ставить черенки для укоренения, т. е. заняться вегетативным размножением. Можно размножать свои растения, а можно попросить у знакомых побег понравившегося растения.

**В качестве череночника подойдет простая грядочка, укрытая спанбондом.** Можно сделать деревянную коробку, поставить дуги и закрыть сверху двумя слоями: спанбондом и пленкой. Спанбонд притенит, а пленка поможет сохранить влажность воздуха, которая при черенковании должна быть 90 % и более.

### Почва для черенков

Череночник важно обеспечить специальной почвосмесью, не зараженной болезнями и вредителями и с хорошими физическими свойствами – рыхлой, воздухопроницаемой и влагоемкой. У меня почвы так себе – серые лесные, поэтому в череночнике я кардинально улучшаю почву, добавляя песок, Раскислитель Известь-Гуми (50–100 г/м<sup>2</sup>), Бионекс (200 г/м<sup>2</sup>), мягкие удобрения Цветы садовые Универсал Гуми-Оми и Бутон-цветы (100 г/м<sup>2</sup>), а также микроудобрение Богатый-Микро Комплексный 9 микроэлементов. Почвы тяжелосуглинистые, поэтому я добавляю Мульчу-Разрыхлитель, один 10-литровый пакет, и Разрыхлитель оздоравливающий ПухоВитА – 5 л на 1 м<sup>2</sup>. Это сверхлегкий, пористый, оздоравливающий разрыхлитель для почвогрунтов, обогащенный фитобактериями, Гуми и ценными элементами: магнием, калием, железом и др. Затем все перекапываю.

### Черенкование – это как?

Черенкую все подряд: и смородину, и гортензию, и бирючину, и спиреи, и, конечно же, розы. Я купила в этом году много новых сортов. Черенки делаю с 2-3 междоузлиями. Верхний срез произвожу чуть-чуть наискосок, чтобы стекала вода, и за-мазываю садовым варом

Вар Сад Пчелка, состоящим из пчелиного воска, смолы, пихтового и растительного масла и Фитоспорина. Нижний срез делаю под углом 45 градусов, нижние листья удаляю, оставляя 1-2 верхних листа. При этом раньше я брала согласно технологии размножения только среднюю – полуодревесневшую часть, а верхнюю – еще мягкую, травянистую выбрасывала. Но, как говорят: «Век живи, век учись» – сравнительно недавно я познакомилась с Людмилой Головиной (директором ЛПХ «Хочу свой сад»), которая показала мне свой способ черенкования. Она работала в Кушнареновском питомнике с очень опытными башкирскими садоводами и селекционерами.

Ее способ отличается тем, что берут для черенкования не только полуодревесневшую часть, но весь побег целиком, травянистую часть тоже. И теперь я при черенковании не выбрасываю верхнюю зеленую часть черенка, а использую ее. Только сверху надо отрезать поближе к листочку. При таком черенковании необходимо обеспечить влажность воздуха почти до 100 %, так как зеленая травянистая часть быстро вянет. Готовый черенок ставлю в раствор



КорнеСила, который у меня всегда наготове, так как я черенкую почти каждый день. Черенок стоит в растворе до следующего дня.

Черенкую прямо в грядку, черенки ставлю по схеме 5x5 см, самые ценные сорта черенкую в горшочки с указанием сорта. Для них делаю специальную почвосмесь, перемешав Разрыхлитель оздоравливающий Пуховита с почвосмесью Земля-Матушка Цветочная-Универсальная. Почвогрунт оздоровлен Гуми, полезной почвенной микрофлорой, сбалансирован по элементам питания и микроэлементам. Такая почвосмесь у меня всегда стоит наготове.

