

# С легким паром

Июль – самое время отправиться в лес на заготовку банных веников

При правильном сборе сырья, сушке и хранении с помощью банных веников можно улучшить и омолодить кожу, вывести из организма шлаки и токсины и даже победить приступы астмы. Чтобы любители бани взяли всю пользу от природы, «ОГ» подготовила план по заготовке веников.

Опытные банщики уверяют, при соблюдении всех правил веники смогут храниться не один год, оставаясь такими же полезными для организма, чуть ли не являясь «банной панацеей».

## 1 | Время

Как уверяют эксперты, банные веники из лиственных деревьев, особенно березы, являются наиболее популярными. Однако, не все знают, в какой именно период их нужно заготавливать.

– Сейчас в Свердловской области заготавливают веники из березы, дуба и рябины. Сокодвижение этих деревьев остановлено, проще говоря, сок и смола не идут, а все питательные вещества зафиксированы. Листья к этому времени уже полностью распустились, важно, чтобы они не были жесткими и крепко «держались» за ветку, – делится опытом Елена Ковалева, она занимается заготовкой веников уже 7 лет.

В этом деле нельзя ни спешить, ни опаздывать. Слишком рано собранный веник «облещет» еще при сушке, так как молодые листочки плохо держатся на ветках. При позднем сборе листья будут жесткими, из-за чего впоследствии могут повредить кожу.

## 2 | Сбор

Наиболее подходящими для сбора веников считаются места вдали от дорог и поселений. По словам биологов, растения, так же как люди, принимают в свой организм из окружающей среды и хорошее, и плохое. Деревья «дышат» листьями, а значит, напишавшие выхлопными газами веники не принесут никакой пользы.

### БЕРЕЗОВЫЙ ВЕНИК

- ▶ Помогает при болях в мышцах и суставах;
- ▶ Очищает кожу от угрей и сыпи, делает ее гладкой и упругой;
- ▶ Способствует быстрому заживлению ран, порезов и ссадин;
- ▶ Помогает расширять мелкие бронхи и разжижать мокроту;
- ▶ Улучшает вентиляцию легких, поэтому рекомендован астматикам;
- ▶ Выводит из организма шлаки, токсины и соли;
- ▶ Помогает бороться с растяжками.

### ДУБОВЫЙ ВЕНИК:

- ▶ Жирную и проблемную кожу очищает, делает матовой и упругой;
- ▶ Аромат препятствует повышению артериального давления в парной;
- ▶ Успокаивает нервную систему и позволяет расслабиться;
- ▶ Обладает бактерицидными и противовоспалительными свойствами, поэтому рекомендуется людям, часто страдающим ОРВИ и простудными заболеваниями.

### РЯБИНОВЫЙ ВЕНИК:

- ▶ Укрепляет иммунитет;
- ▶ Стимулирует физическую и умственную активность;
- ▶ Улучшает состояние кожи, кровообращение, обмен веществ;
- ▶ Нормализует давление, вес;
- ▶ Выводит из организма вредные вещества;
- ▶ Борется с атеросклерозом, вирусными заболеваниями.

Выбирать сырье тоже нужно с умом. Лучше всего для сбора березового веника подойдут молодые деревья, но не юные. Чтобы не погубить их, опытные банщики советуют собирать прутья 5-6 деревьев. Так и вред природе наносится минимальный, и аромат будет богаче.

Рекомендуется срезать тонкие боковые ветки – из тех, что растут низко. Они должны быть прямыми, около полуметра в длину.

Для дубовых веников стоит срезать прутья без желудей, так как после их образования все питательные вещества из листа уходят, забирая всю пользу. Подходящие ветки должны быть эластичны –

легко деформироваться и не ломаться на изгибе.

В рябиновый веник берут ветки, растущие в средней части дерева: молодые, с обильной листвой. Для вязки используют прутья разной длины: короткие располагают по краям, длинные – в центре.

Выдвигаться на охоту за пользой природы стоит утром или вечером. Ботаники говорят, что ветки, срезанные в период с 7 до 10 утра, накапливают в листе максимум пользы, которая сохранится и раскроется при распаривании. При раннем сборе, главное – дожидаться сохода росы, тогда и сушка веника займет меньше времени.



ГАЛИНА СОЛОНЬВА

– Из веток, собранных во второй половине дня, лучше всего после 4 часов, вся лишняя влага испаряется под воздействием солнечных лучей. Такой веник может храниться не один год, а при распаривании не сбросит листву и не даст неприятный запах затхлости, – утверждает Елена Ковалева.

