

✓ Приглашаем к разговору

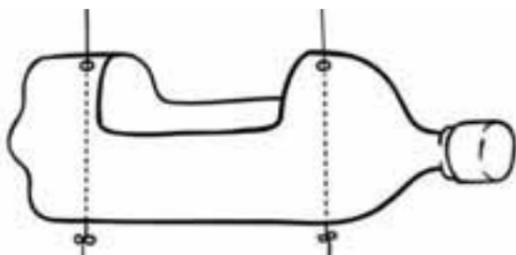
ДОСТУПНЫЙ ОГОРОД

Доступная среда, да на собственном огороде – это вечно актуальная тема для любителей свежей зелени к обеду. И неважно, занимает огород шесть соток или целый балкон. Анонс этой темы в предыдущем номере вызвал большой интерес у наших читателей, и мы решили продолжить публикацию простых около огородных советов.

Итак, самый простой совет заключается в эффективном использовании пластиковых бутылок в качестве мини-клумб для лука, укропа, листьев салата. Бутылки прорезают с боков и раскладывают на земле, на подоконнике, на полу балкона. Такие грядки экономно используют землю и удобрения, хотя и требуют особого внимания к расписанию полива. Перельёшь – начнут подгнивать, недольёшь – начнут сохнуть. Удобство их заключается в том, что их легко переносить с места на место.



Более сложный совет - подвесить пластиковые бутылки горизонтально вдоль стен, друг над другом. Это даст выигрыш в площади, но усложнит полив.



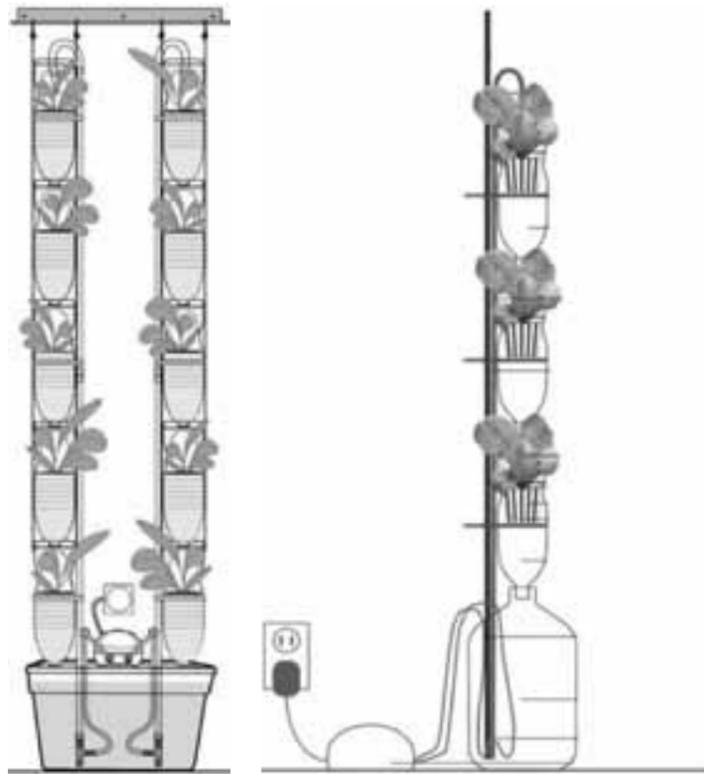
Для упрощения полива и экономии площади бутылки размещают вертикально. В днище делают отверстия для полива или совсем срезают дно двух- или пятилитровой бутылки. С боков прорезают круглые отверстия по всей высоте и вставляют в них, к примеру, луковички. Отверстия желательно располагать не слишком низко, чтобы при поливе вода расходилась равномерно. При наполнении бутылки грунтом нужно хорошо трамбовать землю, чтобы она не сыпалась из отверстий. Чтобы лук не выпадал, его можно примотать пищевой плёнкой. Когда у луковичек появятся корни, они надежно зафиксируются в земле и никуда уже не выпадут. Открытое горлышко втыкают в горшок с землёй, в него стекает излишек воды. Грунт можно приобрести в цветочном магазине или приготовить самостоятельно.

Следующим вашим шагом к повышению урожайности вертикального огорода может стать отказ от земли и переход к гидропонике.

«Window Farms» или «Огород на окне» – относительно новый термин, обозначающий гидропонику из пластиковых бутылок. К примеру, в Канаде такой способ объединяет настоящее движение огородников-любителей. Суть идеи проста. Пустые пластиковые бутылки вертикально втыкают друг в друга, и фиксируют к свисающему с потолка тросу, цепи. В качестве мини-горшков используются отрезанные горлышки от таких же пластико-

вых бутылок, наполненные керамзитом и крупным речным песком поверх плотной синтетической ткани, чтоб песок не вымывался. Нижние части бутылок, в которые высажены растения, на стыках со следующей бутылкой желательно обмотать непрозрачным скотчем, чтобы защищать от солнечного света корни растений. Иначе гидропонную основу заселят сине-зеленые водоросли.