На дно горшка насыпаю Дренаж керамзит средней фракции от «БашИнком». Насыпаю почвосмесь, оставляя 1 см до края горшка, и ставлю черенки под углом 45 градусов, проливаю раствором КорнеСила, приклеиваю этикетку и ставлю в череночник. Все поливаю, опрыскиваю Фитоспорином. Закрываю двумя слоями: спанбондом и пленкой. И можно на некоторое время забыть о череночнике, там высокая влажность воздуха, растения не пересыхают.

Только не забудьте, что нижний срез должен проводиться очень острым ножом, чтобы не зажалась сосульки, через которые получает воду с растворенными в ней веществами еще не укоренившийся черенок.

Недели через две у большинства черенков уже просыпается верхняя почка и начинает расти, корешков еще нет, если вытащить черенок, у некоторых из них можно наблюдать образование каллюса. Делаю ревизию, убираю засохшие черенки, опрыскиваю.

Через 1-2 месяца у черенков появляются корешки. Можно оставить их на зиму в череночнике, особо развитые можно в августе выкопать и посадить на постоянное место.

На фотографиях вы можете увидеть мой урожай черенков. Здесь бирючина обыкновенная, родиола розовая, смородина, лапчатка, розы, самшит, туя, гортензии. Укоренившиеся растения выкапываю и сажаю на постоянное место, чтобы освободить пространство для новых черенков.

Таким образом, организовав у себя череночник, можно засадить весь сад любимыми и полезными растениями. Писать долго, а делается это гораздо быстрее, если все для черенкования подготовлено заранее. А если у вас еще нет череночника, можно поступить проще, где-нибудь в теничке выкопайте ямку, заполните ее рыхлой почвосмесью, как указано

выше, поставьте черенки своих любимых растений и закройте их обрезанной пластиковой 5-литровой бутылкой, сверху желательнее укутать спанбондом. Получится миниатюрная тепличка, где прекрасно укоренятся растения.

**Успехов вам! И пусть в ваших садах растут и цветут полюбившиеся вам растения.**



Дренаж

## УХОД ЗА ВИНОГРАДОМ В СЕНТЯБРЕ

*Светлана Ивановна Павленко – биолог, биохимик.  
Увлечения: дикорастущие многолетние цветы*



*Как правильно снимать урожай и ухаживать за виноградом осенью, чтобы он подготовился к зиме и хорошо плодоносил на следующий год? Рассказываем.*

С наступлением осени многие садоводы задаются вопросом, как помочь винограднику правильно уйти в зиму. Поговорим об уходе за виноградом в сентябре более подробно.

### Уход за кустами, плодами

Регулярно осматривают кусты, закрепляют упавшие побеги, удаляют все подсохшие листья, оставшиеся пасынки, ягоды с признаками порчи защищают гроздья от ос.

Не забывают своевременно, раз в 10–12 дней, проводить профилактическую обработку от грибных болезней препаратами Фитоспорин-М Рассада, овощи, ягоды (4 ч. ложки) + Биоплостим (2 ч. ложки) на 10 л воды.

После снятия всего урожая виноградник опрыскивают препаратом Богатый-Микро Медь:

1 ст. ложка на 10 л воды.

Поливы во время созревания и сбора урожая не производят.

### Сбор урожая

Сентябрь – время основного сбора урожая.

Так как ягоды винограда созревают неравномерно, то грозди собирают в несколько приемов, по мере их созревания, не допуская затягивания со сбором – передержанные плоды тормозят созревание остальных.

Если куст перегружен урожаем, снимают недозрелые грозди в нижней его части, так как вырабатываемые листьями углеводы в первую очередь идут на созревание плодов и лишь потом на вызревание лозы, и из-за большого количества плодов морозостойкость куста заметно снижается. Удаляют часть гроздей и при наступлении затяжных холодов, дождливой погоды, когда становится ясно, что все кисти нормально вызреть не смогут.

Чтобы собранные плоды хорошо и долго хранились, их обрабатывают природным,

безопасным для человека биофунгицидом (ягоды можно есть даже в день обработки) АнтиГниль Фитоспорин-М.

