

Стоматологические кабинеты «Дентал» и «Дентал-Мастер»

- индивидуальный подход к каждому пациенту
- лечение без боли
- зубопротезирование
- гарантия
- современное оборудование и материалы
- лучшие врачи

**Ждём вас
по адресам:**

г. Лесной
ул. Ленина, 72а,
тел. 3-21-41
8-912-626-0927

ул. Ленина, 64,
тел. 6-78-49
8-950-559-9586

... только добрые воспоминания!

Уважаемые жители г. Нижняя Тура!
В здании магазина «Хороший 1»
по адресу: ул. Говорова, 3в,
открыта касса по продаже
автобусных, авиа- и ж/д билетов.

Режим работы:
понедельник – выходной,
вторник-суббота с 12.00 до 20.00,
воскресенье – с 12.00 до 18.00.



**Расписание движения автобусов
от автостанции (г. Нижняя Тура):**

№ 822 Н.Тура-Краснотурьинск: 21.20, 03.40

№ 819/532 Екатеринбург-Н.Тура: 02.50, 03.40,
04.25 (пн-пт), 06.00, 07.25, 07.50 (пт),
09.50, 13.20, 15.20, 18.10 (вс), 18.30;

№ 939/1303 Н.Тура-Н.Тагил: 03.40, 07.30, 13.40,
15.35, 18.30, 19.20;

№ 1300 Н.Тура-Серов: 19.20 (вт, чт, сб);
№ 1300, 1301, 1303 Н. Тура-Пермь: 08.30, 14.26;

№ 957 Н.Тура-Тюмень: 03.40;

№ 1301 Н.Тура-Североуральск: 15.23;

Н. Тура-Качканар: 04.50, 08.30, 10.40, 11.00,
12.00, 15.35, 18.00, 18.50 (пт),
21.00, 21.30, 22.20 (ч/з Ис), 23.20, 01.40.

ДИЗЕЛЬТЕХНИКА

**самосвалы - 10-35 т,
услуги экскаватора**

СКАЛЬНЫЙ ГРУНТ

ЩЕБЕНЬ

ШЛАМ, ОТСЕВ

ЖЁЛТЫЙ ПЕСОК

КЕРАМЗИТ

ЖЖЁНКА

ЦЕМЕНТ



ДОСТАВКА

Тел.: 8-961-774-4816, 8-908-911-2355



кооператив
Кедр
основан в 1990 году

МЕБЕЛЬ
В НАЛИЧИИ И НА ЗАКАЗ

ПРИХОЖИЕ, ШКАФЫ-КУПЕ,
КУХОННЫЕ ГАРНИТУРЫ

ПЛАСТИКОВЫЕ

ОКНА

4-64-90 г. Лесной, ул. Ленина, 64, 1 этаж
8-922-100-1491

Информация о товарах и услугах публикуется на правах рекламы.

Пчеловод – это семейное...

Медовым называют первый Спас, так как соты в ульях к тому времени наполнены до отказа, и пасечники приступают к сбору меда. Кроме того, лишь в Медовый Спас по традиции разрешалось есть освященный церковью мед. Жить без меда в старые времена – лишиться определенных радостей. Хмельной мед пили на пирах, на его основе изготавливалось множество прекрасных безалкогольных напитков, медовые пряники и орехи. В старинных источниках мед описан как «сок от ночной росы, той, что пчелы собирают с цветов благоухания». Считалось, мед обладает особой силой и пригоден для лечения многих болезней.

Мед всегда ценился: и в былые времена, и в наше время. Сейчас можно часто видеть, например, в магазине, где есть витрина с медом, то, как люди скрупулезно выбирают этот ценнейший продукт, всматриваясь в его цвет и часто спрашивая у продавца, откуда он доставлен. На первый взгляд кажется: пришел в магазин или на рынок, заплатил, и получил взамен порцию душистого меда. Но не так все просто. В наше время благодаря стремительному прогрессу мир стал переходить на продукты другого стандарта, а точнее их заменители. Это и генетически модифицированные продукты, и различные красители, и химические – аромодобавки и так далее. Вредные вещества используются везде в производстве продуктов питания. Не обошла беда стороной и пчеловодов-пасечников, которые добывают настоящий целебный душистый мед из своих ульев. В народе уже давненько говорят, что вместо меда очень часто можно купить подделку. Определить ее по цвету в момент покупки сложно. Нашлись ведь умники, которые, применяя новые химические средства и ингредиенты сомнительного свойства, маскируют все это под лакомый продукт, а потом предлагают людям, которым зачастую необходим целебный мед, по более низкой цене.

Мне захотелось разобраться в том, как уберечься от подобного рода мошенничества, и я отправился по торговым точкам Лесного посмотреть, как люди выбирают и покупают мед; сделал вывод – не особо охотно берут мед, который имеет залежалый вид. Спрашиваю женщину, а она мне в ответ: «Да вы что, сейчас же лето, все идут покупать свежий мед на рынок, там есть пасечник, он его добывает и привозит сюда издалека». И вот я уже иду на наш городской рынок и вижу там прилавок с аккуратно поставленной на него тарой, в которую залит отливающий на солнце янтарем мед. Здесь же стоит отдельная тара, к которой прилегают одноразовые ложечки для пробы продукта. Думаю, ну точно – он! Подхожу, знакомлюсь, и правда – передо мной стоит тот самый пасечник! А зовут его **Александр Анатольевич Мезенцев**. Пчеловод сразу же предложил мне попробовать его свежесобранный мед, и я, конечно же, не отказался. Снял пробу и между тем поинтересовался, как давно он занимается пчеловодством и откуда привозит ценный продукт.

