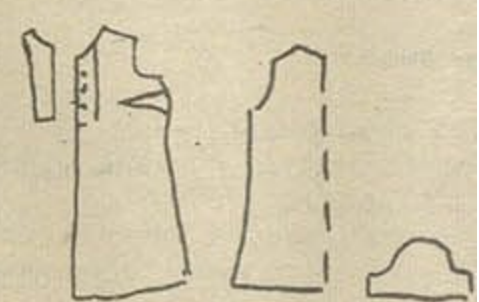
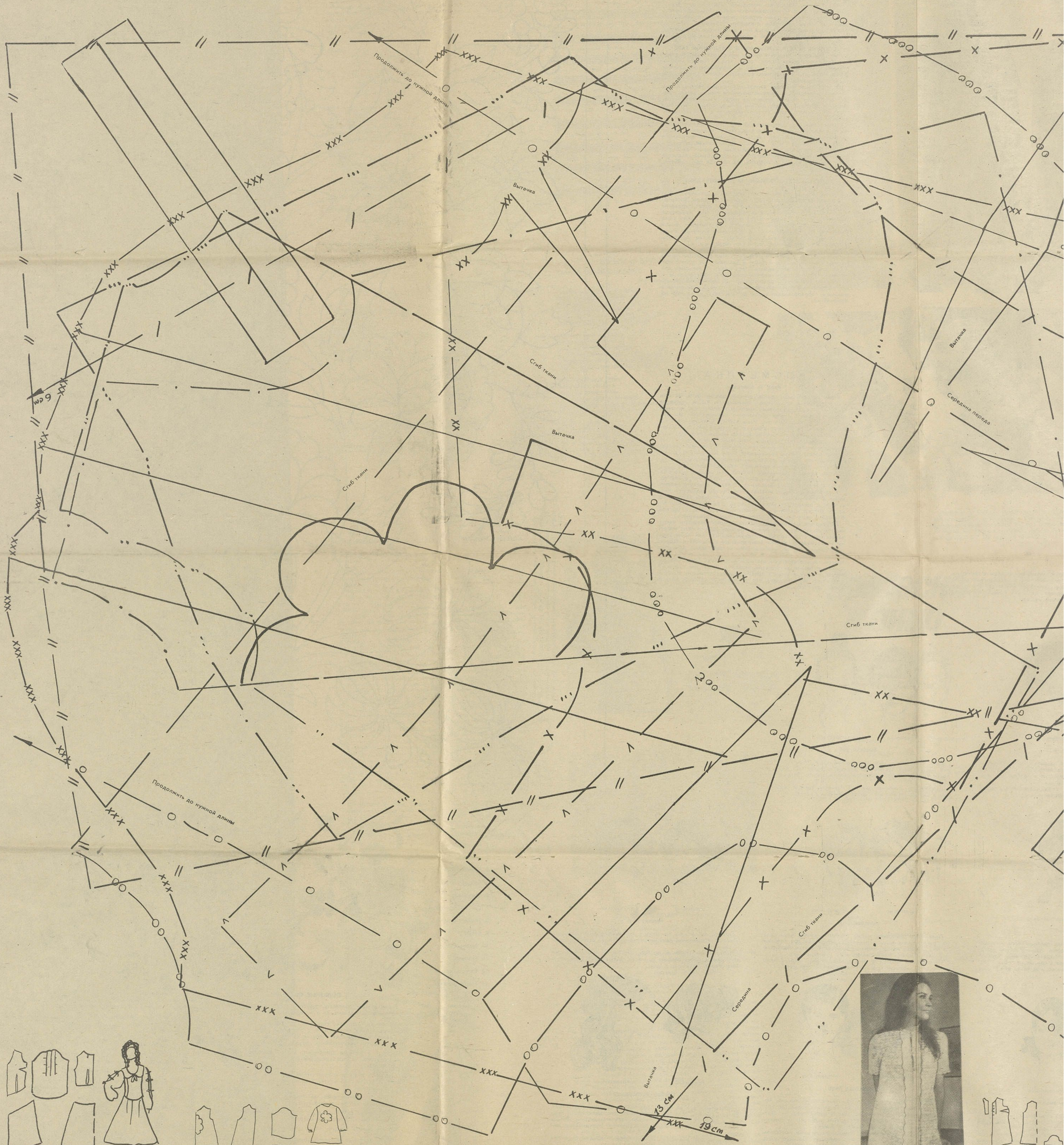
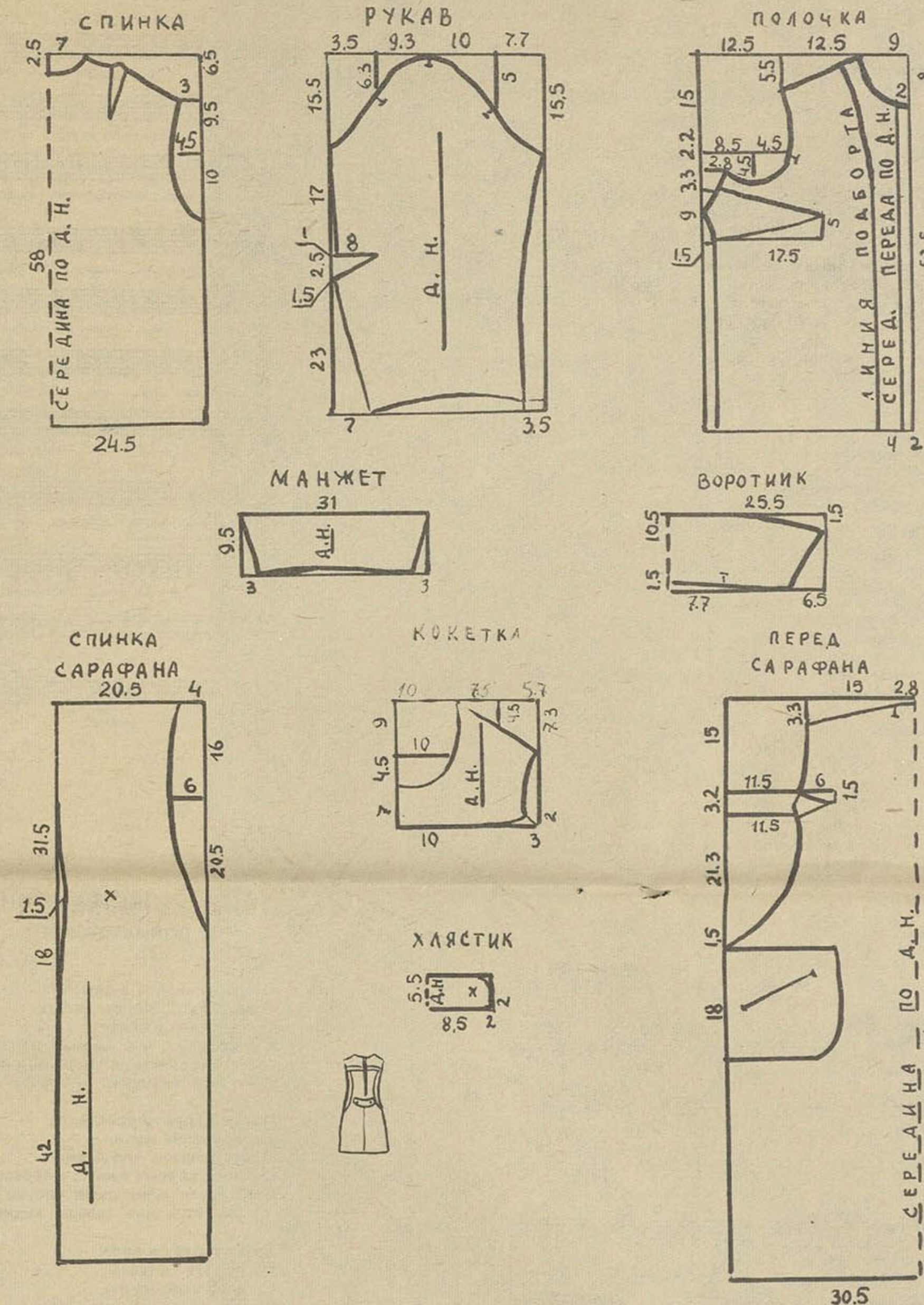


