

СПЛЕЛИСЬ ДВЕ ВЕРЫ ВОЕДИНО

Дань доброй традиции

Старый Новый год уникален в своем роде. Повод его чествования связан с фактом расхождения двух календарей: юлианского — старого стиля и григорианского, по которому живут современные люди. Но почему же большинство из нас продолжает собираться в кругу семьи и друзей 13 января?

В первую очередь этот праздник актуален для православных — тех, кто соблюдает рождественский пост, который заканчивается 6 января. Поэтому вдоволь насладиться новогодними яствами глубоко верующим раньше срока никак не получится. Ну, а для остальных, непостоящихся соотечественников Старый Новый год — дополнительная возможность еще раз увидеться.

В отличие от «молодого собрата» праздник по юлианскому календарю — не суеливый, спокойный, размеренный. На него не принято дарить пышные подарки и устраивать бурные застолья. В то же время он представляет огромный интерес с точки зрения давних примет.

В народе вечер накануне Старого Нового года назывался Щедрым. Хозяйки готовили «щедрую» кутю, заправленную смальцем — жиром, вытопленным из сала.

14 января именовался как Васильев день. В старину он имел решающее значение для всего года, поскольку являл собой праздник земледелия. В надежде на богатый будущий урожай люди совершали обсевание. В разных регионах страны обряд имел отличительные особенности. К примеру, в Туле дети рассыпали по дому яровую пшеницу, одновременно произнося молитву о жатве. Потом хозяйка собирала зерна и хранила их до времени сева. Кстати, первым гостем в каждой избе желали видеть именно мужчину, который должен принести с собою счастье. Именно поэтому посеять с утра разрешалось только представителям сильной половины человечества.

Не менее своеобразно выглядит и так называемое варение каши. В два часа ночи старшая в доме женщина приносила из амбара крупу, мужчина — воду из колодца или реки. Трогать крупу и воду нельзя до тех пор, пока печь не истопится. Затем все садились за стол, и главная из прекрасных дам, произнося ритуальные слова, начинала размешивать кашу в горшке и с поклоном ставила ее в печь. После готовую кашу внимательно рассматривали. Если горшок был полным, а кашка наваристая и рассыпчатая — жди счастливого года и обильного урожая. Если же она вылезла через край, мелкая да белая — от беды не скроешься.

А вот традиция лепить на Старый Новый год вареники с сюрпризами до сих пор с удовольствием соблюдают во многих областях России. Вот только некоторые из оригинальных начинок: мука — к мукам, фасоль — к детям, пуговица — к обновке, сахар — к сладкой жизни, нитка — к дороге, монета — к деньгам.

Попробуйте и вы удивить гостей веселым застольем!

Подготовила Н. ПИРОГОВА

Событие

«БИТВА ХОРОВ»

Премьера состоялась грандиозно!

(Окончание. Начало на с. 1)

Честно говоря, даже никто не ожидал, что среди местной молодежи есть столько настоящих талантов! Творчество, оригинальность, мастерство проявились как в сольных выступлениях участников, так и в групповых презентациях, где были задействованы аж целые классы учащихся. Всего соревновалось шесть команд по номинациям «Артистизм», «Лучший вокал», «Лучшее соло», «Приз зрительских симпатий» и, конечно, «Гран-при». У каждого состава имелся не только свой наставник, но и активная группа поддержки.

После представления коллективов жюри был дан старт конкурсу! Трудно представить себе эти хоры в классическом их понимании. Поскольку среди ребят присутствовали и певцы, и танцоры, и театральные артисты. И что самое главное — у них все получилось! Весело и шумно: в зале никому не было скучно. Смех зрителей, заслуженные овации подбадривали конкурсантов. Примечательно то, что их юношеский задор смотрелся совершенно не наигранно. Все выступления пролетели на одном дыхании.

Но вот интригующая развязка действия подошла к финалу: пора подводить итоги. Действительно, жюри на этот раз не позавидуешь. Поскольку им пришлось нелегко — трудно выбрать лучших из лучших. Наконец председатель жюри Н.П. Фоминых, директор Нижнетуринской гимназии, взяла микрофон, и в зале воцарилась полная тишина. Сквозь всеобщее молчание прозвучало: «Гран-при завоевал 10 класс!». Затихшая на мгновение публика тут же взорвалась бурей аплодисментов! Еще бы, ведь покорить сердце публики не так-то просто!

В остальных номинациях победителями стали:

«Артистизм» — 9 «Б»,
«Лучший вокал» — 8 «Б»,
«Лучшее соло» — 8 «А»,
«Хореография» — 9 «А»,
Приз зрительских симпатий — 11 класс.

С. ЧИКИШЕВ

Здоровье

(Продолжение. Начало в № 44)

Кроме восхитительного вкуса, привычные нам яблочки имеют целебные свойства.

С КОЖУРОЙ ИЛИ БЕЗ?

