



www.dedoibaba.ru

пос. В.Синячиха

# Дедо и Баба

№ 37 (533)

Газета выходит с 25 июня 2009 г.

9 - 15 сентября 2019 г.

## ◆ КУХНЯ

<http://iamcook.ru>

### КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В ФОЛЬГЕ НА УГЛЯХ

#### Ингредиенты

Картофель - 4 шт.  
Масло оливковое - 3 ст.л.  
Чеснок - 2 зубчика  
Соль - 0,5 ч.л.  
Зелень - по вкусу  
Калорийность 131 кКал  
Время приготовления 40 мин.

#### Пошаговый рецепт

Очень вкусная, запеченная на углях в фольге картошка с дымком. Чесночный аромат с оливковым маслом делаем картофель вкуснее и аппетитнее. Если в конце приготовления приоткрыть фольгу и поддержать еще какое-то время картофель на углях, то верх немного подрумянится, а вкус дыма будет более выраженным.

Запечь картошку в фольге на углях не сложно: угли должны быть не слишком горячими, картофель лучше выбирать одинакового размера, чтобы каждая картофелина одинаково запеклась. Отлично подавать в качестве гарнира к овощным и мясным блюдам на пикнике, а также из такого картофеля получаются очень вкусные салаты.

Основные ингредиенты для приготовления картофеля в фольге на углях.

Картофель прорезать (не дорезая до конца) по ширине на равные части.

Масло смешать с солью, чесноком (через чеснокодавилку).

С помощью кисточки промазать картофель масляной смесью в прорезях и снаружи.

Запаковать в фольгу каждую картофелину и готовить на умеренно жарких углях до готовности. Готовность можно проверить, проткнув одну из картофелин шпажкой.

Подавать картофель, запеченный в фольге на углях, посыпав зеленью и по желанию - перцами.

## ☺ ЗДОРОВЬЕ



### ЧАЙ ПОЧЕЧНЫЙ

**«Почечный»: прощаемся с болями!**

ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ПОЧЕК

**ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА ТРАВЯНОГО ЧАЯ:**

снимает воспаления;  
выводит излишки соли, ненужные организму вещества;  
профилактика мочекаменной болезни.

Шиповник нормализует обмен веществ, улучшает процесс пищеварения, укрепляет иммунитет.

Брусника полезна при болезнях мочевого пузыря, почек. Обладает мочегонными, противовоспалительными свойствами, укрепляет организм и питает его витаминами.

Горец птичий усиливает свертываемость крови, способствует снижению уровня сахара в крови, уменьшает кровоточивость слизистых оболочек, обладает легким гипотензивным действием, повышает сопротивляемость организма болезням, уменьшает кристаллизацию солей в мочевыводящих путях.

Содержащиеся в корневищах аира вещества усиливают выделение желудочного сока и в целом благотворно влияют на желудочно-кишечный тракт, поэтому растение успешно применяют для возбуждения аппетита, улучшения пищеварения, при лечении желудочно-кишечных заболеваний.

Аир благоприятно воздействует на тонус желчного пузыря, повышает желчеотделение и диурез. Применяют аир при болезнях печени, желчного пузыря, селезенки и почек.

Отвар из цветков ромашки принимают внутрь как средство, снимающее спазмы при заболеваниях органов пищеварения, при спастических хронических колитах, анацидных гастритах, для стимуляции желчеотделения, при метеоризме и поносе.

Порошок - замечательное средство от изжоги.

**Состав:** шиповник, брусника, горец птичий, аир болотный, ромашка. Одни обладают мочегонными свойствами, другие противовоспалительными, третьи предупреждают камни в почках.

**Приготовление:** Возьмите 1 фильтр-пакет и залейте его 1 стаканом кипятка, настаивать 5 минут, периодически надавливая на пакетик.

