



# Дедо и Баба

## ◆ КУХНЯ

<https://zen.yandex.ru>

### КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ В КАСТРЮЛЕ

Вкус такого компота многим знаком с детства, когда его готовили во всех столовых. Приготовить компот можно в любое время года.

Ингредиенты

Сушеные яблоки - 200 г

Курага - 100 г

Изюм - 100 г

Вода - 1,5 л

Сахар - 100 г

Калорийность 67 кКал

Время приготовления 1 ч.

Пошаговый рецепт

Для приготовления компота из су.



е подготовьте все необходимое. Ассортимент сухофруктов, их количество и пропорции с водой могут быть самыми разнообразными. Вы сами вправе их выбрать по своему вкусу. В основном вкусе у меня преобладают сушеные яблоки. А для оттенка вкуса я добавляю немного кураги и изюма.

Подготовленные сухофрукты залейте горячей водой и оставьте постоять на 2-3 минуты. Затем воду слейте и промойте их несколько раз в холодной воде. Это необходимо для того, чтобы смыть с сухофруктов имеющуюся пыль и загрязнения.

Промытые сухофрукты переложите в просторную кастрюлю, в которой будете варить компот.

Залейте водой и поставьте на огонь. Доведите содержимое кастрюли до кипения. Добавьте сахар и перемешайте, чтобы он полностью растворился. Сделайте минимальный огонь и варите компот 20-30 минут. Затем снимите кастрюлю с огня и оставьте остывать. За это время компот хорошо настоится.

Готовый компот процедите через мелкое ситечко и перелейте в графин.

Вкусный и ароматный компот из сухофруктов готов!

Приятного угощения!

## ☉ ЗДОРОВЬЕ

### ВАЛЕРИАНА ЛЕКАРСТВЕННАЯ



Благодаря богатому составу валерианы лекарственной (более ста химических элементов: витамины, минералы, органические кислоты, сахара, смолы и многое другое) это целебное растение успешно и эффективно применяется для достижения важных для здоровья человека результатов, так как она: Благоприятно влияет на работу желудочно-кишечного тракта, снимает спазмы гладкой мускулатуры органов ЖКТ. Избавляет от головной боли, облегчая приступы мигрени. Мягко приводит в норму повышенное артериальное давление. Обладает мягким желчегонным эффектом. Оказывает успокаивающее воздействие при заболеваниях щитовидной железы. Подавляет чувство голода, снижает аппетит, помогает более спокойно переносить ограничения в питании, способствует снижению ожирения. Снижает приливы крови к голове у женщин в климактерический период. Снимает болевые ощущения и воспалительные процессы в мочевыделительной системе. Стимулирует функцию коры головного мозга, что оказывает положительные эффекты при умственных нагрузках. Улучшает коронарное кровообращение путём расширения кровеносных сосудов, доставляющих насыщенную кислородом артериальную кровь. Уменьшает почечные и печёночные колики. Ускоряет процесс пищеварения, благотворно влияя на работу желудочно-кишечного тракта. Устраняет спазмы и функциональные расстройства сердечно-сосудистой системы, нормализуя работу сердца в целом, приводит к норме учащённое сердцебиение, снимая приступы тахикардии.

Настойка из валерианы лекарственной: приготовление и применение. Существуют общепринятые нормы приготовления целебной настойки из валерианы лекарственной...

Это только очень малая часть того, чем нам может помочь это растение, более подробно вы можете ознакомиться с возможностями его прочитав в интернете или приобретаете специальные карточки лекарственных растений в магазине «Дедо и Баба».

Не рекомендуется принимать валериану при болезнях печени, сонливости

### В библиотеке «ДЕДО и БАБА» новая книга - самая продаваемая в мире серия

#### Джек Кенфилд, Марк Хансен, Эми Ньюмарк «Куриный бульон для души» 101 лучшая история которая открывает сердце и исцеляет душу

В детстве, когда вы болели, ваша бабушка давала вам куриный бульон. Сегодня питание и забота нужны вашей душе. Маленькие истории из «Куриного бульона» - исцеляют душевные раны и укрепят дух, дадут вашим мечтам новые крылья и откроют секрет самого большого счастья - счастья делиться и любить.

Маленький мальчик из простой семьи знакомится с тремя президентами. Мать-одиночка заводит Книгу Желаний - и все ее мечты исполняются. Неудавшаяся актриса обретает истинное счастье, узнав что у нее... рак. Самая красивая девушка города влюбляется в горбуна после двух фраз. Учительница устраивает похороны вместо урока. 13-летняя девочка продает 45 526 коробки печенья, чтобы осуществить мамину мечту. И другие 95 поразительных историй, от которых вы не сможете оторваться.



## Названы знаки зодиака, которые не любят просить прощения

Писательница и эксперт по астрологии Кристина Шенвальд назвала знаки зодиака, которые не любят просить прощения, сообщает Your Tango.

«Те, кто думают, что извинения делают их слабее, ошибаются. — говорит писательница. — Гордость — это хорошее качество, но когда она выходит на первый план, то может помешать вашему личностному росту и негативно повлиять на отношения».

По ее мнению, особенно тяжело просить прощения упрямым **Тельцам**, так как они ценят свою силу. В большинстве случаев они уверены, что перед ними должны все извиняться.

