

Цветок

ЧИТАТЕЛИ РЕКОМЕНДУЮТ: СОВЕТЫ ПО ВЫРАЩИВАНИЮ САДОВЫХ ЦВЕТОВ

ТОЛОКА

№ 21 (327), 7 НОЯБРЯ 2017 г.

3 факта
О ВЫРАЩИВАНИИ
МОЖЖЕВЕЛЬНИКА
ИЗ СЕМЯН

**ГОТОВИМ
К ЗИМОВКЕ:**

- * ФУКСИЮ
- * КОЛОННОВИДНЫЕ
ХВОЙНЫЕ
- * РОЗЫ

**КЛЕМАТИСЫ
РАЗМНОЖАЕМ
ОСЕНЬЮ**



крупным планом
ПАПОРОТНИКИ

ISSN 1812-0717



9 771812 071007

17021>



В НОМЕРЕ: клематис, черноголовник, фуксия, сикуринага, хризогонум, можжевельник, ива, кермек, актинидия, пенстемон, котовник, роза, никандра, монбреция, рябинник, лапчатка, эремурус.



анаферон

**Пусть годы идут
без гриппа и простуд!**



Анаферон - лауреат ежегодной премии народного доверия "Марка №1 в России 2015" в категории "Противовирусное средство"

- Применяется для лечения и профилактики гриппа и ОРВИ
- Снижает риск развития осложнений простуды
- Помогает предупредить обострение хронических заболеваний
- **Экономичен** (1 упаковки хватает на полный курс лечения гриппа/ОРВИ)

РУ PN003362/01
www.anaferon.ru
Горячая линия: (495) 681-09-30



B vk.com/all_mothers
www.schoolofcare.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ



Закажите журнал «100 РЕЦЕПТОВ КРАСОТЫ»

Предлагаем вам пройти вместе этот интересный и содержательный путь к красоте. Данный выпуск содержит не менее ста рецептов молодости, очарования и красоты, подсказанных опытными косметологами, профессиональными стилистами и, безусловно, читателями, чей багаж знаний содержит уникальные секреты зеленой кладовой природы.



СЕКРЕТЫ КРАСОТЫ, ПРОВЕРЕННЫЕ ЧИТАТЕЛЯМИ!

Чтобы получить журнал, перечислите почтовым или банковским переводом **67 руб.** (стоимость 1 экз.), на адрес:

ООО «Толока в России».
Р/с 40702810859020005990,
Отделение № 8609 Сбербанка
России, г. Смоленск.
К/с 30101810000000000632,
ИНН 6729013577,
КПП 672901001,
БИК 046614632.

На бланке денежного перевода в графе «Для письменного сообщения» **обязательно** укажите название журнала — «100 рецептов красоты», а также полные домашний адрес и ФИО.

Тел. для справок **8-4812-64-75-65**

Внимание! Прямая линия!

«Как правильно подобрать место и вырастить редкие растения в саду средней полосы» (аризема, башмаки, дремлики, сауроматум, анемонеллы и многие другие). Очень часто в редакцию журнала приходят подобные вопросы. Совместно с «Клубом Цветоводы Москвы» при ОО ОВОП мы решили предоставить возможность нашим читателям обсудить подобные проблемы во время прямой линии **29 ноября с 14 до 17 часов**. Дежурить будет коллекционер и знаток редких растений, председатель секции «Редких декоративнолистных растений» Татьяна КУРАСОВА. Звоните ей по телефону в Москве **+7 916 911-4664**.

Можно заранее присылать свои вопросы и на электронную почту в редакцию **Zoyan@toloka.com**

Читайте в номере:

- | | |
|--|--|
| ◆ Размножаем клематисы 4 | ◆ Особенности выращивания сикуринегии 10 |
| ◆ Колонновидные хвойные готовим к зимовке 6 | ◆ Три факта о можжевельнике из семян.... 11 |
| ◆ Готовим пруд к зиме 7 | ◆ Знакомьтесь: хризогонум 22 |
| ◆ Три факта о подзимнем посеве 7 | ◆ Ивы для создания «ширмы» 22 |
| ◆ Зимние укрытия для растений 11 | ◆ Боремся с тлей 23 |
| ◆ Прямая линия. Итоги. Последние садовые работы в уходящем сезоне 12 | ◆ Кермек из собственных семян 24 |
| ◆ Лечебная клумба. Черноголовник 14 | ◆ Актинидия не цветет: три причины 24 |
| ◆ Читатель — читателю 20 | |
| ОТВЕЧАЕТ СПЕЦИАЛИСТ | |
| ◆ Спрашивали — отвечаем 8 | ОПЫТ НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ |
| ◆ Как сохранить фуксии 10 | ◆ Пенстемон 26 |
| | ◆ Выгонка луковичных 26 |
| | ◆ Котовник 28 |
| | ◆ Роза 28 |

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

Началась основная подписная кампания на издания «Толоки», в том числе и на «Цветок», на 1-е полугодие 2018 года!

Подписаться можно в любом почтовом отделении.

Оставайтесь с нами в новом году!

Вас ждут удивительные цветочные открытия!

«ЦВЕТОК»:

- КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ — **10370**;
- ПРЕССА РОССИИ — **19477**;
- «ПОДПИСНЫЕ ИЗДАНИЯ» ОФИЦИАЛЬНЫЙ КАТАЛОГ ФГУП «ПОЧТА РОССИИ» — **П1210**.



«ШКОЛА ЦВЕТОВОДА»

- КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ — **82968**
- «ПОДПИСНЫЕ ИЗДАНИЯ» ОФИЦИАЛЬНЫЙ КАТАЛОГ ФГУП «ПОЧТА РОССИИ» — **П2391**

- № 1. «Весенний бал цветов в саду» (20 февраля)
- № 2. «Японская гостья — гортензия» (8 мая)

«ЦВЕТОК. СПЕЦВЫПУСК»

- КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ — **15557**
- «ПОДПИСНЫЕ ИЗДАНИЯ» ОФИЦИАЛЬНЫЙ КАТАЛОГ ФГУП «ПОЧТА РОССИИ» — **П2414**

- № 1. «Ниваки. Мастер-класс по стрижке» (23 января)
- № 2. «Такие разные спиреи» (24 апреля)

Размножаем клематисы

осенние способы

Окучиванием

♦ Осенью у клематиса срезаю побеги на высоте 15-20 см от земли, окучиваю куст плодородной почвой на 10-12 см и укрываю поверх любым утепляющим материалом до весны.

♦ Весной растение огораживаю досками, досыпаю землю, чтобы удобно было поливать и вода не растекалась. За сезон вегетации на нижней части побегов образуются корни.

♦ На зиму доски убираю.

♦ Следующей весной отгребаю землю, отрезаю побеги с корнями и отсаживаю.



Наиболее результативно — отводками

• Одревесневшие побеги укладываю горизонтально в вырытые рядом с кустом канавки длиной до 1,5-2 м и глубиной 5-10 см.

• Прижимаю к земле скобами из проволоки или деревянными шпильками, оставляя над поверхностью верхушки с хорошо развитыми почками, и засыпаю плодородной почвой.

• Маточные кусты обязательно весной подкармливаю коровяком или мочевиной (по инструкции).

• К середине июня на основании растущих побегов станут заметны зачатки корней, которые к концу месяца достигнут длины 2-5 см, а к концу сентября в большинстве узлов уже сформируются корни длиной до 10-15 см.

• Укоренившиеся побеги лучше отделять весной следующего года. Очищаю их от земли, разрезаю между узлами на отдельные части и (в за-

висимости от степени развития корневой системы) высаживаю на постоянное место.

ВАЖНО!

♦ При размножении горизонтальными отводками с одного побега за сезон можно получить до 10 растений.

♦ У одного куста можно пригибать не более половины побегов.

Для лучшего укоренения отводков и увеличения числа проросших почек необходимо:

♦ перед укладыванием в лунку побеги растения до половины толщины надрезать;

♦ впоследствии появляющиеся молодые верхушки, достигшие высоты 25-30 см, прищипывать.



Семенами

• Высевать можно в конце ноября. Собранные семена замачиваю на 1,5 суток в теплой воде, затем 3-4 раза промываю. Смешиваю с песком или торфом (1:4) и на 15-20 дней отправляю на холод, закопав в снег или положив в холодильник.

• Затем высеваю в горшки на глубину, равную 2-3 диаметрам семени.

• Чтобы предупредить появление плесени, гнили, первый раз поливаю известковой водой (100 г извести/10 л воды). Всходы появляются через 60-90 дней.

• В следующем сезоне необходимо регулярно поливать появившиеся ростки.

КСТАТИ

Семена клематиса лучше прорастают, если влажность субстрата около 70-80 %, а температура — +25-30 град.



Петр ЛОМОНОС,
коллекционер, автор книг
о цветоводстве, г. Барановичи

АртроФоон

РЕКЛАМА

**Двигаться,
а не передвигаться!**



Р № 000373/01 от 07.06.2010



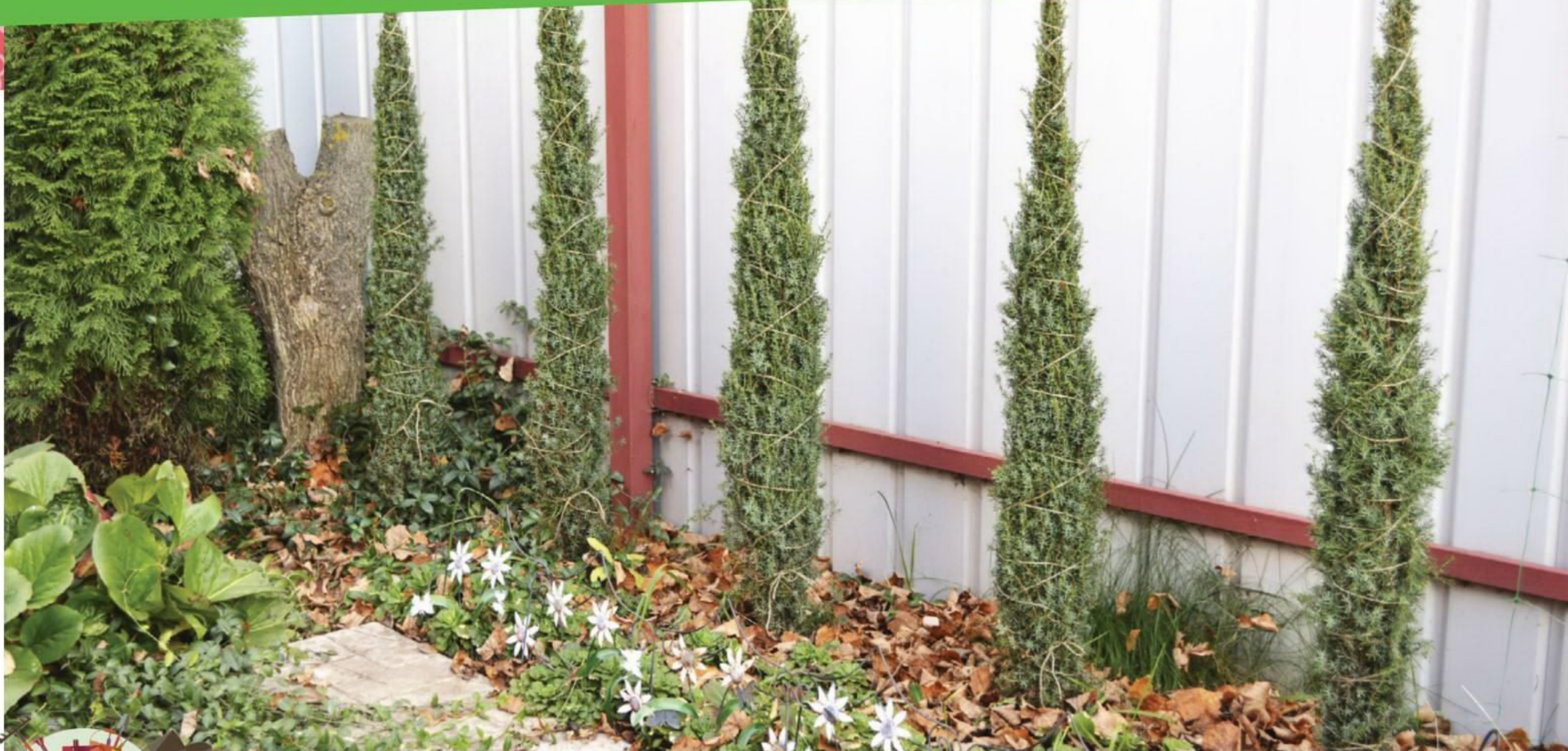
Горячая линия:

8 (495) 681-93-00, 8 (495) 681-09-30

www.materiamedica.ru

- Создан для курсового лечения заболеваний суставов и позвоночника
- Обладает противовоспалительным и обезболивающим действием
- Снижает частоту обострений суставного заболевания

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ
НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ



Работы
месяца

«Стрелы» и «пики»:

КОЛОННОВИДНЫЕ ХВОЙНЫЕ ГОТОВЫ К ЗИМОВКЕ!

Глубокой осенью и зимой обильный мокрый снег или дожди в сочетании с ударившими вслед сильными морозами могут нанести непоправимый вред стройным формам колонновидных хвойных. Чтобы подобного не случилось, важно позаботиться о растениях уже сейчас. Делаю это в 3 этапа.

1 этап

Чаще всего от разломов ветвей под тяжестью снежных и ледяных «шапок» страдают узкоколонновидные и яйцевидные туи и можжевельники. Я заранее обвязываю их кроны синтетическим шнуром или бечевкой. Начинаю обвязку снизу, постепенно стягивая крону с захватом всех основных ветвей (главное — не передавить!) по спирали вверх. В итоге крона принимает узкую стреловидную форму, снег на ней не задерживается, деревьям не страшны даже самые сильные снегопады, а «стрелы» и «пики» добавляют изюминку зимнему саду.



2 этап

Молодые посадки хвойных, не успевшие еще акклиматизироваться на участке, нужно защитить от солнечных ожогов, которые могут нанести большой вред нежной зеленой хвое в феврале-марте. Оборачиваю «молодняк» нетканым материалом белого цвета в один слой и уже поверх него обвязываю шпагатом в нескольких местах. Такой «кокон» надежно защитит и от развала кроны, и от ожогов.

ВАЖНО!

Для слишком высоких хвойных, кроны которых обвязать не удастся, можно предусмотреть подпорки. Подставьте их под самые большие ветви, и тогда ни обильные снегопады, ни ледяные корки не приведут к сильным разломам ветвей.

3 этап

Если осень сухая, то перед наступлением ноябрьских заморозков хвойные последний раз за сезон обильно поливаю, ведь жизненные процессы в них продолжают. Под каждую культуру высотой около 1 м выливаю 2 ведра воды, до 2 м и выше — 3-4 ведра.

ПОМНИТЕ!

Особенно влагозарядковый осенний полив необходим:

- ♦ саженцам 1-2 лет, не развившим сильную корневую систему;
- ♦ редким породам хвойных;
- ♦ растениям, крону которых подстригали (формировали) в этом году.

Ольга МАНУДИНА,
коллекционер растений,
г. Луховицы Московской обл.
Фото автора

Готовим пруд к зиме



Осенью необходимо защитить садовые водоемы от опавших листьев и мусора, очистить дно и позаботиться о рыбках.

