

## Что надо успеть сделать в последние дни лета



«Небо звёздное, метель августа...» Ежегодно в августе со стороны созвездия Персея на нашу планету направляется метеорный поток. И на самом деле то, что мы принимаем за падающие звёзды, всего лишь огромные камни, которые отрываются от кометы Свифта-Туттля. Во время полёта эти камни так сильно нагреваются, что начинают светиться. Сгорая, они нередко оставляют за собой светящийся след.

Но вам об этом думать совсем необязательно. Поезжайте за город, устраивайтесь поудобнее одной из августовских ночей на пляже или в поле и считайте падающие звёзды. Главное правило вы помните — никому не говорите свои желания вслух, и тогда они обязательно сбудутся!



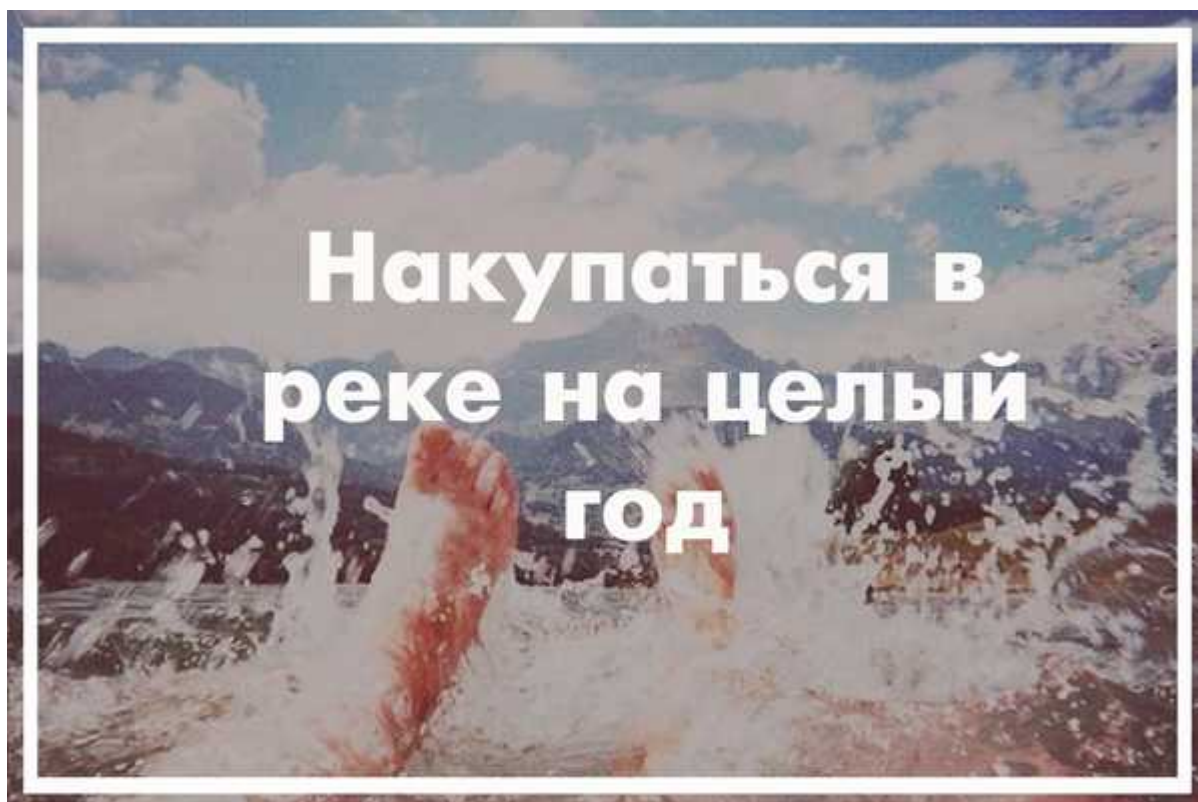
Всего пару месяцев в году у нас есть возможность наслаждаться вкусом этой сочной гигантской ягоды. Конечно, при желании её можно откопать в супермаркете и в другое время, но тогда мы будем наслаждаться скорее вкусом нитратов, концентратов и прочей химии.

Кстати, вы знаете, что арбуз не только вкусный и отлично утоляет жажду, но ещё и очень полезен? Говорят, что его даже прописывают врачи для лечения некоторых болезней. Арбуз улучшает обмен веществ, восполняет водный баланс организма, стимулирует работу всех органов. Особенно показан девушкам, которым не даёт спать мысль об их лишнем весе. Арбуз хорошо выводит токсины и всё лишнее.

В общем, ешьте на здоровье!



