



www.dedoibaba.ru

пос. В.Синячиха

Дедо и Баба

№ 49 (545)

Газета выходит с 25 июня 2009 г.

2 - 8 декабря 2019 г.

◆ КУХНЯ

<http://iamcook.ru>

СЫРНЫЙ КРЕМ-СУП С ТЫКВОЙ

Ингредиенты

Мякоть тыквы (свежая или замороженная) - 400 г
 Морковь - 150 г
 Лук репчатый - 150 г
 Масло оливковое - 50 мл
 Сливки 10% (или молоко) - 800 мл
 Сыр твердый - 60 г
 Соль, перец, сушеные травы - по вкусу
 Лавровый лист - 2 шт.
 Тыквенное масло для подачи - по желанию
 Калорийность 122 кКал
 Время приготовления 15 мин.

Пошаговый рецепт

Еще один рецепт вкусного крем-супа, который я хочу сегодня предложить, наверняка понравится любителям тыквы. Вообще, я думаю, что этот суп, с его нежной сливочно-бархатной текстурой и насыщенным ярким вкусом, равнодушными оставит многих. Приготовить его я советую настоятельно, ведь он не только вкусный, но еще легкий, при этом довольно сытный и очень полезный!

Для приготовления сырного крем-супа с тыквой подготовьте продукты по списку. Я использовала кусочки замороженной тыквы.

Лук нарежьте кусочками, натрите на терке морковь. Слегка обжарьте овощи на разогретом оливковом масле.

Влейте в кастрюлю сливки, добавьте тыкву и поджаренные овощи. Посолите, поперчите, добавьте лавровые листики и приправьте сушеными травами. Доведите суп до кипения и варите на медленном огне минут 10.

Затем снимите суп с плиты, удалите лавровый лист, всыпьте тертый пармезан и добавьте кусочки чеснока. Пюрируйте суп погружным блендером до однородности.

Верните суп на плиту, снова доведите до кипения и варите на медленном огне еще минут 5.

Готовый сырный крем-суп с тыквой разлейте по тарелкам и подавайте к столу горячим. По вкусу и желанию можно добавить на каждую порцию несколько капель тыквенного масла.

♥ ЗДОРОВЬЕ



ЛАВАНДА ЧАЙНЫЙ НАПИТОК

Применение чая из лаванды:

· От расстройств пищеварения. Чай с лавандой обладает ветрогонными свойствами, поэтому его рекомендуют пить тем, кто страдает от метеоризма. Помогает напиток при дискомфорте в кишечнике и желудке. Ученые из итальянской Пармы провели исследования, которые показали, что активные вещества, содержащиеся в лаванде, защищают от язвы желудка.

· От головной боли. Мигрени лечат ингаляциями эфирных масел, но от обычной головной боли сможет избавить и лавандовый напиток. Полезен такой чай при головной боли, вызванной предменструальным синдромом, нервным истощением. Антиспазматические вещества напитка расслабляют мелкие мышцы в области шеи, вокруг глаз, мышцы головы, кровеносные сосуды. Чай легко сможет избавить от нервного тика (подергивания века).

· От тошноты. Лаванда в чае может снять приступ тошноты, который связан с сильной головной болью. Чашечка ароматного напитка уменьшит воспаление блуждающего нерва.

· От бессонницы. Немецкие и американские ученые выяснили, что полезные свойства лаванды способствуют повышению качества сна, расслаблению, избавлению от бессонницы.

· От стресса. Чай с лавандой помогает при повышенной нервной возбудимости. Он защищает от тревоги, депрессии, борется со стрессом, повышая познавательные способности мозга.

· От мышечных спазмов. Рекомендуется в лечении менструальных болей.

Способ приготовления и употребления: 1 ст. ложку заливают стаканом горячей кипяченой воды и нагревают на водяной бане 15 минут при частом помешивании. Охлаждают, отжимают, объем полученного настоя доводят кипяченой водой до 200 мл. Принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день.

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

В библиотеке "ДЕДО И БАБА" новая книга - бестселлер Эльчин Сафарли «Мне тебя обещали»

"Это я. Скрываться и врать, что это всего лишь образ, смешно. Вместил в эту историю непростой период своей жизни, когда время отняло меня у меня же. Говорить об утрате больно. Лучше о ней написать. Я попробовал, и сам не заметил, как вырос из неё.

Невозможно заново открыть для себя красоту мира, не лишившись чего-то важного. На месте утраченного остаются пустоты бездонных оврагов. И пытаюсь их заполнить, начинаешь сильнее ценить жизнь.

Пусть наши утраты будут для нас испытанием, но не пыткой".

Ваш Сафарли.

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 газет, или вы, придя в наш магазин, можете прочитать описание на коробочке чая. Мы выбрали для вас в основном пакетированный чай.

Чай доступны 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 магазине ДЕДО И БАБА,
широкий выбор очков и
травяных чаёв!



◆ СЕМЬЯ

СЕМЕЙНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ: 7 ПРИЧИН ВЫБОРА РОДИТЕЛЕЙ

Более 100 тысяч детей и родителей в России на сегодня отказались от школьного образования в пользу семейного. Хоум-скулеры, как их еще называют, учатся самостоятельно дома, а школа только принимает ежегодную аттестацию.