ПРУД ЗИМУЕТ

- ♦ **сухим и укрытым** (акриловый) — глубиной менее 1 м;
- ♦ **подо льдом** — если он промерзающий любого типа (бетонный или пленочный) глубиной от 1,5 м и глубже;
- ♦ **с водой и рыбками** — если его глубина более 1,5 м, а площадь зеркала свыше 15 кв.м.

5 важных правил ухода

1 Зеркало воды защищают от мусора сеткой, зафиксировав колышками по берегам. Или придется вылавливать все сачком (кстати, неплохо получается это делать и веерными граблями). Это необходимо, чтобы мусор не скапливался и не разлагался, иначе водоем заилится.

2 Чистка дна обязательна, причем вне зависимости от того, зимующий пруд или нет. Все, что скапливается на дне (ил, мусор, корм для рыб), разлагается и образует газы, которые могут отравить жителей водоема.

3 Когда ночная температура приблизится к +5 град., отключите нагнетающий насос (если он есть) и отсоедините от фильтра. Насос и шланги в скрученном виде нужно хранить в емкости с водой.

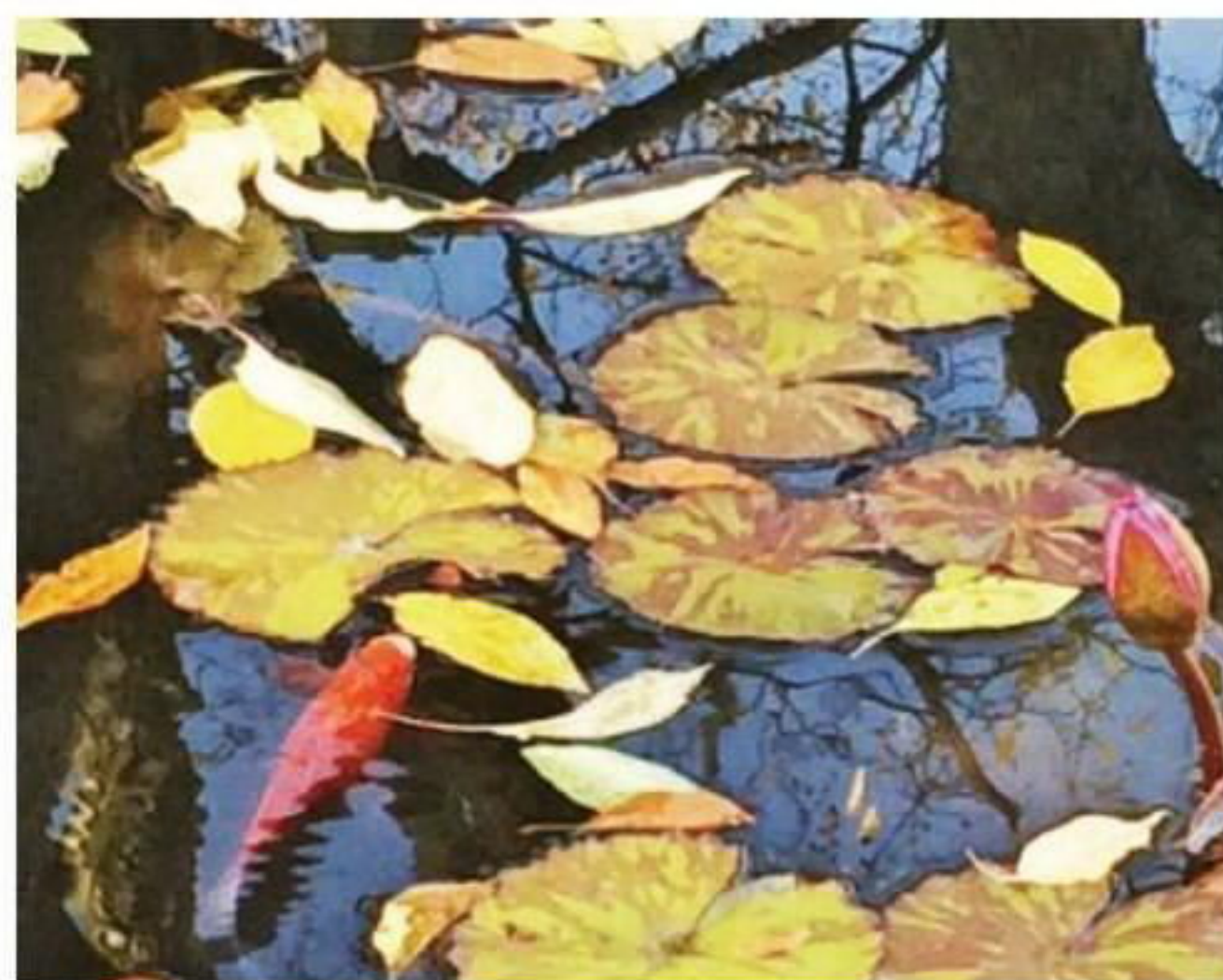
4 Из мелкого промерзающего пруда (менее 1 м глубиной) воду обязательно выкачивают, дно очищают от грязи, листьев, ила, а рыбу и растения переносят в домашние аквариумы. Если этого не сделать сейчас, придется заняться очисткой и облагораживанием весной, когда и без того забот много.

5 С поверхности льда зимой необходимо счищать снег.

Зимовка рыб

♦ В конце ноября вода начинает приобретать свою постоянную «зимнюю» температуру, а рыбы и водные животные устраиваются на зимовку. Зимой им необходим кислород. Поэтому важно, чтобы в пруду были растения. И придется контролировать процесс замерзания воды.

♦ Когда нижний ее слой остынет до +4 град., рыбы окончательно перестанут питаться и уйдут на самое дно. Для них начнется зимовка, даже если пруд не замерз. После этого тревожить их нежелательно. В сильные холода можно пробурить лед и откачать немного воды, а затем прикрыть отверстие соломой, воткнув ее в прорубь. Она предотвратит намерзание толстого льда и даст рыбам кислород.



♦ Теплолюбивых декоративных рыбок — холодноводную форель, карпа кои, золотую рыбку, верховку, голяна — не оставляют зимовать в водоеме. Для них заранее подготавливают большой аквариум. Условия в нем должны быть достаточно комфортными, чтобы они не впадали в спячку, но при этом немного суровыми, чтобы весной, при запуске в открытый пруд, они не погибли.

Если нет аквариума, на зиму рыб можно переселить в большую бочку с температурой воды +15 град., в которой установлен рециркулирующий фильтр. В таких условиях их можно оставить до весны в слабо освещенном помещении.

♦ Корм желательно в это время использовать только высокобелковый и в малых количествах.

Сергей ЗЮБИН, г. Самара

3 факта о подзимнем посеве



1 Под зиму семена высевают, когда почва промерзнет на 3-5 см и оттепелей явно не предвидится. И лучше, если к этому времени и снежный покров установится.

Однако работать начинаем уже сейчас. Выбрав погожий день, нужно подготовить грядку. Место для посевов необходимо подбирать светлое, чтобы ветер сильно не задувал и не случилось никакого застоя воды. Делаем школку приподнятой. По почве перед перекопкой рассыпаем стакан золы и ведро перегноя (на 2 кв.м). Рыхлим грунт на участке, тщательно выравниваем, торцом дощечки делаем канавки глубиной 3 см. Затягиваем нетканым материалом и оставляем до промерзания почвы. Как правило, чуть ли не до последней декады ноября.

2 Субстрат, которым будете засыпать семена, должен быть рыхлым и легким. Тяжелый нужно смешать с торфом или песком (2:1). До посева вносим почвосмесь для засыпки в помещение. Если место хранения очень холодное, ведро лучше поставить на доску, сверху и с боков можно обернуть чем-нибудь утепляющим (половиком, старой курткой) и сверху накрыть еще одной доской. Эти действия помогут сохранить почву незамерзшей и, что важно, влажной.

3 Когда наступит время посева (следим за погодой), смахиваем вееником с грядки снег (если он есть), снимаем нетканый материал, в канавки сеем семена (погуще, потому что всхожесть будет 30-50 %) и засыпаем почвой из ведра. Снег опять наметаем на грядку.

Наталья ДОРЕНИНА,
ландшафтный дизайнер, г. Калуга



Елена СМЕРНОВА,
куратор коллекции роз
Ботсада МГУ

? Как правильно вырастить подвой для штамбовых роз в домашних условиях?

Марина Фролова
(вопрос пришел по эл. почте)

— Для подвоя больше подходит роза канина или собачья.

Семена можно купить в магазине. Со сбором собственных вы, к сожалению, уже опоздали в этом году. Делать это нужно в конце августа-сентябре, когда плоды только начинают окрашиваться. Семена из полностью созревших (пожелтевших или покрасневших) прорастают значительно дольше.

Перемешав их с песком (1:1), перекладывают в двойной полиэтиленовый пакет, увлажняют (но без избытка) и кладут в холодильник (при +1-5 град.) не менее, чем на 2 месяца.

В конце апреля семена высевают на подготовленную грядку на глубину 2-3 см. Сверху их можно замульчировать торфом или землей (слоем 2 см).

Частично всходы могут появиться и в текущем сезоне, но основная масса — год спустя.

С появлением 2-3 настоящих листочков сеянцы пикируют, прищипывая корешки. Сажают, не сгибая корни и корневую шейку.



Ольга ГОРСКАЯ,
председатель секции
клуба «Цветоводы Москвы»

? Подскажите, как подготовить к зиме лилейники?

Марина Слонимская, г. Щелково

— Особых мероприятий по подготовке лилейников к зиме не провожу. Взрослые кусты зимуют в моем саду без укрытия. А вот посаженные поздней осенью (в октябре) лучше прикрыть. Так же в последние годы я укрываю миниатюрные сорта. Можно окучить кустики садовой землей, перегноем или использовать лапник, который задержит снег и смягчит колебания температур в зимнее время. Только заготавливайте ветки со здоровых хвойных растений. Иначе можно занести в сад различных вредителей.

ХОРОШЕЙ ЗИМОВКЕ БУДЕТ СПОСОБСТВОВАТЬ ОСЕННЯЯ ПОДКОРМКА ФОСФОРНО-КАЛИЙНЫМ УДОБРЕНИЕМ (ПО ИНСТРУКЦИИ).

Когда у лилейников наступает короткий период покоя, можно подкормить их монофосфатом калия или золой, которые повышают зимостойкость растений и стимулируют закладку цветочных почек на следующий год. Имейте в виду, что зола раскисляет почву, поэтому ее не следует вносить в щелочную почву (рН 7 и выше).



Галина ПОПОВА,
канд. биол. наук,
г. Москва

? Выписали осенью прошлого года папоротник с цельными, слегка волнистыми листьями — асплениум вечнозеленый. Зимой он пережил в подвале, весной высадили в грунт. Нарастал очень медленно. Перезимует ли? И как за ним правильно ухаживать?

Олег Степанов (по эл. почте)

— Асплениум (*Asplenium*), или листовик (как и все папоротники) растет неспешно. Случается, что после зимы иногда выпадает. Поэтому подстрахуйтесь — отправляя растение в зиму, замульчируйте корневую систему и устройте ему воздушно-сухое укрытие, накройте, например, перевернутым ящиком.

Асплениумы предпочитают влажную дренированную почву. В качестве добавки в нее подойдет мелко битый красный кирпич. Почва должна быть плодородной, с нейтральной или даже слабощелочной реакцией (рН 7 и более). Сделать ее такой можно, добавив доломитовую муку. Ни в коем случае не используйте известь! Асплениум — замечательное украшение каменистого сада.



И. пурпурная Nana

? Хочу посадить на участке иву пурпурную. Как правильно это сделать? Как ухаживать за ней в дальнейшем?

Инна Глинская, г. Минск

— Важно определиться, какую из форм ивы пурпурной вы хотите приобрести.

♦ И. пурпурная **Nana** со временем образует плотную шарообразную крону до 2 м высотой. Неприхотлива,

засухоустойчива, быстро растет, не повреждается болезнями. Наблюдала на ней только пенницу.

♦ **Usni** — кустарник с плотной шарообразной кроной. Нуждается в регулярной формовочной стрижке, благодаря чему крона становится гуще. Растет быстро, не повреждается болезнями. К плодородию почвы нетребовательна.

♦ **Пендула** — ажурное де-

ревце с тонкими, гибкими полуплакучими побегами. Зимостойкость высокая, хотя в первые годы часть ветвей может подмерзнуть. Светолюбива. К плодородию почвы нетребовательна. Переносит затопление, но может расти и в засушливых условиях. Во влажные периоды страдает от пенницы.

Татьяна ТЕРЕНТЬЕВА,
коллекционер растений,
г. Москва



Галина ЧЕКУРОВА,
коллекционер луковичных
растений, г. Москва

? Отделить внешние чешуйки у луковицы лилии Мартагон в грунте у меня не получилось, пришлось выкопать ее. Луковицу высадила, но поздно, не погибнет ли она? И что делать с чешуйками?

Наталья Симонович, г. Подольск

— Луковица не погибнет, но в следующем году, скорее всего, не зацветет. Замульчируйте ее сейчас торфом или сухими листьями. Отделенные чешуйки промойте, продезинфицируйте в фунгициде («Максиме» или «Витаросе»), можете поддержать в растворе «Экосила» (по инструкции) и поместите в пакет с увлажненным мхом сфагнумом. Пакет положите в теплое место в комнате.

**Месяца через два
у основания чешуй
вы заметите маленькие
луковички.**

Значит, нужно переложить пакет в прохладное место (около +8). Весной луковички лучше неглубоко посадить в емкость, чтобы они не потерялись. Чешуи не отрывайте, они будут питать луковичку, которая в это время наращивает корни. Если чешуя не отвалилась и не высохла до посадки в грунт, высаживайте прямо с ней. Начала подгнивать — отрежьте поврежденные участки, а срезы замажьте перекисью водорода. Сеянцы зацветают через 6-7 лет.



Татьяна ЖЕЛТОВСКАЯ,
коллекционер,
г. Москва

? Можно ли в ноябре поделить и рассадить на новые места щучку дернистую и просо прутьевидное? Нужно ли обрезать травы?

Дина Глотова, г. Красногорск



Щучка дернистая

— Просо прутьевидное — теплорастущая трава и начинает отрастать поздно весной, иногда даже в начале лета. Потому сейчас ее ни делить, ни пересаживать нельзя — куртина не успеет до зимы укорениться. А вот щучка дернистая — растение холоdnорастущее, она пускается в рост при довольно низких температурах. И осенью (или ранней весной) можно ее поделить. Желательно сделать это сейчас. Холоdnорастущие травы растут, пока температура еще положительная. Срезанные по осени, они зачастую нуждаются и в весенней обрезке, так как морозы могут повредить успевшую отрасти листву. Кроме того, если есть какие-либо сомнения в зимостойкости трав, то накануне зимы их лучше не обрезать — листья, стебли и задержанный между ними снег помогут злаку лучше перезимовать.



Людмила ВИНОГРАДОВА,
канд. хим. наук,
г. Москва

? Совсем плохо развивается куст листопадного рододендрона — он растет в плохих, стесненных условиях. Можно ли сейчас пересадить его?

Дарья Стаблецкая,
г. Можайск

— Пересадить рододендрон нужно и можно сейчас, пока не замерзла земля. И не жалеите для посадки кислого верхового торфа. Но его надо обязательно предварительно хорошо промочить. Обратите внимание: если у растения только несколько крупных корешков — значит, оно растет на не подходящей, бедной по составу почве. В идеале корневой ком должен быть плотным и не осыпаться, так как состоит из множества тонких волосков. Улучшить почву можно, добавив в нее не только верховой сфагновый торф, но и листья деревьев (в том числе и хвою сосны), сено, солому (как в измельченном, так и в неизмельченном виде), траву, очень старый разложившийся навоз, хорошо перепревшие опилки, компостированную кору, пролежавшую не менее трех лет.