Люди, рожденные под знаком **Водолея**, тоже слишком гордые, чтобы признавать ошибки и говорить об этом. В такие моменты они чувствуют себя «вторым сортом» и это им не нравится. Они предпочитают отстраниться от ситуации, пока эмоции не остынут, и каждый не будет готов к

деловому разговору. Но и тогда не стоит ждать извинений.

**Скорпионы** не просят прощения, так как очень чувствительны и ранимы. Поэтому не хотят, чтобы кто-либо воспользовался их открытостью, а потом при случае нанес удар. У рожденных под этим знаком всегда есть способы, чтобы избежать обвинений. Как правило, они устраивают все так, что не сделали ничего плохого. Вина лежит на ком-то еще.

Извиняясь, **Рыбы** думают, что они плохие и ужасные. И дело не в том, что они не хотят просить прощения. Им тяжело поставить себя в такое беззащитное положение. Для Рыб лучшая защита — оставаться в стороне и надеяться, что все разрешится само собой: никто не пострадает, особенно они.

У **Дев** завышенные требования. Поэтому им сложно признать даже свои ошибки, не говоря уже о том, чтобы попросить у кого-то прощения. Тем более, если после этого им могут причинить боль или отвергнуть.

## Астролог назвала самые жесткие знаки зодиака

Писательница и эксперт по астрологии Самарпита Яшасвини назвала самые жестокие знаки зодиака, представители которых не умеют сочувствовать, соперничать и жертвовать чем-то ради других, сообщает Pinkvilla.

По словам автора, **Тельцы** не знают, что такое компромисс. Они верят только в себя и редко задумываются о переживаниях тех, кто находится рядом. Они не верят в принцип «простить и забыть» и до последнего хранят в себе обиды.

Эгоистичные **Весы** большую часть времени заняты работой над собой. Они настолько погружаются в саморазвитие, что у них почти не остается времени на то, чтобы подумать о других людях, а также их

потребностях и интересах. **Скорпионы** — синоним к таким словам, как загадочность и скрытность. Как и Весы, представители этого знака тоже чересчур увлечены своими интересами, поэтому не обращают внимания на чужие. Их не беспокоят проблемы окружающих, поскольку они слишком заняты собой.

Если вы когда-нибудь обидели или предали **Козерога**, то забудьте о прощении. Представители этого знака известны своей неумолимостью. Снисходительность — точно не про них. Они не верят в то, что прошлые обиды можно взять и простить. Вместо этого они предпочтут вредить тем, что их задел.

*Продолжение следует.*

## ◆ ИСТОРИИ О ПОДЛИННОМ СЧАСТЬЕ ИСТОРИЯ ПЯТАЯ

Фрейд был мудрый очень, но вот предлагал такой способ разрешения конфликта. Приводил такой пример, когда писал о подавленных желаниях и комплексах. Дескать, если пьяный грубиян на лекции начнет кричать и хамить, бесполезно его выставлять за двери. Он еще больше озлится. И будет ломиться в дверь, мешать читать лекцию, ругаться... Надо с ним похорошему договориться, чтобы он не мешал и сидел смирно. По-доброму.

Это, знаете ли, плохая стратегия. Грубиян вряд ли долго молча просидит. Это я точно знаю. Гораздо лучше есть способ. Пусть пара крепких ребят из слушателей помогут доктору и выпихают хулигана на улицу. Возьмут и выведут. Или можно полицию позвать, тоже хорошо помогает от хулиганов. Иначе вместо лекции и доброго общения придется уговаривать распоясавшегося хама, и только с ним и общаться. А все будут терпеливо ждать и недоумевать — зачем, собственно, они пришли. Вот так надо поступать с грубиянами — блокировать. Очень помогает.

И с плохими мыслями, мрачными воспоминаниями, страхами и злыми влияниями так надо поступать. Взять за шиворот и спустить с лестницы. Или благонаравно передать в руки полиции. Договариваться толку нет. Фрейд это понял, когда фашисты пришли к власти. Все плохое надо прогнать и приказать больше не возвращаться. Сказать: «Иди прочь и не возвращайся!», и дать хороший толчок в спину. Гнать плохие мысли, страхи, тревоги — вот что надо иногда делать. И гнать злых грубиянов, а не договариваться с ними, поправляя пенсне. И дальше говорить о хорошем, о добром, о целительном — для хороших и добрых людей. И дальше стремиться к добру, здоровью, счастью и долгой жизни, как в детстве писали на поздравительных открытках. Правильно писали. Вот это пусть с нами и остается!

*Анна Кирьянова*

### В магазине ДЕДО И БАБА (ул. Октябрьская 20б)

широкий выбор самых нужных  
и необходимых канцелярских  
принадлежностей и товаров.

Огромный выбор наборов для вышивки,  
самое полное предложение мулине и  
множество цветных схем для вышивки,  
а так же много других полезных вещей!



**НОВОЕ ПОСТУПЛЕНИЕ  
ОЧКОВ!!!**



Редактор В. Толстов.

Учредитель и издатель: ИП Толстова - «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 60 экз.

Подписано в печать в среду, в 17-00.