### Подкормки

После сбора урожая кусты винограда, отдавшие много сил на его формирование, нуждаются в восстановлении. Задача осенней подкормки – восполнить запас питательных веществ и подготовить кусты к предстоящей зиме.

В это время вносят мягкие органоминеральные удобрения Гуми-Оми Фосфор – Суперфосфат (50 г) + Гуми-ОМИ Калий – Сульфат калия (50 г), растворенные в 10 л воды и содержащие, помимо фосфора и калия, микроэлементы в доступной форме, среди которых бор, цинк, марганец и др., влияющие на успешную зимовку. Ведро (10 л) такого раствора расходуют на 1 м<sup>2</sup> площади виноградника.



В нашей средней полосе растет  
вкуснейший виноград

При внесении удобрений необходимо учитывать, что основные поглощающие корни винограда находятся на большой глубине. Если фосфорно-калийные удобрения, характеризующиеся малой подвижностью в почве, заделывать неглубоко, то это вызовет лишь рост поверхностных рояных корней. Поэтому питательные растворы дают либо в поливные трубы, либо в канавки или в лунки глубиной от 30 до 50 см, выкопанные вокруг куста на расстоянии 50–80 см (зависит от величины куста) от ствола. После подкормки их вновь засыпают землей. **Перед внесением удобрений виноград обязательно поливают.**

Органоминеральная подкормка после сбора урожая:



### КТО СКАЗАЛ, ЧТО ВИНОГРАД В СРЕДНЕЙ ПОЛОСЕ РОССИИ – ЭТО НЕ СЕРЬЕЗНО?

Посмотрите на это удивительное разнообразие сортов! Все это выращено в провинциальном поселке Приютово, который расположен на западе Башкортостана. На выставке во время празднования Дня города виноградарь Александр Федорович приятно шокировал своих земляков. Все только и удивлялись, что всего в двух километрах от парка, где проходил праздник, Александр выращивает эти удивительные сорта винограда.



Приятно удивлена была и администрация Приютово, посетившая выставку народных умельцев.

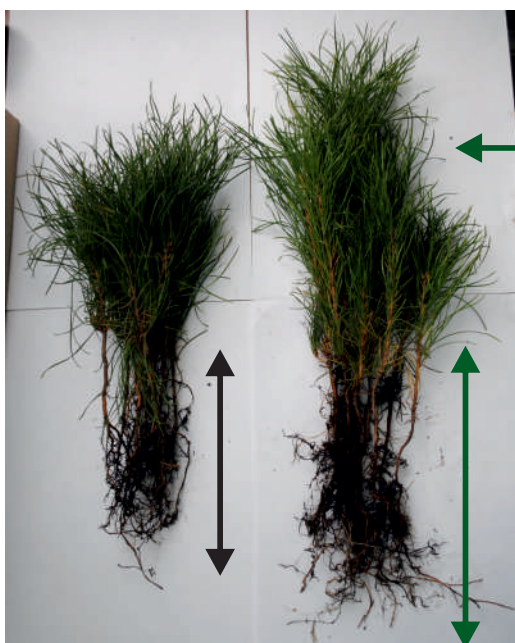
Не ставьте себе ограничительных рамок! Дерзайте на поле огородном! У вас все получится, нужно только терпение и труд (ну и Гуми + Фитоспорин + Кормилица Микориза + 33 Богатыря)!

## УДИВИТЕЛЬНО: В 4 РАЗА БОЛЬШЕ СОСЕН ВЫРАСТАЕТ С НАШИМИ БИОПРЕПАРАТАМИ

Вот уже несколько лет подряд НВП «БашИнком» совместно с Макаровским лесным питомником проводит ряд опытов. Результаты снова шокировали всех. Лето 2021 для нас выдалось особо жарким, даже аномально жарким. В июле и августе столбики термометров достигали 40 градусов. Но это не помешало нам достичь отличных результатов.

