

ДОМАШНЯЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ № 1 В НОМЕРЕ:



14
**АКЦЕНТ
НА ДОСТОИНСТВА**



СТАТЬЯ ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА
ПЛАНЕТА ЖКХ

Счетчики – это экономия бюджета
Кооперативы: третье пришествие
Спросили? Отвечаем!

ДИАГНОСТИКА МЕДИЦИНЫ

Медицина _ не бизнес

Будьте здоровы, граждане!

2

ГРАНИ ТВОРЧЕСТВА

Вышивка «хардангер»

КОНКУРС «Серебряные пальцы»

БУДЬ КРАСИВОЙ

Во имя привлекательной груди

Ухоженные ножки

Реконструкция лица

Электролечение

Эти маски не из сказки

ШКОЛА КОСМЕТОЛОГА

8 вопросов о косметике

Золото... в крови!

МИР ВАШЕГО ДОМА

Плата... за легкомыслие

Управа на «павлина»

Спасите свой брак

Тест: тот или не тот?

Управление эмоциональным

интеллектом

СУДОКУ

ГОСТЬ ЖУРНАЛА

ПАРНАС

СМЕЯТЬСЯ, ПРАВО, НЕ ГРЕШНО

ПЕСНЯ

САМОДЕЛ

Вазы из прозрачного стекла

Крючки для кухонной утвари

Ажур в прихожей

Шкатулка

ЧЕТЫРЕ УГЛА

Душ для души

Совмещение времен

Лофт – это большое достоинство

16

16

17

18

19

19

20

21

21

22

23

23

24

25

26

27

30

32

33

34

34

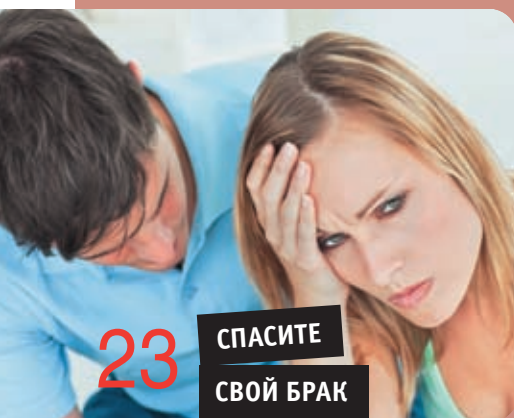
35

35

36

37

37



23
**СПАСИТЕ
СВОЙ БРАК**

ЖИВИТЕ ДОЛГО

Криотерапия против патологии

Узи: плюсы и минусы

Как справиться с болью

ЗЕЛЕНЬ ЦЕЛЕБНИК

Душица

САМ СЕБЕ СТИЛИСТ

Многослойное одеяние

Акцент на достоинства

Винтажная, квадратная, ридикюль

Мини, макси, карандаш

10

11

11

12

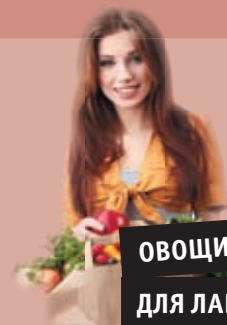
13

14

15

15

КРОМЕ ТОГО:



44

ОВОЩИ

ДЛЯ ЛАКОМОК



СОВМЕЩЕНИЕ

ВРЕМЕН

37

РАЗНОСОЛЬЕ

Сладкий праздник

ГОРОСКОП

О БРАТЬЯХ НАШИХ МЕНЬШИХ

Аномалии у кошек

Собака и мороз

Без метеозависимости

ПЛОДОРОДЬЕ

Овощи для лакомок

Работаем по дереву

АВТОСАЛУН

Реанимация впрыска

МОЗАИКА

Настроение и прозрение

Мозг человека и нейротехнологии

Инфекционные заболевания

мешают человечеству уметь

САМЫЙ ПОЛЕЗНЫЙ СОВЕТ – 2012

Домашние дрожжи

38

40

42

42

43

44

45

46

47

47

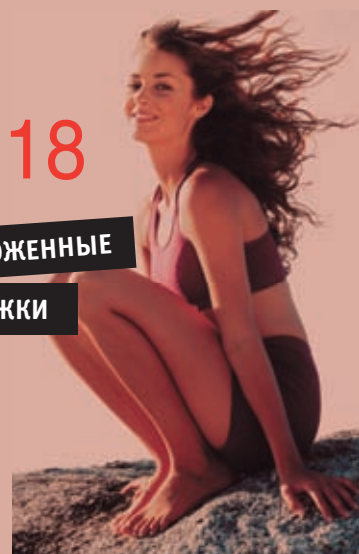
47

48

18

УХОЖЕННЫЕ

НОЖКИ





Несомненно, главным событием 2011 года в России стали выборы в Государственную Думу РФ. Выборы завершились, подведены итоги, оглашены результаты волеизъявления граждан России, и настала пора осмысления всего, что и как произошло.

А произошло, во-первых, следующее. Несмотря на победные фанфары «Единой России», анализ результатов – тревожный звонок для руководства этой партии.

Потеря сразу 14 процентов голосов избирателей из 64, набранных в 2007 году, – это ведь потеря своих сторонников в регионах России. Но это ещё и неприятие той политики, той доминанты развития страны, которая должна быть скорректирована. И весьма существенно!

К сожалению, и президент, и премьер-министр, оценивая итоги выборов, заявили, что российский избиратель на выборах подтвердил сегодняшний курс власти, и он меняться не будет. Безо всяких симпатий к какой-либо другой партии, прошедшей в Госдуму и серьёзно увеличившей число своих представителей в ней, хочу сделать элементарный анализ и выводы на его основе.

По данным ЦИК, «Единая Россия» набрала 49,54 процента голосов избирателей. Уже эта цифра говорит о том, что поддержку «Единой России» оказало менее половины **проголосовавших**. Я подчёркиваю – **проголосовавших**. Но ведь участие в голосовании приняла всего 60,2 процента граждан России, обладающих правом голоса. Та-

СМЕНА КУРСА –

ким образом, поддержку нашей власти оказало менее 30 процентов россиян. Может ли руководство страны при таком раскладе говорить о беспорности избранного в последние годы курса? А что такое курс? Это не только политика, но и экономика, социально-бытовое обеспечение населения и его материальное положение, медицина, просвещение и многое другое. И вот тут ключевыми вопросами являются тарифы ЖКХ, зарплаты и пенсии и, как ни крути, социальная справедливость. Все названные аспекты нашего бытия – это своеобразный лик власти: насколько хорошо они используются, настолько и авторитетна любая власть. Растут тарифы – растут коммунальные платежи, цены на продукты потребления, бытовые услуги... и довольных – меньшинство.

Всё названное – в России далеко не идеально. А если добавить коррупцию, беспредел, связанный с ней, судов и судей при вынесении решений, то становится понятным почему сократился электорат «Единой России», а вместе с ним, естественно, – и рейтинг наших первых лиц.

Второй аспект выборов – это их чистота. Когда каждый предвыборный день ты видишь на экране президента и премьера, возникает какая-то антипатия – ну не давите, мол!.. И тут золотой середины не получилось... Лет восемь назад, когда уже «ЕР» влияла на ход выборов, я в районе «Филёвский парк» г. Москвы решил баллотироваться в депутаты муниципального собрания, чтобы на местном уровне противостоять беспределу строительного комплекса Лужкова-Ресина-Батуриной. И вот «картина маслом» (как говорил Д.И. Гоцман в фильме «Ликвидация»): 42 кандидатам в депутаты Территориальная избирательная комиссия (ТИК) района отказала в регистрации, и лишь 11 человек от «ЕР» были зарегистрированы, допущены к выборам и были избраны. То есть прошли безальтернативные выборы.

Кстати, поскольку по протоколам, полученным независимыми наблюдателями, на избирательных участках почти везде победил «кандидат против всех». ТИК района пришлось запечатать в управе и четверо суток «под-

считывать» голоса. Представляете?! Я убеждён, что всё-таки основные манипуляции с голосами проходят в ТИКах, и лишь частично – на избирательных участках. Председатель нашей ТИК тогда не вывесил развёрнутую таблицу, в которую заносятся результаты с участков, и убежал в кабинет, передавая неизвестно какие цифры в ТИК Москвы по системе «Выборы ГАС».

Да, мы пошли в суды. Но даже, имея на руках протоколы с участков, ничего не смогли изменить. Судьи были непреклонны!

Убеждён, что пока не будет (публично) осуждён хоть один фальсификатор, «вбросчик» или «карусельщик», выборы чистыми не будут. Нужны один-два показательных уголовных процесса – и тогда будет боязно давать «липу» и «вбрасывать»...

Но вернёмся к нашим баранам, то бишь к выборам в Госдуму. В Интернете я получил данные голосования по областям, которые предоставляла ЦИК. «Популярность» «ЕР» в областях и краях – 33–38 процентов, кроме Кавказа, Поволжья и Чукотки. Там, как и ещё в 6–7 областях России, голосовали за «ЕР» 65–90 процентов избирателей. Особняком стоит Москва, отдавшая «ЕР» более 48 процентов голосов, что меня, да и многих, удивило, так как отношение к «ЕР» нам хорошо известно. А представьте, что не было бы во главе списка Д.А. Медведева, – рейтинг партии упал бы еще ниже, а без В.В. Путина снизился бы ниже плинтуса.

Для чего я это пишу? Я не критикую «ЕР» – это, по-моему, бесполезно. Но я думаю, что выражу чаяния моих родных и близких, многих россиян: вектор движения России к лучшему должен быть серьёзно скорректирован. Хочется, чтоб в высших эшелонах власти услышали это и осознали. Один из моих соседей, горячо поддерживающий В.В. Путина, просил спросить его: «Где деньги, господин премьер?» Он считает, что национализация сырьевых отраслей – обязательна, а «плоское» налогообложение – наоборот, запуск остановившихся заводов по выпуску товаров для народа – неременное условие успехов развития страны, рынок ценных бумаг, банковское дело – под полный конт-

ПОТРЕБНОСТЬ ОБЩЕСТВА

роль государства, медицина и образование – бесплатные, пенсии по старости – в два раза выше.

Вот программа для власти. Мыслящие люди ничего не придумывают, а дают рекомендации на основе анализа ситуации от её непосредственных участников...

Люди пока что рекомендуют, советуют, просят. Но может наступить момент, когда жизнь заставит требовать этого, добиваться, выйдя на улицы. И такое вполне может быть, судя по протестным действиям после выборов в Питере и Москве.

Меня, как давнего романтика народной демократии, в чём-то даже идеалиста, конечно, удивили высказывания нашего, уважаемого президента о том, что он сделает оргвыводы в отношении тех губернаторов, которые «не обеспечили» высокий процент голосов за «ЕР».

А что, в Питере мэр города мог бы за счёт личного авторитета обеспечить высокий процент партии, состоящей на 90 процентов из чиновников, делающих карьеру? Нет, господин президент, давать показатели голосования за партию власти (как в Чечне – 97 процентов) в центральных областях России и в Сибири уже невозможно.