## 3 | Сушка

Собранному сырью стоит дать день «отдохнуть» в тени. Затем, некрепко связав. Идеальный веник должен удобно лежать в руке и не быть слишком толстым. Сушить банные заготовки нужно в подвешенном состо-

янии. Обязательно это делать под навесом, в хорошо проветриваемом месте, куда не попадают солнечные лучи.

– Если веник будет сушиться на солнце – он испортится. Листья скрутятся и станут ломкими, тогда париться придется одним ветками. В тени – другое дело. Определить, высох ли наш веник, очень просто, нужно проверять листочки, если ломаются – все готово, – рассказывает банщик Андрей Гаврилов.

Высушенные заготовки нужно хранить в сухом месте в подвешенном состоянии, также избегая солнечных лучей, иначе все полезные свойства исчезнут.

## 4 | Запаривание

Опытные банщики отмечают, хорошим веником можно пользоваться до 7 раз без потери целебных свойств и аромата. Замачивать можно в горячей, теплой или холодной воде. Березовые или дубовые изделия советуют предварительно оставлять в холодной воде на полчаса, затем перевернуть на другую сторону и выжать еще столько же. После этого веник можно на пять минут оставить в горячей воде (50–60°C) и использовать по назначению.

Екатерина СЕРДИТЫХ

[ КАРТОФЕЛЬНАЯ КЛУМБА ]

## Есть ли польза от цветков «второго хлеба» и нужно ли их удалять с кустов

Это картофельное поле во время цветения больше похоже на клумбу: крупные цветки бледно-фиолетовой окраски на фоне зелени листьев смотрятся очень эффектно. Именно так пышно цветет картофель сорта Ирбитский, созданный знаменитым уральским селекционером Еленой ШАНИНОЙ. Но прежде всего этот сорт знаменит тем, что дает крупные вкусные картофелины.

Пока еще селекционеры не додумались создавать новые сорта картошки исключительно ради цветков. Размеры венчика, окраску выбирает сама природа. Но, может, когда-нибудь на декоративность картофельных цветков обратят внимание специалисты и целенаправленно станут выводить картошку для клумбы. А пока мы можем выделить сорта с декоративным цветением из обычных.

– Таких сортов немного, но они встречаются, – говорит картофелевод из села Грязновское Богдановичского городского округа Анатолий Киселёв. – Кармен красиво цветет – яркими красными бутонами, красивый цвет у Фламинго, у того же Ирбитского. У меня знакомые из Кировской области, когда его посадили, то и дело слышали от соседей: «Что за цветы вы разводите на картошке?»

У цветков картофеля пять лепестков. Но их расцветка может быть самой разной: белой, сиреневой, розовой, красной, фиолетовой, белой с легкой желтизной. Размеры и расцветка зависят от сортовых характеристик. Но ревнители больших урожаев цветки картофеля не жалуют: считается, что те питательные вещества, что растение тратит на цветение, с большей пользой пригодились бы для получения урожая клубней. Поэтому специально создаются сорта, которые к уборке клубней не успевают зацвести. При этом показатели урожайности и вкусовые характеристики клубней у них весьма высокие. Многие картофелеводы, выращивающие обычные сорта, считают, что цветки надо выщипывать: так растение не будет тратить силы на образование надземных плодов, которые никому не нужны.

– По этому поводу уже немало копий было сломано, – смеется Анатолий Киселёв. – Задаются таким вопросом конечно, частники, у которых площади под картошкой невелики. Но были статьи и проводились специальные научные исследования: как оказалось, некоторые сорта картофеля действительно положительно отзываются на удаление цветков. Правда, основная масса реагирует на это снижением урожая. Выяснилось, что удаление цветков на многих сортах картофеля провоцирует увеличение количества клубней, но размер их резко уменьшается. В итоге – снижается качество урожая. Так что вмешиваться в ход естественного развития растений и картофеля не стоит. Природа сама все отрегулирует. Например, замечено: в засушливый год многие сорта картофеля (например – уральский Люкс или голландский Коломба) сами сбрасывают цветки, не давая образовываться на их месте маленьким плодикам.