### Двухлетняя сосна:

Применялась инновационная биотехнология АС-35:  
Фитоспорин + Борогум + Кормилица Микориза + 33 Богатыря



В опыте в 4,3 раза больше всходов,  
лучше выживаемость

На 61,3 % больше длина побега

На 20,9 % корни длиннее

#### Предпосевная обработка семян:

Борогум-М, Фитоспорин-М Рассада;

Обогащение почвогрунта биопрепаратами:

33 Богатыря, Кормилица Микориза;

Профилактические обработки от болезней:

Фитоспорин-М, Ж (АС).



Контроль  
(без биопрепаратов)



Опыт  
с биопрепаратами

**ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР.** Я раньше как-то не очень верил в пользу лекарственных растений. Но в последние годы мы провели много опытов с ними – эффект просто удивительный! Дорогие, сейчас я призываю вас: протяните руки и берите. В природе есть все – и здоровье, и польза, и радость! Выращивайте лекарственные растения, оздоравливайтесь, лечитесь.



## Народный проект «СВОЯ АПТЕКА В ОГОРОДЕ»

# ФИТОТЕРАПИЯ ПРОТИВ КОРОНАВИРУСА

**Эхинацея и другие травы – это совсем не ахинея!**

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



Проблема повышения иммунитета человека к заболеваниям является одной из острых на сегодняшний день. Учеными ведется работа по выявлению растений, обладающих иммуномодулирующими и противовирусными свойствами.

Одним из таких растений является всем известная эхинацея пурпурная, которая пришла в Европу из Америки около 300 лет назад.

Впервые опыт применения травы индейцами описал американец Х. К. Майер в 1870 году. Аборигены использовали растение буквально от всех заболеваний – от насморка до укуса змей. В конце XVIII века эхинацею включили в фармакопею США, она стала самым популярным лекарственным растением. В России эхинацея появилась в XIX веке, а изучение действия растения на человека начали проводить со второй половины XX века.

### Эксперимент

В 1996 году немецкие ученые провели эксперимент, в котором участвовали 180 добровольцев, больных гриппом. После приема настойки эхинацеи у больных

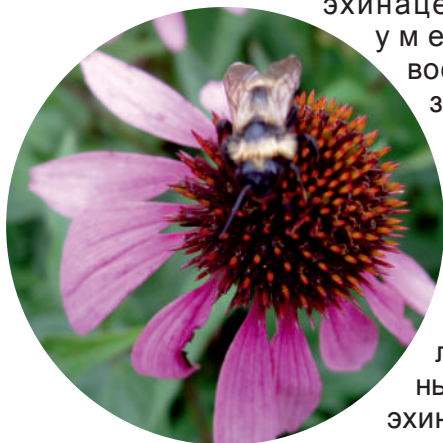
уменьшилось воспаление слизистой носа, отеки лимфоузлов.

В другом эксперименте принимали участие 54 человека, больных ОРЗ. И здесь эхинацея помогла

быстрее выздороветь. Растение стимулирует выработку интерферона и увеличивает производство антител.

Таким образом, лабораторные исследования показали, что эхинацея – природный антисептик и антибиотик, может противостоять многим заболеваниям, вызванным вирусными и бактериальными инфекциями, действуя на неспецифический иммунитет, данный нам от рождения. Содержащиеся в ней вещества подавляют размножение вирусов гриппа и герпеса, стрептококки и стафилококки, кишечную палочку. Этот иммуностимулятор усиливает активность фагоцитов – клеток, поглощающих вредные для организма бактерии, инородные частицы, умирающие клетки и т. д. Лечебными свойствами растение обязано содержанию полисахаридов, которые оказывают стимулирующее действие на макрофаги – санитары организма, поглощающие бактерии и вирусы, а также клетки, разрушенные ими.