Семейное образование в нашей стране искореняли, на протяжении семидесяти лет марксизма-ленинизма, не смотря на уникальных его воспитанников: Михаил Лермонтов и Федор Тютчев, писатели Александр Островский и Алексей Толстой, полководцы Александр Суворов и Михаил Кутузов, математик Софья Ковалевская, химик и композитор Александр Бородин и Александр Даргомыжский... Этот перечень можно было бы продолжать долго. В дореволюционной России обучение детей, подготовка их к будущей жизни, социализация были важнейшими функциями семьи. Обучение начиналось рано, с 4-5 лет, и первой учительницей была мать, которая обучала детей грамоте, основам французского языка, основам Закона Божьего. Именно мать, зная своих детей, тщательно продумывала учебную программу, выбирала учителей, следила за уровнем преподавания, обсуждала с детьми прочитанное и пройденное.

Семейное образование активно развивается в нашей стране с 1992 года, в том числе и благодаря информационным технологиям, открывающим доступ к любым знаниям. Сегодня, не выходя из дома, можно сделать процесс образования более гибким и отвечающим всем современным запросам. К нам, в «Центр Поддержки Семейного Образования», ежегодно обращается более 1500 человек, которым важно вырастить детей в традициях и ценностях семьи, заложить духовные аспекты и получить качественное образование. Родители убеждены, что ключевую роль в воспитании, передаче моральных устоев и нравственных ценностей от поколения к поколению и сохранении традиционных ценностей, играет семья ребенка. Обобщив опыт, мы попытались выявить основные причины, по которым современные родители отказываются от традиционных школ, в пользу семейного образования:

**№ 1 Семейные ценности**

Многие родители понимают, что школьный период с 6 до 17 лет – это период формирования личности ребенка. Другой такой же возможности не представится, потому что человек уже никогда не будет столь же впечатлителен и послушен научению, как в детстве.

Именно в это время нужно успеть заложить важные понятия о добре и зле. Знания – это средства, как деньги или физическая сила. Можно использовать их на благое, а можно на злое. Можно вырастить умного и эрудированного человека, но если смещены нравственные ориентиры, то он может стать, например, финансовым аферистом.

№ 2 Родительство на все 100!

Это удивительная возможность быть родителем на все 100 процентов. Это чуткое руководство ребенка ко взрослой жизни. Именно при семейной форме родитель может влиять на ребенка, на круг его общения и формировать его. Школьная среда – это напротив, то, что дается ребенку извне, без Вашего согласия. Однако в ответе за ребенка будут не учителя и школа, а родители, которые сейчас словно нарочно исключаются из процесса современного воспитания.

№ 3 Подготовка к самостоятельной жизни

Жизнь в семье – это реальный опыт, подготовка к самостоятельной жизни, к ответственности; через труд, обязанности по дому, обязанности по обучению, самостоятельное планирование времени и освоение материала. Где результат зависит, только от твоих усилий и стараний.

№ 4 Опыт семьи, общения и семейных отношений

Семья – уникальный феномен, который сопро-

вождает человека от рождения до смерти. Как этот опыт можно получить? Через книги? На уроках «семейные отношения» в школе? Нет! Это всегда личный опыт. Отношения ма-тери и отца, отношение со старшими братьями и сестрами. Семья – это школа смирения, прощения, любви, которая помогает вырастить психологически устойчивого человека. В отличие от школы, где все чаще и чаще стала возникать тема насилия и жестокости.

№ 5 Возможность индивидуального маршрута

Это образование с учетом талантов, ритмов и скачков роста и развития! Дети – не машины и не «чистые листы», как думал родоначальник бихевиоризма Б.Ф. Скиннер. Они не учатся равномерными линейными шагами. Интеллект ребенка развивается рывками и скачками. Ребенок способен за один неполный год вырасти на 15 сантиметров и набрать 9 килограмм. И с его интеллектом происходит то же самое – периоды покоя перемежаются периодами резкого роста. У некоторых родителей бывает так, что ребенок за шесть недель перескакивает от кое-как чтения по слогам азбуки сразу же к самостоятельному чтению полноценной детской литературы, минуя все промежуточные стадии. Просто у него в голове внезапно что-то «щёлкает», и всё встаёт на свои

места. И никто в здравом уме не станет отнимать у ребёнка серьезные книжки и требовать, чтобы он сначала – размеренно и по порядку – доделал всю азбуку.

№ 6 Стопроцентное усвоение материала и высокая успеваемость

Семейная форма обучения предоставляет возможность предметом до тех пор, пока ребенок не усвоит его на все 100%. Дома не нужно «гнать программу» лишь для того, чтобы потом всё это благополучно забыть. Как в школе? «Так, у нас есть три недели на то, чтобы пройти Древний Рим». И всё, больше о Древнем Риме они уже никогда не вспомнят.

Семейная форма обучения предоставляет родителям простор для того, чтобы самим устанавливать высокие стандарты академической успеваемости и достигать их. Проводить параллели и аналогии. Во многих семьях детям дают материал, который в школе по плану их сверстники будут проходить ещё только через несколько лет. И дело не в том, что все «домашние ученики» отличаются повышенной сообразительностью – дело в личной мотивации детей и высоких ожиданиях их родителей.

№ 7 Безграничная возможность выбора

Многие дети, которые учатся дома и предпочитают именно этот подход к образованию, когда их спрашивают, что именно им нравится в семейном обучении, отмечают именно это преимущество. Им нравится свобода уделять больше времени тому, что им интересно, управлять собственным временем и самим определять расписание дня, вместе с родителями выбирать приоритеты и направление развития своего образования.

Автор: Гузель Гурдус, директор «Центра Поддержки Семейного Образования», многодетная мама

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

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

Редакция не рецензирует рукописи и фотоснимки.

Рукописи не возвращаются.

Тираж 990 экз.

Подписано в печать в среду, в 17-00.