Но многие травники специально срывают цветки картофеля ради заготовки лекарственного сырья, которое сушат, а потом готовят из него водные и спиртовые настои. Лечебные свойства цветков картофеля известны давно, они помогают бороться с грибковыми заболеваниями кожи, используются при дерматите, ушибах, при воспалении десен и горла, при гастритах и отеках в суставах, останавливают рост бородавок и папиллом. И все благодаря такому веществу, как солонин. Он есть во всех частях этого растения, но особенно много его в цветках. Однако надо не забывать, что солонин – ядовитое вещество и проводить лечение цветками картофеля нужно очень осторожно.

### КСТАТИ

Чтобы исчезли бородавки или мозоли, нужно прикладывать к ним тампон, смоченный настоем из картофельных цветков. Свежесобранными цветками наполняют емкость и заливают ее водкой, выдерживают 2–3 недели. Заготавливают цветки картофеля для лечебных целей не раньше чем через 6 дней после цветения и срывают их в сухую погоду в первой половине дня, когда они полностью раскрыты.

### ВАЖНО

Именно до цветения картофеля рекомендуется проводить такое важное агротехническое мероприятие, как окучивание. В процессе окучивания картофеля часто обнаруживаются на растениях болезни и вредители. Так произошло и у нашей читательницы из Режа Валентины Старковой. – Картофель посадили 9 мая, разные сорта, – рассказывает она. – Довольно хорошо рос, а сейчас верхние листья стали закручиваться краями вверх и посыхают. Между поврежденными кустами растут пока совершенно здоровые. Жуков и мошек на кустах нет. Что это может быть за болезнь, и как спасти урожай?

За консультацией мы обратились к старшему научному сотруднику Южно-Уральского НИИ садоводства и картофелеводства Тамаре Дергилевой. – Не видя пораженное растение, точно сказать нельзя, от чего оно пострадало, – говорит специалист. – Это может быть как вирусное поражение, так и грибное. Например, скручивание листьев наблюдается при таком грибном заболевании, как ризиктония.

Но в последнее время, по словам Тамары Дергилевой, так проявляет себя даже фитофтороз, который обычно досаждал картофелеводам в конце лета. Однако в этом году дождя выпало достаточно, и фитофтора вполне может уже сейчас появиться на участках. От грибных болезней нужно проводить обработку картофеля. Из безопасных биопрепаратов для этого многие применяют фунгицид Фитоспорин.

А вот Анатолий Киселёв советует к обработкам биофунгицидами добавлять биологический препарат против вредителей растений Фитоверм. Обычно им выживают с картошки колорадских жуков, жука в этом сезоне почти нет, но есть другие непрошенные гости – расщепители болезней.

– Вирусные болезни распространяет картофельная тля, картофельная совка, клопы луговые. Они на одном растении лист кусают, перешли на другое и так заражают весь участок. Все как у человека: один чихнул – все заболело. Поэтому, не дожидаясь внешних проявлений болезни, надо загодя обрабатывать растения, в том числе и от вредителей.

И главный совет в этом случае: клубни с поврежденными растениями не должны попасть в семена.

Рудольф ГРАШИН



Из некоторых цветков картофеля в пору составлять букеты

РУДОЛЬФ ГРАШИН

## ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ

Список дел для садоводов и цветоводов Среднего Урала на предстоящую неделю

16/07	<b>УБЫВАЮЩАЯ ЛУНА.</b> Луна еще накануне перешла в бесплодный знак – Водолей. День нейтральный, но серьезных работ в огороде лучше не планировать, результат не порадует.
17/07	<b>УБЫВАЮЩАЯ ЛУНА.</b> Луна в продуктивных Рыбах. Сегодня не рекомендуется собирать семена, они будут плохо храниться.
18/07	<b>УБЫВАЮЩАЯ ЛУНА.</b> Сегодня хорошо полить растения и провести рыхление земли, все культуры отзовутся на такой уход богатым урожаем.
19/07	<b>УБЫВАЮЩАЯ ЛУНА.</b> Сегодня спутник Земли под влиянием неплотного знака – Овен, тем не менее в этот день благоприятен сбор семян и борьба с вредителями.
20/07	<b>УБЫВАЮЩАЯ ЛУНА.</b> Можно продолжить начатое накануне, но стоит воздержаться от полива растений, так как Овен наиболее засушливый знак, и культуры не усвоят полученную воду.
21/07	<b>УБЫВАЮЩАЯ ЛУНА.</b> Сутки проходят под влиянием плодородного Тельца. Сегодня благоприятно косить траву, обрезать деревья для усиления ствола, полоть сорняки, они долго не будут расти.
22/07	<b>УБЫВАЮЩАЯ ЛУНА.</b> Хороший день для заготовки корней лекарственных растений, внесения удобрений, закладки компоста, кроме того можно выкопать луковичные, чтобы просушить их перед осенней посадкой.