Для этого надо изменить партию, олицетворяющую курс власти.

Многие мои коллеги расценили заявление президента как прямую угрозу губернаторам, мол, не будет высокого

процента – смотрите! Так это же и есть тот самый административный ресурс!

А потом, разве имеет право высокое административное лицо вмешиваться в агитацию, пропаганду, организовывать давление на людей. Мы такого от президента-демократа не ожидали, тем более что впереди не так далеко выборы президента, а такой нажим только на радость нашим недругам... И ещё один любопытный нюанс: как мне объяснили, набранные голоса партий, не прошедших в Госдуму, делятся между партиями-победителями в соответствии с набранными процентами. Таким образом, 13–14 голосов достаются «Единой России», и она получает простое большинство в этом органе. Вот уж поистине нонсенс!

Голоса партий, которые яростно боролись с «ЕР», являются её противниками, то есть занимают совершенно иную политическую нишу, вдруг становятся рычагом при распределении мест в парламенте, а в нашем случае дают право «ЕР» стать единоличной партией – ведь набрала-то она менее 50 процентов, а за счёт «чужих голосов» она стала законодателем и может одна, без участия других фракций, «клепать» неудобные народу законы. На мой взгляд, такая практика должна быть изменена. Новые выборы – это всегда новые ожидания, новые перспективы для простого человека. А спросите – многие ли видят сегодня свои личные перспективы?

Слова о реконструкции и развитии России, стремление к лучшей ситуации – это эдакая размытая цель: что будет и когда – неясно.

Употреблю высказывание одного гениального, известного нам политика, о том, что идея тогда сильна, когда она овладевает массами!

Какая идея, кроме обогащения и наживы главенствует в России? Я не ведаю. На телевидении – главном органе СМИ по промыванию мозгов – передача «Как стать миллионером» – основной постулат.

Пропаганда нанотехнологий, инвестиционной политики, перевооружения производства падают на мёртвую почву общественного сознания. Не помоги ближнему – а покажи ему своё богатство и силу, власть, беспредел и задави его – это не для русской души, всемирно отзывчивой и быстро откликающейся на вызовы времени.

Так что курс надо менять, и сильно, иначе это может плохо кончиться и для власти, и для России. Мне этого очень не хочется!

В 2011 году нашему журналу исполнилось 15 лет. В условиях двух кризисов журналу удалось выстоять.

Редакция журнала благодарит своих постоянных подписчиков за верность, за которую мы будем стараться делать журнал ещё более интересным и красивым и не поднимать цены.

С Нового года, кроме тех, что уже есть, мы вводим две новые остроактуальные рубрики «Рифы тарифов» (об этом вы все знаете) и «Диагностика медицины». Увидели разницу? Одно дело диагностировать больного человека, а другое – большую медицину. Надо, чтобы она менялась и соответствовала требованиям населения. Желаем всем здоровья, света в душе и надежды на лучшую долю, веры в завтрашний день России, хотя сегодня это непросто.

Ждём от вас писем, рекомендаций и полезных советов.

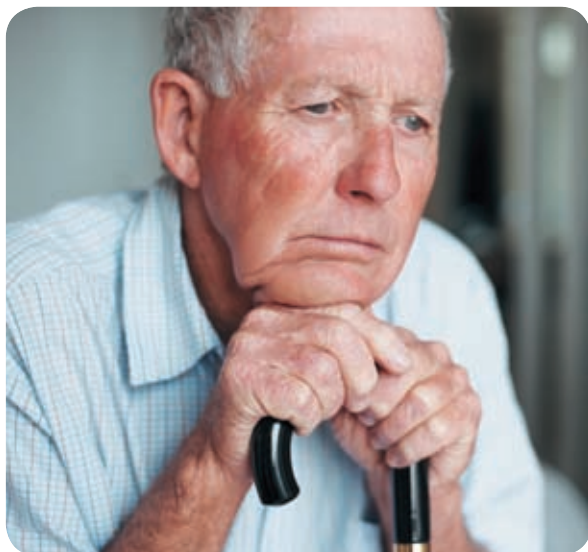
С Новым годом, дорогие читатели!

Георгий ЗАЙЦЕВ,
главный редактор журнала
«Домашняя энциклопедия для вас»



СЧЕТЧИКИ – ЭТО ЭКОНОМИЯ БЮДЖЕТА

ОСТАЛОСЬ СОВСЕМ НЕМНОГО ВРЕМЕНИ ДО ТОГО МОМЕНТА, КОГДА В КАЖДОЙ КВАРТИРЕ В ОБЯЗАТЕЛЬНОМ ПОРЯДКЕ ДОЛЖНЫ ПОЯВИТЬСЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ПРИБОРЫ УЧЕТА РАСХОДОВАНИЯ КОММУНАЛЬНЫХ РЕСУРСОВ. ТАК ПРЕДПИСАНО ФЕДЕРАЛЬНЫМ ЗАКОНОМ ОТ 23.11.2009 ГОДА № 261 «ОБ ЭНЕРГОСБЕРЕЖЕНИИ И О ПОВЫШЕНИИ ЭНЕРГЕТИЧЕСКОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ...».



экономить на оплате за «коммуналку», задолго до того, как был принят закон об энергосбережении. Однако, если бы все было так просто, сегодня, скорее всего, не осталось бы ни одной квартиры, не оборудованной счетчиками. Но таких квартир предостаточно. Что удерживает их хозяев от установки приборов учета?

Сначала нам назвали срок – до 1.01.2012 года. Затем законодатель перенес его до 1.07.2012 года, дав отсрочку еще на полгода (счетчики на газ полагается поставить до 1.01.2015 года). Государство «подталкивает» нас к экономии энергоресурсов. А для того, чтобы экономить, нужно учитывать их расход.

Впереди паровоза

Для миллионов россиян услуги ЖКХ – одна из весьма расходных статей семейного бюджета. Не случайно многие граждане стали использовать счетчики, пытаясь

Во-первых, стоимость самой этой процедуры. Установка счетчиков на горячую и холодную воду обходится в среднем в 3000–4000 рублей. А тем, у кого в квартире два санузла (и, соответственно, два стояка), – вдвое дороже. Во-вторых, не для всех оплата по показаниям счетчиков оборачивается в итоге выгодой. Ведь тем, у кого они не установлены, плата за коммунальные ресурсы начисляется в зависимости от числа зарегистрированных граждан. Есть нормативы потребления холодной и горячей воды, отопления, элект-

роэнергии на человека. И оплата без счетчика происходит так: берется определенный норматив, умножается на число зарегистрированных в квартире жильцов, и получается сумма, которую необходимо заплатить, например, за горячую или холодную воду.

Если зарегистрирован один человек, а на самом деле проживают пять, то и платить, получается, выгоднее без счетчиков.

Ну и еще причина – наша инерция. Люди привыкли к тому, как было, и менять что-то (а следовательно, бегать и оформлять документы) у них нет ни времени, ни желания. Их вполне бы устроил общедомовой счетчик, устанавливаемый на средства муниципального бюджета. Такой прибор учета показывает общий расход воды, который поровну делят между всеми зарегистрированными в доме жильцами, и, исходя из этих показаний, взимают плату за водопотребление. Но уравниловке приходит конец: закон уже обязывает установить счетчик в собственной квартире, причем за свой счет.

Норматив-долгожитель

Несмотря на обязательность установки счетчиков, нормативы потребления все равно останутся и в некоторых случаях будут применяться. Например, если счетчик выйдет из строя или истечет срок его службы. В общем, если невозможно будет определить показания прибора учета. Тогда расчеты за ресурсы будут определяться исходя из норматива потребления. При этом цена на ЖКУ будет установлена так, чтобы потребителям было выгоднее платить именно по счетчикам, а не по нормативам. Предполагается, что плата за коммунальные ресурсы для тех, у кого не установлен счетчик, будет существенно больше, чем для тех, кто живет с прибором учета.

КООПЕРАТИВЫ: ТРЕТЬЕ ПРИШЕСТВИЕ

ИСААК ГЛАН

На недавней пресс-конференции, которую проводил Фонд развития жилищного строительства совместно с РАН, было сказано, что готовится проект постановления Правительства России, который должен определить категории граждан, имеющих право на вступление в члены жилищного кооператива. Пока они предусматриваются только для молодых ученых. Самое интересное в этой информации – сам факт возвращения жилищной кооперации на рынок жилья, о которой, казалось бы, забыли.



Хозяева жилищного рынка

Так уж и забыли? Жили и продолжаем в них жить. В Жилищном кодексе РФ им отведена целая глава, пожалуйста – стройте. В этой главе прописаны права и обязанности членов ЖСК, требования к их руководству, необходимая документация. Все, казалось бы, хорошо – за одним исключением. На практике их нет. На смену ЖК и ЖСК пришло инвестиционное строительство. Государство практически ушло из строительной жилищной сферы. Всю власть получили инвесторы.

Возвращение к истинной, изначальной идее жилищной кооперации, главное в которой, напомним, – активное и действенное участие государства, а еще – реальные права пайщиков, с которыми должен считаться застройщик, заставляет вспомнить о советском опыте. Не идеальном, конечно, есть и более

совершенные. Жилищная кооперация существует во всем мире. В Швеции, скажем, она занимает половину всего жилищного строительства. Однако советский опыт – это наш, родной, близкий нашим возможностям и нашей ментальности. Взять из него все ценное можно и нужно. Тем более что жилищные кооперативы в ближайшее время и в самом деле займут определенный сегмент в жилищном строительстве – об этом сейчас говорят на всех уровнях.

Пока Новосибирск

Понятно, что полное возвращение к советским нормам сейчас невозможно. Но сам принцип берется прежний – активная и весомая помощь государства. Именно на этом будет строиться нынешняя жилищная кооперация. Достаточно сказать, что предполагаемая стоимость квадрата будущих ЖСК – 25 тыс. руб. – при его нормативной (оп-

ределенной Минрегиона) 70 тыс., а реальной – 120–140 тыс. руб. За счет чего? Земля выделяется бесплатно, подключение к инфраструктуре – тоже. Ничего не будет стоить повторная передача проектов. Определено, что только за счет этого стоимость жилья можно снизить на треть. Но главное – ипотечный пакет, который уже согласован со Сбербанком. Его красиво называют: «10–10–10». 10 лет рассрочки, 10 процентов годовых, 10 процентов – первоначальный взнос. Можно добавить еще одну десятку – 10 тыс. руб. в среднем будет ежемесячный взнос. Что, впрочем, не так уж и мало для молодых ученых: средняя зарплата кандидата наук – 18 тыс. руб. Так что без подработки или родительской помощи все равно не обойтись.