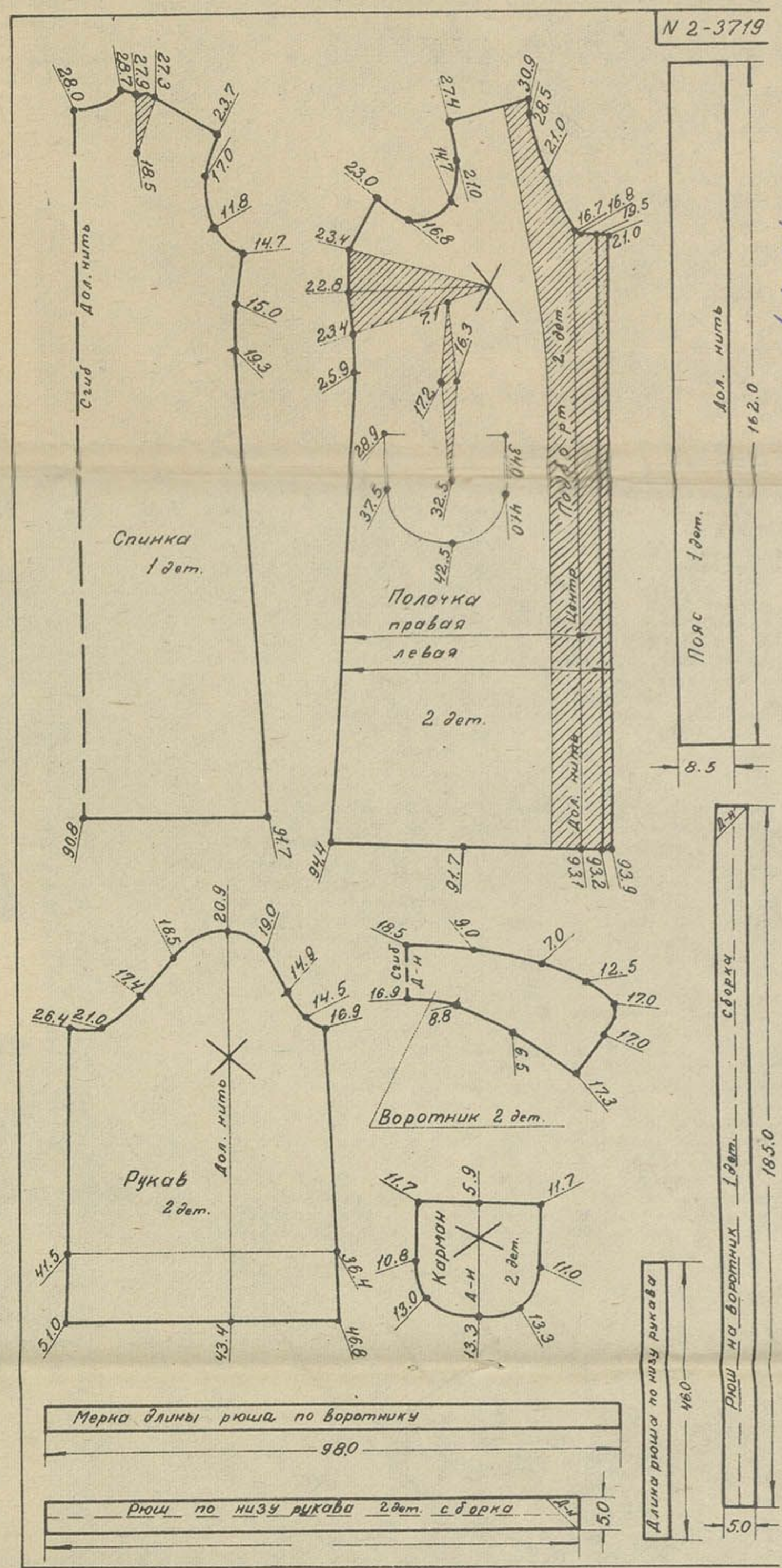


Сарафан с блузкой — удобный костюм для рабочего дня. Сарафан на кокетке, переходящей на спинку, плечевых швов нет. Глубокие проймы и линия кокетки подчеркнуты строчкой. Карманы прорезные отстрочены в виде накладных. На спинке разрез, доходящий до хлястика.

Блузка из блестящей шелковой ткани. Воротник и манжеты отделаны бейками из полосок, вырезанных из той же ткани, что и на блузке. Расход ткани на 48 размер: на сарафан 1 м при ширине 1 м 40 см, на блузку 1 м 90 см при ширине 90 см.



Халат для дома простого практичного фасона. Воротник и отвороты рукава отделаны рюшем. На талии — завязывающийся пояс. Выкройка дана на 54 размер, 3 рост.



Платье для девочки дошкольного возраста. Оригинальная комбинация двух материалов: синий с белым, оранжевый с желтым, розовый с белым и т. д.
Расход ткани: на перед и спинку 2 длины одинарной ширины, на рукава и аппликации — 0,5 м.

Условное обозначение (детское платье):

1. Перед — 1 дет.
2. Спинка — 1 дет.
3. Рукав — 2 дет.
4. Манжета — 2 дет.

Условные обозначения: (платье 48 размер)

1. Полочка — х — 1 дет.
2. Спинка — хх — 1 дет.
3. Рукав — ххх — 2 дет.
4. Переднее полотнище юбки — 1 дет.
5. Заднее полотнище юбки — 2 дет.
6. Манжета — 2 дет.

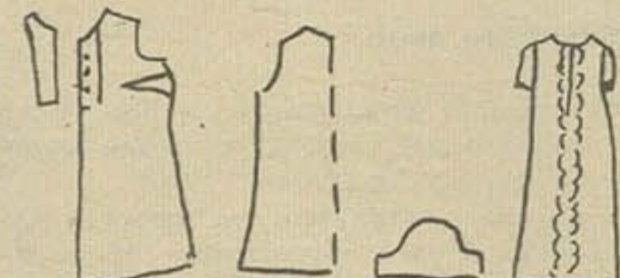
Ночная сорочка для полной женщины. Шьется из цветного ситца, штапеля. Отделана кружевом. Выкройка дана на 58 размер. Расход ткани 2 м 60 см при ширине 1 м.

Условные обозначения:

1. Перед — 2 дет.
2. Спинка — 1 дет.
3. Рукав — 2 дет.
4. Подборт — 2 дет.



БЕСПЛАТНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ
К ЖУРНАЛУ „РАБОТНИЦА І СЯЛЯНКА“
№ 8, 1972 г.



НЕ ПЛАЧЬ, ДЕВЧОНКА

Слова В. ХАРИТОНОВА

Музыка В. ШАИНСКОГО

Как-будто ветры с гор
Трубят солдату сбор,
Дорога от порога далека,
И, урюня платок,
Чтоб не видал никто,
Слезу смахнула девичья рука.

