

садоводам и огородникам

Осенние работы в саду

Как подготовить свой огород к зимним холодам

Осенняя пора – урожай практически весь собран, банки с консервацией убраны в закрома, казалось бы, можно и закрыть сезон до весны. Но у опытных огородников работа в самом разгаре. И что же надо делать осенью в саду и огороде?

Остатки урожая

Следует завершить уборку урожая. На грядках и деревьях ничего не должно оставаться на зимний период. Нельзя оставлять на плодовых деревьях даже подгнившие плоды, их необходимо уничтожить – закопать в яму. Оставшиеся плоды – это лишний повод посещения дерева вредителями и образование болезней культуры. Под кустом также стоит собрать все опавшие плоды и уничтожить.

Удобрения

Одним из главных видов работ является внесение удобрений.

Для плодовых деревьев – это будет

созданием условий для роста корневой системы и повышением иммунитета к различным заболеваниям. Осенью вносятся микроэлементы и исключено внесение азотных подкормок.

Если удобрение вносится в сухом виде, то его не должно быть на поверхности, производится рыхление почвы.

Жидкое удобрение разводится строго по инструкции.

Обработка грунта

Необходимо произвести рыхление почвы около плодовых деревьев, это способствует проникновению воздуха, влияющего на корневую систему. При недостаточном количестве воздуха корни приостанавливают рост. Вследствие чего дерево ослабевает.

В огороде перекапываются грядки и разравниваются граблями.

Посадка под зиму

Осенью благоприятное время для посадки плодовых кустарников, клубники.

Из цветов сажают: луковичные и устойчивые к холодам однолетники. Производится посев таких овощей, как: чеснок, лук, морковь.

Побелка стволов

В конце зимы, при появлении первых солнечных лучей, идет отражение от снега, что опасно для деревьев, поэтому стволу нужна защита. Для защиты подходит водоземлюсионная краска, которая не облезет после осенних дождей. Другой вариант защиты: обматывание ствола белой мешковиной.

Обрезание малины

Необходимо уделить внимание и малине. Стоит произвести обрезку плодоносящих веток (ко-

ричевые стволы), молодые (зеленые) ветки укоротить до одревесневшей части.

Заготовка грунта под рассаду

Землю под рассаду лучше приготовить с осени, чем потом добывать мерзлую или тратить деньги в магазине. Мешки наполняют грунтом с грядки, предварительно убрав все сорняки. Далее убираются в сухое место до февраля или марта.

Уборка в теплицах

После уборки урожая в теплице, необходимо выдернуть всю ботву и перекопать почву. Произвести обеззараживание теплицы, затем проветрить и промыть все поверхности, включая перекладины.

Закладывание высоких грядок

В высокую грядку закладываются: ботва от овощей, обрезанные ветки деревьев и прочие остатки растительности. Сверху гряда засыпается землей и проливается специальным раствором, который запускает процесс разложения. Тогда весной в наличии будет готовая к посадке грядка.

Пересадка многолетников

Осень – хороший период для пересадки и размножения многолетних видов цветов. При этом надо выкопать куст, разрезать корневую систему так, чтобы на каждой дольке оставалась почка. Посадить на новое место.

Важно! Стоит учитывать тот факт, что в первый год после пересадки многие виды цветов могут не зацвести.

Заготовка семян однолетников

Чтобы зимой не покупать семена однолетних цветов, таких как: астры, цинии, бархатцы, шафраны, то осенью стоит собрать семена. После сбора надо просушить посадочный материал, разложить по пакетикам и подписать. Убрать в сухое место.



на заметку

Простые привычки

Которые смогут изменить вашу жизнь к лучшему

Все мы хотим лучшего из возможного. А иногда мы даже хотим невозможного.

А ведь не обязательно сворачивать горы или изобретать вечный двигатель, достаточно внести небольшие изменения в свою повседневную жизнь, и на дистанции в неделю или месяц вы уже заметите изменения.