**Присылайте свои
вопросы по адресу:
214000, г. Смоленск,
Главпочтамт, а/я 200,
«Цветок»,**

**или на электронную почту:
flower@toloka.com**

**Опытные специалисты-цветоводы
обязательно на них ответят!**

Редакция

? Первый раз будет зимовать в саду кустик андромеды. Насколько растение зимостойко и подвержено заболеваниям?

Галина Шумская, г. Минск

— Природный вид андромеды и ее сорта морозостойки и устойчивы к болезням, но иногда возможно повреждение их фитопатогенными грибами. Самое распро-

странное заболевание — серая гниль. Это случается, если растения высажены в местах, где долго задерживается снег или на участках, не имеющих стока для талой воды. Часто повреждаются экземпляры, с которых поздно снимают укрытие. Тогда на побегах и листьях появляется серый налет, молодые побеги частично отмирают. Поэтому осенью или ранней весной желательно прове-

сти профилактическую обработку одним из фунгицидов. При появлении первых признаков гнили кусты обрабатывают 1%-ным раствором медного купороса или подходящим фунгицидом, через 7-10 дней обработку повторяют. Андромеда не выносит известь, предпочитает кислые и торфянистые почвы.

Татьяна КУРЛОВИЧ,
канд. биол. наук, г. Минск



Сохранить фуксии!

? Прошу поделиться опытом хранения фуксий осенью и зимой. Летом планирую украсить ими внутренний дворик.

Лариса Нахамчик, г. Борисов

— Начинаю готовить фуксии к зимовке еще в первой половине осени. Из-за сокращения светового дня и понижения среднесуточных и ночных температур с конца сентября их крупные листья начинают блекнуть. В течение октября важно следить за ночными температурами. При понижении их до +4 град., укрываю растения на ночь спанбондом. В этом же месяце (в средней полосе) фуксии нужно перенести на подоконник. У нас в Санкт-Петербурге — в конце сентября. Кардинально обрезаю разросшиеся за лето кусты, иначе они на подоконнике не поместятся. И важно обработать фуксии фунгицидом от вредителей (по инструкции). Зимуют они у меня в экстремальных условиях: на северной стороне, стоят на подоконнике в три яруса плюс к этому включают центральное отопление. Фуксии от этого сильно листопадут, к ноябрю-декабрю остаются голые стволы с единичными листьями. Но для периода покоя фуксии не так важно, достаточно света или нет, есть шапка листьев или нет. Чтобы облегчить любимицам зимовку, на батареях центрального отопления установила краны и перекрываю подачу горячей воды. Это помогает снизить температуру до необходимого прохладного содержания — +12-15 град.

Поливаю мало, чтобы лишь поддерживать влажность земляного кома. Однако несмотря на все трудности, растения из коллекции моих фуксий ежегодно все лето радуют обильным и ярким цветением.

Ольга СЕТИНСКАЯ,
коллекционер фуксий, г. Санкт-Петербург

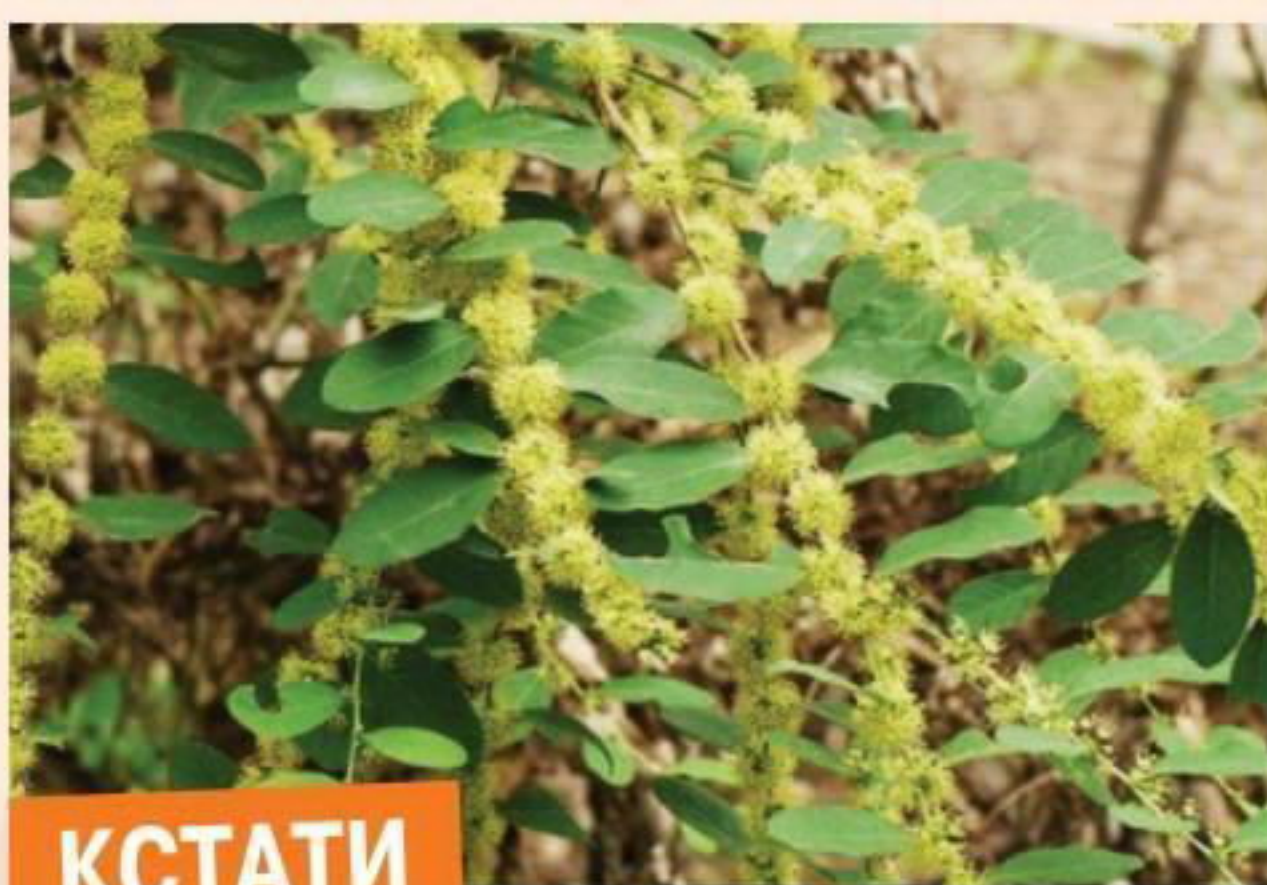


О небезупречности секуринеги

? Хотела бы посадить на участке секуринегу полукустарниковую. Но сомневаюсь: зимует ли она у нас? Если да, как правильно ее выращивать?

Раиса Новокшеева,
г. Клецк Минской обл.

— Это растение (высотой 1,5-2 м, с ажурной кроной) из семейства Молочайные ядовитое. Латинское название происходит от securis — «топор», negare — «отрицать» и связано с твердой, не поддающейся рубке, древесиной. Осенью окраска листьев меняется на ярко-желтую. Зацветает саженец обычно с 3-5-летнего возраста. Цветет с конца июня или начала июля до середины августа. Растение двудомное: на одном развиваются только мужские цветки, на другом — только женские. Плодоносит куст до листопада.



КСТАТИ

Секуринега полукустарниковая обладает лекарственными свойствами. Из молодых побегов, листьев и почек готовят препараты для лечения нервной системы.

Выращивание и уход

♦ Зимует растение небезупречно — немного обмерзают концы молодых побегов. Но вся красота куста за сезон восстанавливается благодаря быстрому нарастанию. Секуринега успевает вовремя зацвести.

♦ Она светолюбива, достаточно неприхотлива и засухоустойчива. Для посадки больше подойдет открытое солнечное место, возвышенное, чтобы не застаивалась вода.

♦ Посадочную яму желательно заполнять плодородной легкой почвой.

♦ Сажать можно весной и в начале осени.

♦ В группу высаживают одно мужское растение и 2-3 женских.

♦ Ежегодно в мае в средней полосе требуется санитарная обрезка, в это время уже видны живые почки. Ежегодный прирост побегов — 30-50 см.

Размножение

Размножают секуринегу черенками и семенами.

● Для лучшего корнеобразования **черенки** на ночь ставят в 0,01%-ный раствор индолилмасляной кислоты или обрабатывают порошком «Корневина».

● **Семена** секуринеги высевать лучше под зиму. При весеннем посеве нужна будет стратификация 3-4 месяца при 0+3 град.

Алла КУКЛИНА,
канд. биол. наук, старший научн. сотр.
ГБС им. Н. В. Цицина РАН,
г. Москва. Фото автора



Зимние «шубки» для растений

выбираем лучшие

Правильный выбор укрытия — не только гарантия того, что растение не погибнет к следующему сезону вегетации. Это и возможность повысить его зимостойкость (не морозостойкость!) — то есть с каждым годом растение будет становиться все более устойчивым к местным условиям зимовки.

Лапник: плюсы и минусы

- ♦ Защищает весной от перегрева.
- ♦ Не гниет, и в нем не поселяются губительные микроорганизмы, плесень, грибы.
- ♦ Почти не удерживает тепло и может спасти лишь от холодного ветра.

ВАЖНО!

Заготавливают его, когда установятся холода, иначе иглица осыплется раньше времени.



Листья

Должны оставаться сухими до весны. Поэтому пленочное укрытие над ними лучше устраивать в виде шалаша — на каркасе. Нежелательно оставлять и большие продухи. Идеально, если в мороз укрытие будет под снегом. Ведь если лист подмокнет, может превратиться в рассадник для грибов и плесени.

НА ЗАМЕТКУ

Их собирают сухими и до укрытия хранят под навесом. Отлично для этого подходят сетчатые мешки для овощей: в них листья не преют. Прямо в сетках можно и укрывать, тогда снять укрытие можно за считанные минуты.

Перегной или почва?

Окучивание **перегноем** — классический способ. Это защитит растения от вымокания, поможет дольше сохранить тепло в прикорневой зоне. Окучивают поздно, но до замерзания грунта. Используют и обычную **садовую почву**, однако перегной легче и рыхлее, не слеживается, не образует комков, повышает плодородие. У него ниже теплопроводность — лучше теплоизоляция. Однако он промерзает сильнее и оттаивает медленнее садовой почвы. Весной снимают его верхние слои по мере оттаивания.

Керамзит

- ♦ Не горит и не гниет.
- ♦ Самая полезная его особенность — низкая теплопроводность.
- ♦ Он — и мульча, и теплоизолятор.
- ♦ Летом предохраняет растения от вымокания и загнивания.
- ♦ Как укрывной материал особенно полезен ранней весной, когда много солнца и морозных ночей. Почва под керамзитом оттаивает быстрее.

Валерий ИВАНОВ, биолог, г. Москва

Но это справедливо для солнечного участка. На северной стороне в тени такого эффекта не получить.

♦ Осенью польза от керамзита тоже есть — почва под ним остывает медленно, и растения успевают адаптироваться к холодам.

♦ Керамзитом можно засыпать корни растений сразу после осенней обрезки. Даже, если еще тепло.

3 факта о выращивании можжевельника из семян

1 Семена можжевельника, находящиеся в шишкоягоде, у одних видов созревают в год цветения, у других — на следующий год.

Зрелые плоды собирают осенью. Семена смешивают с влажным песком и месяц держат при комнатной температуре, после этого 4 месяца — при +14-15 град. А можно на это время емкость с семенами, вставленную в полиэтиленовый пакет, прикопать в снег. После такой стратификации всходы появятся в год посева. В противном случае — через 1-3 года.

2 У некоторых видов семена покрыты толстой оболочкой, которую перед посевом желательно нарушить. Для этого наждачную бумагу наклеивают на две дощечки. Затем на одну насыпают семена, а второй аккуратно трут — скарифицируют.



3 Для посева подойдет смесь песка, перегноя и торфа (1:1:1). Еще лучше — дерновой земли и песка (1:1) со слоем (в 3 см) свежих хвойных опилок сверху. В него и сеют семена, присыпают также опилками (1-2 см) и накрывают бумагой. В открытом грунте при посеве в борозды можно добавить почву, взятую около корней уже растущего в саду можжевельника. Это сделает грунт более комфортным для развития сеянцев этих растений. Удобнее высевать в ящики высотой до 12 см с дренажными отверстиями. На дно кладут гальку или битый кирпич, затем — слой почвосмеси.

Наталья ДАНИЛОВА,
биолог, г. Санкт-Петербург.
Фото Валентины БОНДАРЬ

Ноябрь: успеть бы все к зиме!

Что нужно сделать, чтобы сад вошел в зиму подготовленным? Обо всем этом имели возможность узнать читатели «Цветка» во время проведения прямой линии со специалистами клуба «Цветоводы Москвы» при ОО ОВОП. Дежурила Людмила Андреевна Виноградова, кандидат химических наук, почвовед, коллекционер рододендронов и других цветочных растений.

Полейте рододендроны

? Как правильно провести осенний влагозарядковый полив рододендронов?

Ольга Неустроева, г. Полоцк

— Влагозарядковый осенний полив необходим только вечнозеленым формам рододендронов. Поскольку крона зимой подвергается иссушающему действию ветра, солнца, мороза, растениям необходимо запастись влагой. И пока еще не замерзла почва, их нужно очень обильно полить (лучше из лейки «с головы до ног»), земляной ком замульчировать сухим кислым торфом. Это уменьшит его промерзание. При этом важно учитывать вид грунта, чтобы не образовалось болото.

Укройте осоку

? Выращивала из семян осоку Буханана. Как укрыть ее, чтобы гарантированно вышла из зимы? Или лучше все-таки выкопать и хранить в подвале? На пакете указана морозостойкость до -20 град. (7-8-я зона).

Инна Глинская, г. Минск

— Опыт показывает, что под небольшим укрытием удастся сохранить растение в грунте. Самое критичное, чего боятся осоки, — заморозки, особенно зимой. Поэтому оптимальным будет воздушно-сухое укрытие (полиэтилен на опоре).

Если саженцев много, можно подстраховаться: часть пересадить в контейнеры и убрать в помещение (в подвал с низкой положительной температурой).

Защитите можжевельник

? Как обеспечить правильную первую зимовку можжевельника Голубая звезда и Живой камень?

Инна Глинская, г. Минск

— Все можжевельники, как и другие вечнозеленые культуры, при колебаниях зимних температур страдают от иссушающего действия солнечного света. Лучшая защита от него — укрытие на опоре. И важно, чтобы укрывной материал не касался растения, иначе в этом месте крона «сгорит». Использовать лучше мешковину, крафт-бумагу или можно просто установить щит с южной стороны растения. Любой нетканый материал для этого не годится. Горизонтальные можжевельники обязательно нужно изолировать от земли, подложив пенопласт или доску. И это следует делать каждый год — не только в первую зимовку.



Туберозу — в тепло

? В этом году впервые выращивала туберозу. Выкопала недавно клубеньки. Что делать с ними дальше?

Эльвира Савельева, г. Павлов

— Тубероза — теплолюбивое растение и выращивать ее лучше как контейнерную культуру, не выкапывая ежегодно, а просто убирая с емкостью на зиму в теплое помещение. Но если растили в открытом грунте, сложите луковицы на хранение в темное, теплое (+25 град. и выше) место, рядом поставьте емкость с водой.