Пилотный проект уже реализуется для научного городка в Новосибирске: дома малоэтажные, таунхаусы, индивидуальные. Есть планы начать такое строительство в Москве и Санкт-Петербурге. Цена, возможно, будет несколько выше, но не намного. Главное – найти в обеих столицах земельные участки. Сложновато, но в Москве задача решается, например, с учетом ее расширения. В этом плане уже рассматривается вариант Троицка. Начали с молодых ученых, уже известны следующие группы граждан, которым дадут право вступать в ЖСК. Для них, кстати, возрастной ценз уже не будет играть никакой роли. Имеются в виду те, кто растит молодые таланты, т. е. преподаватели вузов, учителя школ, военнослужащие, медицинские работники. В дальнейшем предполагается снизить процентную ипотечную ставку до 8,5 процента. Было и такое предложение – освободить граждан от первоначального взноса, его регионы возьмут на себя. В Московской области такой проект уже рассматривается – для молодых учителей.

СПРОСИЛИ? ОТВЕЧАЕМ!

Дорогие читатели! Поскольку ваших вопросов по применению законодательства становится все больше, мы решили привлечь юридически-консультационную фирму, профессиональные юристы которой будут отвечать на ваши вопросы и давать свои рекомендации. Кроме того, в регионе не всегда есть возможность получить разъяснение юриста по возникшей проблеме. Поэтому мы просим вас направлять свои письма в издательство по e-mail: zv-press.ru или звонить по телефону 8-495-227-33-86, где вам ответят на вопросы и, возможно, окажут адвокатскую помощь по защите ваших интересов.

С уважением, редакция журнала «Домашняя энциклопедия для вас»

Вопрос:

За что только не отвечает наш квадратный метр: отопление газовое – платим за мазутное. Не берут только за воздух с квадратного метра, у кого есть балконы. Обслуживание газового оборудования не проводилось уже 10 лет, а платить вынуждены с квадратного метра. Подскажите, пожалуйста, статью закона РФ, где это прописано. И как государство планирует повышать тарифы ЖКХ в новом 2012 году?

Заранее благодарю, житель г. Липецка Иосиф Викторович.

Ответ:

Внутридомовое газовое оборудование входит в состав общего имущества многоквартирного дома на основании Постановления Правительства РФ от 13.08.2006 г. № 491. За содержание и ремонт внутридомовых инженерных сетей взимается плата на основании ст. 154 жилищного кодекса РФ от 29.12.2004 г. № 188-ФЗ. Размер платы устанавливается на общем собрании собственников помещений в многоквартирном доме. Калькуляционной единицей жилищного хозяйства, установленной на основании «Методики планирования, учета и калькулирования себестоимости услуг жилищно-коммунального хозяйства», утвержденной постановлением Госстроя от 23.02.1999 г. № 9, является квадратный метр общей площади жилья.

Тарифы на тепло в будущем году будут повышаться в 2 этапа, с 1 июля и с 1 сентября. Электричество подорожает только 1 раз – 1 июля, регулирует нововведение Приказ Федеральной службы по тарифам (ФСТ России) от 6.10.2011 г. № 240-э/5 г. Москвы «О предельных уровнях тарифов на электрическую энергию, поставляемую населению и приравненным к нему категориям потребителей, на 2012 год». В случае, если вы столкнулись с необоснованным повышением тарифов ЖКХ и/или получили квитанцию с явно завышенными суммами, вы можете обратиться по тел. «горячей линии»: **8-800-700-8-800**, созданной Общественной палатой России, или по e-mail: problema@opr.ru.

Вопрос:

Расскажите, что такое обязательное медицинское страхование (ОМС) и зачем оно нужно? Можно ли за него не платить?

Кирил, студент, Санкт-Петербург

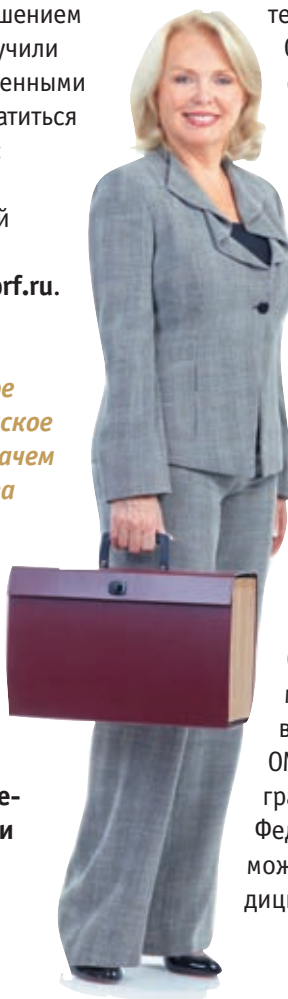
Ответ:

В России основным нормативным актом, регулирующим медицинское страхование, является Закон РФ «О медицинском страховании граждан в Российской Федерации», принятый

28.06.1991 г. (с последующими изменениями и дополнениями), который провозглашает, что медицинское страхование – это форма социальной защиты интересов населения в охране здоровья, целями которой являются гарантия гражданам, при возникновении страхового случая, получения медицинской помощи за счет накопленных средств и финансирование профилактических мероприятий.

Медицинское страхование осуществляется в двух видах – обязательном и добровольном.

Обязательное медицинское страхование (ОМС) является частью государственного социального страхования (в которое включено также пенсионное обеспечение (за счет средств, аккумулируемых Пенсионным фондом РФ), социальное страхование (из средств, поступающих в Фонд социального страхования РФ), социальное обеспечение из средств Государственного фонда занятости населения РФ. Согласно Закону «О медицинском страховании граждан в РФ», ОМС «обеспечивает всем гражданам Российской Федерации равные возможности в получении медицинской и лекарственной



помощи, предоставляемой за счет средств ОМС в объеме и на условиях, соответствующих программам обязательного медицинского страхования».

Базовая программа ОМС разрабатывается Министерством здравоохранения РФ и утверждается Правительством РФ. Территориальные программы ОМС утверждаются органами государственного управления субъектов РФ на основе базовой программы.

Альтернативой системы обязательного медицинского страхования в России является добровольное медицинское страхование.

Вопрос:

Все говорят о повышении качества медицинской помощи, одним из способов которого, безусловно, является повышение оплаты труда медицинским работникам. Скажите, действительно ли планируются в этой сфере изменения тарифов оплаты труда?

Светлана, Подольск

Ответ:

В рамках Программы модернизации здравоохранения, принятой правительством Москвы на 2011–2012 годы, в этом году выделено 72,5 млн рублей, из которых 50 млн пойдет как раз на переоснащение больниц и поликлиник, а остальные – на ремонт и информатизацию зданий. Дополнительно мэром Москвы Сергеем Собяниным было принято решение об увеличении фонда оплаты труда поликлиник, работающих в системе обязательного медицинского страхования. До конца года будет дополнительно выделено 1,1 млрд рублей, что позволит поднять зарплату не менее чем на 10 процентов.

Вопрос:

Как проверить достоверность информации о тарифах различных государственных организа-

ций и ведомств? Как вы можете объяснить то, что на одни и те же услуги существуют разные тарифы, если сравнивать Московский регион с другими? Почему в Москве надо переплачивать за услуги транспорта, ЖКХ, услуги железнодорожного и авиационного транспорта и др.

Не похоже ли это на узаконенный обман простого потребителя?

Архангельский Сергей Сергеевич

Ответ:

Справедливость действующих тарифов на сегодняшний день регулируется Правительством РФ, под контролем которого функционирует **Федеральная служба по тарифам** (ФСТ России), в ее компетенцию входит государственное регулирование цен (тарифов) на товары и услуги субъектов естественных монополий, таких как РЖД, ЖКХ, и т.п.

Следует понимать, что тариф – это система ставок платы (платёж) за различные производственные и непроизводственные услуги, предоставляемые компаниями, организациями, фирмами и учреждениями. К категории тарифов относят также системы ставок оплаты труда. Ввиду того, что наша Россия имеет обширную территорию и различные особенности регионов, такие как климатические, ландшафтные и т.п., с разной развитостью инфраструктур, то надо понимать, что, например, в северных условиях транспортные услуги будут обходиться дороже, чем в регионах с более высокой среднегодовой температурой, так как на один километр транспортировки грузов или пассажиров будет расходоваться большее количество энергии, а значит, и топлива. Данным примером можно обосновать разность тарифов и в других отраслях. Исходя из таких различий особенностей нашего государства, тарифы бывают простые и сложные. Простой

тариф – его ставка является конкретно объявленной величиной, обычно неизменной. Сложный, или составной, тариф – тариф, имеющий достаточно большое распространение в мире, в котором ставка за перевозку единицы груза состоит из нескольких слагаемых, обеспечивающих возмещение различных видов или форм затрат (так построен морской каботажный тариф Украины, России и т.д.). В настоящее время Управлением развития и информационных технологий ФСТ России активно внедряется Единая информационно-аналитическая система ЕИАС ФСТ России, которая должна обеспечить «прозрачность» действующих тарифов в различных отраслях. Также Законом о защите прав потребителей определено то, что любой гражданин имеет право на получение информации об услугах от их производителей и поставщиков, которую он всегда может проверить путем обращения в Федеральную службу по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, у которой существует телефон горячей линии 8–(800) 100 00 04.

Ответы на вопросы, полученные журналом от своих читателей по почте и Интернету, подготовлены юридической компанией «Контакт Служба Правового Взаимодействия», оказывающей содействие в рассмотрении актуальных правовых вопросов в обществе, в интересах граждан и всех читателей журнала «Домашняя энциклопедия для вас».



**Контакт служба
правового
взаимодействия.**

г. Москва, 101502,

ул. Сущевская, д. 21, каб. 19.

Web: [http:// www.KontaktGroup.ru](http://www.KontaktGroup.ru)

[http:// www.Kont-Akt.ru](http://www.Kont-Akt.ru)

E-mail: info@kont-akt.ru

МЕДИЦИНА – НЕ БИЗНЕС

Е. ЗУБЧЕНКО

АУДИТОРЫ УВИДЕЛИ, ЧТО ХОРОШАЯ БЕСПЛАТНАЯ МЕДПОМОЩЬ ДОСТУПНА ДАЛЕКО НЕ ВСЕМ.

Счетная палата РФ (СП), рассмотрев результаты аудита эффективности оказания высокотехнологичной медпомощи (ВМП) населению, пришла к выводу, что объемы бюджетного финансирования в этой сфере не соответствуют реальным потребностям граждан. Эксперты вывод контрольного ведомства не удивил. По их словам, людей с тяжелым заболеванием нередко ставят перед выбором: либо жди несколько месяцев, либо плати. Коррупция сплошь и рядом превращает бесплатную медицину в платную.

Помощь, о которой идет речь, предполагает применение высоких медицинских технологий для лечения сложных заболеваний. ВМП оказывается во множестве областей медицины: от акушерства до трансплантации органов. Аудит, который проводился за 2008–2010 годы и частично – за 2011-й, позволил установить, что объем ассигнований из федерального бюджета на эти цели в этом году составил 44,7 млрд руб., увеличившись по сравнению с 2008-м в 1,85 раза. Число пролеченных больных за этот период возросло в 1,5 раза: в 2011 году оно составит свыше 320 тыс. человек. Вместе с тем СП отмечает: планируемые объемы бюджетного финансирования не позволяют обеспечить удовлетворение реальной потребности граждан в оказании высокотехнологичной медицинской помощи в различных субъектах РФ. Квоты на ВМП ежегодно утверждает Минздравсоцразвития по заявкам из регионов. Однако единых методик расчета нет, поэтому объективно оценить обоснованность и достоверность заявок по отношению



к реальной потребности граждан невозможно, полагают аудиторы. По данным СП, в результате в общем объеме ВМП около 10 процентов составила помощь, оказанная сверх государственного задания, на платной основе. В ходе проверки также выявлены финансовые и организационные проблемы и ограничения при обращении граждан за получением направления на оказание такой медпомощи.