Яблоки обладают мочегонным эффектом, полезны при отеках различного происхождения. А уж для тех, кто долго и упорно пытается избавиться от отложения солей, мочекаменной болезни и подагры, яблоки — вообще спасение. Содержащаяся в плодах хлорогеновая кислота способствует выведению из организма щавелевой кислоты, провоцирующей обострение этих болезней.

Маленький нюанс: если вы хотите, чтобы целебный фрукт принес вам наибольшую пользу, счищать с него кожуру не нужно. При чистке яблоко теряет свои полезные свойства. И если один плод среднего размера с кожурой содержит 3,5 г волокон (то есть более 10% суточной нормы, необходимой организму), то без кожуры — 2,7. Чистить яблоки нужно лишь тем, кто страдает острыми колитами и хроническими энтероколитами. При этом лучше остановить свой выбор на сладких сортах яблок, а тем, у кого пониженная кислотность желудочного сока, — на кисло-сладких.

КСТАТИ

Яблоня — одно из самых распространенных плодовых растений на земном шаре: общая площадь яблоневых садов превышает 5 млн гектаров. А ежегодное мировое производство яблочных плодов составляет 25 тонн и занимает пятое место в мире после сбора винограда, цитрусовых, бананов и кокосового ореха.

ФАКТЫ О ПОЛЬЗЕ ЯБЛОК, КОТОРЫЕ ВЫ МОГЛИ НЕ ЗНАТЬ

В моченых яблоках остается больше витаминов С, чем в яблоках, хранящихся в ящиках. Тем, кто еще не переработал собранный урожай, советуем такой рецепт:

Яблоки, лучше антоновские, перебрать, вымыть и уложить слоями. Залить сиропом. Для его приготовления на 1 литр воды кладут 1,5 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки меда, щепотку соли, кипятят и охлаждают. Яблоки накрыть деревянным кружком с грузом. В первые 3–4 дня яблоки будут впитывать много влаги, поэтому сироп нужно доливать. Уровень жидкости во время замачивания и хранения должен быть на 3–4 см выше деревянного кружка. Через 30–40 дней яблоки будут готовы.



УНИКАЛЬНЫЙ МИНИ-КУЛЕР ДЛЯ НОУТБУКА

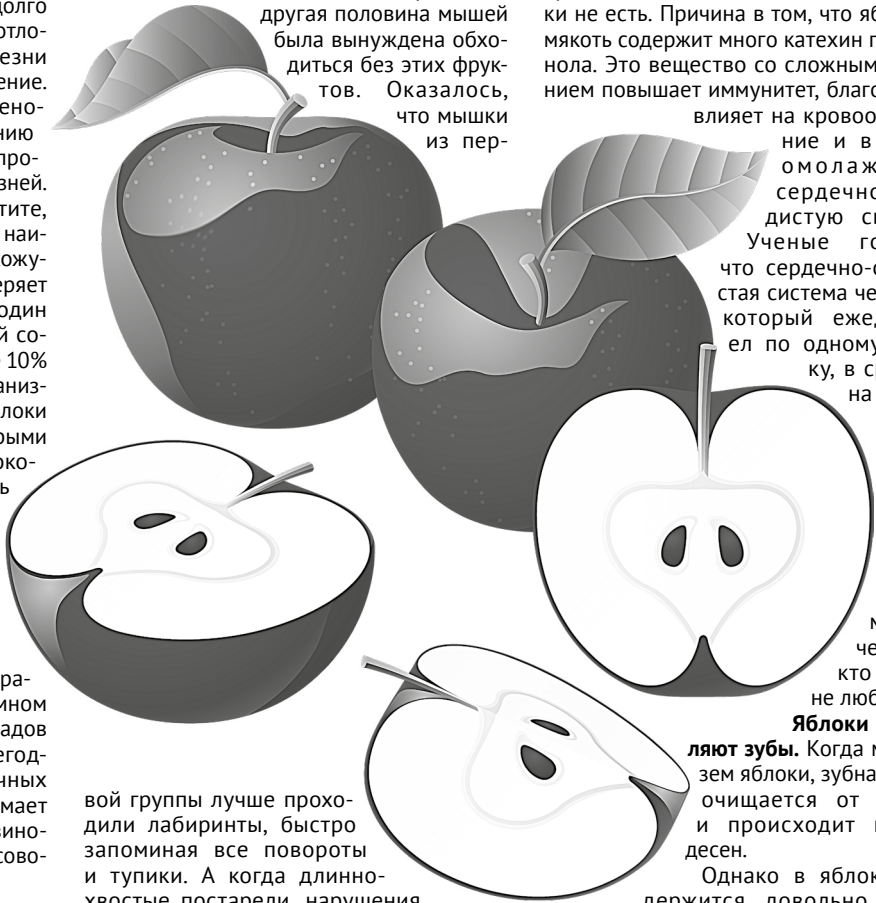
Компания Evercool Thermal Co. выпустила уникальный в своем роде мини-кулер под названием Carry (код NB-EC01), предназначенный для организации активного воздушного охлаждения портативных компьютеров любых размеров. Новинка обладает габарита-



ми 100×88×33 мм и весит 720 г. Она укомплектована двумя несвязанными силиконовыми насадками для совместимости с разными моделями ноутбуков и перед началом эксплуатации фиксируется на боковой части корпуса мо-

НУ И ФРУКТ!