Итак, 5 максимально несложных привычек, которые, если их внедрять в свою жизнь постепенно и не бросать, приведут вас из точки А в точку Б, где вы спросите себя, почему я не делала этого раньше?

Заправляйте кровать

Вы только что услышали в голове голос своей мамы? Но это и правда важно. Мало того, что вечером вам будет приятно лечь в аккуратно застеленную кровать, с утра после этой маленькой победы над собой вы настроитесь на прекрасный день, где у вас всё будет получаться.

Составляйте списки дел на день

Во-первых да, списки на день – это лучший способ ничего не упустить и продуктивно прожить день.

Во-вторых, если у вас есть глобальные цели, к примеру, выучить язык, то логично, чтобы в списке дел на каждый день был пункт «выучить 20 новых слов», к примеру. Это несложно, но в долгосрочной перспективе очень продуктивно.

Больше зелени

Забота о своём здоровье – это не обязательно трата безумного количества денег на процедуры и спорт. Иногда такой маленький шаг, как просто добавление листовой зелени в ваши салаты, может сильно изменить

ваше самочувствие в лучшую сторону.

Двигайтесь

Вы работаете, и потом приходит время перерыва. Что мы делаем? Берем телефон и лезем в соцсети. Перепрошейте свои привычки. Вместо соцсетей делайте что-то телом. Пройдитесь по коридору или по улице, сделайте десяток приседаний или потанцуйте перед зеркалом под любимую музыку. Поверьте, пользы будет больше 100%.

Читайте книги

Да, к сожалению сейчас у многих эта привычка отходит на второй и даже на третий план. У нас нет времени на чтение, зато есть время на просмотр много-сезонных сериалов. Сломайте шаблон! Выберите пару книг и введите себе в ритуал полчаса чтения в день. Это могут быть художественные книги, которых вы не читали раньше, или книги по саморазвитию, а может даже интересные биографии выдающихся людей. Запишите полчаса чтения в день список обязательных дел, и через месяц вы себя не узнаете.

«Спасибо» вместо «Извините»

Мы слишком часто извиняемся, хотя сами не чувствуем себя виноватыми. Но слово имеет огромную силу. И когда мы постоянно извиняемся, мы начинаем жить в позиции вечно виноватого человека. Слово формирует наше сознание. Измените ситуацию.

Когда куда-то опоздаете, вместо изви-

нений, скажите «спасибо, что подождали меня». Вроде бы суть одна, а позиция совершенно иная.

Выпрямите спину

Да, прямо сейчас сделайте это. Если чувствуете, что с этим проблемы, то поставьте себе в телефон напоминалку каждые 20-30 минут со словами «Выпрями спину!» Это поможет вам не забывать и со временем войдет в привычку. Ну а насколько красива женщина с горделивой осанкой и прямой спиной, думается, рассказывать не нужно.

Говорите «нет», когда имеете в виду «нет»

Хватит уже делать то, что вам делать не хочется, только из боязни обидеть просящего. Начните думать о себе. Сначала вы делаете то, что не хотите, потом обижаетесь на того, кто вам об этом просил. Обижаться надо на себя, если вы не можете отказать четко и ясно. А лучше – ни на кого не обижаться, а просто отказать. Человек переживёт, а у вас не появится новых проблем.

Тратьте деньги на то, что вас радует

Деньги – это энергия. Вы обмениваете свою потраченную и заработанную энергию на то, что вам нужно – на энергию

других людей. Когда вы захотите что-то купить, пересчитайте стоимость этого на часы вашей жизни, потраченные на зарабатывание этих денег, и подумайте, стоит ли оно того?

Отпишитесь от лишних людей в соцсетях

У вас куча подписок, но вы даже не помните, кто это? Ваша лента заполнена незнакомыми и неинтересными постами? Пришла пора навести порядок. Хватит тратить время на неинтересные и бесполезные блоги и аккаунты. Почистите свои подписки, и дышать станет легче.