Припев: Не плачь, девчонка,
Пройдут дожди.
Солдат вернется,
Ты только жди.
Пускай далеко
Твой верный друг,
Любовь на свете
Сильней разлук!

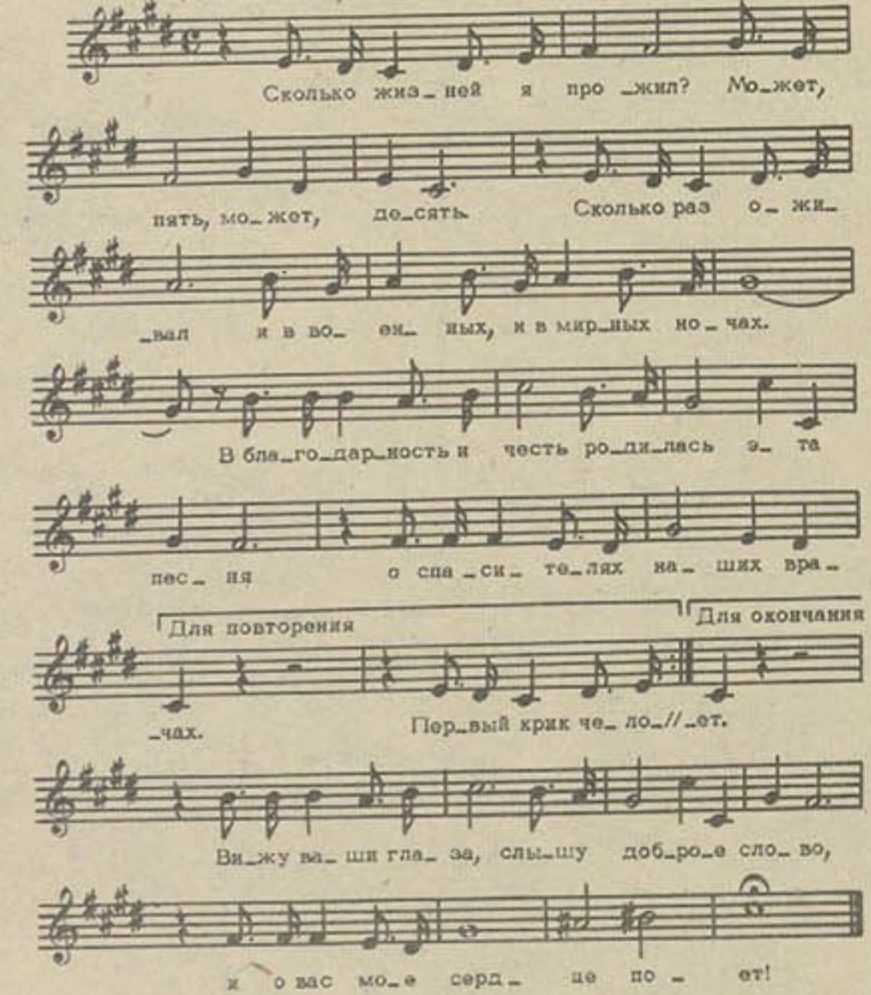
Немного прошагал,
Пока не генерал,
Но, может быть, я стану старшиной.
Прости, что не сумел
Сказать, что буду смел.
И то, что будешь ты моей женой.

Припев.

Наш ротный старшина
Имеет ордена,
А у меня все это впереди.
Но ты, любовь, зачи
Отличные значки,
Которые теснятся на груди.

Припев: Не плачь, девчонка,
Пройдут дожди.
Солдат вернется,
Ты только жди.
Пускай далеко
Твой верный друг,
Любовь на свете
Сильней разлук.

СВЕРЖАННО, ЧЕТКО



КОМБИНЕЗОНЧИК ДЛЯ ПОЛУТОРАГОДОВОЛОГО РЕБЕНКА

Для выполнения требуется около 200 г шерсти апельсинового цвета, 50 г — синего цвета, 50 г — белого цвета, 2 спицы № 3, 6 пуговиц.

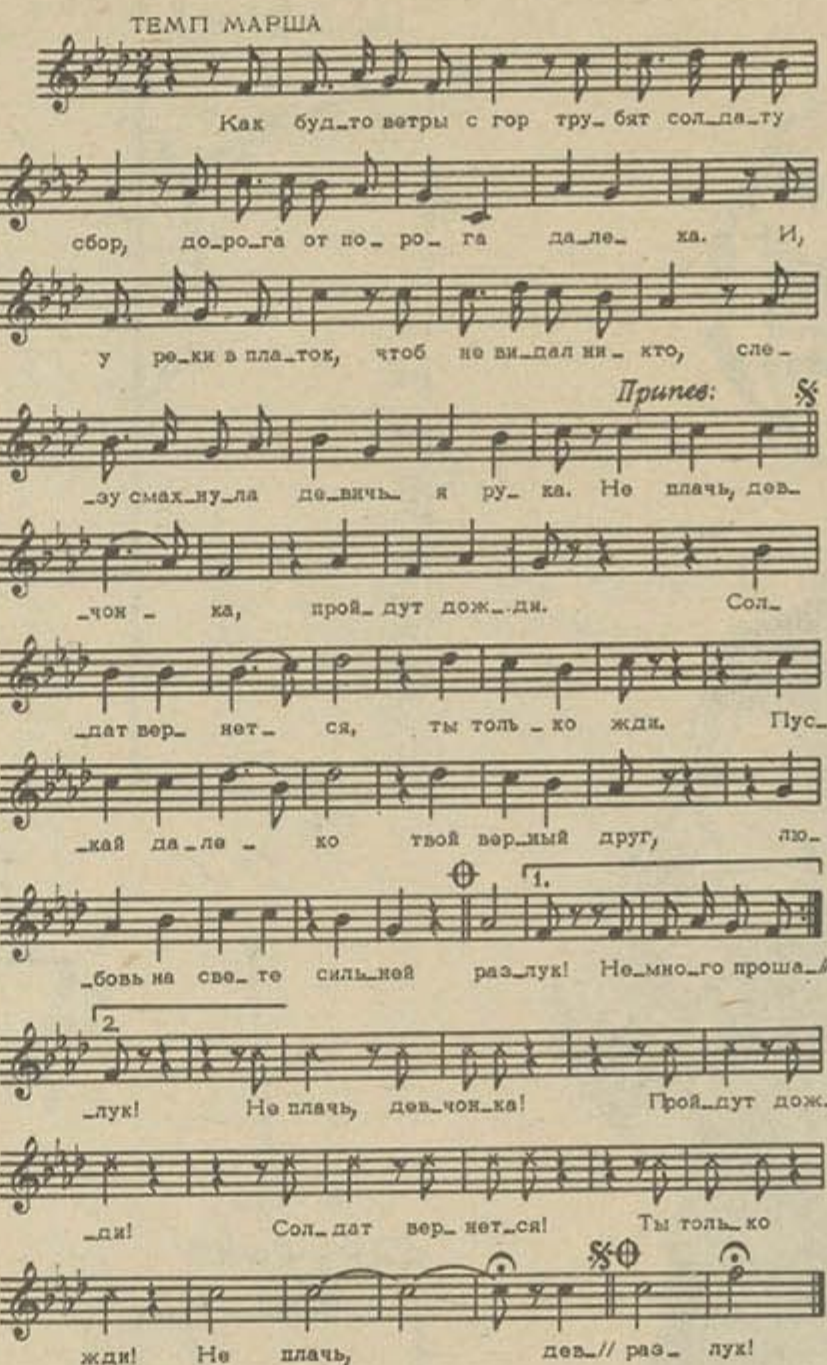
Вязки: чулочная (1 ряд лицевыми, 1 ряд изнаночными), платочная (все ряды лицевые), резинка обыкновенная (1 лицевая, 1 изнаночная).