СТРЕСС у ДЕТЕЙ:

КАК ПРОЯВЛЯЕТСЯ И ЧТО ДЕЛАТЬ

Подготовьте тяжелый грунт

? Как правильно подготовить к зиме тяжелый суглинок?

Анна Дробыш (по эл. почте)

— Самое главное сейчас — вскопать землю на штык лопаты с поворотом пласта, но не раз-

бивая ком. Сверху можно присыпать доломитовой или известняковой мукой (20-25 кг на сотку). Весной почва станет более рыхлой, разровняйте и посейте сидераты, а затем уже посадите то, что планировали.

Замульчируйте саженцы

? Только сейчас высадила саженцы многих декоративных кустарников, лилейников, пионов. Что предпринять, чтобы они в этом году успели укорениться?

Ольга Цветкова,
г. Реутов Московской обл.

— Делать ничего сейчас не надо — осень, биологический цикл закончился. А все корневые процессы начнутся лишь весной. Единственное, что можно предпринять, — замульчировать (напри-



мер, компостом, опилками и т. д.) корневую систему всех вновь высаженных растений.

Фацелию можно скосить

? Высеяли в этом году новый для нас сидерат — фацелию. Она взошла и даже зацвела. Что с ней делать сейчас, накануне зимы?

Светлана Зайцева, Минская обл.

— Это однолетнее растение. И если вы сеяли фацелию для улучшения почвы на этом месте, делать с ней сейчас ничего не надо. Можно разве что скосить и оставить на грядке. Весной все заделаете в грунт и посадите на месте, где планировали. Если растили сидерат для удобрения другого участка, следует фацелию скосить, измельчить и внести в поверхностный слой почвы.

Соберите семена

? Можно ли сейчас или зимой размножить рододендрон листопадный?

Алла Алешина, г. Смоленск

— Если ваш рододендрон завязал семена, их можно собрать в начале ноября и заняться семенным размножением. Дозарьте их в квартире в течение месяца, очистите от кожицы. В марте-апреле посейте в контейнер. Через 5-6 месяцев всходы можно распикировать. Но такое размножение хлопотное, да и ждать цветения придется лет 5-6. Проще дождаться весны, пригнуть веточку к земле, присыпать ее. Через 2-3 года отделите от материнского растения и отсадите.



Есть вопросы?

Вам ответят!

по тел. 8-800-333-55-84
(звонок бесплатный)

сайт: www.edas.ru

Лицензия № ЛО-77-01-013899. Реклама

Многие родители сталкиваются с проблемой выбора успокоительного средства для ребенка. Все закономерно: жизнь у современных детей насыщенная, нагрузки с каждым годом растут, круг общения расширяется. Результат: часть детей испытывает стресс, который может проявляться нестабильным эмоциональным состоянием, склонностью к истерикам, трудным засыпанием.

Грамотный подход к выбору успокоительного препарата — полпути к успеху. Детская психика — вещь хрупкая, любое агрессивное вмешательство может лишь усугубить дело. Начинать корректировать отклонения нужно деликатно и осторожно, а предпочтение лучше отдать натуральным средствам. Они редко обещают «моментальный эффект», но это и хорошо: любые скороспелые результаты настораживают, когда речь идет о психической сфере.

У ребенка нет кнопки, чтобы быстро переключиться с гиперактивности на спокойный лад, с бессонницы на сон, с конфликтности на ровные взаимоотношения. Любые проявления стресса лучше корректировать постепенно. Помните, как реставратор убирает кистью инородные напластования с ценного артефакта — предельно аккуратно, слой за слоем. Наша стратегия должна быть сходной.

ПАССАМБРА ЭДАС-306 в форме сиропа — натуральный препарат, который можно порекомендовать детям любого возраста с самыми разными проявлениями стресса. Он применяется в комплексной терапии неврозов, невратении, при повышенной возбудимости, раздражительности, нарушениях сна. Главное преимущество препарата — мягкое «накопительное» действие при отсутствии побочных эффектов в виде сонливости и заторможенности.

ПАССАМБРА ЭДАС-306 «работает» как с симптомами, так и с глубинными причинами отклонений. При этом не влияет на скорость реакции и концентрацию внимания, не вызывает привыкания, может применяться одновременно с любыми другими лекарственными средствами.

ПАССАМБРА ЭДАС-306
сироп



для взрослых и детей
любого возраста

- ✓ Неврозы
- ✓ Раздражительность
- ✓ Повышенная возбудимость
- ✓ Нарушения сна

ОТПУСК БЕЗ РЕЦЕПТА.
СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ!

0+

Доверяйте качеству, проверенному временем!

ООО "МЕЖДУНАРОДНАЯ КОРПОРАЦИЯ "ЭДАС". 117105, Москва, Варшавское ш., д. 5, к. 5. ОГРН 1177746041890.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ!





У меня черноголовник кровохлебковый (*Poterium sanguisorba*) растет у водоема и в цветнике уже несколько лет. Никто не хочет верить, что это салатная культура, так он хорош. Особенно черноголовник сорта Резус. До появления цветоносов растение похоже на бедронец камнеломковый. Но с появлением цветков картина проясняется.



Черноголовник в кулинарии

и народной медицине

В супермаркетах вы сегодня можете увидеть упаковки с экзотическим, на первый взгляд, салатом бурнет. На самом деле это трава черноголовника кровохлебкового. И в наших краях только-только начинают приручать это растение. О его выращивании и пищевой ценности рассказывает коллекционер растений, садовод-практик из г. Калуги Наталья Владимировна ДОРОНИНА. Рецептами делится Галина ЛАВРЕНОВА, доктор медицинских наук, г. Санкт-Петербург.

В кулинарии

- ♦ У свежих листьев сильный огуречный запах, который исчезает при термической обработке, и горьковатый вкус. В кулинарии их используют в салатах, супах, рыбных блюдах, напитках, коктейлях.
- ♦ На листьях настаивают уксус, из них делают суррогат чая.
- ♦ Вареные корни служат замечательным гарниром к мясу.



5 правил ухода

- 1 Этот многолетник хорошо развивается на песчаных, супесчаных и известковых почвах.
- 2 Часто пересаживать и делить его нет необходимости: на одном месте растет около 8 лет.
- 3 Его легко размножить семенами. Их сеют осенью или ранней весной на глубину 2-2,5 см.
- 4 В уходе неприхотлив.
- 5 Не бойтесь срезать листья: во время цветения быстро отрастают новые, и черноголовник успевает до осени еще раз зацвести.

ЗАГОТОВКА

Для кулинарных и лечебных целей траву и цветки заготавливают в период цветения и сушат под навесом на открытом воздухе. Корни копают поздней осенью, тщательно промывают и сушат на отопительных батареях. Хранят сырье в закрытых стеклянных банках.

В народной медицине

1 **Отвар семян.** Отличное смягчающее средство при бронхитах, кашле, катаре верхних дыхательных путей, изъязвлении мочевого пузыря. В виде припарок отвар (вместе с семенами) используют при кожных заболеваниях.

1 ч.л. семян варить в 1 ст. воды на слабом огне 5 мин. Настоять 1 час и процедить. Пить по 1/4-1/3 ст. 3 раза в день.

2 **Настой цветков и листьев.**

• Противодиарейное средство.

По 1 ст.л. цветков (или листьев) залить 1 ст. кипятка. Настоять 2 часа и процедить. Пить по 1-2 ст.л. 3-4 раза в день.

• Использовать **наружно** для ванн, обмываний, примочек, полосканий при флюсе, опухолях, ожогах, кожных болезнях, ранах, язвах и конъюнктивитах.

4 ст. л. цветков (или листьев) настоять 2 часа в 2 ст. кипятка, процедить.

3 **Отвар травы.** Эффективен при нарушении менструального цикла и как средство при злокачественных новообразованиях, туберкулезе легких, воспалениях и гонорее.

3 ст.л. сухой измельченной травы залить 0,5 л воды и кипятить на слабом огне 3-4 мин. Настоять под крышкой 1-2 часа, процедить. Пить по 1/4-1/3 ст. три раза в день. Можно использовать этот отвар и для клизм при дизентерии, рези в животе, гастрите и энтероколите.

Зеленый ажур



♦ **Кроны крупных хвойных в тенистом саду** — наиболее подходящее место для украшения декоративными посадками страусника (*Matteuccia*), кочедыжника (*Athyrium*) и голокучника (*Gymnocarpium*). Эти папоротники, а также многорядник трехраздельный (*Polystichum tripterum*), щитовник мужской (*Dryopteris filix mas*) и гребенчатый (*D. cristata*) будут хорошим фоном для



многих теневыносливых многолетников: колокольчика крапиволистного, волжанки, бруннеры, бузульника, хосты, звездочки и роджерсии.

♦ Страусник, чистоус азиатский (*Osmunda asiatica*) и один из красивейших папоротников — чистоуст королевский (*O. regalis*) будут хороши **рядом с фонтаном или на берегу пруда**.

♦ **Альпинарий** приютит с северной стороны скальные папоротники и их сорта. Вместе с камнеломками, молодилом, резухой и очитками среди камней будут красивы костенец и листовик.

♦ **На альпийской горке** можно посадить экзотическую многоножку обыкновенную (*Polypodium vulgare*) с ползучим сладким корневищем, от которого в два ряда, словно ножки, отходят черешки листьев. Эффектны нежные зеленые вайи пузырника ломкого (*Cystopteris fragilis*) — папоротника высотой до 50 см, любителя известковых почв и влажных ущелий.

♦ **На подпорной стенке** в трещинах и между известковыми камнями будет расти невысокий (до 50 см) тенелюбивый скальный папоротник — многорядник копьевидный (*P. lonchitis*).

Алла КУКЛИНА,

канд. биол. наук, ГБС РАН, г. Москва

ДОСЬЕ

Папоротники (*Polypodiophyta*) — одни из немногих древнейших растений, и в наши дни поражающие своим великолепным разнообразием. Они сильно различаются по размерам, жизненным формам и циклам. Общепринято называть их одинаково — «папоротники», на самом же деле это огромная группа споровых растений: около 300 родов и более 10 тыс. видов. У папоротников нет настоящих листьев. И то, что у них напоминает лист, — это целая система ветвей, расположенных в одной плоскости. Правильное название такого «листа» — плоскостовка, или вайя.



Интересно

Поверье гласит: загадочные цветы папоротника распускаются летом в полночь на Ивана Купала, и кто найдет огненный цветок, — преодолет темные силы, обретет заветный клад, приносящий богатство и счастье. На самом деле у папоротников вообще нет цветков и семян. Вместо них на нижней стороне листьев — мельчайшие споры, благодаря которым растения размножаются. Обнаружив такую особенность, Карл Линней назвал их «тайнобрачными» растениями.



Куклина Алла Георгиевна — кандидат биологических наук, старший научный сотрудник Главного ботанического сада им. Н. В. Цицина РАН, член Союза журналистов Москвы. Алла Георгиевна — автор множества книг о декоративных кустарниках и не меньшего количества полезных брошюр для цветоводов — «Гортензия, калина», «Барбарисы», «Облепиха», «Астильба», «Горечавки» и, конечно же, — «Папоротники». Ее опыт — это научная компетентность плюс личные наблюдения, почерпнутые из собственных экспериментов в саду.

О выращивании

Выращивание папоротников — дело занятное и под силу каждому. Можно даже отвести небольшую территорию для садика из этих растений.

• В течение всего сезона, если нет дождей, им требуется полив. Например, орляк и костенец в засуху если и не погибнут, то потеряют декоративность. Их подсыхающие листья скручиваются, а при увлажнении растения вновь зеленеют и восстанавливаются. А вот листовик без полива может выпасть.



• Скальные папоротники раз в месяц поливают известковой водой (10 г извести на 3 л воды). Теплолюбивые сорта листовика, чтобы уберечь от вымерзания в бесснежный период, мульчируют торфом или укрывают лапником.

• Папоротники практически не повреждаются болезнями и вредителями. Исключительно редко на их листьях появляются слизи или тля.

НА ЗАМЕТКУ

При выращивании папоротников минеральные и органические удобрения использовать следует как можно реже. Если почва песчаная и совсем бедная, лучше добавить немного компостной земли или листового перегноя.

О предпочтениях в саду

? В «лесном» уголке сада хотела высадить несколько папоротников. Какая нужна почва и все ли будут расти в частичной тени?

Нина Стельмахова, г. Кировск

♦ Для всех папоротников нужна легкая, рыхлая почва, хороший дренаж и регулярное увлажнение. Лесным видам лучше выбрать тенистые уголки, чтобы они не страдали на солнцепеке.

♦ Они крупные, поэтому их сажают по схеме 60х60 см. Более мелкие виды размещают на расстоянии 30-40 см друг от друга.

♦ Сажать лучше весной, пока не раскроются их почки-«улитки», либо в конце августа, когда уже закончился рост. Кстати, листы при посадке лучше не касаться, чтобы не нарушить декоративный вид папоротника. После чего растения нужно обильно полить.

УЧТИТЕ!

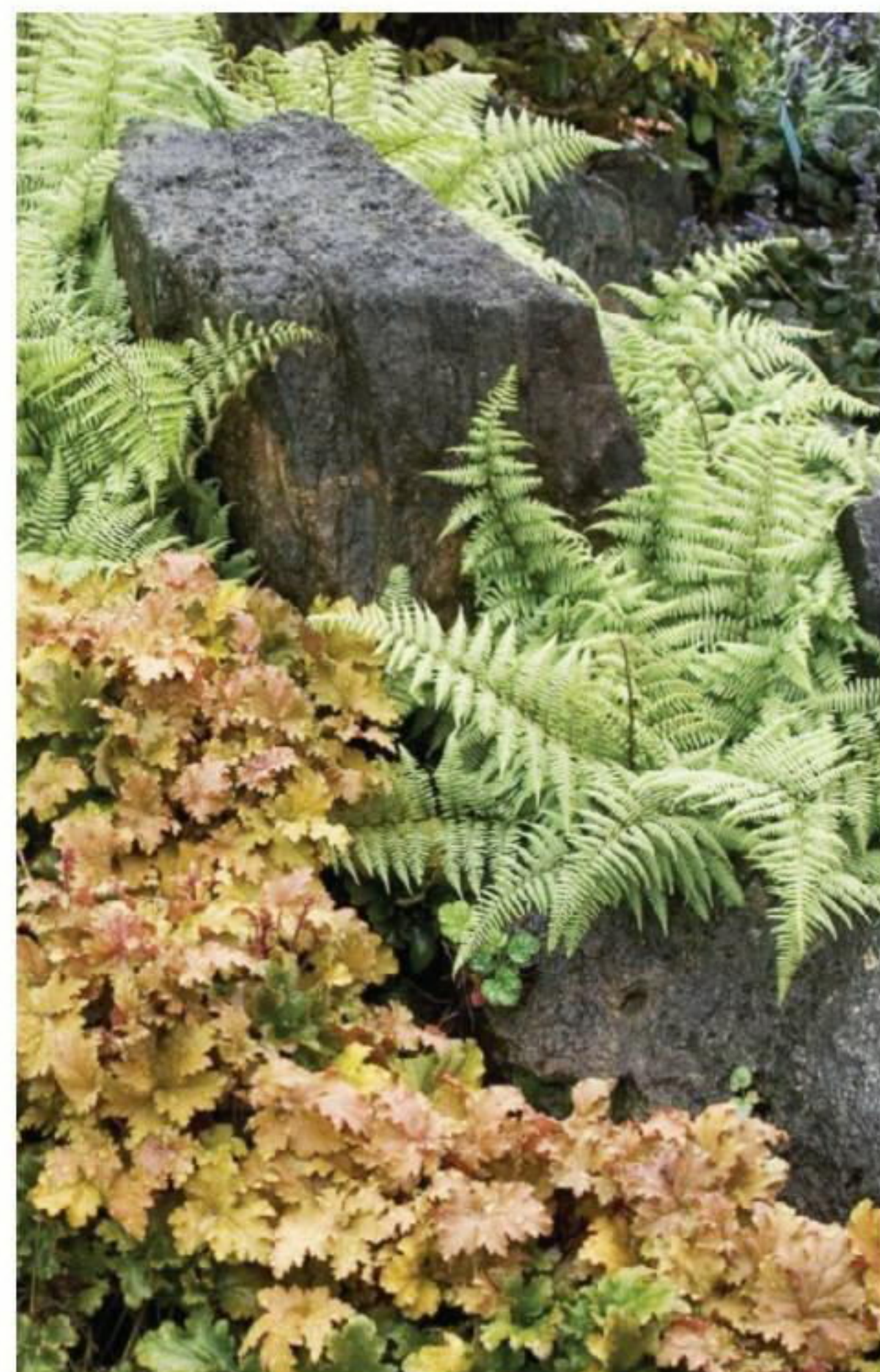
Наиболее тенелюбив кочедыжник, а вот орляк и страусник могут расти и на более открытых солнцу местах, но при условии достаточного полива.