Конечно, можно купить варёную кукурузку у бабушки на рынке, но это не то. Куда вкуснее и веселее самому сорвать молочную кукурузу с грядки, очистить от кожуры и сварить в большой кастрюле под радостное улюлюканье друзей. А так как у вас в собственности вряд ли имеется кукурузное поле, придётся взять займы в ближайшем колхозе. Перед выполнением этого пункта рекомендуется потренироваться в беге на длинные дистанции. И ещё... Если что, я вам этого не говорила.



Говорят, что после Ильина дня (2 августа) купаться в открытых водоёмах больше нельзя. Мол, Илюшка туда свои грязные делишки сделал, и вода резко похолодела. Но эта статья не для слабаков, а потому идите и купайтесь, пока кожа не покроется мурашками.



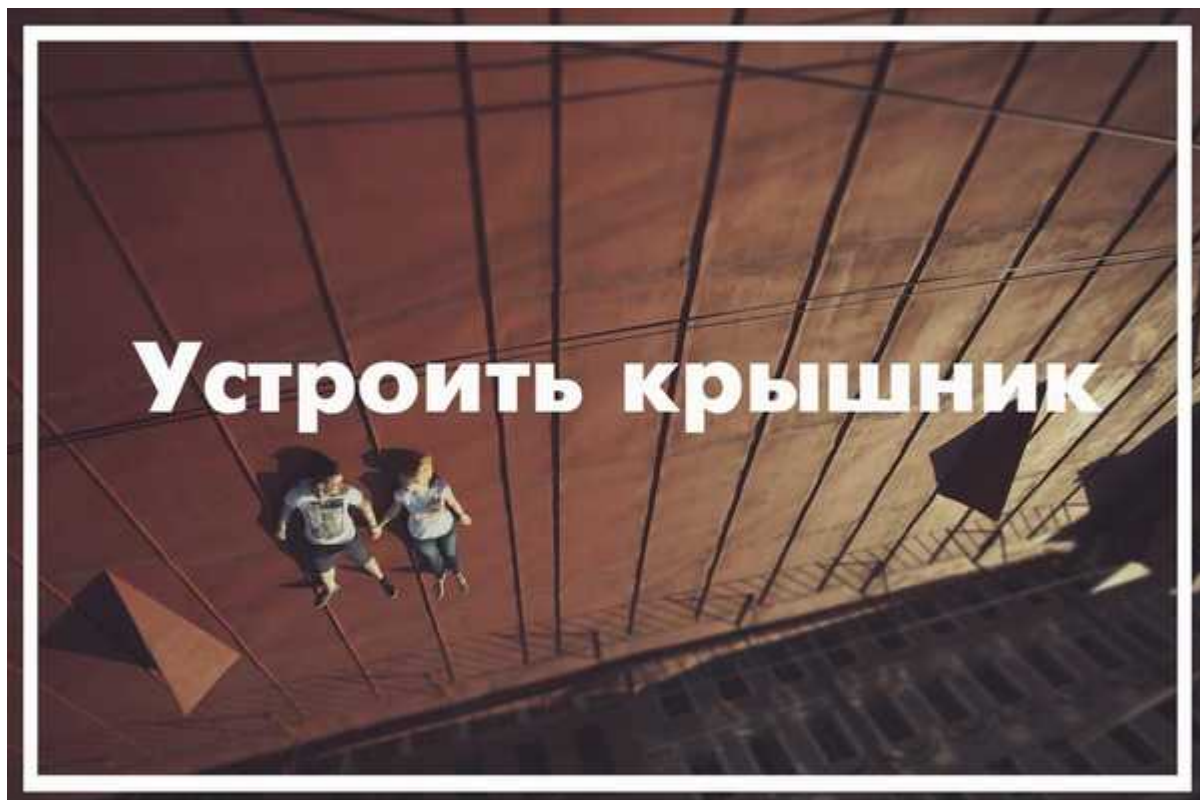
Сани надо готовить летом, и травяные чаи тоже летом. Потому что нет ничего приятнее, чем длинным зимним вечером зарыться в плед с книжкой и кружкой ароматного чая. К сожалению, популярный сейчас кипрей, он же иван-чай, уже отцвёл, но зато вас ждёт целый букет других полезных трав: чабрец, мята, земляника, малина, смородина, барбарис, боярышник, розмарин...

Напитки из этих трав не только вкусные, но и полезные, и помогут вам бороться с недугами, вызванными недостатком витаминов и солнышка зимой.

Так что прихватите на всякий случай травник и отправляйтесь к бабушке в деревню. Кстати, она наверняка даст вам дельную консультацию по этому вопросу.



О пользе закаливания знают все, но далеко не все могут на это решиться. Август — идеальное время начать обливаться по утрам или хотя бы принимать контрастный душ. Потому что приучать свой организм к холодной воде гораздо проще, когда на улице ещё тепло. А потом это войдёт в привычку и уже не будет казаться таким страшным. Кроме того, вы успеете значительно укрепить свой иммунитет и встретите зиму легче.