Плотность вязки: 26 петель и 36 рядов = 10 см.

Перед. Начинаем снизу. Набираем 32 петли и вяжем 4 ряда резинкой, затем 4 ряда чулочной вязкой. Со стороны «шага» прибавляем 5 раз по 1 петле в каждом втором ряду, 3 раз в каждом ряду. Оставьте петли на запасной спице и провяжите таким же способом левую штанину. Прибавьте петли с запасной спицы и провяжите 2 ряда все петли вместе. Затем убавляйте с каждой стороны 5 раз по 1 петле в каждом втором ряду. На высоте 6 см от «шага» разделите работу на 2 части, причем правая часть должна быть на 3 петли шире левой (под пуговицы). С правой стороны левой половины прибавьте 6 воздушных петель (для петель). Вязите каждую часть отдельно платочной вязкой в полоску: 4 ряда синих, 4 — апельсиновых (это чередование повторить еще 2 раза), затем 10 рядов белых, 4 ряда синих, 10 рядов белых, 4 ряда апельсиновых, 4 синих (повторите последние две полоски еще дважды). Перейдите на чулочную вязку апельсиновым цветом. Провязав 16 рядов, закройте на пройму: 3 петли и 2 раза по 1 петле. На высоте 30 см от «шага» закройте на горловину: 12 петель, затем 4 раза по 1 петле в каждом втором ряду. Одновременно на высоте 11 см от проймы закройте на плечи петли в 2 приема. Вязите правую половину так же, в равных промежутках провяжите 5 петель, отступив 3 петли от края (на петли закройте 3 петли, а в следующем ряду прибавьте над закрытыми 3 воздушных петель). Спинка вяжется так же, только без застежки. Рукавчики. Наберите 44 петли и вяжите 4 ряда резинкой апельсиновым цветом, затем провяжите по 2 полоски (с 4 рядов) синие и апельсиновые, 6 рядов белых и снова 2 раза по 2 полоски поочередно апельсиновые и синие. Дальше вяжите чулочной вязкой апельсиновым цветом, прибавляя с каждой стороны в шестом ряду 5 раз по 1 петле. На высоте 20 см закройте с каждой стороны на закручение головки рукава в каждом втором ряду: 3 петли, 7 раз по 2 петли и закройте оставшиеся петли.

Окончание работы. Сшить все швы,шить рукава. Вокруг горловины наберите 80 петель и вяжите резинкой. В пятом ряду, отступив 3 петли от края, закройте 3 петли, а в шестом ряду прибавьте эти 3 петли. В десятом ряду закройте все петли. Пришейте пуговицы.

Перевела с польского Э. ПРОХОРЕНКО.



ПЕСНЯ О ВРАЧАХ

Слова Е. ДОЛМАТОВСКОГО

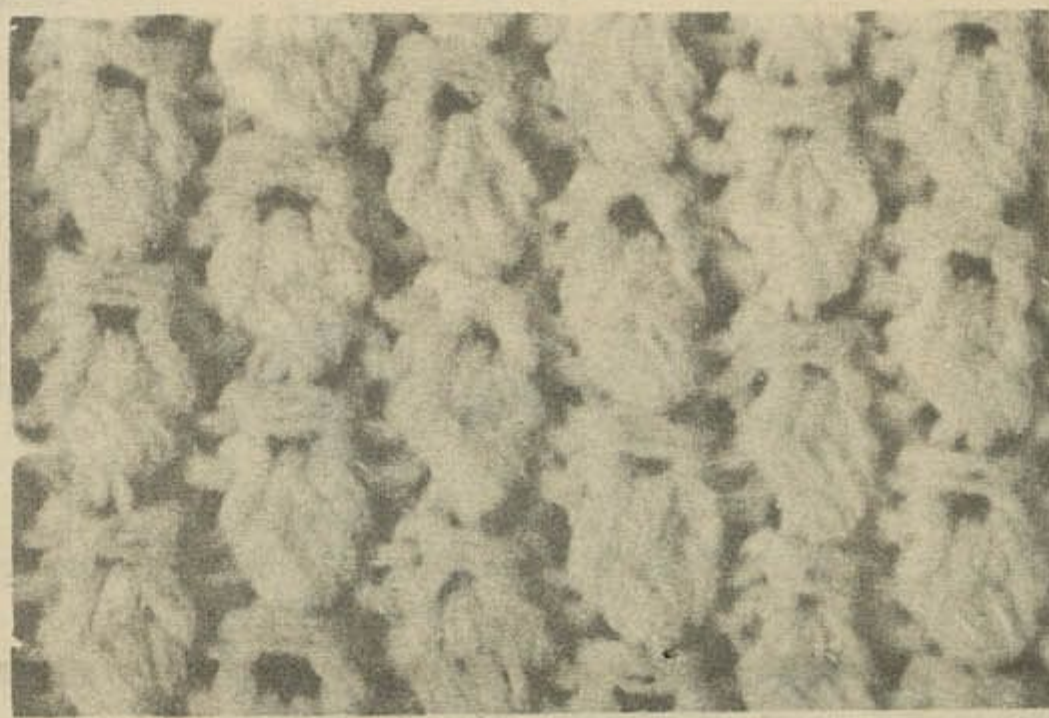
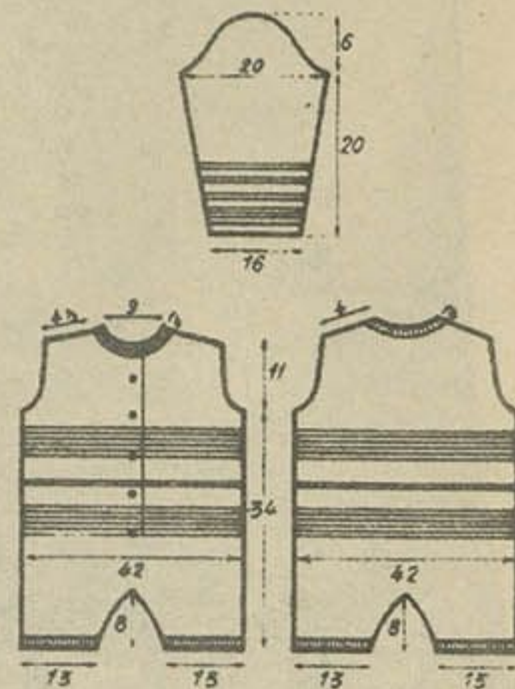
Музыка А. ДОЛУХАНИЯ

Сколько жизней я прожил!
Может, пять, может, десять,
Сколько раз оживал
И в военных, и в мирных ночах.
В благодарность и честь родилась эта песня
О спасителях наших — врачах.

Первый крик человека,
Материнские муки—
Доктор жизнь мне дарил
С самых первых минут, с первых дней.
Поднимали меня ваши чистые руки,
Чтобы стали мне звезды видней.

Про осколок и пулю
На дороге солдата
Не хочу вспоминать
И, однако, забыть не могу.
Кто заштопал меня на столе медсанбата,
Без сознанья найдя на снегу!

Я иду по планете,
Молодой и здоровый,
До ста лет проживаю
И, однако, бессмертье придет.
Видю ваши глаза, слышу доброе слово,
И о вас мое сердечко поет!