О скальных папоротниках

? Видела в продаже папоротники для альпийской горки. Я же всегда считала их исключительно лесными растениями. Это не торговая «приманка»? Стоит ли приобретать и как в дальнейшем ухаживать?

Вероника Лис,
г. Бакшеево Московской обл.



— Скальные папоротники существуют! Поэкспериментируйте, если есть желание и возможность предоставить им подходящие условия.

Перед посадкой таких папоротников в грунт всегда добавляют мелкий щебень или гальку. Они не любят кислую почву, поэтому в субстрат обязательно нужно внести известь (из расчета 50-80 г/кв. м).

И важно помнить, что этим растениям нужен хороший дренаж, так как вымокание и выпревание для них опаснее, чем сильный мороз. Они зимостойки.

Для скальных папоротников тоже предпочтительна полутень. В засуху их нужно поливать, но в сильную жару растения лучше опрыскивать из распылителя, чем неумеренно увлажнять.

УЧТИТЕ ОСОБЕННОСТИ

♦ Костенцу и многоряднику готовят каменистый грунт со щебнем и гравием.

♦ Для выращивания пузырника подойдет глинистая почва.

♦ Адиантум хорошо растет на рыхлой плодородной почве, а также среди щелочных пород: известняка, песчаника или туфа.

3 важных совета

1 Не все папоротники агрессивны. Только вокруг орляка, страусника и голокучника Линнея, у которых длинные ползучие корневища, нужно установить механический барьер. В почву вокруг посадки на глубину 10-20 см можно вкопать пластиковую газонную ленту или другой плотный материал. Они уберегут соседние растения от энергичного переселения отпрысков этих папоротников на соседние терри-

тории. Но есть еще вариант — выращивание в большом контейнере.

2 Осенью можно срезать все листья на высоте 15-20 см от земли. Можно убрать их и весной, но аккуратно, чтобы не сломать верхушки корневища с молодыми раскрывающимися почками.

3 Высаживайте сразу на постоянное место и не беспокойте частыми пересадками. Они любят покой и со временем становятся все краше.

Орляк: на вкус — как спаржа!

Молодые вайи орляка, скрученные в улитку, вкусны и полезны. Хочу поделиться рецептами блюд из них, которые пробовала во время поездки по Дальнему Востоку. По вкусу продукт напоминает отварную спаржу.

ПОЛЬЗА

Зелень орляка богата биологически активными флавоноидами, укрепляющими сосуды; фитостеролами, снижающими уровень холестерина; а также эфирными маслами, дубильными веществами, минеральными солями с фосфором и микроэлементами, повышающими иммунитет и стрессоустойчивость организма.

Рецепты

Сбор. Молодой орляк заготавливают весной (май), когда его листья еще не развернулись. Лучше их не резать ножом, а обрывать руками, чтобы почувствовать характерный хруст, подтверждающий, что растение готово для переработки. Со временем его черешки и листья станут волокнистыми и непригодными в пищу.

Подготовка. Помните, орляк нельзя есть сырым — он ядовит! Съедобным становится только после термической обработки. Потому молодые листья предварительно на сутки опускают в

соленую воду. Потом промывают, нарезают кусочками и 8-10 мин. отваривают в соленой воде. Теперь он полностью безопасен!

Приготовление тушеного орляка. Обжарить в масле нарезанный лук, добавить отваренный орляк, подсолить по вкусу и тушить без крышки, чтобы влага частично испарилась.

Приготовление мясного салата. Нарезать кубиками и смешать отварную говядину, вареные яйца, свежие помидоры вместе с проваренным орляком. Заправить салат маслом или майонезом, добавить соль, перец и зелень по вкусу.



Популярные виды и сорта



Чистоуст королевский



Голокучник Линнея



Костенец волосовидный



Кочедыжник японский Red Beauty



Листовик сколопендровый Cristatum



Уважаемые читатели!

Приглашаем вас принять участие в формировании материалов для рубрики «Крупным планом»! Присылайте в редакцию свои вопросы, которые мы обязательно адресуем специалистам и с ответами затем опубликуем. Вот список растений, которые мы планируем рассмотреть, начиная со следующего номера, во втором полугодии 2017 года:

№22 БЕРЕСКЛЕТЫ

№23 МОЖЖЕВЕЛЬНИК

№24 КАРЛИКОВЫЙ ГРАНАТ

Быстрее всего ваши письма дойдут на эл. адрес flower@toloka.com
Можно писать и на почтовый адрес редакции.

Попробуем размножить!



Споры папоротника



Посев спор



Пикировка сеянцев асплениума

ПОДСКАЗКИ

- ♦ Молодые растения лучше пикировать два раза.
- ♦ В первый год жизни у молодого растения нарастают 2-3 листа, на второй — 7-8.

Из спор

Выращивать папоротник из спор — дело кропотливое. Зато новые растения в дальнейшем формируются более мощными, они устойчивее к местным условиям.

Сбор «семян»

Споры (они похожи на пыль) собирают в конце лета, в сухую погоду, затем их слегка подсушивают в прохладном помещении. Споры не только мелкие, но и очень нежные — важно помнить, что они боятся пересыхания и прямых солнечных лучей.

1 К посеву приступают в феврале-марте. Перед этим емкость и почвосмесь стерилизуют (до 1 часа над паром).

2 Насыпают смесь торфа и песка (3:1) слоем в 10 см.

3 Высевают споры во влажный грунт, сверху закрывают пленкой или стеклом — для сохранения влажности грунта и воздуха над посевами.

4 Проращивают на свету при температуре +13-16 град.

5 Только через месяц появятся «малыши», которых нужно закалять. Стекло периодически снимают, оставляя сеянцы при комнатной температуре.

6 Когда они вырастут до 2 см, их пересаживают в горшки с листовой землей и снова содержат под прозрачным укрытием до полного укоренения.

7 Важно периодически увлажнять прохладной кипяченой водой.

8 Высадить в открытый грунт молодые папоротники можно будет весной спустя 2-3 года после посева.



Сорусы

Интересно

- У папоротников с коротким корневищем (например, у костенца, листовика и др.) споры надежно запрятаны на нижней стороне вай в темные бугорки — сорусы.
- У **костенца** они линейной формы, прикрыты тонким покрывальцем.
- У **листовика** расположены парами вдоль главной жилки листа.



Вегетативно

1 **Делением корневища и отводками.** Этим способом можно размножить страусник, орляк, голокучник и кочедыжник.

Ранней весной до отрастания вай (или в первой половине августа до созревания спор) куст выкапывают и отрезают от длинного корневища отрезок длиной 20-25 см с двумя почками. Места срезов присыпают толченым углем. Растения сажают на новое место и обильно поливают.

ВАЖНО!

Деленки следует брать только от взрослых кустов, причем не раньше, чем через 3-4 года после посадки.

2 **Выводковыми почками.**

Они формируются с выпуклой стороны на утолщенном черешке вайи. Образование таких почек можно стимулировать, нарушив центральную точку роста корневища. У взрослого растения за сезон их может нарасти до 10 штук. Ранней весной папоротник выкапывают, аккуратно отделяют черешки с почками, высаживают их и доращивают в парнике, прикрыв от солнца.





**нервной
бывает не работа,
а наше отношение к ней!**

**ТЕНОТЕН – спокойствие
и работоспособность
одновременно!**

www.tenoten.ru

горячая линия: +7(495) 681-09-30

реклама Р №ЛС-000542

materia  medica

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ
ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ



Никандра — альтернатива физалису

? У подруги на даче увидела цветущую никандру и ее плоды, похожие на физалис. Расскажите, как проще вырастить и чем еще полезно это растение.

Татьяна Сушко, г. Киев

— Никандра физалисовидная — мощное однолетнее растение из семейства Пасленовые, родом из Перу. У нас хорошо размножается после созревания и растрескивания плодов самосевом. В более холодных регионах можно вырастить через рассаду, посеяв семена в начале апреля в контейнер, а с появлением третьего листочка распикировав всходы в отдельные горшочки. В мае сеянцы высаживают в сад. К почвам никандра нетребовательна, но лучше растет в легком питательном грунте, любит хорошо освещенные места. Цветет с июля до заморозков. Осенью срезаю веточки вместе с зеленовато-фиолетовыми «фонариками», сушу, подвесив на стены «вниз головой». Затем раскрашиваю в яркие цвета и использую в букетах. Славится никандра и лечебными свойствами: помогает при заболеваниях почек, сердца и сосудов. При недомогании (но только после консультации врача!) 1 ст.л. измельченной сухой травы заливаю 1 ст. кипятка, настаиваю час и выпиваю по 0,5 ст. два-три раза в день.

Раиса ГОРЯЧЕНКО, Одесская обл.

Зимовка монбреции

? Опоздала с выкопкой монбреции и отправкой луковиц на зимнее хранение. Можно ли все-таки оставить это растение в цветнике и попытаться его как-то спасти от вымерзания?

Яна Рассадникова, г. Брест

— Климат в последние годы меняется в сторону потепления. И в южных регионах Беларуси некоторые цветоводы уже оставляют зимовать монбрецию в открытом грунте. Поспешите организовать для цветка сухое укрытие: сначала засыпьте место посадки толстым слоем (не менее 20 см) сухих листьев, опилок или торфа, а сверху прикройте рубероидом и лапником для задержания снега. Весной снимите укрытие как можно раньше, слабых заморозков монбреция не боится. Так делает один из моих знакомых коллекционеров луковичных, проживающий в Гродно. Опыт довольно успешный!

ЗИМУЮЩИЕ В ГРУНТЕ МОНТБРЕЦИИ БЫСТРЕЕ ПРОРАСТАЮТ, ЗАЦВЕТАЮТ НА НЕДЕЛЮ-ДВЕ РАНЬШЕ ПОСАЖЕННЫХ ВЕСНОЙ.

Но в северо-восточных регионах климат для монбреции суров, вероятность вымерзания велика, поэтому гнезда луковиц храним вместе с небольшим количеством почвы в подвале, при температуре от +4-8 град., в деревянных ящиках, пересыпав сухими опилками или мхом сфагнумом. При длительном хранении в доме луковицы могут пересохнуть, а весной не прорасти. В любом случае их нужно периодически осматривать, при признаках высыхания (становятся сморщенными) высадить в горшки для подраживания.

Иван МОРОЗОВ, г. Витебск



Рябинник Сэм

? Получила по почте два саженца рябинника сорта Сэм. Можно ли их до весны сохранить в подвале? Ведь на улице вот-вот ударят морозы. Расскажите о кустарнике подробнее. Какое место, почву и уход он предпочитает?

Ирина Куница, Московская обл.

— Саженцы рябинника рябинолистного зимой можно хранить в подвале, в ящике, заполненном торфом или песком. Примерно раз в 7-10 дней не забывайте слегка увлажнять. В прохладе и при относительной влажности воздуха 85-90% растения прекрасно сохраняются до весенней посадки в открытый грунт. Кусты рябинника сорта Сэм достигают в высоту всего 1,2-1,5 м, более компактны и дают меньше отпрысков, чем видовые растения. Их ажурные листочки окрашены еще ярче и разнообразней. Как и другие рябинники, Сэм хорошо растет на открытом солнце и в полутени. Нетребователен к плодородию почвы, но наилучших декоративных качеств достигает все же на влажных и дренированных, богатых органикой участках. Вариант субстрата для посадки — смесь дерновой земли, перегноя и песка (1:1:1 или 1:2:1). Посадочные ямы копаю 30-40 см в глубину и до 70-80 см в ширину (с учетом разрастания кустарника). Если высаживаю на склоне, приствольные круги формирую в виде пологих воронок с уклоном к центру куста, иначе растения могут страдать от недостатка влаги. В жаркое время поливаю чаще. В качестве подкормки весной рассыпаю в зоне корней гранулы универсальных минеральных смесей (20 г/кв.м) и мульчирую два-три раза за сезон тонким слоем торфа или компоста.

Александр СМЕРНОВ, г. Владимир

Дорогие читатели!

Ждем ваши вопросы и ответы по адресу: **214000, г. Смоленск, Главпочтамт, а/я 200, «Цветок»**, или на электронную почту: **flower@toloka.com**. Кстати, опубликованные в «Цветке» ответы будут оплачены, поэтому не забывайте указывать личные сведения для начисления гонорара (см. стр. 30, в выходных данных).

Редакция.

Безупречная лапчатка

? В сентябре мне подарили саженец курильского чая, выделила для него теплое место в саду. Надо ли укрывать на зиму? Как ухаживать в дальнейшем? Интересуюсь, потому что новичок в садоводстве...

Нина Саянович,
г. Бобруйск Могилевской обл.

— Курильский чай, или лапчатка кустарниковая, неприхотливое растение, хорошо растет и цветет практически все лето на освещенных участках, в тени становится приземистым, с мелкими цветочками. Зимует в средней полосе без укрытия, но если ожидаются сильные морозы без выпадения снега, для подстраховки в первый год молодой саженец можно прикрыть еловыми лапками. Взрослые кусты в зимнее время очень декоративны: красные веточки покрываются серыми «тесемками» отслоившейся коры и эффектно смотрятся на фоне снежных сугробов. Особого ухода лапчатке не требуется. Перед цветением подкармливаю кусты фосфорно-калийным удобрением (по инструкции).

**Для активного роста
и ветвления стригу
раз в 3 года, ранней
весной или в конце
сентября.**

Укорачиваю побеги в среднем на 20 см. Размножаю зелеными черенками: нарезаю их в конце июня длиной 20-25 см с тремя-четырьмя междоузлиями и укореняю, обработав в растворе «Корневина», в полутени под пленочным укрытием. Подращиваю в череночнике до весны. При посадке на постоянное место на дно ямы кладу небольшой слой битого кирпича. Корневую шейку не заглубляю, она должна быть на уровне почвы. После обильно поливаю. Для сохранения влаги в жару зону корней мульчирую скошенной травой.

Алла СТАНУЛЕВИЧ, г. Лида
Гродненской обл.