Подготовила Диана ХРАМЦОВА

Лунный календарь можно вырезать и прикрепить магнитом на холодильник, так он всегда будет перед глазами

[ ЛАНДШАФТ ]

## Озеленить каменные джунгли

В августе главная площадь Екатеринбурга превратится в цветущий оазис

С 12 по 21 августа в Екатеринбурге пройдет IV Евразийский Фестиваль ландшафтного искусства «Атмосфера». Все восемь садов, которые будут воссозданы на площади 1905 года после мероприятия, «переедут» во дворы школ и больницы.

У организаторов фестиваля ландшафтного дизайна (который проходит в День города с 2018 года) была задумка, чтобы после мероприятия сады не развалились по частям: покупают в основном лишь отдельные цветы и деревья. В этом году сады продолжат жить в своем первоначальном виде на площадках социально значимых учреждений города.

Во дворе гимназии №8 расположился сквер «Оазис – О, Азия!» – это сад в японском стиле.

– Мы достаточно давно хотели построить японский сад. И в этом году решили попробовать себя в таком масштабном проекте. Очень волновались, так как не являемся профессиональными ландшафтными дизайнерами. Мы не сем идею, что сад может построить каждый, – рассказывает участница фестиваля «Атмосфера» Екатерина Пушкина. Создатели оазиса используют японские растения, например, камео. Также будут и те культуры, которые хорошо себя чувствуют в уральском климате: мох, кувшинки, ири-

сы, гортензии. Изюминкой проекта станет водоём.

– Была идея взаимодействия стихий – дерева, воды, камня, земли, воздуха, который питают эти растения, – добавляет Екатерина.

– Только огня не хватает... – Огонь – это сам проект. И огонь в сердцах людей, которые создали этот оазис.

Сотрудники лица не могут поверить, что осенью на их территории появится необычный сад. В то же время не скрывают волнения, ведь за ними теперь нужно будет ухаживать.

– Но, конечно, мы с этим справимся. Думаю, в этом процессе будут участвовать все – дети, учителя, родители. Японский сад будет неким объединяющим фактором. А уроки биологии станут гораздо увлекательнее для учеников. – радостно поделилась заместитель директора по дополнительному образованию гимназии №8 Кристина Сидукова.

Во дворе фонда поддержки талантливых детей и молодежи «Золотое сечение» разбит сад «Река призрака». Авторы проекта хотели в своем произведении затронуть историю Екатеринбурга.

– Мы искали темы не только на поверхности, но и под землей, что называется. Под нами

тоже кипит жизнь, текут реки, плавают рыбы, растут корни деревьев, сталактиты, даже утки живут. Поэтому мы в своей концепции решили обыграть этот момент. Тем более что на выделенной площадке есть специальное место для водоёма, – обозначила идею ведущего парка дизайнер Екатерина Георгова.

В саду будет представлено около 20 видов растений. Среди них лиственница, рябина, ива, астильба, осока. В саду также расположатся качели-сталактиты и скамьи в виде габиона (плетеные из сетки конструкции, которые заполняют камнями).

На территории фонда – две агробиолaborатории. Поэтому дети уже имеют опыт работы с растениями. Школьники рассматривают сад как дополнительную возможность

полнительную возможность

применения своих знаний на практике и проведения различных исследований.

Дизайнеры говорят, что перенос садов займет около месяца. Сам демонтаж ландшафтных проектов начнется 21 августа. Так что уже в конце сентября все конкурсные сады «отпразднуют новоселье».

– Растениям придется, конечно, покататься, к сожалению. Но на фестивале мы будем их садить не по настоящему. Сейчас они находятся в питомнике уже в горшках. Мы их не будем вытаскивать из земли, чтобы не создавать дополнительный стресс. У всех растений корни уже подготовлены к «переезду». Во дворе учреждения мы уже посадим их окончательно, – добавила ландшафтный дизайнер Ольга Новицкая.

Сергей ХАНДУКОВ



ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ОРГАНИЗАТОРАМИ ФЕСТИВАЛЯ «АТМОСФЕРА»