Больше спите

Во-первых, главную энергию от Вселенной мы получаем с 23:00 до 4:00. В этом время желательно спать, чтобы вы могли ее усвоить.

Во-вторых, так устроено, что даже если наша душа никогда не устает, то телу всё-таки нужен отдых. Поэтому спать много и качественно – важно.

Выберите любимое постельное бельё и пижаму, купите шторы, изолирующие комнату от света, и наслаждайтесь сном. Тело скажет вам спасибо.

Ставьте будильник раньше, чем привыкли

Если каждое утро у вас написано по минутам – вскочить в последний момент, одеться как в армии за 10 секунд, влить в себя кофе и побежать на работу – то пора что-то менять.

Увеличьте время сборов на 10-15-30 минут и посвятите их себе с удовольствием.

Выпейте кофе не на ходу, а с удовольствием сидя за столом. Оденьтесь и полюбуйтесь на себя в зеркало. Прочитайте пару страниц любимой книги, чтобы настроиться на продуктивный день. И он обязательно таким и будет!



к вашему столу

Запеканка: с грибами

- 2 луковицы;
- растительное масло;
- 300 г шампиньонов;
- 5-6 картофелин;
- соль — по вкусу;
- чёрный перец — по вкусу;
- 150 мл нежирных сливок;
- 50 мл молока;
- 1 столовая ложка муки;
- 100 г твёрдого сыра.

Нарежьте лук небольшими дольками и слегка обжарьте на сковороде с разогретым маслом. Порубите грибы тонкими пластинками или крупными кусочками. Добавьте их к луку, перемешайте и готовьте, пока не выпарится жидкость.

Тем временем нарежьте очищенную картошку кубиками. На другой сковороде разогрейте масло и обжарьте картофель почти до готовности.

Приправьте грибы солью и перцем, влейте сливки и молоко, всыпьте муку и тщательно перемешайте. Доведите до кипения и готовьте, помешивая, ещё несколько минут.

Выложите обжаренную картошку в форму для выпечки и посыпьте приправой. Сверху выложите грибы с соусом и разровняйте. Посыпьте тёртым сыром и запекайте при температуре 180 °C 15-20 минут.

с курицей

- 4-5 картофелин;
- 1-2 моркови;
- 400 г куриного филе;
- 3 яйца;
- 3 столовые ложки молока или сливок любой жирности;
- 4-5 зубчиков чеснока;
- соль — по вкусу;
- чёрный перец — по вкусу;
- 1 ч. ложка прованских трав;
- растительного масла;
- 2 столовые ложки сметаны;
- 50-100 г твёрдого сыра.

Нарежьте очищенную картошку и морковь тонкими брусочками, а курицу – небольшими кубиками.

Выложите овощи и мясо в миску. Добавьте яйца, молоко или сливки, измельчённый чеснок, соль, перец и прованские травы (их можно заменить другими приправами). Тщательно перемешайте все ингредиенты.

Смажьте форму для выпечки маслом и выложите туда подготовленные продукты. Распределите сверху сметану и поставьте в разогретую до 200 °C духовку на полчаса. Затем посыпьте запеканку тёртым сыром и готовьте ещё 20-30 минут.

с помидорами

- 6 картофелин;
- соль — по вкусу;
- молотый чёрный перец — по вкусу;
- 1 чайная ложка приправы для картофеля или других специй;
- 3 яйца;
- 2 столовые ложки сметаны;
- 1-2 помидора;
- 50 г твёрдого сыра.

Нарежьте очищенную картошку тонкими кружочками и переложите в миску. Добавьте соль, перец и приправу для картофеля и хорошенько перемешайте.

Взбейте яйца, сметану и соль до однородной консистенции. Залейте смесью картошку, перемешайте и переложите в форму для выпечки.

Нарежьте помидоры тонкими кружочками и выложите на картофель. Посыпьте тёртым сыром и запекайте при температуре 180 °C примерно 30-40 минут, пока картошка не станет мягкой.