Высеваем эремурус

? Хочу разделить и пересадить свой эремурус на другое место. Когда к этому лучше приступить? Можно ли размножить его семенами?

Елена Игнатенко, г. Гродно

— Эремурусы тяжело переносят пересадку, так как при выкапывании повреждаются мелкие длинные корни, растения в итоге долго восстанавливаются, могут год не цвести. Делю только при необходимости, раз в 6-7 лет, в конце августа. Выкапываю куст и переношу под навес — подсохнуть на недели три. Обрезаю сухие растительные остатки, разделяю корневище на части, укорачивая корни, и высаживаю на солнечном, защищенном от ветра места.

• **Сейчас можно размножить эремурус только семенами.** Высеваю их сразу после сбора (поздно осенью, под зиму, так как они быстро теряют всхожесть) в высокие ящики с рыхлым грунтом. Заделываю на глубину 1 см и держу до весны при температуре +15-18 град., периодически поливая посеы из пульверизатора.

• Весной проклевывается незначительная часть семян, остальные — летом (могут даже на следующий год). Ящик со всходами в это время выношу в парник, поливаю. На зиму мульчирую почву сухой травой, листьями, укрываю спанбондом.

• Следующей весной рассаживаю сеянцы в отдельные горшочки, закаляю на свежем воздухе. После отмирания молодых листочков (обычно в конце лета многолетник вступает в период покоя) полив сокращаю, выношу питомцев в самое теплое место в парнике и на зиму опять укрываю лапником. Рассаживаю в цветники на четвертый год.

Анна КЛИМОВИЧ, г. Новополоцк
Витебской обл.

7 вопросов от читателей

1 Хочу подобрать для своей усадьбы карликовые виды клена и рябины. Подскажите, пожалуйста, самые морозостойкие для открытого грунта и те, которые подошли бы для выращивания в контейнерах.

Галина Ковалева, г. Витебск

2 Расскажите, что за растение дайнанте голубая. Какое место в саду предпочитает? Хорошо ли зимует в условиях средней полосы? Как ухаживать за кустиками, чтобы добиться обильного цветения?

Павел Сидорчик, г. Минск

3 Не могу разобраться со «статусом» анемон (ветрениц). Некоторые из них называют уникальными декоративными растениями, другие — агрессорами. Какие именно и за что получили такое обидное прозвище? Что делать, если они уже растут на участке?

Наталья Шульга, г. Смоленск

4 Посадил необычное деревце — гинкго билоба. Слышал, что для того, чтобы оно плодоносило, нужны два разнополых растения. Правда ли это? Как и когда можно определить, кто из них «девочка», а кто — «мальчик»?

Олег Жуков, г. Псков

5 Как ухаживать за зверобоем чашечковидным? Подойдет ли это растение для альпийской горки? Как его проще размножить и сколько придется ждать цветения?

Инга Муромова, г. Воронеж

6 Когда и как часто обрезают дерен белый сортов Argenteo-marginata и Elegantissima? Чем подкармливают на протяжении сезона? Посоветуйте другие сорта с пестрой листвой.

Лидия Гурко, г. Москва

7 Пыталась размножить глобулярию летними черенками, высаживая их во влажный песок под бутылки, но не удалось. Может, кто-то из читателей поделится своим успешным опытом? Что нужно растению для нарастания корешков и нормального развития цветоносов?

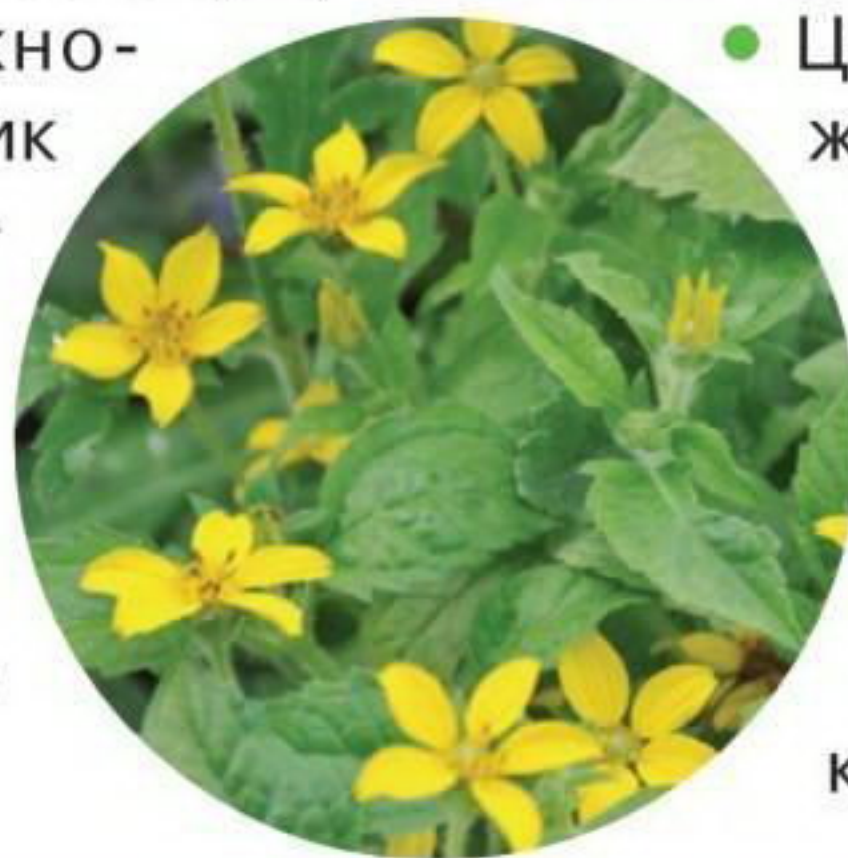
Ольга Снегирева, г. Брест

Знакомьтесь: хризогонум

? Случайно приобрела новое для меня растение — золотоносник. За лето на горке он нарастил красивую куртину, покрытую желтыми цветками. Готовясь к зиме, задумалась: как золотоносник правильно подготовить к морозам? Зимует ли он в средней полосе? И хотелось бы вообще побольше о нем узнать.

Дарья Свиридович, г. Истра

— Это многолетнее растение правильно называется хризогонум, он из семейства Сложноцветные. Почвопокровник родом из Северной Америки, выдерживает температуру до -28 град. Но на зиму я его все же советовал бы прикрывать (например, листовым опадом).



• Растение образует роскошные куртины высотой до 20-25 см.

• Цветет все лето обильно желтыми цветками. Первые цветки появляются в июне, последние — в середине сентября.

• Лучше растет на легких почвах (можно — на суглинке) с оптимальной кислотностью pH 6,5-7,5.

• Спокойно переносит засуху, но в сухую погоду лучше полить.

• Размножить можно делением куста, укоренением столонов или семенами. В марте рекомендуют высевать семена в легкий субстрат и проращивать при температуре +21-24 град. Спустя несколько недель должны появиться всходы.

ИЗ НАБЛЮДЕНИЙ

- ◆ Я сажаю хризогонум в полутени, здесь он растет лучше, поскольку по своей природе это растение — лесное.
- ◆ Вредителями не поражается.
- ◆ Великолепно подходит для выращивания на переднем плане.

Александр ЧЕЧУРОВ,
канд. биол. наук, г. Москва

Ивы, идеальные в «ширмах»

? Очень важно заслонить ветреный участок «ширмой». Для этого за забором хочу высадить высокие и быстрорастущие растения. Мне сказали, что для этой роли подойдут высокие ивы. Подскажите, пожалуйста, на какие стоит обратить свое внимание.

Жанна Пескова, г. Минск

— Важно, чтобы растущие в такой «ширме» деревья были морозоустойчивыми. Могу посоветовать две наиболее идеальные в этом смысле ивы.

И. ломкая Bullata

- ◆ Крупное дерево с мощным стволом и огромной кроной до 8 м в диаметре, а иногда и больше.
- ◆ Крона — плотная, шаровидная из нескольких, наплывающих друг на друга сфер, не требующая обрезки и формирования.
- ◆ Легко черенкуется.
- ◆ Если молодое деревце не обрезать, оно практически не будет давать прикорневую поросль.

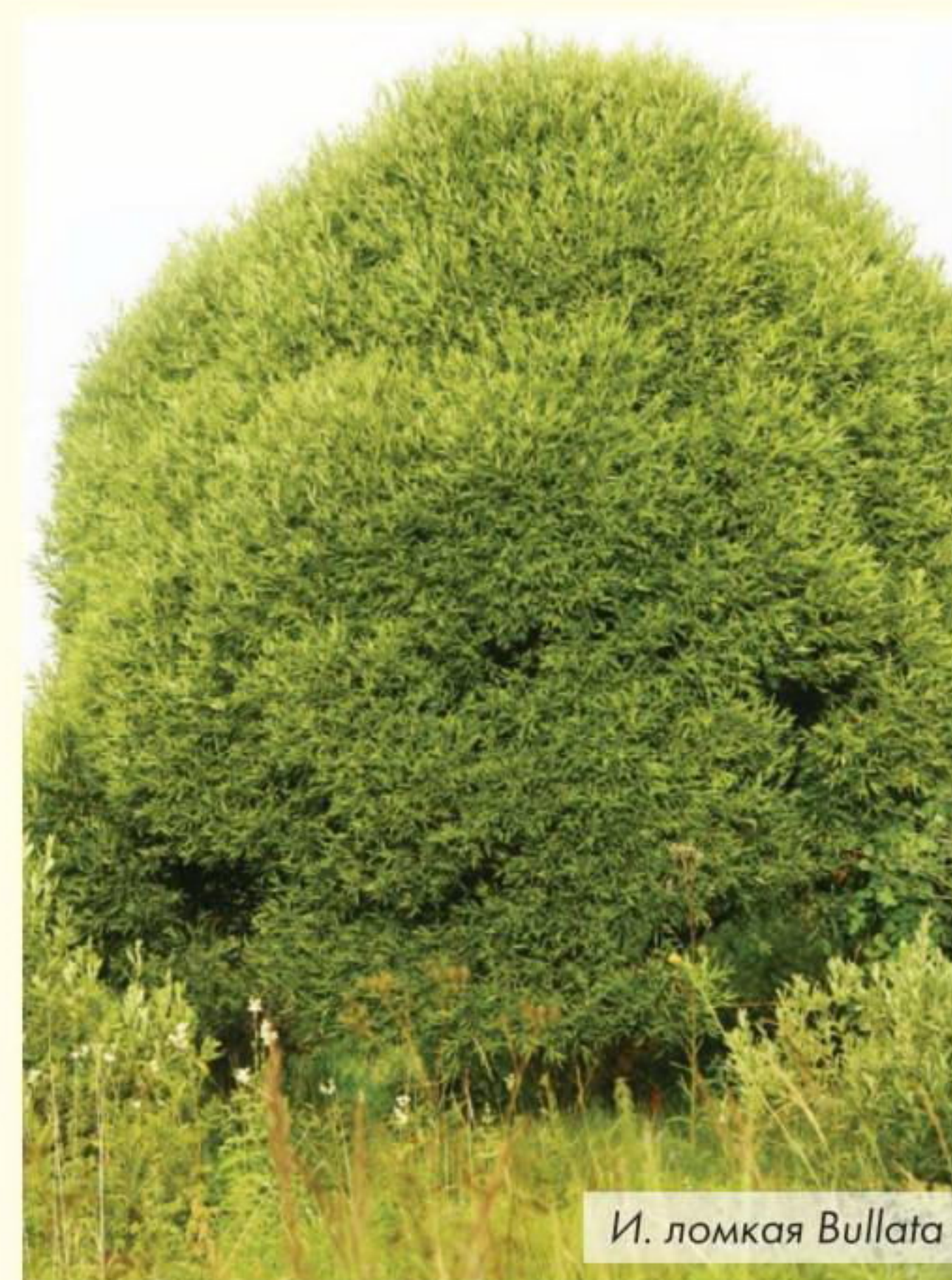
- ◆ Нетребовательна к плодородию почвы.
- ◆ Ива спокойно относится к затоплениям.
- ◆ Как насос, качает воду из почвы и активно испаряет ее через листья в виде крупных капель.
- ◆ К сожалению, поражается разными вредителями, особенно часто пенницей. Но при этом особого урона декоративности они не наносят.

И. Свердловская блестящая

- Дерево до 16 м высотой, с толстым стволом, с густой, раскидистой кроной.
- Отличает хорошая устойчивость к болезням, повреждениям и к промышленным загрязнениям.
- Быстро растет.
- К почвам нетребовательна, выдерживает наводнения.
- Безболезненно переносит пересадки даже в пятилетнем возрасте.
- Укореняемость черенков — до 100%.
- Нижние ветви постепенно отмирают, и остается штамп высотой приблизительно 2-2,5 м.



И. Свердловская блестящая



И. ломкая Bullata

Татьяна ЖЕЛТОВСКАЯ, коллекционер злаков и ив, г. Москва

Тля «не пройдет»!

? На хризантемы, выкопанные из открытого грунта и перенесенные на подоконник, напала тля. Как избавиться?

Светлана Марошко, г. Калуга

? Кто-то летом и в начале осени повреждал мои астры. Сначала замечала на кустиках белую и зеленоватую мошкарку, позднее нижние листья засохли, бутоны

стали вянуть. Делала чесночно-луковые настои (2 ст. утрамбованного сырья/8-10 л воды) и опрыскивала растения — не помогало. Подскажите, пожалуйста, более эффективные средства.

Алла Гаврилова,
г. Приморск Запорожской обл.

— Во втором вопросе речь идет, вероятно, также о тле.



Крылатые самки



Личинки

Определяем вредителя

- Крылатые самки этого вредителя прилетают к кустикам астры и хризантемы в период цветения и откладывают яйца. Растения, на которых поселяется тля, начинают значительно отставать в росте.
- Листья и побеги деформируются, затем усыхают и опадают. Если не лечить, растение может погибнуть.
- Питаясь соками нежных листочков и стебельков, тля выделяет специальное липкое вещество — падь, которое способствует развитию сажистого гриба, что значительно влияет на декоративность кустиков.
- Также тля — переносчик вирусных заболеваний.

Меры борьбы

1 Биологические (в открытом грунте): привлекайте на участок полезных насекомых-энтомофагов — божьих коровок и златоглазок.

♦ **1 способ.** Обычно эти насекомые обитают среди «дикоросов»: одуванчика, пижмы, тысячелистника. Найдите для этих растений уголок в саду.

♦ **2 способ.** Для привлечения божьих коровок прикрепите между стволами старых деревьев несколько

коробочек и заполните их торфом или компостом, чтобы насекомые могли откладывать внутрь яйца и перезимовать.

2 Химические: тщательное опрыскивание пострадавших растений жидким мылом (20-30 г мыла/л воды). Или обработка инсектицидами: «Танрек», ВРК (5 мл/10 л воды), «Актара», ВДГ (8 г/10 л воды), «Фитоверм», КЭ (0,8 мл/2,5 л воды) — по инструкции.

Вилена ПРОЦЕНКО, мл. науч. сотр.
отдела защиты растений ВНИИЦиСК, г. Сочи



Неучтенный спутник ЖЕНСКОЙ КРАСОТЫ

Какие только способы не используют женщины, чтобы сохранять стройность и оставаться красотками. Но зачастую они терпят неудачу. А почему? Да потому, что забывают об очень важном правиле: трудно выглядеть привлекательной, если в организме нарушен гормональный фон!