ДВУБОРТНЫЙ ЖАКЕТ [50 размер]

Для выполнения требуется около 500 г шерсти 32/2. Спицы № 3.

Вязки: платочная (все ряды лицевые) и «ракушки». Для образца наберите 21+2 петли.

1-й ряд — из 1 петли — 3 петли. Петлю вяжем лицевой вязкой; не снимая ее со спицы, делаем накид и еще раз провязываем эту же петлю лицевой; 3 изнаночные.

2-й ряд: над лицевыми — лицевые, над изнаночными — изнаночные.

3-й ряд: 3 петли вместе налицо за нижнюю стенку, 1 изнаночная, из 1—3 петли, 1 изнаночная.

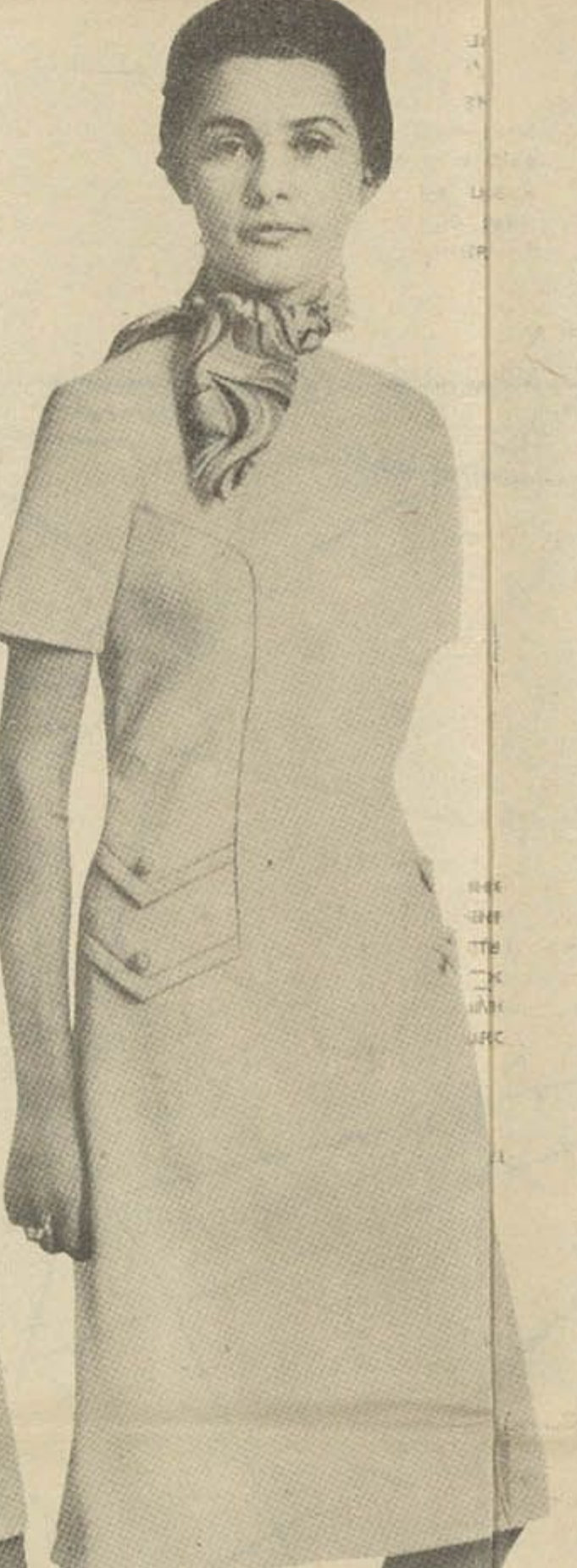
Далее чередуются 2-й и 3-й ряды.
Спинка. Наберите на спицы 120 петель и вяжите платочной вязкой 4 см, а затем перейдите на основную вязку «ракушки». До проймы вяжите 36 см. На проймы убавляют 4 петли, 3 петли, 2 петли, 1 петлю симметрично с обеих сторон в начале каждого ряда. Высота от проймы до плеча 22 см. Плечо заделывают в 5 раз. Средние петли закройте в один прием.

Перед начинают на 46 петлях и вяжут до проймы, как спинку. На пройму спускают 5 петель, 4 петли, 3 петли, 2 петли и 1 петлю с обеих сторон в каждом 2-м ряду. Провязав прямо вверх 22 см от проймы, плечо закрывают в 5 приемов. Одновременно со стороны выреза и в начале каждого ряда заделывают сначала 3 петли, потом 3 раза по 1 петле. Планка вяжется на 33 петлях платочной вязкой прямо по всей длине переда. На одной планке сделайте 6 петель для пуговиц.

Рукав. Наберите 52 петли и вяжите платочной вязкой 4 см, а затем перейдите на основную вязку. До проймы вяжут 38 см, делая в каждом шестом ряду по 1 прибавке 13 раз симметрично с обеих сторон. Для оката рукава с двух сторон в начале каждого ряда спускают 3 петли, 2 петли, 12 раз по 1 петле, 2 петли, 3 петли. Остальные петли заканчивают последовательно в одном ряду.

Окончание работы. Сшейте все швы, пришейте планки к полочкам. Вокруг горловины наберите петли и вяжите воротник платочной вязкой.

Э. ПРОХОРЕНКО.



Недавно в Минске проходил III республиканский конкурс парикмахеров. По женским видам работ (вечерняя, модельная и повседневная прическа) первое место завоевала минчанка Л. Лисицына. Второй приз получили С. Астрейко и Г. Смургевич (Минск) и Г. Нестеренко (Витебск).

Прическа и лицо



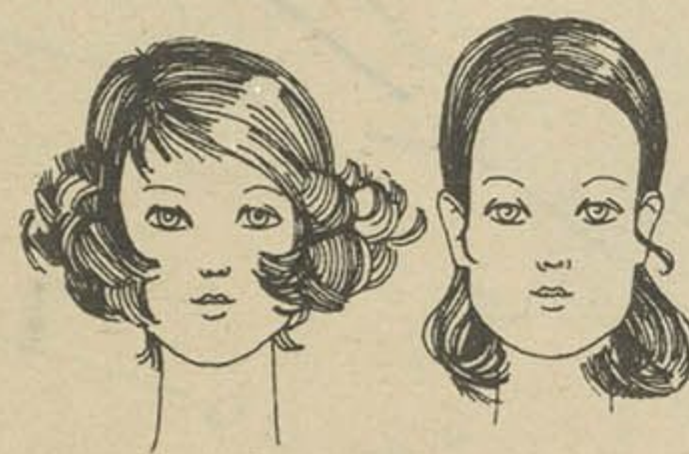
Длинное и узкое лицо

Правильно: пышная по бокам прическа, которая делает лицо более широким и коротким. Больше мягких локонов — а том числе и на лбу — и волн; несимметричная, без пробора прическа.
Неправильно: строгая, с короткой стрижкой и прямым пробором прическа или зачесанные назад волосы.



Большой нос

Правильно: все пышные, мягко обрамляющие лицо прически с центром тяжести на затылке (не высоко!). Хорошо подходят зачесанные на лоб и щеки пряди, поскольку они смягчают профиль.
Неправильно: зачесанные назад волосы и прически-узлы, которые лишь удлиняют нос.