Этим летом появилась информация, что выделенные на 2011 год министерством квоты на получение россиянами ВМП, на 80 процентов закончились уже к середине августа. В результате операции в целом ряде областей медицины, в том числе педиатрические, должны быть перенесены на срок до полугода. В пресс-службе Минздравсоцразвития РФ тогда опровергли эту информацию, сообщив, что квоты на 2011 год исчерпаны только на 50–60 процентов. Как бы то ни было, после этого президент Дмитрий Медведев поручил вице-премьеру Александру Жукову заняться проблемой нехватки квот.

«Обычно такие ситуации как раз летом и происходят, поскольку объемы квот исчерпываются неравномерно», – рассказала журналистам директор программ фонда Екатерина Чистякова. – То есть какой-то регион успевает свою квоту исчерпать, а другой – наоборот, имеет избыток. А перераспределение всегда почему-то чуть-чуть запаздывает. И людям действительно приходится либо ждать, либо платить за лечение. При этом к концу года по многим направлениям квоты исчерпываются полностью.

Иными словами, на сегодняшний день проблема своевременного оказания такой помощи стоит остро. Это первое. Второе: зачастую операции стоят дороже, нежели государство может заплатить. «Конечно, денег всегда не хватает, и это понятно, но факт остается фактом: стоимость квоты меньше, чем стоимость лечения», – говорит г-жа Чистякова. Если исходить из представленных СП РФ цифр, то в среднем оказание ВМП одному человеку по квоте обходится государству примерно в 137,5 тыс. руб., однако надо учитывать, что затраты разнятся в зависимости от типа лечения.

Однако это еще не все. Как рассказал председатель Общества защиты пациентов Андрей Хромов, проблемы у пациента, которому необходима такая квота, начинаются еще в кабинете врача. Сегодня, по сути, идет торговля квотами. Чиновники от здравоохранения просто-напросто придерживают квоты. Чтобы получить ее, человеку нужно проявить недюжинную настойчивость. Часто вы можете рассчитывать на такого рода «бесплатную» помощь, лишь имея знакомства. И, чтобы врач начал хлопотать за вас, вам придется дать взятку. Поэтому естественно, что оценить действительную потребность в ВМП по существующим методикам практически невозможно.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ, ГРАЖДАНЕ!

Н. ЛАРИНА

ГЛАВНЫЙ «МЕДИЦИНСКИЙ» ЗАКОНОПРОЕКТ ПО-ПРЕЖНЕМУ ПЛОХ?

Недавно Госдума приняла в третьем чтении многострадальный проект закона «Об основах охраны здоровья граждан». Наверное, ни один законопроект за последние 10 лет не вызвал столько споров и скандалов. Тем не менее в конце октября глава Комитета Госдумы по охране здоровья Ольга Борзова заявляла: все противоречия между сторонниками и противниками закона успешно преодолены. И поэтому почти готовый документ устраивает и руководителей здравоохранения, и врачей, и пациентов, и экспертов. Мы решили выяснить, так ли это.

Долгое обсуждение законопроекта обогатило русский язык труднопроизносимым словечком «пациентоориентированный». Именно так охарактеризовала закон министр здравоохранения и социального развития Т. Голикова. По мнению чиновников, Россия еще не видела документа, который столь тщательно учитывал бы потребности граждан. Действительно, закон включает в себя ряд новелл, которые на первый взгляд делают российскую систему здравоохранения более прогрессивной. Например, Минздравсоцразвития впервые берется обеспечивать паллиативную помощь (уход за пациен-

ми, чье выздоровление уже невозможно). Кроме того, как утверждают авторы закона, должны «праздновать победу» те, кто отстаивал интересы граждан, страдающих редкими (орфанными) заболеваниями. Обеспечение таких больных лекарствами теперь тоже стало государственной задачей. Также появляются дополнительные гарантии и у «обычных» больных, которым в ходе лечения не подошел тот или иной препарат. «Нынешний вариант гораздо лучше, чем тот, что был представлен ко второму чтению изначально», — сообщил «АН» Леонид Ро-

шаль. — Безусловно,

до идеала пока далеко.

Но я считаю, что в нынешнем виде закон может быть принят».

Такая позиция,

безусловно, не может не льстить Минздраву. Тем не менее эту точку зрения разделяют не все. Главная претензия звучит угрожающе ясно: новые правила запускаются в работу в тех же условиях хронического недофинансирования, в которых отечественное здравоохранение живет уже третий десяток лет.

«Документу не хватает четко прописанных гарантий того, что бюджетное обеспечение здравоохранения будет достаточным, а за расходованием средств установят жесткий и грамотный контроль», — говорит Гузель Улумбекова, руководитель Ассоциации медицинских обществ по качеству медпомощи. — Так было с 2006 года, когда реализовывался нацпроект «Здоровье», — и принес, надо отметить, неплохие результаты. Кроме того, логично и разумно было бы ввести норму, гласящую, что расходы на медицину не могут быть ниже определенного процента от ВВП. Так сделано во многих европейских государствах. В конце 1990-х годов в России обсуждалась Концепция развития здравоохранения, куда был включен такой пункт. Сейчас об этом нет и речи. А если нет денег, все обещанные новшества останутся лишь декларацией».



МНОГОСЛОЙНОЕ ОДЕЯНИЕ

Л. ЧИРКОВА

СЛИШКОМ ДОЛГО МОДЕЛЬЕРЫ ТОПТАЛИСЬ НА МЕСТЕ, БЕЗЖАЛОСТНО ЭКСПЛУАТИРУЯ ОДНИ И ТЕ ЖЕ ОБРАЗЫ. А ТЕПЕРЬ ВОТ ПРОБУЮТ ВНЕДРИТЬ СРАЗУ НЕСКОЛЬКО СОВЕРШЕННО НЕПОХОЖИХ СТИЛЕЙ.

Яркой тенденцией, проявившейся в сегодняшней моде, стало активное продвижение многослойности в одежде. Понятно, что строгость и элегантность, популярные в недавнем прошлом, допускали ее лишь в незначительном количестве. Это было бы слишком раскованным, демократичным и неприемлемым, скажем, для деловых и светских женщин. Сегодня этот «избыточный лаконизм» в одежде уже наскучил, и дизайнеры, обладающие неплохим чутьем, начали менять ориентиры. Тут и подражание восьмидесятым, и уличный стиль гранж, и игра с объемами, и выстраивание сложных конструкций в самых простых предметах дамского гардероба. Все это подготовило почву для того, чтобы соединить побольше тенденций и предложить женщине новый имидж. Итак, что можно и нужно сегодня комбинировать? В принципе, достаточно сказать: «Все, что угодно!» – и это будет совершенно справедливо. Но поста-

раемся все же конкретизировать. Например, последовательницам радикальной моды можно рекомендовать в качестве ориентира коллекции королевы панк-моды Вивьен Вествуд, когда в одном комплекте можно увидеть леггинсы, брюки-капри, блузку с воротничком, джемпер (или свитер), тонкую куртку, меховую безрукавку, вязаную накидку плюс цветастый шарф и перчатки. На первый взгляд это перебор, однако при современных тонких материалах даже в таком ансамбле вы не будете выглядеть как кочан капусты. Похожие варианты можно увидеть и в коллекции от «Спорт-макс», однако впечатление они производят более богемное. Предлагается носить вместе очень узкие брюки-сигареты из плотной эластичной ткани, длинное широкое платье из драпирующихся материалов, удлиненный кардиган из толстой пряжи, а поверх надеть плащ или куртку. Можно еще добавить шарф.

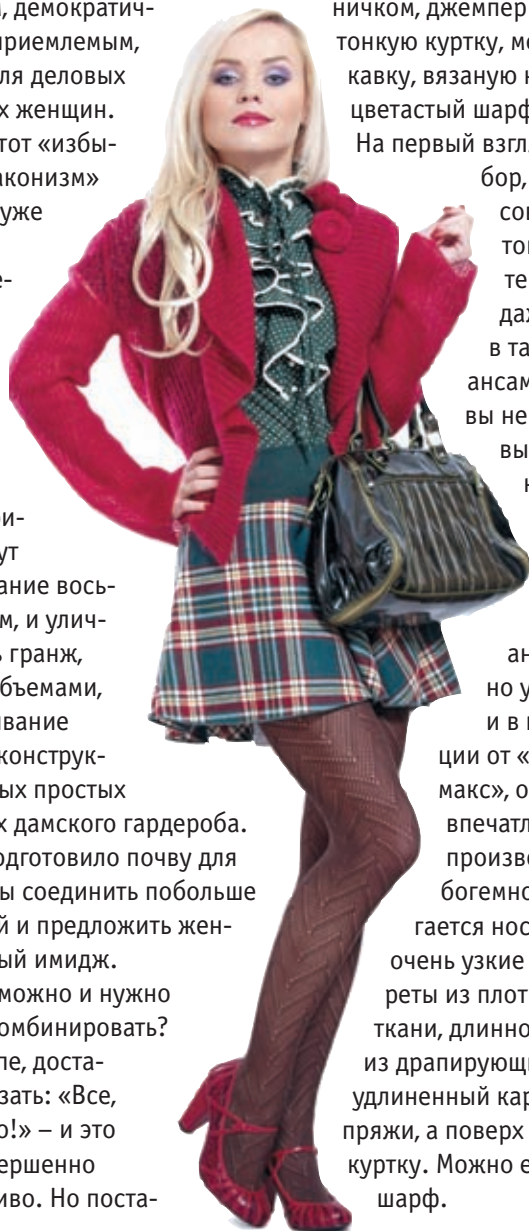
Наиболее доступный вариант многослойности – длинный объемный джемпер поверх платья и узкие брюки.

Однако сегодняшняя многослойность интересна прежде всего тем, что избегает простых примеров.

Чем непредсказуемее сочетания вы подберете, тем любопытнее будет ваш стиль. Не случайно даже создатели одежды для «богатых и успешных» с удовольствием обыгрывают эту тенденцию. Скажем, у Шанель сегодня можно увидеть традиционные для этого

Дома костюмы из буклированной шерсти в сочетании с романтичными блузками из шифона с оборочками и рюшками,

под которые надеты несколько брутальные трикотажные водолазки. Надо отметить, что для российского климата многослойные варианты подходят и с практической точки зрения. Ведь это позволяет нам не только чувствовать себя стильно, но и комфортно.



ВО ИМЯ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОЙ ГРУДИ

В. БОГДАНОВА

ЗАЧЕМ НУЖНЫ СЫВОРОТКИ.