Оказывается когда у женщины непорядок в обмене половых гормонов — эстрогенов, ни о какой красоте, и, тем более, о хорошем здоровье, речи быть не может. Не случайно специалисты ведущих центров мира сейчас активно призывают следить за метаболизмом эстрогенов и обязательно корректировать его нарушения.

Задача эта сложнейшая. Но она по силам капсулам «Стелла». Секрет успеха кроется в удачной формуле. «Стелла» содержит сразу три важнейших компонента, оказывающих благоприятное действие на женский организм. Это индол-3-карбинол (экстракт брокколи), эпигаллокатехин-3-галлат (экстракт зеленого чая), изофлавоны сои (фитоэстрогены). Усиливая и дополняя друг друга, эти растительные вещества корректируют метаболизм эстрогенов, оптимально «настраивают» тонкую гормональную систему женщины, помогая сохранить здоровье.

А что касается коррекции веса, улучшения состояния кожи и вообще, женской привлекательности, то,

начните принимать капсулы «Стелла», и вы будете приятно удивлены тем переменам, которые произойдут с вашей внешностью!



www.stella-farma.ru

**Спрашивайте
капсулы «Стелла»
в аптеках города!**



8-800-505-20-02 По РФ звонок бесплатный.

Реклама 16+

НЕ ОЖИДАЙТЕ НЕКАРСТВЕННОГО СРЕДСТВОМ

Семена из букета

? Подарили для сухого букета несколько веточек подорожничкоцветника Суворова. Хотела бы выращивать такой у себя в саду. Что это за растение и могу ли я высевать семена, которые собрала с него во время сушки? Когда это лучше сделать?

Лидия Астахова, г. Гродно



— Это однолетнее растение с нежной сиренево-розовой окраской цветков, которое пришло к нам из Средней Азии. Иначе называют статице Суворова. Соцветия его действительно напоминают соцветия подорожника.

Светлолюбиво, относительно холодоустойчиво, на бедных почвах вырастает низким, при недостатке влаги быстро отцветает. Его высота — 30-80 см. Цветки розовые и сиренево-розовые. Цветение длится с июня до августа.

Посев и уход

- ◆ Сейчас вам важно сохранить собранные семена до весны в сухости и прохладе. Например, в холодильнике — ссыпав их в полиэтиленовый zip-пакетик.
- ◆ В апреле-начале мая их можно будет высевать сразу в открытый грунт.
- ◆ Всходы появляются через 10-12 дней.
- ◆ Если планируете пикировать, важно не нарушать земляной ком: рассада плохо приживается.
- ◆ Расстояние между растениями — 20-25 см.
- ◆ В уходе важны регулярные поливы и подкормки. Но помните: при избытке воды растения могут погибнуть!
- ◆ В начале роста статице Суворова подкармливают азотными удобрениями 2-3 раза с интервалом в 7-10 дней, затем комплексными до начала цветения через 10-14 дней. Все вносят согласно инструкции.

Наталья ПЕТРЕНКО,
канд. биол. наук,
г. Санкт-Петербург

Актинидия не плодоносит: 3 причины



А. коломикта

? Уже много лет в моем саду растет актинидия коломикта, но до сих пор я не видела на ней ни одного плода. Есть ли этому какое-то объяснение?

Татьяна Иванова, г. Могилев

1 Актинидия — двудомная культура, потому для завязывания плодов в саду должно расти и женское, и мужское растение. На 5 женских следует высаживать 2 мужских. К тому же А. коломикта, А. аргута и А. полигама опыляются только растениями своего вида. Взаимное переопыление возможно лишь между мужскими и женскими экземплярами А. аргута, А. джиральда и А. пурпурной.

2 Важны также правильные почвенные условия. Не подходят щелочные грунты, оптимальны слабокислые и кислые, хотя допустимы и нейтральные. Не нравятся растению

места, где подолгу застаиваются талые и дождевые воды. Если хотите дождаться плодов, не высаживайте актинидию в приствольных кругах плодовых культур, особенно — яблонь. А вот рядом с орешником и смородиной она растет прекрасно.

3 Эта лиана теневынослива, но хорошо плодоносить может только при достаточной освещенности. Желательно размещать ее у стены, обращенной на восток или запад.

ВАЖНО!

До цветения по внешним признакам пол актинидии определить невозможно. Поэтому важно приобретать посадочный материал у компетентных продавцов, которым доверяете, — в питомниках, а не на рынке.

Наталья КОЗАК, канд. с/х наук,
г. Москва

7 проверенных способов сохранить молодость после 50-ти

*Молодость и активность
не зависят от возраста –
они зависят от вашего
мироощущения, настроения
и образа жизни.*

В цифре 50 в отношении возраста есть что-то магическое: для многих она означает некий пугающий рубеж, переход к старости. На самом деле после пятидесяти жизнь есть, и еще какая! Важно не списывать себя в тираж, не отказываться от ежедневных радостей и следить за своим здоровьем. Как это сделать? Вот 7 простых и действительно работающих способов сохранить молодость и активность в зрелом возрасте.

ЙОГА

Йога практически не имеет возрастных ограничений. Она помогает укрепить позвоночник, поддерживать эластичность суставов, нормализовать эмоциональный фон. Для хорошего самочувствия вовсе не обязательно уметь скручиваться узлом или часами сидеть в позе лотоса. Занимайтесь по силам и с помощью инструктора.

СКАНДИНАВСКАЯ ХОДЬБА

Ежедневные прогулки на воздухе освежают не только тело, но и душу. А если взять в руки две легкие палки и ходить в ближайшем парке, поддерживая бодрый ритм, мышцы и суставы скажут вам огромное спасибо. В тело вернется былая сила, а на лицо – здоровый румянец.

СВОЕВРЕМЕННОЕ ЛЕЧЕНИЕ ХРОНИЧЕСКИХ БОЛЕЗНЕЙ

С годами дают о себе знать проблемы со здоровьем, особенно достается суставам. Если не запускать болезни, вовремя обследоваться и лечиться, вполне можно поддерживать организм в хорошем состоянии. Помочь своим суставам можно не только таблетками.

ВОЛЬТАРЕН 12 часов – это единственный гель, который нужно наносить всего 2 раза в день*. Двойная концентрация активного вещества** позволяет уменьшить воспаление и облегчить хроническую боль на срок до 12 часов.

ВОЛЬТАРЕН Эмульгель 12 часов. В 2 раза дольше против боли! **

УХОД ЗА СОБОЙ

О внешности забывать нельзя. Это и косметический уход, и прическа, и красивая одежда, и обувь. Даже при скромном достатке ставить на себе крест – большая ошибка. Дети выросли, внуки не расстроятся без очередной игрушки или конфеты. А вот цветущее отражение в зеркале сотворит



маленькое чудо – вернет вам уверенность в себе и поднимет самооценку.

ДОМАШНИЙ ПИТОМЕЦ

Да, это лишняя забота. Но это и отличный способ делиться любовью и лаской и принимать их в ответ. Домашнее животное стимулирует активность и не дает заскучать. Раньше было так соблазнительно пропустить прогулку и полежать на диване! А теперь нельзя: собачка уже ждет у дверей.

ПУТЕШЕСТВИЯ

Не спешите отмахиваться – мол, не с нашей пенсией. Путешествовать можно и по стране, и в соседний город. А все ли вы знаете о своем родном? Путешествия – это не только дорогие путевки в далекие страны. Это еще и способ переключиться с повседневности на увлекательное приключение, послушать экскурсовода, посмотреть на привычное под необычным углом.

КОМПЬЮТЕР

Освоить компьютер совсем несложно, зато потом перед вами откроется целый мир. И это не только мир социальных сетей и нескончаемых сериалов. Это возможность общаться с далекими родственниками, заводить новые знакомства, находить необычные хобби.

Пусть каждый день начинается с интересных планов и целей – и возраст будет бессилен перед вашей энергией и задором.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ

*Среди линейки Вольтарен. **По сравнению с Вольтарен Эмульгель 1%. Товарный знак принадлежит и используется Группой Компаний ГлаксоСмитКляйн. РУ ЛП-002267 от 04.10.2013 АО «ГлаксоСмитКляйн Хелскер», РФ, 123112, г. Москва, Пресненская наб., д. 10, +7 (495) 777-98-50. CHRUS/CHVOLT/0072/17. Реклама.

Пенстемоны – в вашу коллекцию!

Пенстемон наперстянковый сорта Husker Red я впервые увидела в парке королевы Максимы в Голландии, в знаменитом «саду бабочек», созданном по проекту Пита Удольфа. Растение выглядело очень празднич-



но: стройные шоколадно-вишневые стебли и листья с таким же отливом, крупные соцветия из бело-кремовых колокольчиков с нежным розовым румянцем. Зрелище восхитительное! Вскоре мне удалось приобрести деленку Husker Red и приютить необычный цветок в своем саду. В первое же лето кустик зацвел и долго оставался декоративным после цветения. Но главное преимущество этого пенстемона в том, что он отличается высокой морозостойкостью среди своих собратьев. Это очень важно для нашей зоны рискованного земледелия.

Не перестаю любоваться растением. Будет возможность — заведите такое и у себя в саду!



Пенстемон же сорта Dark Towers — не менее элегантный и зимостойкий. В отличие от первого его кустики выше приблизительно на 15 см, а цветки более розовые. Оба сорта особенно хорошо смотрятся в природных цветниках.

Секреты агротехники

- ♦ Предпочитает солнечные места. При недостаточном освещении куст разваливается, хуже цветет.
- ♦ Почва должна быть богатой, легкой, дренированной. Хорошо развивается пенстемон на кислой или слабокислой. Вариант смеси под посадку: песок, садовая земля, компост, низинный и верховой (кислый) торф — 1:1:2:2.
- ♦ На зиму свои растения дополнительно мульчирую торфом, а затем укрываю двойным слоем спанбонда плотностью 60. Можно использовать лапник.
- ♦ Первая весенняя подкормка — мочевиной (карбамидом); летом, перед и после цветения — комплексным минеральным удобрением; в конце августа — удобрением «Фертика. Осеннее» (все строго по инструкции).
- ♦ Через 2-3 года, весной, разросшиеся кусты желательно поделить и пересадить на новое место с плодородной почвой.

Елена РОДИТЕЛЬСКАЯ, г. Москва.

Фото автора

Луковичные: готовим к выгонке

Мои секреты

В ноябре еще можно готовить луковичные (крокусы, тюльпаны и нарциссы) к выгонке. Я делаю это в несколько этапов с разницей в одну-две недели, и первоцветы радуют меня на подоконниках с конца зимы вплоть до первых весенних праздников.

Выбираю для выгонки только самые крупные, упругие и здоровые луковички без видимых повреждений и следов гнили. В течение получаса протравливаю в растворе препарата «Максим» (по инструкции), просушиваю и высаживаю в вазон или контейнер так, чтобы между ними и от крайних луковок до стенок было расстояние не более 1-1,5 см. То есть не тесно и не слишком просторно.



1 На дно контейнера, в зависимости от высоты, насыпаю дренаж слоем в 2-4 см. Заполняю питательным грунтом чуть более чем наполовину, укладываю луковички, присыпая небольшим слоем почвы (сверху должны виднеться «носики»), слегка увлажняю.

2 Самый ответственный момент после посадки — соблюсти температурный режим хранения, ведь луковички ни в коем случае не должны прорасти раньше времени. Идеальная температура для них — +2-5 град., без резких колебаний. Заворачиваю горшочки в полиэтиленовые пакеты и ставлю на нижнюю полку холодильника.



3 Регулярно проверяю состояние лукович и при необходимости увлажняю почву. Спустя 7-10 недель достаю с «зимовки» первую партию крокусов. Тюльпаны и нарциссы — месяца через три. Признак готовности: если появились «клювики» — значит, пора!

ВАЖНО!

Чтобы растянуть сроки цветения или подгадать с живым букетом к весеннему празднику, контейнеры можно доставать на неделю-другую раньше или позже указанного выше срока.



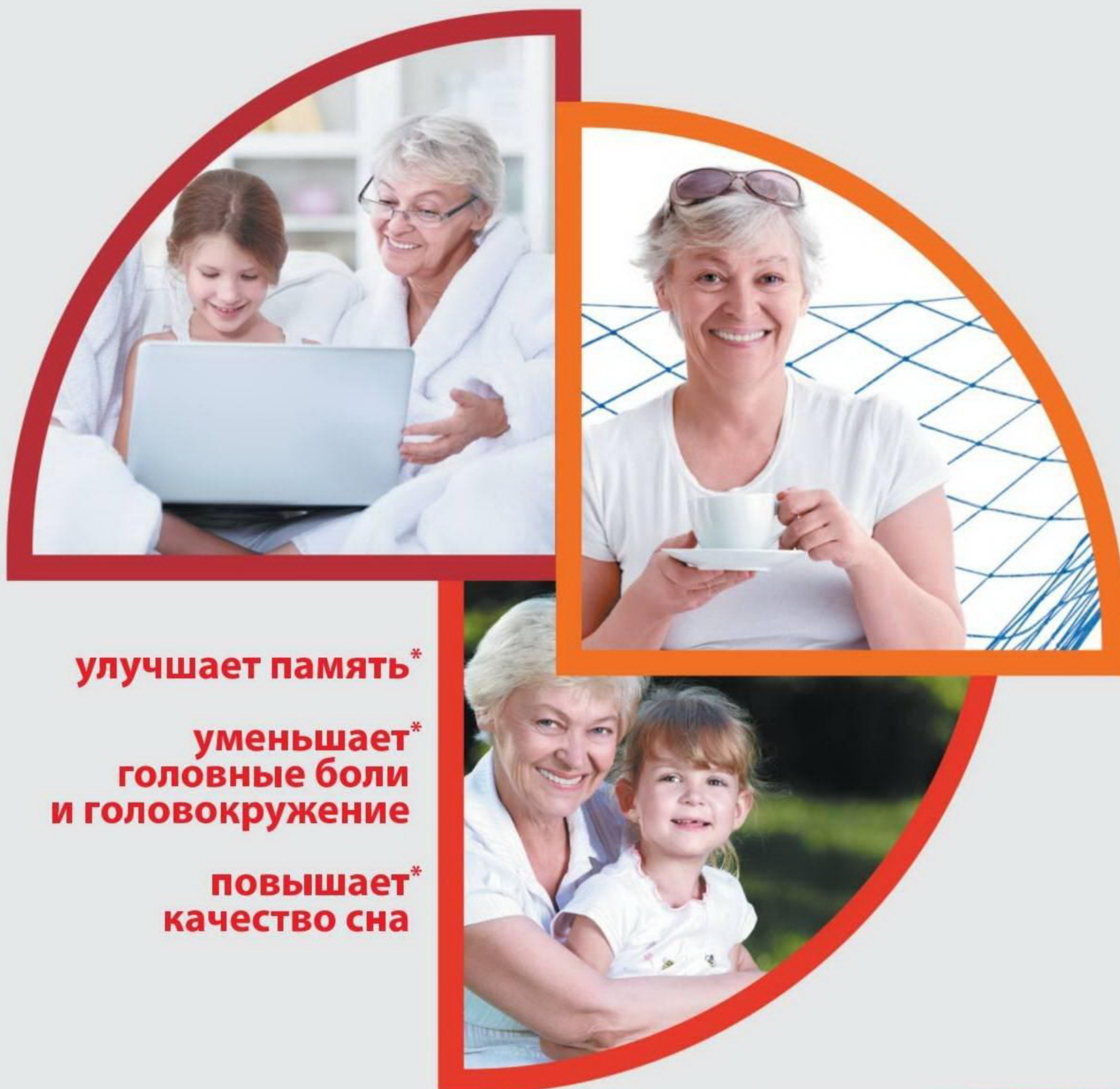
Ставлю их на светлый и прохладный подоконник, время от времени поливаю и подкармливаю. Зацветают выгонные растения спустя две-три недели. А если в вечернее время досвечивать лампами дневного света, цветение наступает раньше.