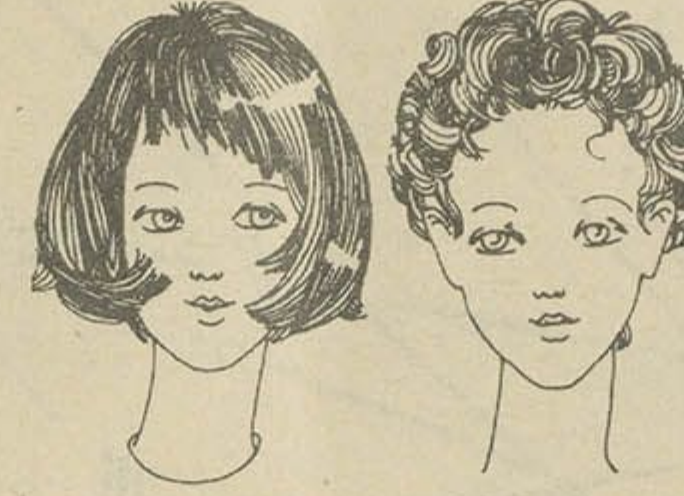


Квадратное лицо

Правильно: пышная прическа с «экспрессией». Косой пробор или просто зачесанные на одну сторону волосы смягчают общее впечатление. Легко взбитые локоны хорошо согласуются с овалом лица. Очертания лица смягчают спадающие на щеки небольшие локоны.

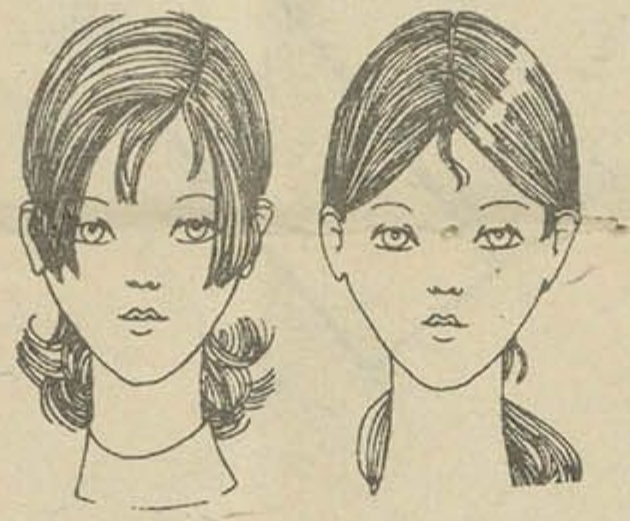
Неправильно: все строгие прически, зачесанные назад или собранные в узел волосы.

Редко встречаются люди с идеальным овалом и гармоничными чертами лица и весьма часто — с определенными отклонениями от идеала. Однако отклонение можно сделать неметким, умело используя тот или иной прием. Например, длина волос и прическа творят чудеса.



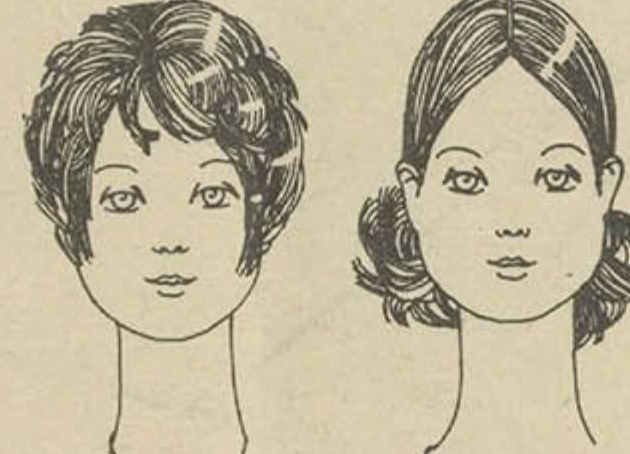
Треугольное лицо

Правильно: челка, закрывающая широкий лоб. Побольше волос над щеками, концы локонов загибаются к лицу. При более длинных волосах, спускающихся ниже подбородка, концы локонов могут загибаться в стороны.
Неправильно: все прически «бублик», зачесанные назад и полностью открывающие лоб волосы.



Низкий лоб

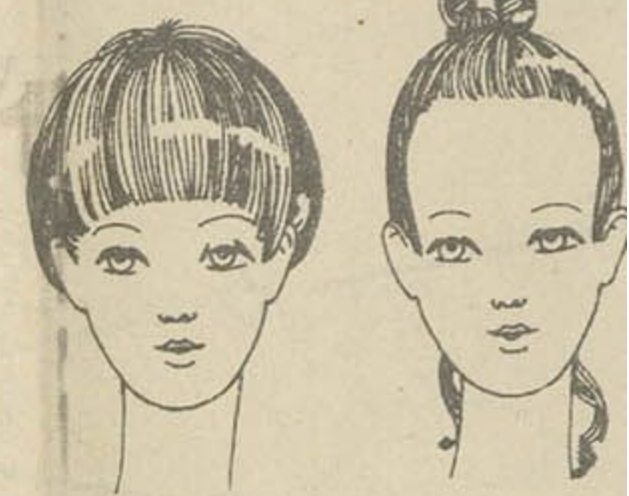
Правильно: прическа, скрывающая границу волос и позволяющая предположить более высокий лоб. Подобное представление получается при неровно подрезанной челке. Хорошо подходят и пряди волос, спадающие с темени на лоб.
Неправильно: волосы, зачесанные со лба назад или гладко набок.



Ромбовидное лицо

Правильно: все прически, пышно спадающие ниже линии ушей. При очень остром подбородке следует с линии ушей зачесывать на щеки две-три мягкие пряди.

Неправильно: прямые прически и ступенчатые на затылке волосы. А также различные валики и узлы на затылке, если они не уравновешиваются зачесанными на щеки волосами.



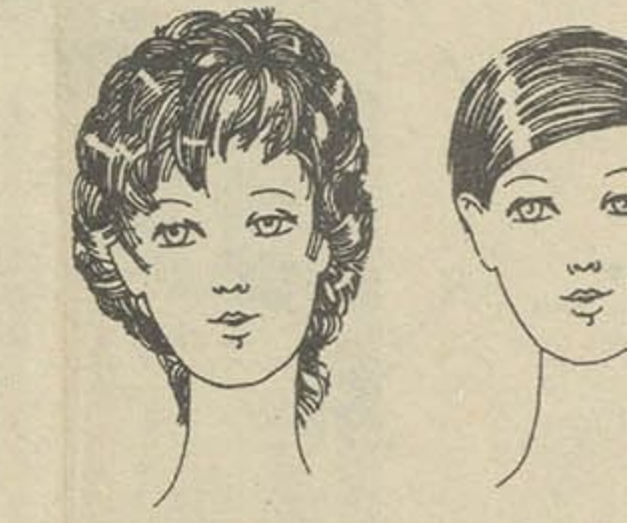
Высокий лоб

Правильно: всякие закрывающие лоб пряди или длинные, густые или редкие, с ровными подрезанными концами. Хороши также мягкие волны.
Неправильно: открывающие лоб прически, ные в узел на темени или строго зачесанные.



Круглое лицо

Правильно: различные косые проборы, или распущенные волосы, отдельные пряди на лоб. С боков волосы плотно прилегают к подбородку, длина их — примерно до подбородка.
Неправильно: прямой пробор, делающий лицо круглым, короткая прилегающая челка.



Грушевидное лицо

Правильно: прическа с центром тяжести лосы по бокам прикрывают щеки. Подходящая прическа с спадающими на щеки можно и гладкая прическа с пышным н и гладко причесанными волосами по бокам.
Неправильно: все гладкие на темени и с прически, а также прически, расширяющие лица (валики или локоны на уровне затылка).