Яблоки улучшают память. Оказывается, яблоки богаты особыми веществами, которые улучшают память в любом возрасте и спасают от старческого слабоумия. Британские ученые провели эксперимент на мышах. Часть грызунов сидела на яблочной диете, в то время как другая половина мышей была вынуждена обходиться без этих фруктов. Оказалось, что мышки из пер-



вой группы лучше проходили лабиринты, быстро запоминая все повороты и тупики. А когда длиннохвостые постарели, нарушения памяти и мыслительных способностей обнаружили только у мышей из второй группы. Дотошные исследователи подсчитали, что для того, чтобы достичь схожего эффекта у людей, ежедневно нужно съедать всего лишь 3 крупных яблока.

Яблоки снижают уровень вредного холестерина в крови. Оказывается, съедая всего 2 яблока в день, за полгода вы снизите уровень вредного холестерина в крови в среднем на 9%! Все дело в веществе под названием яблочный пектин, которое выводит из организма излишки жира.

Зная об этом свойстве яблок, специалисты разрабатывают на основе яблочных пектинов препараты для профилактики атеросклероза. Кстати, те же пектины уменьшают риск возникновения сахарного диабета второго типа.

Яблоки защищают от рака. Благодаря обилию антиоксидантов, яблоки снижают риск возникновения онкологических забо-

леваний. Однако, для того чтобы получить пользу, ни в коем случае не стоит счищать яблочную кожуру! Ведь в ней больше всего противораковых веществ!

Яблоки продлевают жизнь. Согласно подсчетам ученых, поедая яблоки, можно прожить на 17 лет дольше, чем, если яблоки не есть. Причина в том, что яблочная мякоть содержит много катехин полифенола. Это вещество со сложным названием повышает иммунитет, благотворно влияет на кровообращение и в целом омолаживает сердечно-сосудистую систему. Ученые говорят, что сердечно-сосудистая система человека, который ежедневно ел по одному яблоку, в среднем на 17 лет

моложе, чем у тех, кто яблоки не любит. Яблоки укрепляют зубы. Когда мы грызем яблоки, зубная эмаль очищается от налета и происходит массаж десен.

Однако в яблоках содержится довольно много органических кислот, которые, хоть и обладают противовоспалительными свойствами, могут повредить зубную эмаль. Так что, после того как сгрызете яблоко, лучше прополоскать рот или пожевать жвачку.

ВЫБИРАЕМ ЛУЧШЕЕ

Импортные или отечественные? Полезнее плоды, созревшие в нашей полосе. Зимние или летние? Не покупайте летом зимних яблок. После 6 месяцев хранения количество аскорбинки уменьшается в 2 раза. Кислые или сладкие? Чем кислее яблоко, тем больше в нем витамина С. Есть ли воск? Яблоки, покрытые воском, жирные на ощупь. Мойте их тщательно! Пахнет или нет? Если яблоко не пахнет, оно долго лежало и потеряло сочность.

По инф. СМИ

бильного ПК. Внутри изделия установлен вентилятор типоразмера 75×75×15 мм, который может работать либо в тихом режиме (Silent Mode) на скорости 2 800 оборотов в минуту, либо в форсированном режиме (Overclocking Mode) на скорости 3 600 оборотов в минуту. Теперь осталось выяснить, когда и по какой цене создатели намерены начать продажи данного продукта.

HP PAVILION 11T-N000x2: 11,6"

Компания Hewlett-Packard выпустила планшет Pavilion 11t-h000x2 на платформе Windows 8, который укомплектован подключаемой клавиатурой с дополнительным аккумулятором, превращающей его в полноценный ноутбук. Новинка построена на процессоре Intel Pentium N3510 с интегрированной графикой Intel HD Graphics и оборудована 11,6" мультисенсорным дисплеем с LED-подсветкой, имеющим разрешение

1366×768 пикселей. Еще в арсенале модели есть:

- 4 Гбайт оперативной памяти DDR3;
- твердотельный накопитель объемом 64/128 Гбайт;
- встроенные микрофон и веб-камера HP TrueVision с поддержкой Full HD-видео;
- четыре вмонтированных динамика с технологией Beats Audio;
- модули Wi-Fi 802.11b/g/n и Bluetooth;
- встроенный кардридер;
- порты USB 3.0, USB 2.0 и HDMI;
- комбинированный разъем для наушников и внешнего микрофона;
- 3-элементная перезаряжаемая литий-ионная батарея.

Вместе с док-станцией устройство обладает габаритами 303×207,8×22,4 мм, весит 1,49 кг и может автономно работать в течение 8 часов 45 минут.

Подготовил Иван МЫШКИН