Эффектное, стильное, подчеркивающее достоинства фигуры и скрывающее ее недостатки – платье для праздничного вечера должно быть именно таким. Но, прежде чем надеть модный наряд, позаботьтесь о коже в области декольте.

Сухая кожа

Это самый распространенный тип. Даже обладательницы комбинированной и жирной кожи лица часто жалуются на ощущение стянутости, повышенную чувствительность и потерю упругости кожи в зоне декольте. Если оставить эти симптомы без внимания, в области шеи рано появятся первые морщинки, очаги покраснения и шелушения, а грудь потеряет привлекательную форму.

Очищение

Кожа этого типа не требует дополнительных пилингов и эксфолиации. Ей абсолютно противопоказаны агрессивные антибактериальные средства, содержащие спирт, триклозан или цинковые комплексы. Для первой фазы ежедневного ухода достаточно умывания лосьоном или тоником с увлажняющими компонентами – маслом ши, хитозаном и цетиолоном.

Питание и увлажнение

Выбирайте кремы и сыворотки с микроэлементами (кремний, магний и селен) и экстрактами растений (соя, мухомор и гинкго). Наносить их нужно на слегка влажную кожу легкими движениями по массажным линиям – от середины груди к подбородку и плечам.

Важно

После любых водных процедур (в том числе морских ванн и по-



сещения бассейна) сухой коже необходимо восстановить гидролипидную мантию. С этой задачей успешно справляются увлажняющие кремы и эмульсии, предназначенные для ухода за чувствительной кожей.

Жирная кожа

Главная проблема, с которой сталкиваются обладательницы кожи, склонной к повышенному салообразованию, — высыпания и черные точки. Если они досаждают вам постоянно, прежде чем подбирать индивидуальную программу домашнего ухода, косметолог должен провести диагностику, назначить курс косметического ухода и провести профессиональную чистку. После того как очаги воспаления будут подавлены, поддерживающий уход станет уже не таким сложным делом.

Очищение

Жирная кожа требует глубокого

очищения. Если на ней есть воспаленные участки, ограничьтесь применением обезжиривающих лосьонов с экстрактами коры ивы, тысячелистника и лабазника, а также с азелаиновой кислотой или третиноином, которые подавляют возникновение новых высыпаний.

Питание

и увлажнение

Возьмите за правило ежедневно утром делать двухминутный самомассаж под душем. Массажная рукавичка должна быть натуральной и не слишком жесткой. По окончании процедуры ополосните кожу прохладной водой, промокните ее полотен-

цем и нанесите флюид для жирной кожи с танином или экстрактом чайного дерева. Отдавайте предпочтение дневным средствам с легкой текстурой. Плотные ночные кремы плохо переносятся жирной кожей и закупоривают расширенные поры.

Важно

Один-два раза в неделю проводите более глубокое очищение. Удалите загрязнения и отмершие клетки очищающим молочком или косметическими сливками. Затем нанесите на махровую рукавичку скраб с округлыми синтетическими гранулами и распределите его по коже снизу вверх и от центра груди к периферии, обходя область сосков. Вязкая основа скраба разрыхляет ороговевшие частицы эпидермиса, а твердые гранулы отшелушивают их, выравнивая рельеф. Смыть скраб лучше прохладной водой.

ЭТИ МАСКИ НЕ ИЗ СКАЗКИ

Р. БАРДИНА



Маска для любого типа кожи

Замочите 1 ч. ложку желатина в небольшом количестве холодной воды и после набухания растопите на водяной бане. Добавьте 1 ст. ложку молока и крахмала (или талька).

На лицо, смазанное толстым слоем питательного крема, нанесите кашицу. Не дожидаясь полного застывания массы, снимите ее, предварительно сделав горячий компресс махровым полотенцем на 1 минуту. Состав снимите губкой, смоченной в горячей воде, и ополосните лицо холодной водой. Маска освежает и тонизирует кожу.

Крем-желе

½ ч. ложки желатина замочите до набухания, добавьте 2 ст. ложки меда, ½ стакана глицерина и ½ ч. ложки салициловой кислоты, разведенной в 125 мл воды.

На водяной бане размешайте смесь до однородной массы. Желе увлажняет жирную и увядающую кожу. Храните его в холодильнике в стеклянной или фарфоровой посуде.

Маска для волос

1 ст. ложку желатина разотрите в порошок, смешайте со взбитым яйцом и 2 ст. ложками шампуня. Нанесите состав на волосы, через



час промойте их водой. Маска вернет волосам блеск. Для нормальных и жирных волос можно сделать такую маску с 4 ст. ложками сока репчатого лука.

Гель для волос

Растворите 1 ст. ложки желатина в 200 мл кипятка.

Перед укладкой нанесите состав на волосы.

Маска для рук

Замочите в небольшом количестве воды 25 г желатина. Когда он

разбухнет, добавьте 1 ст. ложку отвара ромашки, 1 ч. ложку лимонного сока и ½ ч. ложки растительного масла (оливкового, миндального, персикового).

Нанесите массу на руки на 25 минут.

Антицеллюлитное желе

Растворите 3 г желатина в 80 мл розовой воды. Добавьте 50 мл глицерина и 3 г борной кислоты.

Влейте каплю розогретого меда и перемешайте.

Дайте настояться 4 часа и наносите на проблемные зоны.

Пена для ванны

Взбейте миксером яйцо, ½ стакана шампуня, 1 ч. ложку желатина и 3 капли розового масла.

Смесь превратится в пену под струей воды. После ванны кожа станет гладкой и нежной.

Это излюбленное средство голливудских звезд.

Ванночка для укрепления ногтей

Растворите 2 ст. ложки желатина в 500 мл кипятка. Остудите, вылейте в миску и погрузите пальцы в состав.

Продолжительность ванночки – 10 минут. Если ногти расслаиваются, делайте процедуры 3 раза в неделю.

ТЕСТ: ТОТ ИЛИ НЕ ТОТ?

М. ЕДАКОВА

ВЫ УЖЕ НЕКОТОРОЕ ВРЕМЯ ВСТРЕЧАЕТЕСЬ С МУЖЧИНОЙ, НО ДО СИХ ПОР ТАК И НЕ ОПРЕДЕЛИЛИ, ХОТЕЛОСЬ БЫ ВАМ СВЯЗАТЬ С НИМ СВОЮ СУДЬБУ: ТО ВАМ КАЖЕТСЯ, ЧТО ОН – ТОТ САМЫЙ ЧЕЛОВЕК, А ВДРУГ МЕЛЬКАЕТ МЫСЛЬ, ЧТО, МОЖЕТ БЫТЬ, ВЫ СЛИШКОМ ТОРОПИТЕСЬ И ЕЩЕ ВСТРЕТИТЕ БОЛЕЕ ДОСТОЙНОГО СПУТНИКА ЖИЗНИ.

1. Вас не раздражают его привычки, манера улыбаться, говорить, смеяться, двигаться, одеваться?

- а) Мне в нем нравится все.
- б) Пожалуй, некоторые привычки вызывают раздражение.
- в) Случается, еле сдерживаюсь, чтобы не сделать ему замечание, а иногда сдержаться не удается.

2. Ваш мужчина уже «встал на ноги» или все еще ищет место под солнцем?

- а) У него есть работа, которая обеспечивает ему стабильный доход.
- б) Он недоволен своим заработком и собирается искать что-то новое.
- в) Ему пока никак не удастся найти занятие по душе.

3. Подвержен ли ваш любимый приступам дурного настроения?

- а) У него ровный и сдержанный характер, он никогда не срывает плохое настроение на других и, уж тем более, на мне.
- б) Бывает, что, когда у него что-то не ладится, он может нагрубить.
- в) Когда у него проблемы, лучше ему под горячую руку не попадаться.

4. Ваш избранник – человек хозяйственный?

- а) Да, он может починить в доме многое, если не все.
- б) Кое с чем он, конечно, справится, но за качество я не ручаюсь.
- в) Он мало что умеет, предпочитая вызывать специалиста – слесаря или водопроводчика.

5. Как он относится к алкоголю?

- а) Конечно, по праздникам позволяет себе рюмочку-другую.
- б) Иногда встречается с друзьями после работы и, бывает, выпивает, не без этого.
- в) Выпить не прочь, был бы повод.

6. Может ли ваш любимый забыть о вашем

дне рождения?

- а) Никогда.
- б) Думаю, да, если накануне не напомнить.
- в) Такое уже бывало.

7. Любит ли он пококотничать с красивой женщиной, например на вечеринке, когда уверен, что вы на него не смотрите?

- а) Нет.
- б) Если «примет на грудь» больше нормы, не исключено.
- в) С ним это, к сожалению, случается.

Подведем итоги

– Если большинство ваших ответов соответствуют букве «а», вы, похоже, нашли как раз того человека, какой вам нужен. Жизнь с ним будет уверенной и комфортной, как за каменной стеной. Он надежен, внимателен, в нем нет того, что чаще всего угрожает счастливому браку и препятствует счастливой совместной жизни.

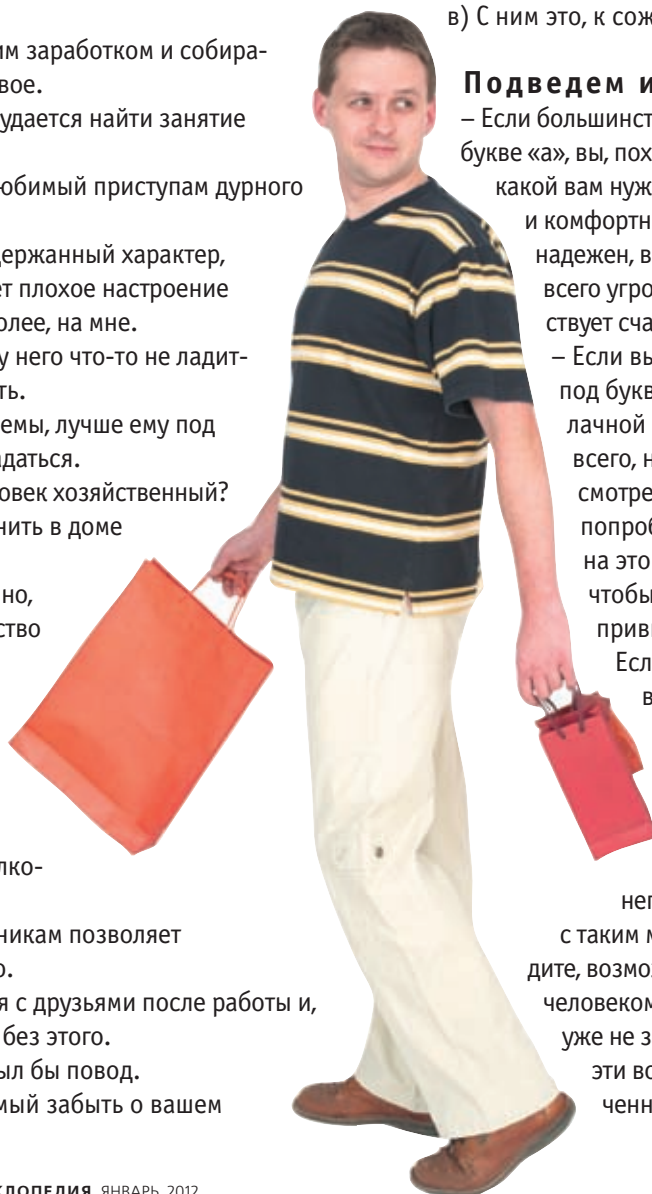
– Если вы чаще соглашаетесь с вариантами под буквой «б», в этом случае безоблачной ваша совместная жизнь, скорее всего, не будет. Стоит внимательнее присмотреться к любимому, дать ему время попробовать изменить себя. Правда, на это надежда слабая. Сомнительно, чтобы взрослый человек поменял свои привычки даже из любви к женщине.