В самую верхнюю бутылку с помощью насоса подается вода, которая, стекая вниз, увлажняет всю бутылочную колонну.



В качестве нижнего резервуара для воды разумно взять пластиковую бутылку на 5 литров. Руками поливать такую конструкцию неудобно. Для автоматизации понадобится аквариумный или фонтанный насос, который обеспечит постоянную или периодическую циркуляцию воды с удобрениями из нижней бутылки в верхнюю.

Более подробные инструкции и советы по «Огороду на окне» можно найти по адресам www.windowfarms.com/ (по-английски) или www.liveinternet.ru/users/rudbeckia/post296583722 (по-русски). А пользоваться интернетом можно научиться в классах Министерства социальной политики во всех районах Нижегородской области, тел. (831) 422-28-80 и в организации «Забота» (в областном центре тел. 217-02-50).

Кстати:

На окне можно вырастить множество овощей, а не только лук и укроп.

Листовая капуста - богатый источник железа. Малоизвестная в России разновидность капусты, не образующая кочанов. В пищу употребляют листья, часто имеющие курчавую бахрому. Листья одних видов имеют зеленый цвет, и тогда ее называют грюнколь, а у другие листья бордовых оттенков, тогда ее называют браунколь. Браунколь может очень оживить своим цветом вашу ферму. Она солнцелюбива, предпочитает высокую влажность.

Салат-латук очень быстро теряет полезные вещества и вкус после того, как его сорвут с грядки, поэтому чем раньше его используют при приготовлении еды, тем лучше. Салат-латук - источник многих ценных веществ, прежде всего, витаминов В1, В2, В6, аскорбиновой кислоты, витаминов РР и Е. Салат солнцелюбив и предпочитает высокую влажность.

Бasilik может вырасти до гигантских размеров. Древние римляне считали его символом плодородия, любви и семейного благополучия. Предпочитает умеренный свет и высокую влажность.

Шалфей - ароматное растение часто используется при приготовлении блюд. Некоторые домашние фермеры сушат шалфей и делают благовония. Солнцелюбив, предпочитает небольшой или умеренный полив.

Укроп - одно из самых легких в выращивании растений. Он солнцелюбив, предпочитает умеренную или высокую влажность.

Кресс-салат быстро растет и уже через две недели после посадки его можно использовать для приготовления еды. Хорошо растет даже при слабом солнечном свете, предпочитает умеренную или высокую влажность.

Листовая свекла или мангольд. Это растение богато питательными веществами, легко выращивается и своими яркими стеблями добавит радостных красок в оконную ферму и витаминов на ваш стол. Любит умеренный или яркий солнечный свет, а также умеренную или высокую влажность.

Всё больше пенсионеров Нижегородской области приобщается к цифровым благам цивилизации, осваивают компьютеры, планшеты, смартфоны на компьютерных курсах. Как правило, учатся не только нажимать кнопки, но и распознавать компьютерные угрозы, обучаются азам информационной безопасности. И не только в Нижегородской области. Например, на сайте te-st.ru есть полезный репортаж из Пензы, где сотрудники ОАО «МегаФон» рассказали пожилым людям о способах обмана с использованием мобильных телефонов.

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ

«Мошенники – это настоящие психологи. И нужно быть готовым к тому, что они без труда могут выведать у вас адрес, номер пластиковой карты и любую другую информацию. Они затрагивают самые болезненные точки: страх за близких, беспокойство о здоровье, любопытство и прочие».

Используя наши инстинкты, злоумышленники могут прикинуться представителями социальных служб, правоохранительных органов или жертвами обстоятельств, втереться к вам в доверие. Часто они используют желание одинокого пожилого человека пообщаться. Поэтому, отвечая на звонок незнакомого человека, нужно всегда помнить, что он может оказаться не тем, за кого себя выдает.

Советы, которые помогут сохранить деньги, здоровье, а часто и жизнь гражданину любого возраста, использующему мобильный телефон, компьютер и имеющему счета в банках и пластиковые карты просты:

- не отвечать на сомнительные предложения о работе, получении неожиданного выигрыша и так далее...
- не отправлять SMS незнакомым и не перезванивать на неизвестные номера в ответ на странные просьбы;
- не участвовать в лотереях и викторинах, предлагаемых по телефону;
- не указывать свои персональные данные в сомнительных местах;
- получив сообщение о беде, в первую очередь перезвонить «пострадавшему» близкому человеку;
- не давать свой телефон в руки незнакомым. Хранить его в дальних карманах одежды и сумок, что исключит легкий доступ к нему злоумышленников.

Главное, чего следует придерживаться в своем поведении, это быть более внимательным, не доверять безоговорочно незнакомым людям и сообщениям, исходящим от них.

В следующих номерах газеты преподаватели компьютерных курсов организации «Забота» (Нижний Новгород, ул. Народная 22, тел. (831) 217-02-50), поделятся с читателями газеты советами о защите от компьютерных мошенников. Напоминаем, что подписаться на газету «Здравствуйте, Люди!» можно в любом почтовом отделении с любого месяца.