У эхинацеи пурпурной лекарственным сырьем является растение целиком – от корней до соцветий. Она содержит эфирные масла, смолы, органические кислоты, антиоксиданты, макро- и микроэлементы, а также витамины А, С и Е. Из эхинацеи производятся препараты с противовирусным действием: «Иммунал», «Эстифан», «Эхинацин». Для детей выпускаются пастилки и сиропы с экстрактом эхинацеи. Курс применения составляет около месяца. Нужно помнить, что эхинацею применяют при заболевании, при этом сокращается время выздоровления и болезнь проходит в более легкой форме.



Этот препарат прекрасно поднимает иммунитет. Чай из эхинацеи лучше пить в самом начале заболевания, он поможет быстро справиться с болезнью. Но пока вы здоровы, пить его не стоит, важно помнить, что иммуностимуляторы в рекомендованных дозах стимулируют иммунную систему, но превышение дает обратный эффект. Иммуностимуляторы обычно применяют, когда человек уже болен, эффективность их приема в качестве профилактического средства низка.

**Повышают иммунитет травы-адаптогены** – они помогают организму приспособиться к любым неблагоприятным факторам. К ним относятся: родиола розовая, саган-дайля (<http://народные-проекты.рф>), женьшень, элеутерококк, маралий корень (левзея сафлоровидная), аралия, лимонник китайский. Растительные адаптогены в период эпидемической инфекции очень полезны, так как переводят организм в состояние повышенной сопротивляемости, активизируют иммунитет. Курс применения адаптогенов составляет около месяца. Травы-адаптогены лучше заваривать отдельно и пить осторожно, соблюдая рекомендованные дозы. Бывает индивидуальная непереносимость, поэтому начинайте с минимального количества и прислушивайтесь к своим ощущениям.

Есть и другие травы, повышающие иммунитет. Многие из них содержат **фитонциды** – биологически активные вещества, подавляющие развитие вирусов и бактерий. В научной среде активно изучаются такие травы – исследования ученых научного центра вирусологии и биотехнологии в Новосибирске показали, что такие растения, как спирея зверобоелистная и иволга, манжетка обыкновенная, лабазник вязолистный, володушка золотистая, душица, аир, эвкалипт, мелисса, монарда, вербейник фиолетовый, чеснок, фенхель, розмарин, бузина, карагана гривастая имеют противовирусный эффект. При этом травы действуют комплексно и имеют общий оздоровительный эффект, некоторые даже способны предотвращать онкологические заболевания, например лабазник вязолистный.

**Биологи Томского университета** предложили использовать для профилактики и лечения инфекционных заболеваний, в том числе вызванных новым коронавирусом COVID-19, малоизвестное растение из семейства крестовых – вайду красильную. В России вайда красильная не является фармакопейным

растением и не числится в Реестре лекарственных средств. Однако растение разрешено к применению в качестве БАДа (биологически активной добавки). Вайда красильная традиционно используется в китайской народной медицине и входит в Китайскую фармакопею. Последние научные исследования показали перспективность ее применения в качестве противовирусного, антибактериального и антимикробного средства и доказали ее противовоспалительное, антибиотическое и противораковое действие. Вайда красильная применяется в официальной медицине Китая в виде чаев и отваров при различных воспалительных и простудных заболеваниях, а у нас она совершенно не известна, хотя и произрастает в Башкортостане.

**Большинство вышеперечисленных трав растут на наших лугах**, выращиваются в садах и применяются при простудных заболеваниях. Например, душица, наша самая любимая трава содержит эфирное масло, флавоноиды, дубильные вещества, витамин С, калий, кальций и много других биологически активных соединений. Состав душицы активизирует выработку лейкоцитов – клеток крови, которые защищают организм от бактерий и паразитов. Аскорбиновая кислота улучшает работу иммунной системы, а тимол оказывает обезболивающий эффект.

**Эффективное противовирусное, противовоспалительное, болеутоляющее и иммуномодулирующее действие оказывает эвкалипт**, в листьях которого содержится цинеол – природный антисептик.