Наверняка, вы или кто-то из ваших знакомых живёт на последнем этаже и у него есть ключи от крыши. И это прекрасный повод позвонить старым друзьям, заварить в термосе чай и отправиться на крышу провожать закат, вспоминая все безумства уходящего лета.

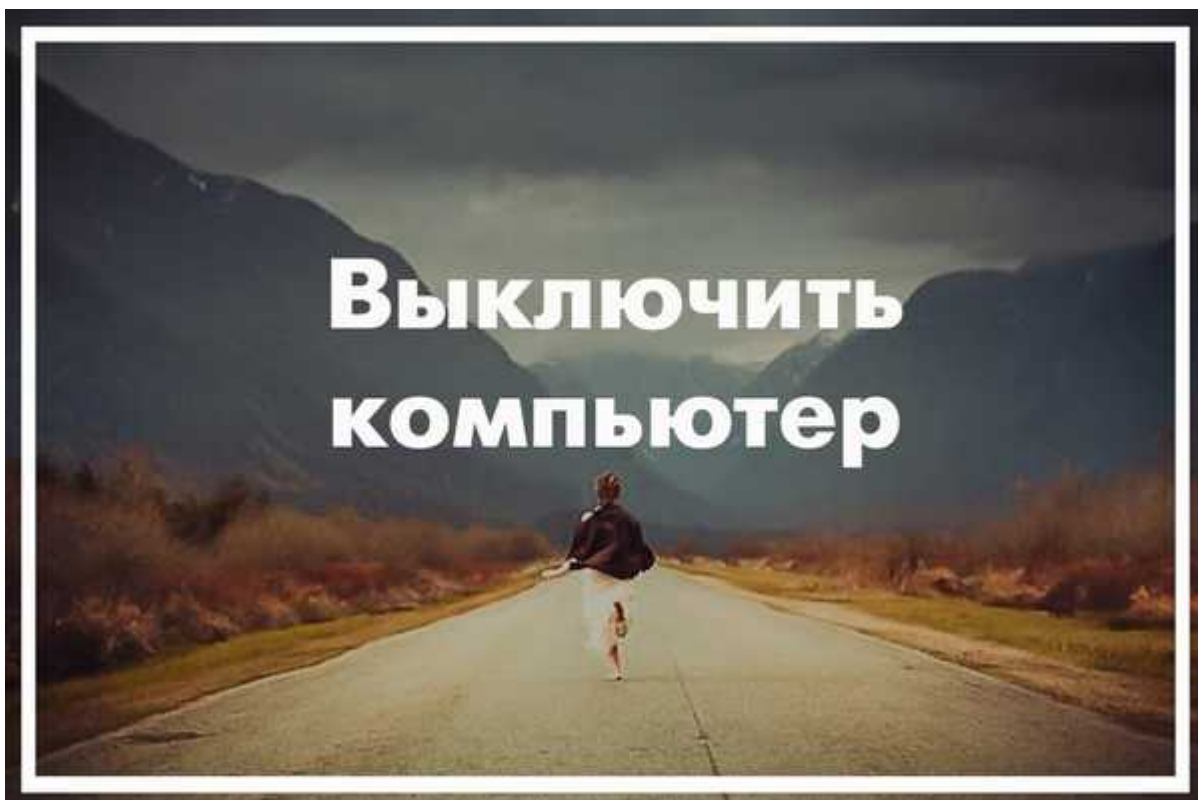
Только старайтесь при этом не шуметь и не буянить, потому что хоть находиться на крышах в нашей стране по закону не запрещено, но, кажется, полиция об этом не знает. Однако если вы не привлечёте внимание вредной соседки, то скорее всего всё пройдёт спокойно. И опять... если что, я вам этого не говорила.



Лично я не в курсе, но знакомые мне мужчины утверждают, что в августе самый лучший клёв. Объясняют они это тем, что в остывающей воде рыба ведёт себя активнее. А ещё к августу подрастает весенний рыбный молодняк. В общем, если пойдёте проверять эту теорию, расскажите потом о последствиях.



А это чисто девчачий совет. В августе большинство магазинов одежды проводит распродажи, где можно купить вещи из старой коллекции за копейки. Так что есть шанс урвать сарафан или босоножки, на которые не хватило денег в июне.



И ноутбук. И планшет. И даже телефон! Идите на улицу, ешьте мороженое, купайтесь в фонтанах, кормите уток в пруду, загорайте, бегайте босиком по летним лужам, зайдите за другом без предварительного звонка и позовите гулять (вот он удивится!). Забейте на свои дедлайны, варкрафты и лайки. Потому что вспоминать потом вы будете совсем не их.

---

*Фото для главной Татьяны Токмаковой*

Фото с рыбаками Андрея Сергеева

Коллажи Виктории Дьяковой