Если на какое-то время он, уступив вашим просьбам, и станет другим, то со временем вернется к прежнему поведению.

– Если же в ваших ответах превалирует буква «в», и раздумывать не стоит. Ничего, кроме

неприятностей, совместная жизнь

с таким мужчиной вам не принесет. Подождите, возможно, встреча с тем единственным человеком, которую судьба припасла для вас, уже не за горами. И тогда, прочитав заново эти вопросы, вы выберете ответы, помеченные буквой «а»...



АЛЕКСАНДР МОРОЗОВ: «СВОЕГО ВОЗРАСТА Я НЕ ОЩУЩАЮ»



За сорок лет своей творческой деятельности народный артист России, певец и композитор Александр Морозов написал более тысячи песен. Многие из них стали шлягерами. Мы все знаем такие хиты, как «Малиновый звон», «Мой голубь сизокрылый», «Папа, подари мне куклу», «В краю магнолий», «Душа болит»... Его песни исполняют Ротару и Пугачева, Леонтьев и Пьеха, Кобзон и Распутина, Лещенко и Понаровская... И еще Александр Морозов смог опровергнуть закон шоу-бизнеса, который гласит, что нельзя исчезать из поля зрения слушателя больше чем на полгода, иначе будешь забыт навсегда.

– Александр, почему вы на три года «заперли» себя в Украине?

– Это было пятнадцать лет назад. В то время я очень переживал из-за распада своей группы «Форум»: нашего солиста Виктора Салтыкова переманили в «Электроклуб». Правда, я привык к ударам судьбы, стал работать с другими исполнителями, многим из которых мои песни помогли остаться на плаву. Достаточно вспомнить Николая Гнатюка, который спел

«Малиновый звон», «Белые ставни» и поднялся на новую высоту. Перед этим у меня распался второй брак, и желания связывать себя с кем-то у меня не было. Но на гастролях в Черкассах увидел симпатичную девушку, и что-то на меня нахлынуло. Татьяна пригласила съездить с ней за город, на хутор, где в маленьком домике жила ее бабушка. Это оказалось такое прелестное живописное местечко, что я сразу же влюбился в эти

края. Может, подействовало то, что вспомнил свои детские годы, которые прошли в маленьком поселке Окница – на границе Молдавии с Украиной. Потом мы с Татьяной поженились. Три года прожили в этих замечательных местах, там же родился наш сын Максим. Живя в селе, стал писать украинские песни, это был плодотворный период жизни. Я жил среди крестьян, участвовал в похоронах и свадьбах, проводях в армию, везде был желанным гостем, мои песни любили.

– А что стало причиной вашего отъезда из России на Кипр?

– Это было время, когда в стране все рушилось, законы не работали, перестали платить авторские. Мое материальное положение ухудшилось. В это время Борис Шпигель (бывший продюсер Николая Баскова) предложил продать ему мои студию и офис. Жена Татьяна ухватилась за это предложение, уговаривая уехать из России. В то время на Кипре можно было недорого приобрести недвижимость. Продав все, кроме квартиры в Москве, мы отправились на Кипр, где прожили три года. Сын Максим пошел в английскую школу, в совершенстве овладел английским языком. Но, несмотря на то, что за границей все было хорошо, красиво, мучила ностальгия, тянуло в Россию. Во мне произошел какой-то внутренний надлом, стал меньше писать. В конце концов, вернулся в Россию, правда, без жены, которая неправильно поняла мое желание покинуть Кипр.

– Когда вы начали сочинять?

– В юности. Я с детства впитал в себя украинские, молдавские, русские мелодии. А композитором стал, даже не получив систематического музыкального образования. Дело в том, что маме было трудно меня прокормить – они разошлись с отцом, когда мне было всего два года. Времена были сложные, я рос без присмотра, и мама отдала меня в интернат, где единственной связью с домом было радио. Как же я слушал песни, зву-

чащие по радио! Я же все их знал наизусть, еще от мамы. И через эти песни имел незримую связь со своим домом... Потом поехал в Ленинград и поступил в пединститут на физкультурный факультет.

– В те годы ленинградская эстрада была очень популярной.

– Я старался не пропускать концерты Пьехи, Хиля, Сенчиной, С. Захарова. Неожиданно для себя на первом курсе написал свою первую песню «Травы пахнут мятой». Это был 1968 год. Песню исполнил болгарский певец Борис Гуджунов. Вышла первая пластинка. «Травы» облетели всю страну, стали очень популярными. Это дало мне возможность поверить в свои силы: раз написал одну песню, можно попробовать еще. И потом появилась «Никто не приглашает на танцы», ее исполнила 16-летняя Ира Понаровская, солистка «Поющих гитар». Потом Люда Сенчина спела «А пока-пока по камушкам...»

– Не будут преувеличением слова, что вы, без сомнения, самый плодовитый композитор из «старой гвардии». Вы не считали, сколько всего написали песен за сорок лет творческой жизни?

– Думаю, за тысячу уже перевалило. Но это не значит, что все они прозвучали на эстраде, по радио или на телевидении. Как стихов у многих поэтов, в столе у меня много песен, которые еще, возможно, ждут своего часа. Не секрет, что песни, написанные в минуту вдохновения, имеют особенность не стареть, остаются актуальными. Тем более что музыкальная мода так быстро меняется, и все возвращается на круги своя.

– Интересно, как вы работаете над песнями? Много ли черновиков идет в стол?

– Процесс создания песни непредсказуем. Иногда услышанная интонация целиком остается неизменной. Помню, был в гостях у поэта Анатолия Поперечного. Он показал мне свои стихи. Стал читать и почувствовал, что от них пошла какая-то волна, я сразу же услышал мелодию. Говорю: «Толь, у тебя какой-нибудь инструмент есть?» Он принес старенькую гитару. Я закрылся в кухне и через полчаса спел готовую песню. Это была песня «Малиновый звон».

– Чем вам оказалась так близка поэзия Николая Рубцова, что так долго храните ей верность?

– Когда впервые прочитал стихи Рубцова, почувствовал их необычайную музыкальность.

Нашел в них и душевное созвучие, и даже некоторое биографическое сходство: деревенское детство, интернат, служба на флоте, любовь к деревне и ее

жителям, общее ощущение природы... Может поэтому и получилось войти в мир поэта и затронуть его струны, которые не просто звучали в лад с поэтическими строчками, но и вдохнули в них новый и глубокий смысл. Написанные песни и романсы вошли в сборник «В горнице моей светло», который был издан к юбилею Николая Михайловича Рубцова. Вообще, мне посчастливилось сотрудничать со многими замечательными поэтами. Некоторых, к сожалению, уже нет. Это и Михаил Рябинин, и Леонид Дербенев. Больше двадцати лет работаю с Анатолием Поперечным. Еще в Ленинграде познакомился с Ильей Резником, вместе мы написали несколько песен. Это «Мариночка-Марина», которую исполняет Михаил Шуфутинский, «Женщины, которых мы любим» и другие. Плодотворное сотрудничество у нас с Ларисой Рубальской, Николаем Зиновьевым. Последние годы активно работаю с молодым поэтом Евгением Муравьевым.

– Александр, у вас как-то странно складывалась судьба: учеба в радиотехническом ПТУ, занятия спортом, техникум, пединститут...

– После пединститута я понял, что у меня маловато специальных музыкальных знаний: я же не учился ни в музыкальной школе, ни в музыкальном училище. В виде исключения меня приняли в Ленинградскую консерваторию. Здесь отучился три курса, а потом, к сожалению, пришлось уйти: учебе мешала активная гастрольная жизнь, а к этому времени у меня уже была семья. К тому же на старших курсах надо было сочинять «крупную форму», а я по своей природе песенник.

– У вас долго не складывалась личная жизнь.

– И это несмотря на то, что, создавая семью, настраивался на долгие, прочные отношения. Но, как говорится, человек предполагает, а Бог располагает. Так случилось, что трижды



С дочкой Сашей

ЗАВТРА НАЧИНАЕТСЯ СЕГОДНЯ

Георгий ЗАЙЦЕВ

МОЛИТВА

Это не попытка завещанья,
Это жизни сложной обещанье,
Что хандрить не следует ещё,
Что ещё осталось дел немало,
Ждёт, как прежде, старенькая мама,
И с врагами не окончен счёт.

Просто просишь в небе потемнела,
Просто голосит от боли тело,
Снова наступает сонм простуд,
И, осенней слякотью придавлен,
Всей душою находясь в недавнем,
Я веду суровый самосуд:

Что сваял, кому помог в дороге
И какими строками в итоге
(Их найдут в пыли библиотек).
Будут очарованы потомки,
Разрешив мои головоломки,
А возможно, выставив на смех?

Что-то удалось и удаётся...
Потому-то сердце сильно бьётся,
Потому-то искренне борюсь
С хищными и жадными рвачами
И пишу бессонными ночами
Про мою разграбленную Русь,

Доходя порою до экстаза
От шагов широких «Нефтегаза»
И от думских «всенародных» дел...
Я здесь был и здесь свой след оставил,
В грозной сечи без мечей и правил,
От переживаний поседев.

Не судите, недруги и други,
А пожмите вы друг другу руки,
Не хулите слог мой и дела.
Я дарил другим души крупницы,
Чтобы в светлых думах отразиться,
Как в прудах тамбовского села.

Не святой. «Не скрою –
грешен, Боже!..» –
Признаюсь я, жизнь свою итожа,
Сорок лет безбожно голосил,
Но крещёный я к тебе причалил –
Жаль, что лишь в конце, а не в начале...
Ты помилуй, Отче, и спаси!
2010

ВНУКУ ЯРОСЛАВУ

Завтра начинается сегодня!
И чего бы кто ни говорил –
Человек, к улыбке непригодный
Приземлен и, в общем-то, бескрыл.

Улыбнись, проснувшись на рассвете,
Солнышку подставь глаза свои,

18 декабря прошлого года главному редактору нашего журнала поэту Георгию Зайцеву исполнилось 65 лет. Коллектив редакции поздравляет его с этой датой и желает ему новых успехов в издательской деятельности, в творчестве и главное – крепкого здоровья. Надеемся, что стихи этой подборки покажут вам не только его поэтическое кредо, но и близко принимаемые к сердцу болевые проблемы России.