Родиола розовая, золотой корень

Многие душистые растения с эфирными маслами оказывают бактериостатическое, антисептическое, антиоксидантное, спазмолитическое и противовирусное действие, приостанавливают воспалительные процессы. Например, трава мяты, тимьяна, шалфея применяется для лечения вирусных заболеваний дыхательных путей и органов пищеварения.

**Травы с противовоспалительным эффектом, которые помогут снять тлеющие очаги воспаления:** шалфей, тимьян, ромашка лекарственная и другие.

В Японии из корневищ пиона (марьяна корня) выделен пентагаллоилглюкозид, проявляющий антивирусную активность.

В Китае при борьбе с коронавирусом в помощь научной медицине пришла народная медицина, альтернативные методы лечения там поддержали на государственном уровне. Применяется сбор из шалфея, красного пиона и цветков сафлора, а также препарат на растительной основе, в который вошли мята, лакрица и жимолость.

По словам Ю. Цзяньхуа, заведующего отделением инфекционной больницы в Ханчжоу, пациенты принимают два традиционных препарата: один помогает избавиться от мокроты в легких (отхаркивающее), другой борется с воспалением. Препарат изготовлен на основе лекарственных трав, в число которых входит хвойник китайский и корень лакрицы (солодковый корень). Особенно эффективно лечить больных COVID-19 при помощи микстуры Цинфей пайду наряду с основной терапией, сообщает главврач одной из пекинских больниц Ван Ронбин. Она одобрена властями КНР как дополнение к основной терапии, помогает вывести мокроту из легких и снять воспаление.

**Лакрица, или солодка голая, или солодка гладкая, или лакричник** (*Glycyrrhiza glabra*) – многолетнее травянистое растение; вид рода Солодка (*Glycyrrhiza*) семейства Бобовые. Китайские врачи относили солодковый корень к лекарствам первого класса и включали его в состав почти всех лекарственных смесей. В Тибете считали, что корни солодки «способствуют долголетию...». В Киргизии корень солодки используют как суррогат чая, в Японии – как антиоксидантную добавку к пище, в Японии и Египте – как пищевую добавку с бактерицидными и фунгицидными свойствами. Солодка содержит сапонины, которые оказывают отхаркивающее, смягчающее, обволакивающее, мочегонное

и слабительное действие. Но к применению солодки есть противопоказания: чрезмерное потребление корня может привести к гипокалиемии, повышенному давлению и мышечной слабости, не рекомендуется во время беременности.

**Хвойник китайский** (*Ephedra sinica*) – вид кустарничков семейства Хвойниковые, или Эфедровые (*Ephedraceae*), содержит алкалоиды эфедрин и псевдоэфедрин. Используется в китайской медицине для лечения бронхиальной астмы, простуды, бронхита, насморка, поллиноза, артрита, головной боли, артериальной гипотензии и других заболеваний. В КНР выращивается на плантациях для получения лекарственного сырья и производства эфедрина. **Эфедрин** – стимулятор центральной нервной системы, назначается при бронхиальной астме, гипотонии, поллинозе, ОРВИ, простуде. Так как эфедрин может использоваться как прекурсор для нелегального производства наркотиков, в Китае и многих других государствах выращивание хвойника китайского находится под контролем государства.

В Российской Федерации самые жесткие ограничения: представители рода Хвойник (*Ephedra* L.) включены в список растений, содержащих наркотические вещества, и запрещены для выращивания на территории Российской Федерации. Без специальной лицензии запрещены любые способы передачи травы хвойника другим лицам (статья 234 Уголовного кодекса Российской Федерации).

**Полезны наши родные отвары и чай с душицей, зверобоем, лабазником, малиной** и другими лекарственными растениями с отхаркивающим, повышающим иммунитет, противовоспалительным и противовирусным действием.