Все, как выяснилось, началось с того, что его отец с детства проявлял интерес к пчеловодству, а потом и Александр увлекся этим занятием.



А. Мезенцев на своей пасеке в Башкирии.

– Мы сами-то из Лесного будем, отец всю жизнь проработал на комбинате «Электрхимприбор», – рассказал Александр Анатольевич. – А когда вышел на «атомную» пенсию, собрался и объездил всю страну от приморья до Калининграда в поисках самого благоприятного края для занятия пчеловодством. Такой уголок нашелся – на юго-западе Башкирии. Там и обустроил свою пасеку. В этом экологически чистом районе – чудный воздух, заливные луга. Там мы теперь и собираем мед, а я, получается, продолжаю семейную традицию, начатую отцом. Всей семьей теперь работаем и занимаемся только пчеловодством.

Я поинтересовался у Александра Анатольевича тем, как и где нужно выбирать мед. И потомственный пчеловод подсказал мне:

– Чтобы избежать покупки поддельного продукта, ни в коем случае нельзя покупать мед у тех людей, которые ходят и предлагают его по очень низкой цене. Во-первых, настоящий мед никогда не будет стоить дешевле обычного, во-вторых, мед всегда нужно пробовать. Пока не распробуешь, никаким способом, кроме лабораторного, невозможно определить состав. Ну а в-третьих, если же есть сомнения, нужно спрашивать в точках продаж меда у продавцов специальную справку от пасеки, откуда мед доставлен. Ну и самый, конечно, верный способ – знать пчеловода в лицо и, обходя всех скупщиков и мошенников, покупать продукт только у него. Поверьте, он-то уж вас никогда не обманет. И помните: настоящий мед – целебный продукт, и есть его желательно каждый день по-немногу. Тогда ваше здоровье улучшится.

В момент беседы было видно, что Александра Анатольевича знают многие лесничане. Люди, проходя мимо, часто останавливались поздороваться, попробовать ложку меда, а то и приобрести лакомство, зная, что этот мед – настоящий и что добывает его очень доброжелательный человек, истинный профессионал в своем деле.

Александр БУЙБАРОВ.
Фото автора.

Здоровье

Арбузоведение

Когда эта ягода лекарство, а когда яд?

Арбузный сезон стартовал официально, и мы сразу начали спорить, полезен ли этот продукт, сколько в арбузах нитратов, можно ли их покупать на дороге?

А ведь эти вопросы давно решены. Арбузы – просто суперплоды, в которых очень много биологически активных веществ. Нитраты скорее полезны, чем вредны. А уж для тех, кто вышел из младенчества, – точно. Как минимум они защищают сердце и сосуды от атеросклероза и гипертонии. А знаменитые арбузные отравления вызывают не нитраты, а бактерии: эти плоды подвержены порче. Кстати, главный источник нитратов в нашем питании не арбузы, а свекла. Но об этом нитратофобы почему-то молчат. Покупать ли арбузы на дороге? Там антисанитария, но выхлопы от авто сквозь «шкуру» арбузов не проходят.

ДОЛЯ ИСТИНЫ

Ученые уже давно присматриваются к арбузам. Например, спорят, влияют ли они на мужскую потенцию. Для красного словца их даже сравнивают с виагрой. Тут есть и доля преувеличения, и зерно истины. В арбузах обнаружили вещество, которое увеличивает в сосудах содержание окиси азота. Кто не знает, к тому же приводит виагра, и именно благодаря этому веществу такие лекарства помогают. Арбуз все-таки слабее таблеток: он действует равномерно во всем организме (что очень полезно), а препараты более избирательны, они преимущественно повышают концентрацию окиси азота в сосудах «ниже пояса». Такое действие арбуза связывают с аминокислотой цитруллином. Она превращается в организме в другую аминокислоту аргинин, которая и приводит к виагродобному действию. Экспериментально было доказано, что арбузный сок реально повышает ее содержание в организме человека. И это очень полезно: ведь аргинин хорош не только для сосудов, он еще улучшает иммунитет, способствует заживлению ран, помогает снижать сахар в крови. К сожалению, решить аргининовую проблему только арбузами сложно, ведь они относятся к сезонным продуктам. Это можно сделать с помощью хорошего сока, в котором много арбуза и нет сахара, а не наоборот, как обычно бывает у нас. Ведь избыток

«белой смерти» убивает и полезные эффекты аргинина. «Часто говорят, что эта гигантская ягода (а плод арбуза с ботанической точки зрения именно ягода) содержит заметное количество витамина С и калия, – рассказывает **Виктор Конышев, доктор медицинских наук, известный специалист по питанию.** – Однако арбуз обладает мочегонным действием, в результате чего теряется этот витамин и калий. Потому вопрос о том, сколько этих полезных компонентов пищи можно получить с арбузом и сколько потерять, остается открытым. Но кроме них в арбузе есть ценные пектины, которые препятствуют всасыванию холестерина и токсинов. Они есть не только в мякоти, но и в корке – из нее получаются хорошие цукаты. Очень важно, что мякоть арбуза содержит ликопин, известный своими антиоксидантными и противораковыми свойствами.

Это вещество красного цвета препятствует развитию рака простаты – любители продуктов с ликопином (арбуз, помидоры) болеют им на 45% реже. Но ликопин защищает и женщин – от рака груди, яичников и шейки матки. Он обладает мощным потенциалом в отношении злокачественных опухолей вообще. Ученые серьезно говорят о его способности снижать риск еще и рака легких, поджелудочной железы, желудка, пищевода, рта и кожи».

АиФ.
Продолжение следует.