СОЛЕН

На дно бочки смородины и слива каждая соль (5% к в порошок. Пз заивают проти полнения бочки другую — а се томаты накрыв ривают и чери массу. Брожен ривают шпунт место.

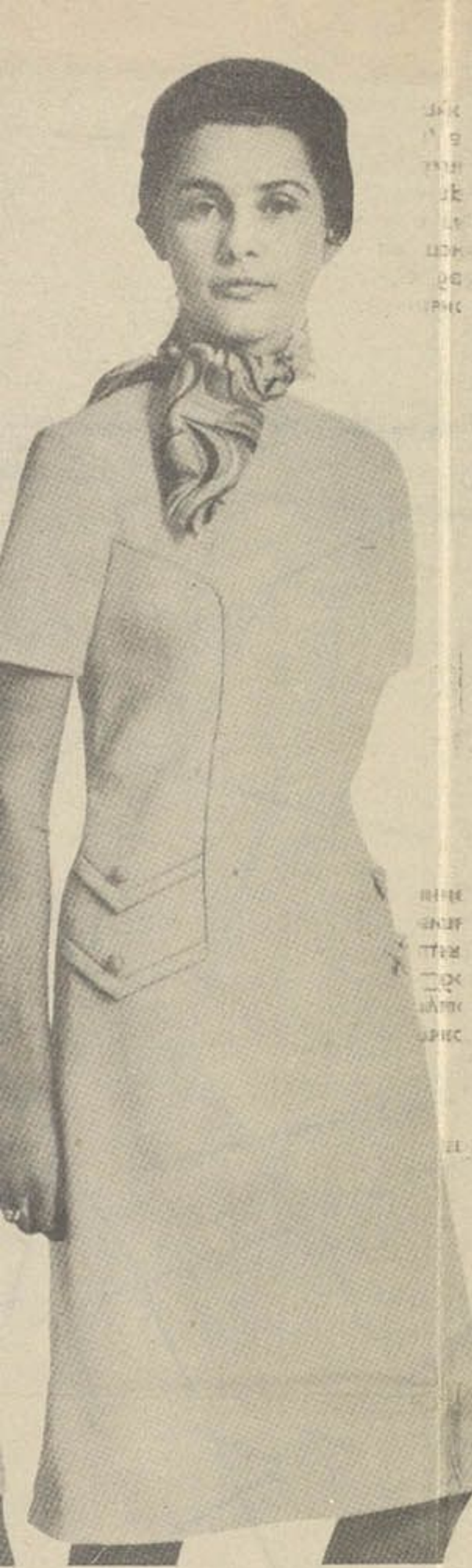
СОЛЕНИЕ
Трех- или двавлением каласкивают, ои. Отбирают томсхнут на воз. На дно буты вишни и сморидывают рядамзелени и прикусочков красдушистого.

Бутыл закрмагой, сложенлакированнойместо на 8—1пряностей), центным рассоде. Хранятуре плюс 1—

ОГУРЦ

Свежие огуи засаливают, ляют те же огуцов. Засстемпературе их отделяютводой (40—50Предварительи пряности (уРассол ки несколько ммарло, сложив банки огуржести и паст10 мин., лирния пастеризмашинки, перохлаждения.

Чтобы вол и блестящи причиняет волосам. Оцщим мыломрачей водои их прохладельно вытеим выскочитне для волкак накруткой-нибудь. Чтобы прчивать волмона, а есикотыми. В эи и жира с икрыть волблагодаря. Регулярнибуль жи,хвоша (длны — оказынедо следнужно, отддугой в пшми крутлеую стодля волосвред, чем



и овалом и гармонично-определенными отключенными сделать неприемлем. Например,

5. Побольше к лицу. При подборке, кон- анные назад

лос и позво- обное пред- алке. Хорошо лоб. д или гладко

ниже линии ушей з затылке во- лок, если они лосами.

СОЛЕННЫЕ ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ

На дно бочки насыпают свежесобранные листья черной смородины и укладывают красные томаты рядами, переслаивая каждый ряд листьями черной смородины, посыпая солью (5% к весу плодов и томатной массы) и горчицей в порошок. После укладки нескольких рядов томатов их заливают протертой томатной массой и так чередуют до наполнения бочки. Одну часть пряностей кладут на дно бочки, другую — в середину, последнюю — поверх томатов. Сверху томаты накрывают листьями черной смородины, бочку укупоривают и через шпунтовое отверстие добавляют томатную массу. Брожение продолжается 6—7 дней, после чего закупоривают шпунтовое отверстие и бочку переносят в холодное место.

СОЛЕНИЕ КРАСНЫХ ТОМАТОВ В СТЕКЛЯННОЙ ТАРЕ
Трех- или десятилитровые бутылки моют теплой водой с добавлением кальцинированной соды, затем хорошо прополаскивают, ошпаривают кипятком и высушивают в духовке. Отбирают томаты одинакового размера, моют и дают им обсохнуть на воздухе.

На дно бутылки насыпают нарезанную пряную зелень, листья вишни и смородины, а также измельченный чеснок, затем укладывают рядами томаты, пересыпая ряды смесью нарезанной зелени и приправ. Между рядами томатов кладут несколько кусочков красного перца (лучше свежего) и 3—4 горошины душистого.

Бутылку закрывают пергаментной или плотной писчей бумагой, сложенной в 3—4 слоя, и жестяной крышкой (лучше лакированной оловянной), ставят в затемненное прохладное место на 8—10 час (для лучшего пропитывания ароматом пряностей), после чего томаты заливают свежим 6—7-процентным рассолом, приготовленным на остуженной кипяченой воде. Хранят в холодном подвале или погребе при температуре плюс 1—3°.

ОГУРЦЫ МАЛОСОЛЕННЫЕ ПАСТЕРИЗОВАННЫЕ

Свежие огурцы сортируют по качеству и размеру, моют и засаливают, применяя 50—60 г соли на 1 л воды. Употребляют те же пряности и зелень, что и при консервировании огурцов. Засоленные огурцы выдерживают при комнатной температуре до появления вкуса малосоленых. После этого их отделяют от пряностей и рассола, промывают теплой водой (40—50°) и укладывают в простерилизованные банки. Предварительно в каждую банку кладут свежие приправы и пряности (укроп, чеснок, перец стручковый и т. д.).

Рассол кипятят в эмалированной кастрюле в течение нескольких минут, сразу же фильтруют через прокипяченную марлю, сложенную в 3—4 слоя, и заливают им уложенные в банки огурцы. Банки накрывают крышками из лакированной жести и пастеризуют в горячей воде (90°): полулитровые — 10 мин., литровые — 15, трехлитровые — 20 мин. После окончания пастеризации банки закупоривают с помощью закаточной машинки, переворачивают вверх дном и ставят на крышки до охлаждения.

КОСМЕТИКА

Уход за волосами

Чтобы волосы были красивыми, они должны быть чистыми и блестящими, а не тусклыми, слипшимися. Частое мытье не причиняет вреда здоровым, крепким и достаточно жирным волосам. Однако нужно обязательно пользоваться подогретым мылом или шампунем. Мыть волосы надо не очень горячей водой, после чего следует несколько раз ополоснуть их прохладной водой. Сушить волосы лучше всего так: тщательно вытереть их согретым махровым полотенцем и дать им высохнуть при комнатной температуре. Сушка феном вредна для волос, так как высушивает кожу головы. Перед тем, как накрутить волосы на бигуди, хорошо втереть в кожу какой-нибудь специальный крем или жель для волос.

Чтобы прическа держалась дольше, при завивке надо смачивать волосы специальным раствором, пивом или соком лимона, а если волосы светлые — то отваром льняного семени.