Ольга МАНУДИНА,
Московская обл.

Фото автора

ДИВАЗА

современный ноотропный препарат,
нормализует мозговое кровообращение



улучшает память*

**уменьшает*
головные боли
и головокружение**

**повышает*
качество сна**

**Голова ясная –
жизнь прекрасна!**

рекомендуется курсовой прием

горячая линия: 8 (495) 681-93-00
www.materiamedica.ru

РУ ЛСР-006646/10-090710
реклама



* Коррекция эмоциональных и когнитивных нарушений у пациентов с хронической ишемией головного мозга.
Р. КАМЧАТНОВ, О.В. ВОРОБЬЕВА, А.П. РАЧИН. Журнал неврологии и психиатрии, 4, 2014

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО
ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Небесная лазурь котовника

На моей клумбе пряноароматных трав одно из почетных мест занимает котовник Мусина (другие названия — К. Муссини, или кошачья мята). Вырастила его из семян, посеянных под зиму лет 5 назад. Теперь цветущие с июня по сентябрь кустики радуют не только домочадцев, но и соседей (отобрала из самосева лучшие сеянцы и поделилась ими с желающими).

НА ЗАМЕТКУ

- ♦ Этот многолетник из семейства Яснотковые вместе с соцветиями достигает в высоту до 0,3-0,5 м, диаметр куста — до 1 м. С годами наращивает мощное деревянистое корневище. В кулинарии и ароматерапии используют молодые стебли и листья.
- ♦ Запах у котовника настолько сильный (смесь мяты и камфоры, весной — с нотками герани), что привлекает кошек. Прекрасный медонос, пчелы в саду весь сезон!

Его предпочтения

- ♦ Место для котовника желательно выбрать солнечное. Почву он переносит любую, но лучше развивается на супесчаной.
- ♦ Засухоустойчив, однако нечастые поливы и орошения принимает с благодарностью.

♦ К меню непривередлив: довольствуется разовым угощением комплексным минеральным удобрением (в начале сезона, по инструкции), на плодородных участках вообще не нуждается в подкормках.

♦ После первой волны цветения, в июле, растения желательно постричь (срезать веточки наполовину) — вскоре они зацветут снова, цветение может длиться до середины октября.

КСТАТИ

- ♦ Старые кустики ранней весной можно размножить делением корневища. Перезимовавшие сеянцы на новое место пересаживают даже в цветущем состоянии, они легко приживаются.
- ♦ Хорошо себя чувствует котовник у подножия альпинария, рядом с невысокими барбарисами, ракишником и другими декоративными кустарниками.



Напоследок

Перед наступлением морозов несколько молодых кустиков пересаживаю в цветочные горшки и отправляю на зимние «квартиры» — на подоконники. Свежесрезанная веточка станет достойным дополнением к ароматному чаю в долгие зимние вечера.

Вера КНЯЗЕВА, г. Воронеж

Розы из черенков

Оставшиеся после осенней обрезки веточки роз можно укоренить. Из личного опыта знаю, что лучше всего укореняются сорта почвопокровных и плетистых. Выбираю побеги толщиной примерно с карандаш. Острым секатором нарезаю черенки с двумя почками, нижний срез под почкой



делаю косой, верхний — прямой, два верхних листочка укорачиваю наполовину, нижние удаляю. Черенки замачиваю на 4 часа в растворе стимулятора корнеобразования («Эпина», «Корневина», по инструкции). Пластиковые ведерки (стаканчики) заполняю приготовленной смесью из покупного грунта для роз, перлита и песка (1:2:1).

ВАЖНО!

Емкости лучше использовать прозрачные, так как в них можно будет увидеть появившиеся молодые корешки.

Смесь уплотняю, увлажняю, делаю палочкой отверстия и вставляю черенки, предварительно опудрив нижние срезы порошком «Корневина». Еще раз все уплотняю. После чего надеваю на емкости полиэтиленовые пакеты.

Условия содержания

- ♦ Ставлю емкости с высаженными черенками в неотапливаемое, но непро-

мерзаемое помещение (у меня это второй этаж на даче). Также можно вынести их на застекленный балкон.

♦ Через месяц после посадки черенки проверяю: проветриваю, почерневшие экземпляры удаляю, остальные опрыскиваю раствором «Эпина» и им же увлажняю субстрат. Снова надеваю пакеты. Проверяю спустя месяц. В таких условиях мои розы содержатся до весны.

♦ В марте-апреле удачно укорененные черенки роз начинаю проветривать каждый день, ненадолго снимая пакеты. Через пару недель можно снять их полностью и расселить розочки в более просторные горшочки. В конце мая высаживаю саженцы в школку на доращивание, первое время притеняю от яркого весеннего солнца.

♦ В первый год бутоны выламываю, чтобы сформировать красивые кустики. В начале осени пересаживаю розы с большим комом земли на постоянное место.

Елена СМЕРНОВА,
г. Череповец Вологодской обл.

№ 21 (327),
7 ноября 2017 г.Издается с 5 декабря 2001 г.
Выходит 2 раза в месяц
www.toloka.com**Шеф-редактор**
САНЧУК Татьяна Ивановна
Приемная: тел./факс
(8-10-375-222) 77-09-19**Редактор** АПАРОВИЧ
Лилия СвятославовнаУчредитель и издатель —
ООО «Издательский дом
«Толока».Свид. о регистр.
П/И № ФС 77-30461
от 30 ноября 2007 г.
Юридический адрес:
РФ, 214000, г. Смоленск,
ул. Тенишевой, д. 4-а
Подписные индексы:
12663 «КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ
ПРЕССЫ», 15360
«Пресса России», П1209 «Под-
писные издания». Официальный
каталог ФГУП «Почта России»**Адрес редакции:**
РФ, 214000, г. Смоленск,
ул. Тенишевой, д. 4-а
Тел. (8-4812) 64-75-65,
т/факс 64-75-47
E-mail: ru@toloka.com**Для писем:**
214000, г. Смоленск,
Главпочтамт, а/я 200
E-mail: flower@toloka.com**Отдел рекламы**
в Москве: (8-499) 253-44-28,
(8-903) 615-56-07**E-mail:**
reklama_ru@toloka.com
Распространитель —
ООО «Толока в России»
Тел. (8-4812) 61-19-80;
тел./факс (8-4812) 64-74-54
E-mail: ru@toloka.com**По вопросам доставки**
и качества изданий:
(8-4812) 64-75-47**В Казахстане:**
контакты отдела подписки
(727) 250-22-60, 271-83-73
Тираж 35 700Отпечатан
в ООО «Возрождение»,
РФ, 214000, г. Смоленск,
ул. Октябрьской
революции, 38-54**Подписан в печать**
26.10.2017 г. в 16.00
Цена свободная.За стиль и содержание
рекламы ответственность не-
сет рекламодатель.Редакция имеет право опублико-
вывать любые присланные в свой
адрес произведения, обращения чи-
тателей, письма, иллюстрационные
материалы. Факт пересылки озна-
чает согласие их автора на исполь-
зование присланных материалов в
любое форме и любым способом
в изданиях ИД «Толока» на терри-
тории стран СНГ, Литвы, Латвии.
Для получения гонорара за опу-
бликованные статьи необходимо
указывать в письме свой почто-
вый адрес, номер телефона, се-
рию и номер паспорта, когда и кем
он выдан, дату рождения, номер
свидетельства государственного
пенсионного страхования, ИНН.Предоставлением своих персональ-
ных данных (ФИО, паспортные дан-
ные, адрес регистрации, ИНН, но-
мер страхового пенсионного сви-
детельства) субъект персональных
данных выражает свое согласие на
сбор, хранение и обработку его
персональных данных для дости-
жения целей, установленных дей-
ствующим законодательством РФ
Журнал набран и сверстан
в компьютерном
центре «Толоки»**Следующий номер выйдет**
21 ноября 2017 г.Использованы фото Shutterstock.com,
Depositphotos.com, Rusmadiabank.ru
Фото на обложке Валентины БОНДАРЬПодписная
акция
на I полугодие
2018 годаНе сад,
а сказка!*Так непросто бывает иногда угадать недомогание любимого
растения: что именно с ним происходит, в чем причина? Мы
подготовили для вас подсказки!*Ведь не всегда болезнь связана
с вторгшейся в растительный
организм инфекцией. Случается,
цветы просто «голодают» — имв питании не хватает
каких-то элементов. И
чтобы оказать первую
помощь, очень важно
определить — каких
именно.Здесь и придет на
помощь календарь
«Цветка» на 2018 год с
наглядными таблицами
и рекомендациями по
устранению причин
недомоганий.

Чтобы получить его в подарок,

необходимо прислать в
редакцию **до 5 января****2018 года** (дата
отправления — по
почтовому штемпелю
на конверте) две
ксерокопии подписных
квитанций на «Цветок»
на 1-е полугодие 2018 года
и на «Цветок. Спецвыпуск».Вложите также в письмо конверт с
подписанным обратным адресом.**Адрес редакции:**
214000, г. Смоленск, Главпоч-
тамт, а/я 200. Поставьте пометку
на конверте — «Не сад, а сказка!».**Подарок будет отправлен:**
до 15 февраля 2018 года.**Подписные индексы**
«Цветка»:

- **10370** «КАТАЛОГ
РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ»
- **19477** «ПРЕССА РОССИИ»
- **П1210** «ПОДПИСНЫЕ
ИЗДАНИЯ» ОФИЦИАЛЬ-
НЫЙ КАТАЛОГ ФГУП
«ПОЧТА РОССИИ»

Подписной индекс «Цветок. Спецвыпуск»

- **15557** «КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ»
- **П2414** «ПОДПИСНЫЕ ИЗДАНИЯ»
ОФИЦИАЛЬНЫЙ КАТАЛОГ ФГУП «ПОЧТА РОССИИ»

Темы выпусков в 1-м полугодии 2018 года:

- **№ 1** «Ниваки: мастер-класс по стрижке».
Выходит 23 января.
- **№ 2** «Такие разные спиреи».
Выходит 24 апреля.

Организатор акции — ООО «Издательский дом «Толока».
(214000, г. Смоленск, ул. Тенишевой, д. 4-А, ОГРН 1026701445210; ИНН 6730043329).
Тел. для справок: 8 (4812) 64-75-65**СЕГОДНЯ ВЫШЛИ:** «Домашний», «Народный доктор», «Наша кухня», «Толока. Делаем сами», «Кухонька Михалыча»,
«Лечитесь с нами», «Волшебный», «Золотые рецепты наших читателей», «Садовод и огородник», «Сваты», «Сваты. Заго-
товки», «Суперсовет», «Суперкухня», «Супердача», «Суперсовет. Мое здоровье», «Домашние цветы», «Психология и Я»,
«Лечим щитовидку: уникальная методика славянской травницы», «Вышиваем крестиком: герои любимых мультфильмов».

Купон для подачи объявления

Ф.И.О. и телефон, которые будут указаны в объявлении; адрес
и паспортные данные

☐ С условиями размещения ознакомлен(а). Я добровольно предоставляю согласие
ООО «Издательский дом «Толока» на обработку своих персональных данных.По вопросам размещения рекламы
обращайтесь в отдел рекламы:
в Москве (8-499) 253-44-28,
(8-903) 615-56-07
E-mail: reklama_ru@toloka.com

НАСТРОЙ КИНО!



ГУЛЯЙ ВАСЯ!

11 НОЯБРЯ 19:00 (МСК)

Смотрите на телеканале

КИНОПРЕМЬЕРА

«КИНОПРЕМЬЕРА» — телеканал премьер и новинок мирового кинематографа. Все, что вы не успели посмотреть в кинотеатре – теперь доступно у вас дома! Круглосуточное вещание без рекламы.

16+
реклама

www.nastroykino.ru

Смотрите телеканал в пакете «Настрой кино!» кабельных и спутниковых операторов.

МОЛОДОСТЬ И ПОДВИЖНОСТЬ ВАШИХ СУСТАВОВ

С возрастом хрящевая ткань начинает разрушаться более интенсивно. Толщина хряща уменьшается, а сам он становится «сухим» и «ломким». Первыми начинают страдать те суставы, на которые ложится основная нагрузка, – коленные, тазобедренные и позвоночник. Поэтому очень важно не упустить время и как можно раньше начать заботиться о своих суставах. И сделать это можно с помощью **крема-бальзама «Артро-Актив питающий»**. Он содержит сбалансированный комплекс хондропротекторов (глюкозамин и хондроитин). Они гармонично дополняют друг друга, создавая наилучшие условия для обновления и укрепления хрящевой ткани и связок. С кремом **«Артро-Актив питающий»** вы надолго сохраните молодость и подвижность ваших суставов.



ДОМАШНЯЯ Аптечка

www.ecologylive.club

СЕКРЕТ КРЕПКИХ КОСТЕЙ

Существует мнение, что скелет человека есть нечто застывшее «на века». Однако это не так. Каждые 10 лет он полностью обновляется! За что, собственно, и отвечают костные клетки: остеобласты и остеокласты. Остеокласты постоянно разрушают костную ткань, остеобласты неустанно отстраивают ее заново. Но если в организме не хватает кальция, клетки-«строители» не в силах справиться со своей задачей. Кости становятся хрупкими, а это очень опасно. Любое падение, неловкое движение может привести к беде. Чтобы кости не преподнесли вам неприятный сюрприз, надо постоянно пополнять запасы кальция в организме. Например, с помощью таблеток **«Кальций-Актив Цитрат»**. Источником кальция в этих таблетках служит цитрат кальция — соль, которая, согласно исследованиям ученых, является лучшим источником кальция по степени усвоения и отсутствию побочных реакций.

СПУТНИК ЖЕНСКОЙ КРАСОТЫ

Как часто женщины терпят неудачу в попытке сохранить стройность и молодость. А все потому, что в их организме нарушен обмен эстрогенов. Не случайно специалисты ведущих центров мира активно призывают следить за метаболизмом эстрогенов и обязательно корректировать его нарушения. Задача эта сложная. Но она по силам капсулам **«Стелла»**. Секрет успеха кроется в удачной формуле. **«Стелла»** содержит сразу три важнейших для женщины компонента: индол-3-карбинол, эпигаллокатехин-3-галлат, изофлавоны сои. Усиливая и дополняя друг друга, эти вещества нормализуют обмен эстрогенов. А что касается коррекции веса и улучшения состояния кожи, то вы будете приятно удивлены тем переменам, которые произойдут с вашей внешностью!



МУЖСКАЯ СИЛА

Сегодня понятие «мужской климакс» — это реальный факт для мужчин старше 45 лет. И связано это со снижением выработки тестостерона. Именно этот гормон отвечает в организме мужчины за жизненный тонус, поддержание мышечной массы, сжигание жиров, инициативность, хорошее мышление и сексуальную активность. Но не стоит отчаиваться. Мужскому организму надо только помочь производить тестостерон. И вот здесь без **«Виардо Форте»** не обойтись. Курсовой прием **«Виардо Форте»** активизирует достойную выработку собственного тестостерона и даст мужчине все, что ему необходимо для качественной полноценной жизни.



Спрашивайте в аптеках вашего города!