Вспомни в хлябь о том грядущем лете,
Где расколют небо соловьи.

И к тебе из дальнего далёка
Завтра обратит своё лицо,
А на нём-то – взгляды с поволокой,
На руке – венчалное кольцо,

И наказ, востребованный небом,
Памятью прапращуров из мглы:
Завтра не довольствуется хлебом –
У него духовные углы.

И на них сегодня натываясь,
Больно ударяясь на ходу,
Ты пойми, судьба у нас такая –
Русская

в двенадцатом году.

2011

Уж вы поверьте, вы поверьте –
Пришла эпоха МНС:
Повылезали, словно черти
Из табакерок, в русский лес.

И правят бал, бабла алкая
И, покупая светских шлюх.
Они – из Питера, с Алтая –
Души задраивают люк,

Моей души и, может, вашей,
Чтоб чувства наши заглушить,
А ведь их место у параша,
Но размножаются, как сныть.

Им несть числа!.. Но в мире этом –
Уж вы поверьте мне теперь! –
Вновь доброта – высоким светом –
На месте горестных потерь.

Пусть у ворья в законе жажда –
Гнобить пристанище души...
Но ты недаром жил однажды,
Не зря точил карандаши.

На поэтическом пригорке
Сидел, осмысливал прогресс,

Хоть и мешал писать Егорке
Тот самый ушлый МНС.
2007

ВЕСЁЛАЯ КРЕЩЕНСКАЯ БАЛЛАДА

Тридцать градусов мороза,
Льды трещат, горбы снегов,
На окне грустит мимоза –
Жаждет солнечных деньков.

Стынет кровь, дыхание клинит,
Но народец боевой,
Не боясь крещенской стыни, –
Прямо в прорубь с головой.

Разудала ватага,
Белый пар от жарких тел,
Босоногая атака
На бацилльный беспредел.

А ватага – по сугробам,
Краснотелая, в кружок:
Два притопа, три прихлопа,
Подключайся-ка, дружок!

Ох, Россия, мать честная,
Что за удаль, что за пляс?!
Словно сила неземная
Зазывает в прорубь нас.

Тридцать градусов – не шутка,
Вон сосульки на усах,
Но не боязно, не жутко –
Не прессует сердце страх...

А потом затопим баню.
Парой веников крутя,
Я тебя, моя Матаня,
Отхлестаю как дитя.

Вдоль по телу, чуть касаясь,
Поперёк пройдусь потом,
Да с прикладкою. Босая,
Убежишь в нагретый дом.

Ну а я, в сугроб ныряя,
Плавя снега под собой,
Отпечаток у сарая
Оставляю, молодой.

Углубление посередке
Обнаружит мой сосед.
Мол, лежал, как на молодке,
А её в помине нет...

Не пошли, сосед, не надо,
Я на небе, на седьмом,
И давай, пока что баба
Убежала в тёплый дом,

Выпьем водки, с перезвоном,
Хлебом с салом закусив,

И огурчиком солёным –
Как ведётся на Руси.

И, подвыпив на Крещение,
С парой веников в руках,
Попросив у всех прощенья,
Я растаю в облаках –

Растворюсь, забыв о бедах,
Дуб с берёзой вместо крыл...
Только жалко, что соседа
Я с собой не захватил.

А проснувшись утром ранним,
Вспомню всё-таки с трудом –
Что там было в жаркой бане,
И не вспомню, что потом.

Лишь звезда светло горела
В небе мглистом и большом,
Где моё земное тело
Повстречалось с душой.
2011

ТИХОЕ ВРЕМЯ

Тихая, тихая, тихая грусть.
С солнцем прощается розовый куст,
Тихая заводь с холодной водицей,
Тихий погост вдалеке от столицы.
Тихих оградок холодная ржа.
Тихо стою и почти не дыша.
Тихо колыхнется голая ива,
Тихо шуршит у ограды крапива,
Тихо воркует в речушке вода,
Окунь тихонько вздохнет иногда.
Тихо гуляет по кладбищу ветер.
Холодно, грустно и тихо на свете
Этом,
а что же нам будет на том?
Это оставляю, друзья, на потом.
У тишины попрошу разрешенья,
Чтобы малейшее сделать движенье
И не вспугнуть эту робкую тишь...
Словно в качалке родительской спишь.
Медленно я зажигаю свечу,
Вроде стою, а как будто лечу.
В этой почти гробовой тишине
Тихая песня проснулась во мне.
Вдруг прогремел разухабистый дятел
И расколол пополам тишину.
Тише ты, тише, веселый приятель,
Ты посмотри что стоит на кону!
Я тишиной упиваюсь нечасто –
Ласковый воздух пьянее вина
И, подарив ощущение счастья,
Душу мою наполняет до дна.
2011

Ой, как люди измельчали!
Ох, как скурвилась душа!..
Утоли мои печали,
Приснопамятный Левша.

Выкуй сивку – славу бурку,
Окропи водой святой,

И помчит по переулку
Славный хлопец молодой.

Он вернётся в стольный город,
В мир улыбок, в дивный свет,
Он душою так же молод,
Как назад полсотни лет.

Он готов на покаянье,
Он и к подвигу готов,
Он стремится на свиданье
С первой девушкой...

Потом

Будет много разных женщин,
Грозных стычек, пота град,
Он упорен, не застенчив
И ни в чем не виноват.

Как святой. И в этом ужас
Ощущения пути,
«Повинись!» – кричу, натужась,
Всем скажи своё «прости»!

И готов бы, но с Левшой
Не сошёлся я в цене,
И с обидою большою
Отдыхаю в стороне.
2009

ВЫСОЦКИЙ

Отхрипел,
откумирил,
отпрыгался
На подмостках огромной
страны,

Будто яркая звонкая
рыбика
На ледке под свеченьем луны.

И гитара - подруга и спутница,
Отрыдала над русской
землёй,

Только и через годы аукнется
Всё, что стало священной золой.

Лихо кони несли привередливо
И хрипя, и тараща глаза,
А талант, как высокое дерево,
Поднимал его на небеса.

И заката клинок позолоченный
Возникнул над его головой.
До сих пор его песни – пощёчины
Человечьей гордыне живой.

И поёт он надрывно по-прежнему,
Мне поёт, а возможно, и вам,
Ударяя с размаху по Брежневу,
По другим высоченным чинам.

Отрыдал,

отхрипел,

успокоился,
В бронзе встал он с гитарой своей,
Словно яшень у русской околицы,
И ревнует к нему Мавзолей.
2011

МАРАФОН

Я не первый поэт в этой славной стране,
Где немало хороших поэтов,
Тех, что сердце сжигая в ночной тишине,
Всё никак не найдут на вопросы ответов.

Жизни смысл? Суть различных вещей?
Почему на любовь наступают измены?
Почему насаждает Бессмертный Кощей
И диктуют поступки родителей гены?

Поэтический этот больной марафон
Пробегают десятки, а может, и сотни,
Ну и каждый считает,
что первый – лишь он,
Остальные – тусовщики,
там, в подворотне.

Se la vie, господа, и опять se la vie!
Нам оценки поставит судьба ненароком,
Номера не присвоит, и строки любви
Будут мир прошивать поэтическим током.

Даже если останусь одною строкой –
Я не зря перевёл столько белой бумаги,
И не зря трепетало стило под рукой,
Правду-матку рубить мне хватало отваги.

Я страдал, как никто не страдал никогда,
Я казнился и чувствовал боли чужие,
И меня измотала ночная страда –
Марафон, где я делал шаги небольшие.

Я не первый, конечно, и пусть не второй.
Десять книжек стихов раскупили, и кто-то
Прочитает страницу вечерней порой
И познает души утомлённой работу.

Марафон продолжается: снова строка
На бумагу ложится, как росы с рассветом,
Убегая поспешно и, наверняка,
Я не знаю каким, но останусь поэтом.
2011

Затухают в сердце страсти,
Дух смирения в груди.
И уже не в нашей власти
Всё, что будет впереди.

Льют дожди, снега – в полцарства
Отдаляют нас с тобой.
И не действуют лекарства,
Пробуждавшие любовь.

Со смирением и грустью
Принимаю вызов сил,
От которых гаснут чувства,
Свет возвышенный не мил.

Плачет день слезами неба,
Время буйствует. Но вновь,
Как вода и пайка хлеба,
Мне нужна твоя любовь.

И взорвусь, и расцелую,
И войду в тебя стрелой.
Пусть лишь после «аллилуйя»
Мне споёт пчелиный рой.
2011

АЖУР В ПРИХОЖЕЙ

Самодельная ажурная вешалка в прихожую представляет собой плоскую раму, сваренную из стального прутка 15 x 15 и полосовой стали 15 x 3 мм.

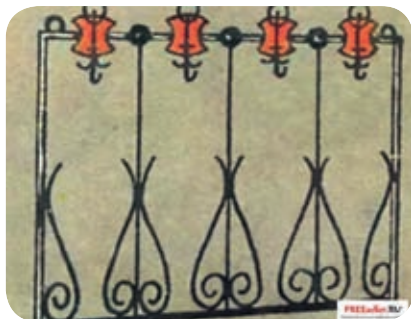


Рис. 1. Внешний вид самодельной ажурной вешалки в прихожей

В ее левую часть встроено зеркало размером 100 x 420 мм и полочка для перчаток размером 320 x 120 мм.

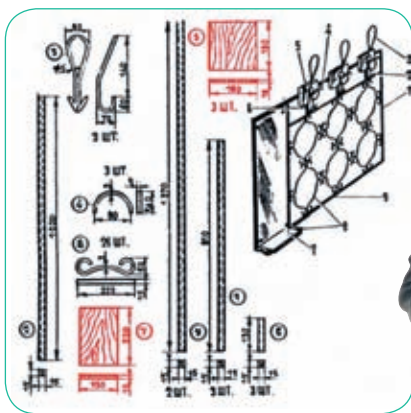


Рис. 2. Основные размеры деталей самодельной вешалки.

1, 2, 9 – элементы рамы вешалки; 3 – крючки и вешалки; 4, 8 – элементы орнамента; 5 – декоративная панель; 6 – вертикальная перемычка; 7 – полочка.

В данной конструкции предложены оригинальные и удобные крючки для одежды. Вешалка особенно хорошо смотрится, если смонтировать ее на листе линолеума или другого пластика яркого цвета, отличающегося от цвета стены.