Тимьян (чабрец)



**Известный фитотерапевт, доктор медицинских наук, профессор Сергей Турицев считает, что опыт применения фитопрепаратов, которые рекомендуются при лечении ОРЗ, ОРВИ, бронхитов, пневмоний, можно использовать при лечении коронавируса.**

**Применяются следующие группы растений:**

- растения с противовирусным эффектом: календула, полынь, зверобой, душица, чабрец, шалфей, солодка, алоэ, фенхель, мята, аир, бузина, хрен, чеснок. Они усиливают клеточное звено иммунитета и стимулируют выработку интерферона;
- растения, улучшающие синтез белков: алоэ, зверобой, календула, подорожник;
- растения-адаптогены, повышающие защитные силы организма: девясил, крапива, зверобой, лопух, чага;
- жаропонижающие растения: ромашка, мята, пижма, золототысячник, солодка, липа, клюква, малина;
- отхаркивающие: крапива, клевер, алоэ, алтей, подорожник, солодка, термопсис;
- растения антигипоксанты, повышающие устойчивость организма к кислородному голоданию: лопух, крапива, хмель, смородина, липа;
- растения для разжижения крови: донник лекарственный, клевер луговой, таволга, липа, каштан, имбирь, клюква, чеснок.

**При хронической обструктивной болезни легких (ХОБЛ) профессор Турицев Сергей рекомендует следующие сборы:**

- для профилактики обострений: корень лопуха, лист березы, подорожника, репешок, зверобой, чабрец, корневище аира, чага – в равных частях;
- лист эвкалипта, корни бадана и солодки – по 3 части; лист подорожника – 5; репешок, спорыш, лист крапивы, цветки клевера, корень аира – по 8; корни девясила – 9;
- цветки эхинацеи – 2 части; хвоя сосны – 4; багульник – 5; корни девясила – 6; лист подорожника – 7; лист брусники, малины, чабрец, душица, корень аира – по 8; зверобой – 10 частей;
- для профилактики и лечения легких форм коронавируса: зверобой, подорожник, чага, хвоя сосны – по 3 части; девясил, репешок, лист брусники – по 2 части.

**Способ применения:** 2 ч. л. сбора залить стаканом кипятка (200 мл), кипятить на слабом огне 10 минут, остудить, процедить, пить теплым по

1/3 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды (или через 1 час после еды). Источник: [www.mk.ru](http://www.mk.ru).

Большинство этих трав нам доступны, и если мы при подозрении на ковид, при самых первых симптомах ляжем быстренько в постель, вызовем врача и начнем пить лечебные травы, не пытаясь перенести болезнь на ногах, – мы сможем поддержать наш организм, не доводя до цитокинового шторма и спасем себя и своих близких.

**ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ ВРАЧА И ПРОВЕРКА НА ИНДИВИДУАЛЬНУЮ НЕПЕРЕНОСИМОСТЬ!**



Вайда красильная



Шалфей лекарственный

## ГОТОВИМ ЛЕЖАНКУ

*Снигирева Александра Владимировна – ветеринарный врач, консультант НВП «БашИнком»*



Конец августа – сентябрь самое время приготовить теплую подстилку для животных.

Ведь как раньше было? Насыпали опилки или солому, потом меняли раз в неделю, чистили, вывозили в кучу и стелили новую подстилку. Столько работы было. А полежит подстилка чуть дольше и становится сырой, с неприятным запахом, – животным на ней холодно и некомфортно. От сырости и грязи могут развиваться различные заболевания, особенно у молодняка. Сейчас многие продвинутые хозяева стали обрабатывать подстилку специальным биопрепаратом, содержащим комплекс полезных бактерий. Для чего же они это делают? И какой эффект хотят получить? Давайте разберемся.

В составе препарата специально подобранные бактерии. Одни перерабатывают то, что выделяют животные, и вырабатывают тепло, другие борются с запахом, третьи не дают развиваться патогенным бактериям.