**В предлагаемых дозах данная продукция не является лекарственным средством. Чтобы применять этот чайный сбор как лекарство - проконсультируйтесь с врачом.**

### В библиотеке новая книга - бестселлер Брюс Кэмерон

#### «И тут появилась Люси»

Что делать, если любимая девушка ушла к другому, а родители развелись? Джош Майклз не знает, куда себя деть, ему одиноко и тоскливо. Но все меняется, когда старый приятель просит его приютить беременную собаку. Джош напуган, но отказать не может. Так в его доме появляется добрая и самоотверженная Люси, а чуть позже - милые и озорные щенки. Джош всем сердцем привязывается к собакам, но понимает: придется вернуть Люси хозяину и навсегда забыть о ней. Ведь это все равно, что расстаться с другом, о котором долго мечтал и которого только что обрел. Однако скоро Рождество, а в этот день, как известно, сбывается то, о чем в другие дни нельзя даже мечтать.

*В предыдущих номерах нашей газеты мы рассказали вам, что в нашем стремительном мире о своем здоровье нужно заботиться самим, а не ждать болезней. Профилактика – вот то главное действие, которое доступно каждому и требует к себе не так уж много внимания и денег. Правильное питание, правильная духовная жизнь и правильный образ жизни – вот три составляющие основы здоровья человека, а будет здоровье – будет всё!*

*В магазинах нашей торговой сети ТРИТОЛ мы предлагаем вам довольно широкий выбор чаёв из различных всем известных ягод и трав. О пользе того или иного чая мы будем рассказывать вам в нашей газете, или вы, придя в наш магазин, можете прочитать описание на коробочке чая. Мы выбрали для вас в основном пакетированный чай.*

Чай доступен в магазинах: п.В.Синячиха - ТРИТОЛ-1, ТРИТОЛ-9, «Дедо и Баба», в с.Мугай - ТРИТОЛ-14, в с.Измоденово - ТРИТОЛ-18 и в п.Бубчиково - ТРИТОЛ-5.



**Внимание!**  
В магазин ДЕДО и БАБА,  
Тритол-5, Тритол-13, Тритол-14  
новое поступление очков!



## ◆ СЕМЬЯ

## КАК ВОСПИТЫВАТЬ ДЕВОЧКУ - 10 ГЛАВНЫХ ПРАВИЛ

«Счастье – это когда тебя понимают,» - написал в сочинении подrostок из фильма «Дождем до понедельника». Правила, которые перечислены ниже, тоже про понимание. Они растут из понимания, как ветки - из ствола дерева. И чем основательнее ствол (чем понимания больше), тем крепче ветки, за которые можно цепляться, держаться, прятаться за листвой, на которые можно повесить качели и наслаждаться высотой, собирать с дерева плоды и радоваться, что их много и они сочные.

**Правило № 1  
НЕ СРАВНИВАТЬ**

Вспомните, сколько раз вы спрашивали свою дочь, получившую не лучшую оценку за контрольную: «А что получили остальные?». А может быть, вы любите повторять: «Когда я была в твоём возрасте...»? Или «Посмотри, как убрано в комнате у Маши, а у тебя вечный бардак». Ну и самое любимое: «Все придут нарядные, а ты в джинсах, не позорь меня!». Таких фраз множество. В свободную минуту выпишите их все на листочек и запретите раз и навсегда говорить их дочери!

**Правило № 2  
НЕ УНИЖАТЬ**

Как бы вы ни были возмущены поведением вашей дочери, не позволяйте себе

называть ее глупой, невоспитанной, неинтересной, некрасивой, злой, жестокой, вредной, неряхой, обжорой и т.д. Слова, даже если мы говорим их сгоряча, все равно ранят. А если мы произносим их из раза в раз, девочка привыкает и смиряется: «Что ж, наверное, так и есть. Наверное, я плохая, неидеальная, хуже всех». Вырастет такая девочка, и ее не покоробит, когда кто-то посторонний обидит ее словом – ведь родители постоянно себе такое позволяли. Это будет та самая «девочка для битья», которой в глаза будут говорить, что она дура, а она - в качестве защитной реакции - посмеется в ответ, соглашаясь.