У некоторых женщин волосы очень быстро становятся жирными. В этом случае хорошо регулярно очищать их от жира с помощью сухого шампуня. Для этого нужно покрыть волосы шампунем и тщательно расчесать их щеткой, благодаря чему они снова станут чистыми и пышными.

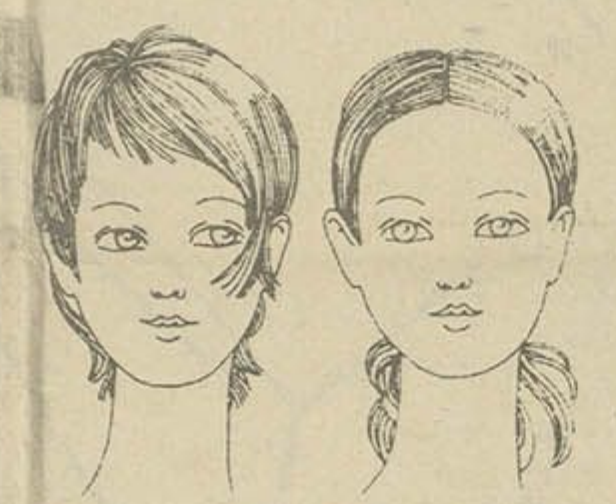
Регулярный массаж кожи головы с использованием какой-нибудь жидкости — чая, отвара ромашки (для светлых волос), хвоща (для сухих волос), гвоздики, шпината или коры бузины — оказывает на волосы благоприятное воздействие. Однако надо следить за тем, чтобы волосы не запутались. Для этого нужно отделить небольшие пряди и смачивать их одна за другой в приготовленном отваре. Массаж надо делать небольшими круговыми движениями пальцами обеих рук, сначала в левую сторону, а затем в правую. Будьте осторожны с лаком для волос. Не забывайте, что он приносит волосам больше вреда, чем пользы.



Высокий лоб

Правильно: асимметричные косые проборы, слегка волнистые или распущенные волосы, отдельные пряди которых спадают на лоб. С боков волосы плотно прилегают к голове. Наиболее подходящая длина их — примерно до середины шеи.

Неправильно: открывающие лоб прически, волосы, собранные в узел на затылке или строго зачесанные назад.



Круглое лицо

Правильно: различные косые проборы, слегка волнистые или распущенные волосы, отдельные пряди которых спадают на лоб. С боков волосы плотно прилегают к голове. Наиболее подходящая длина их — примерно до середины шеи.

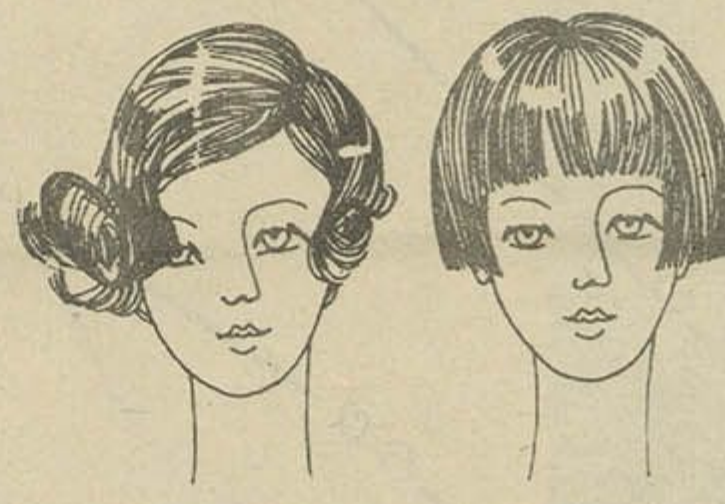
Неправильно: прямой пробор, делающий лицо шире. Гладко причесанные волосы. Короткая прилегающая стрижка.



Грушевидное лицо

Правильно: прическа с «центром тяжести» на затылке. Волосы по бокам прикрывают щеки. Подходят волнистые воздушная прическа с ниспадающими на щеки прядями. Возможна и гладкая прическа с пышным начесом на затылке и гладко причесанными волосами по бокам.

Неправильно: все гладкие на затылке и с прямым пробором прически, а также прически, расширяющие нижнюю часть лица (валики или локоны на уровне затылка и ушей).



Кривой нос

Правильно: пышные прически с многочисленными крупными и мелкими локонами. Асимметричная прическа отвлекает внимание от носа.

Неправильно: прямой пробор. Особенно неблагоприятно действуют строгие гладкие прически, равномерно обрамляющие голову.



Слабый подбородок

Правильно: все не очень «тщательно» сделанные прически. Волосы должны оставлять впечатление, что они спадают просто и естественно и лишь немного спутаны ветром. Лучше всего подходят для такого причесывания полудлинные волосы.

Неправильно: все прически, при которых волосы убираются с лица и распущены на затылке.



Дорожку вышивают на тонком льняном полотне кремового цвета. Для дорожки шириной 140×45 см. На расстоянии 7 см от края делают дорожку шириной 1 см, которая придерживает подгиб. Вся дорожка вышивается главно линиями мулине в одну нитку.

- Тона ниток:
1. Салатный
 2. Темно-зеленый
 3. Голубой
 4. Темно-синий
 5. Серый
 6. Желтый
 7. Светло-сиреневый
 8. Темно-сиреневый
 9. Белый
 10. Темно-красный
 11. Розовый
 12. Светло-серый
 13. Темно-розовый



ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Прежде чем положить фрукты и овощи в холодильник, нужно хорошо вымыть их и вытереть насухо.

Молочные продукты: сыр, брынза, творог следует хранить в холодильнике завернутыми в пергаментную бумагу. Свежее молоко, соки и другие напитки хранить в холодильнике в плотно закупоренных сосудах.

Огурцы и кабачки длительное время остаются свежими, если опустить их плодоножками в воду, которую ежедневно надо менять.

Очищайте лук под тонкой струей воды или перед очисткой опустите его на 2—3 минуты в кипящую воду, что избавит вас от слезоточения.

Чтобы при мытье грибов не чернели, добавляйте в воду немного уксуса или лимонного сока.

Легко можно снять кожу с томатов, если опустить их на несколько секунд в кипящую воду.

Солить бульон следует после снятия пены.

Фруктовые пятна на хлопчатобумажной ткани легче удалить, пока они свежие. На пустой сосуд натяните запачканное место

и лейте на него струйку кипятка до тех пор, пока пятно не исчезнет. Застарелые пятна удаляют тем же способом, только вместо воды употребляют свежее молоко.

Пятна от вишен стирают в мыльной воде, затем запачканное место опускают на ночь в свежее молоко и протирают в теплой воде.

Пятна от малины и клубники удаляют, опустив запачканное место на час в хлорную воду, и затем стирают в холодной воде с мылом. Пятна от персиков выводят, смочив их водой и посыпав солью, дают им высохнуть на солнце и затем протирают.

Пятна на шелковых тканях намачивают чистым спиртом и вытирают их ваткой, смоченной тоже спиртом. Если ватка загрязнится, сменяют ее новой. Пятна на шелковых тканях удаляют также и раствором из 50 г охлажденной кипяченой воды и 5 г лимонной кислоты. Смачивают приготовленным раствором пятно и через 5 минут протирают.

Фруктовые пятна на тканях из искусственных волокон удаляют так же, как и пятна на хлопчатобумажных тканях. Испробуйте сначала чистящее вещество на лоскутке из той же ткани. Если ткань изменится, то лучше сдать вещь в химчистку.