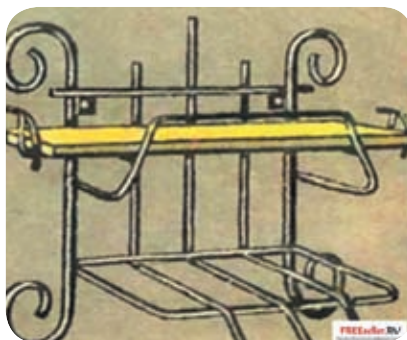
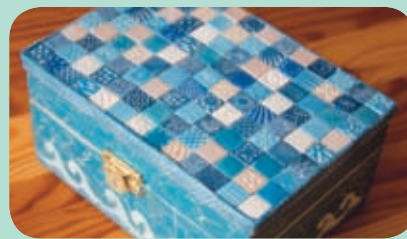


Рис. 3, рис. 4. Другие варианты самодельных ажурных вешалок в прихожую



ШКАТУЛКА



Такую шкатулку для милых дамских безделушек легко сделать за несколько часов из фанерного мини-комода. Для этого вам понадобятся:

- деревянный мини-комод, например «Моппе» (магазин IKEA);
- лист плотного картона;
- ножницы;
- клей «Момент»;
- обойный клей или клейстер;
- кисточка для клея;
- папиросная бумага;
- декоративная бумага с ярко выраженной текстурой;
- лак;
- атласная лента;
- мебельный степлер.

Порядок работы:



Из картона вырезаем небольшие квадратики одинакового размера. На ту сторону ящичков, которая будет фасадом, приклеиваем «Моментом» картонные квадратики в шахматном порядке (у нас фасадом стала внутренняя сторона из-за дырочек-ухватов). Обойным клеем обклеиваем фасады сначала слоем папиросной, а затем декоративной бумаги с ярко выраженной текстурой. После того как клей высохнет, покрываем поверхность лаком для придания ей блеска и лучшей сохранности. С внутренней стороны ящичков мебельным степлером прибиваем ручки.

ЛОФТ – ЭТО БОЛЬШОЕ ДОСТОИНСТВО

М. ПУПШЕВА



Я получила в наследство квартиру – очень неудобную, угловую, на верхнем этаже пятиэтажки. На потолке и стенах обеих комнат – жуткие следы от старых протечек, на батареях – ржавчина, сантехника – ровесница дому, которому вот-вот «стукнет» полсотни лет. Скажите, есть ли какой-то простой и дешевый способ преобразить жилье?

Рита Студец

Во-первых, Рита, мы вас поздравляем. Своя квартира смолоду – эх, повезло же вам! А во-вторых, вам повезло дважды, потому что из всех недостатков вашей квартиры обнаруживается одно большое достоинство – стиль. Он называется «лофт» и, можно сказать, задан естественно. Вам предстоит пережить дивные минуты творчества, а затем всеобщего восхищения. Если, конечно, вы твердо решите отрясти со своих ног прах тюлевых занавесок, плюшевых покрывал, мебельной отделки «под дуб» и т. д.

Немного истории

В переводе с английского слово «лофт» означает «верхние апартаменты», но полный смысл этого слова подразумевает не обязательно «последний этаж», а специфическую организацию внутреннего

пространства. История лофтов началась в конце двадцатых годов прошлого века. Тогда многие производственные помещения не использовались по прямому назначению, и представители богемы стали пионерами их освоения в качестве жилья. Скромная арендная плата, простор фантазии и места, где эту фантазию осуществить, – вот что подвигло людей артистического мира или артистического склада характера на вселение в лофты.

Как быть?

Если хотите зажить жизнью в новом стиле, вам придется снести все перегородки, кроме отделяющих ванную и капитальных. Получится единое пространство бывшей так называемой «большой» комнаты и кухни. Восемнадцать квадратных метров плюс шесть – это уже двадцать четыре. Да еще сразу с двумя окнами, одно из которых с балконом. Светло-то как будет!

Что, кухню жалко?

Забудьте! Кухня в любом помещении далеко не главное. Рациональный набор кухонного обихода состоит из компактного уголка, куда умещаются плита, раковина и шкафчик для посуды. Холодильник, СВЧ-печь и кофеварка вполне могут «убежать» из кухонного угла в любую сторону.

СОВМЕЩЕНИЕ ВРЕМЕН

О. БЕЛКИНА

Куда же пристроить бабушкино наследство, чтобы оно не затерялось и вписалось в уже существующий в доме интерьер?



Не надо путать

Лучше, если старые и современные вещи не будут соседствовать: старина проиграет – вся ее долгая жизнь будет как на ладони.

Чтобы правильно найти для нее уголок, надо знать не только ее возраст, но и эпоху, в которой она существовала. Но это не значит, что старые вещи должны стоять в полном одиночестве. Вокруг них нужно создать определенный стиль. Подберите одно-два удачных дополнения. Например, над старым креслом повесьте часы или картину в фигурной раме, а на комодик поставьте подходящую вазу, статуэтку или подсвечник. С такими вещами будут гармонировать гобелен, вязаная или кашемировая скатерть (неприменно с вышивкой, которая придаст вещи неповторимую прелесть). Комод, диван или кресло можно сдвинуть к окну, подобрав шторы, которые будут гармонировать с ним по цвету. Так, к этажерке или венскому стулу подойдут тюлевые занавески и скатерть в горошек или в клетку, а лампу на этажерке можно прикрыть шелковым абажуром.

Цель – единство

Если вы все-таки хотите придать интерьеру единство, то обейте, например, стильные стулья или кресло, тахту или банкетку одинаковой тканью, подбирать которую надо к наиболее ценным вещам. Или сделайте из такой же ткани шторы.

СЛАДКИЙ ПРАЗДНИК



Масло, сахар, цедру лимона и ванильный сахар взбейте, добавьте крахмал, муку, соль, соду и яйца. Миндаль очистите, измельчите, смешайте с вымытыми и обсушенными ягодами и цукатами и добавьте в тесто.

Вишни посыпьте мукой и добавьте в тесто вместе с ромом.

Массу поместите в форму, смазанную жиром, и выпекайте 40 минут при средней температуре.

Фруктовый торт

450 г различных фруктов, 150 г сливочного масла, 1 стакан сахара, 2 яйца, ½ ч. ложки цедры лимона, 1 пакетик ванильного сахара, ½ ч. ложки пищевой соды, 2,5 стакана муки, 1 полная ложка сухих дрожжей.

Подготовленные фрукты, масло, сахар и приправы всыпьте в кастрюлю, залейте стаканом воды и проварите в течение 10 минут.

Остудите и добавьте питьевую соду и взбитые яйца, затем всыпьте муку, смешанную с разведенными дрожжами, и все хорошо перемешайте.

Форму для торта диаметром 20 см выложите промасленной пергаментной бумагой, выложите на нее приготовленную массу и при умеренной температуре выпекайте торт в течение 1 часа.

Подавайте на стол холодным.

Воздушный яблочный торт

700 г яблок, 7 белков, 150 г сахарного песка.

Испеките яблоки, а когда они остынут, протрите их через сито.

Белки взбейте в крепкую пену, постепенно смешивая их с яблочным пюре и добавляя постепенно 100 г сахара.

Торт «Венский вальс»

150 г сливочного масла, по 125 г сахара и растертого шоколада, 1 плитка шоколада, 6 желтков, 7 белков, 125 г муки тонкого помола, абрикосовое варенье.

Смешайте сливочное масло с сахаром, по ложке добавляя растертый шоколад и желтки (по одному). Тщательно все перемешайте, осторожно добавьте взбитые в пену белки и муку тонкого помола. Выпекайте на небольшом огне в смазанной сливочным маслом форме.

Переложите на сито и смажьте (если есть возможность – на следующий день) сверху абрикосовым вареньем и полейте растопленным шоколадом.

Торт к чаю по-английски

По 125 г сливочного масла и сахара, 160 г крахмала, 30 г муки, 3 яйца, 60 г миндаля, 80 г засахаренных вишен, по 2 стол. ложки мелко нарубленных цукатов и рома, ½ ч. ложки цедры лимона, ½ пакетика ванильного сахара, ½ ч. ложки соды, щепотка соли.





ВНИМАНИЕ!

КОНКУРС ПРОДОЛЖАЕТСЯ.

Отправляйте корреспонденцию по адресу:
127055, Москва, Суцеская ул., 21,
Издательский дом «Звонница-МГ».
Фамилию, имя, отчество и адрес
с почтовым индексом пишите, пожалуйста,
печатными буквами.

ДОМАШНИЕ ДРОЖЖИ



Живые дрожжи незаменимы при гепатитах, сниженном иммунитете, хронических простудных заболеваний, белковом голодании. В нашу эпоху стрессов, сердечно-сосудистых болезней и авитаминозов употребление живых дрожжей с пищей очень и очень желательно, тем более что этих «животных» совсем несложно «вырастить» у себя дома. Сосем не обязательно идти в бакалею, когда вам понадобятся дрожжи. Воспользуйтесь

небольшим количеством изюма. Положите в стеклянную посуду, например в банку, горсть сушеных ягод (100 граммов), залейте водой и добавьте 3–4 столовые ложки сахарного песка. Плотно закройте и поставьте в теплое место на 4–5 дней. Потом процедите забродившую массу. Можете использовать как дрожжевую закваску для пирогов, тортов или приготовить полезные напитки и квасы с живыми дрожжами.

Мария Стручкова, г. Тула

Ежемесячный журнал-дайджест
№ 1/2012

Учредитель: Зайцев Г.В.

Издатель: Издательский дом
«Звонница-МГ»

Главный редактор
Георгий Зайцев

Шеф-редактор и составитель
Надежда Зиновская

Дизайн и верстка
Людмила Вагурина, Владимир Авсиян

Менеджер по распространению
Людмила Кубанова (495) 787 - 65 - 04

Адрес редакции:

127055, Москва, Суцеская ул., 21

Телефон: (495) 787 - 65 - 04

Факс: (499) 972 - 30 - 64

e-mail: zv-press@mail.ru

Журнал зарегистрирован в Комитете
Российской Федерации по печати
Регистрационный номер 018454
Лицензия ИД № 02635

Цена свободная

Подписано в печать с готовых диапозитивов
Формат 60 x 84/16. Усл. печ. л. 5,6. Печать офсетная. Бумага офсетная.
Отпечатано в ОАО «Московская газетная типография».
123995, Москва, ул. 1905 года, д. 7, стр. 1.
1-й завод (1-35 000 экз.) Тир. 60 000 экз. Зак. № 4717

Редакция приглашает к сотрудничеству
распространителей, рекламные агентства и рекламных агентов.
С предложениями обращаться
по тел.: (495) 787-65-04.

В номере использованы материалы сайтов: www.argumenti.ru, www.a-pesni.golosa.info, www.autobild.ua, www.newizv.ru, www.sudarushka.su, www.goodhouse.ru, www.aif.ru, www.bt-lady.com.ua, www.brendmix.ru, www.superstyle.ru, www.GlobalScience.ru

Наши подписные индексы

В каталоге агентства «Роспечать»:

Журнал «Домашняя энциклопедия для вас»
для библиотек и учебных заведений

79164

для остальных подписчиков

79163

годовая подписка

45994

Журнал «Веселый затейник»,

со скидкой для

подписчиков «ДЭ для вас», **72468**

для остальных подписчиков **72469**

В объединенном каталоге «Пресса России»:

Журнал «Домашняя энциклопедия для вас»
43035

Журнал «Веселый затейник»

43039

В каталоге «Почта России»:

Журнал «Домашняя энциклопедия для вас»

10906

Журнал «Веселый затейник»

10905