Публичные нравоучения – это тоже про унижение, которое нужно прекратить. Хотите сделать замечание, повоспитывать, поругать – имеете на это полное право, но – **НАЕДИНЕ**. Только вы и дочь! И никаких посторонних глаз, ушей и уж тем более «сердобольных подсазков» третьих лиц, которые напомнят про все провинности и проступки вашей дочери за всю ее жизнь.

**Правило № 3  
НЕ ЗАСТАВЛЯТЬ**

Одно дело напомнить застелить кровать. Другое дело насильно всучить в руки покрывало и не отходить от дочери, пока кровать не станет опрятной. Потребуется сотни, нет, тысячи напоминаний, прежде чем до ребенка дойдет. Или не дойдет – такой вариант даже более правдоподобен. Причем, если вы посмотрите на себя со стороны, найдете целую кучу дел, которые позволяете себе не делать просто потому, что... не хотите.

Это вы обожаете печенку в сметане, но почему ваша дочь

обязана тоже ее любить? Зачем вы заставляете ее есть по утрам овсянку, от которой ее тошнит? Зачем натягиваете на нее свитер, который мало того что колется, так еще и «какой-то дурацкой расцветки»? Зачем заставляете читать книгу, которая кажется интересной вам, хотя она с удовольствием прочла бы комиксы, которые вы считаете глупыми?

**Правило № 4  
ПОЗВОЛИТЬ ВЫБИРАТЬ**

Что читать, что носить, что есть, чем заниматься в свободное время, какие кружки посещать, кого приглашать на день рождения, как провести выходные, какой школьный предмет считать любимым – вам необязательно быть главным там, где дочь может решать сама. Позвольте ей выбирать. Примите этот выбор, даже если в душе вы с ним не согласны. Не навязывайте свое мнение по любому вопросу. Да, она нравится вам в платье, но покупает десятые джинсы. Да, Даша – девочка из хорошей семьи и отличница, но с троечницей Лизой ей весело и интересно. Да, в школе все предметы важны и домашка превышает все, но, пожалуйста, если вы не выпускник физтеха, вспомните хотя бы несколько физических формул из школьной программы, которые сейчас требует от дочери вы зубрить? Да, фортепиано – это нежно, а она учится играть на гитаре, потому что на ней играет ее любимая рок-звезда. Да-да, не Моцарт, а рок-музыкант! Ее выбор! Напишите жирным и выделите красным. Не ваш, а **ВЫБОР ДОЧЕРИ!**

*Продолжение следует.*

**Анастасия Лепешова**  
<https://ponaroshku.ru>

## Дорогие Родители! В магазине ДЕДО и БАБА в продаже набор альбомов для работы с детьми 5-7 лет с ОНР

Цель данного пособия - помочь логопеду спланировать коррекционную работу и привлечь родителей и воспитателей к выполнению несложных домашних заданий с детьми.

Преимущество этих альбомов состоит в том, что родителям не нужно по заданию логопеда переписывать домашние задания, подбирать картинки, рисовать или наклеивать их в тетрадь. Красочные иллюстрации помогают поддержать интерес ребенка к занятиям.

Пособие адресовано логопедам, воспитателям логопедических групп и родителям детей с речевыми нарушениями.



Редактор В. Толстов.

**Учредитель и издатель: ИП Толстов - «Дедо и Баба».**

**Адрес редакции:** 624691. пос. Верхняя Синячиха, Алапаевского р-на Свердловской обл. ул. Октябрьская, 20-4.

**Телефон: 48-8-91, 48-8-82. Эл. почта [dedo55@mail.ru](mailto:dedo55@mail.ru)**

Газета выходит в пятницу. Печать - ризограф, объем 0,25 п.л. Компьютерный набор и верстка выполнены в редакции газеты «НЕВЕСТНИК». Отпечатано в офисе «Тритол».

Редакция не рецензирует рукописи и фотоснимки. Рукописи не возвращаются.

Тираж 990 экз.

Подписано в печать в среду, в 17-00.