### Приготовление подстилки

Приготовить подстилку и ухаживать за ней очень просто. Для нее подходит любой материал: резанная солома, опилки, шелуха. Самый лучший, конечно, опилки средней величины. Более мелкие будут слеживаться, не пропуская в нижние слои нужным бактериям кислород, без которого они погибнут. В крупные опилки и целую солому плохо впитывается помет и навоз. Все будет попадать в нижние слои, и бактериям не хватит питания.

Еще важный фактор – это количество животных и птиц. При большой плотности посадки микроорганизмы не успеют все переработать и подстилка быстро запачкается, станет мокрой и холодной. Если животных будет мало, бактериям также не хватит питания, а местами подстилка будет сохнуть. Это может привести к замедлению работы препарата.

Большой плюс Лежанки-Теплянки в том, что с ней можно забыть про уборку на год-полтора, ведь подстилка долго остается чистой. Рекомендуется только иногда ее рыхлить, чтобы не уплотнялась, был доступ кислорода во все слои

и не образовывалась корка. Согласитесь, это намного легче, чем вывозить каждую неделю.

Куры также рыхлят подстилку в птичнике. Стимулировать их к такому действию можно, если рассыпать небольшое количество зерна по полу.

Обязательно важно следить за влажностью подстилки. Не допускать пересыхания. Бактерии живые, и для того чтобы они комфортно существовали, размножались и работали, им нужны влажность, кислород и тепло при закладке подстилки.

Если заложить опилки слишком поздно, когда температура в помещении будет ниже 5 градусов, то никакие бактерии работать не будут. Самое лучшее время – это конец августа – сентябрь, а в южных регионах – октябрь. На летний период подстилку можно отгрести в сторону, чтобы животные не перегрелись. Ближе к осени распределить равномерно и добавить немного биопрепарата.

При содержании бройлеров подстилку лучше не готовить. Слишком короткий период использования. Ведь после каждой партии обязательно надо менять подстилку, проводить дезинфекцию (после которой никакие бактерии не выживают), чтобы бактерии, оставшиеся после предыдущей партии птиц, не попали на маленьких цыплят.

Самое лучшее и удобное – это использовать подстилку для кур-несушек и свиней любого возраста. При использовании под других животных, например, телят, коз или овец, за подстилкой требуется уход. Обязательно рыхлить 2 раза в неделю, проверять влажность и не содержать слишком много животных в загонках.

**Желаем вам быть продвинутыми хозяевами и превратить труд в деревне в приятное времяпрепровождение.**

**Состав:** комплекс природных полезных молочнокислых и спорообразующих бактерий, сорбированных на природном минеральном пористом носителе.

**Расход:** 0,5 кг препарата Лежанка-Теплянка на 10 м<sup>2</sup> 4-слойной подстилки.

**Применение препарата Лежанка-Теплянка позволяет:**

- Избавиться от запахов аммиака и сероводорода в помещении,
- Сократить расходы на отопление,
- Экономить время и силы на уборку,
- Заботиться о здоровье животных.

**О, Лежанка-Теплянка!  
Ты лежишь, а Лежанка-Теплянка работает!  
Животным комфортно, сухо, тепло,  
и нет неприятных запахов!**



# УЛУЧШАЕМ ХРАНЕНИЕ УРОЖАЯ!

В 1,5-2 раза АнтиГниль продлевает срок хранения овощей • фруктов • ягод!  
Нужно просто опрыскивать продукцию и поверхности хранилищ.  
Нет срока ожидания: сразу можно использовать в пищу.  
Экологически чисто и выгодно!



Длина огурца 57 см



В руках настоящего мужчины любой предмет становится оружием, даже огурец!

На фото Егор Антипин, 5 лет

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](http://www.gryadkaojz.ru)  
[ojz.bashinkom.ru](http://ojz.bashinkom.ru)  
[vk.com/gryadkaojz](http://vk.com/gryadkaojz)

народные-проекты.рф  
Смотрите нас на канале



**ОЖЗ®**

