

ЛЕОВИТ

Газета издается с 2010 года

№ 9-10 (17-18) сентябрь-октябрь 2011 г.



Колонка редактора

Вот и осень. Страна прощается лето и вечер, пробки на дорогах и рано темнеет. Может быть, кто-то даже кустов отлетит, как, например, им дочь, по той же не в житах! Массовый плюсов у осени, с ней тоны зрелищ, все-таки есть.

Это последние погоды-дни, когда солнце гласно опадает нам сзади последние топы, а деревья похоти на шкуры мелидиан животных, де сначала желтые и багряные листья щедро разбросаны по асфальту коры, а затем на борот.

Это и златовит на зиму. Помните поэту: «Один день год кормит? Погода на хранение в горы спод, закарпированы разные солнышки и вранья, можно спать сполно».

И, наконец, новый учебный год. Далеко у тех, кто давал, на школьного доске, появляются новые осязать что то новое: выучить иностранный язык, записаться на курсы красоты и шитье или бисероплетения, получить еще одну специальность (бухгалтер, мастер по ремонту холодильников и т. п.).

Замечательную статью Лилии Шельмыной про пожилых людей интересно и полезно будет прочитать всем. Как защититься от ТБ-злумы — предложение темы, нахотел в прошлом номере.

Не пропустили на второй странице интервью с интересным человеком — Еленой Романюко, автором учебника по казахскому языку. Возможно, после этого у вас появятся знакомые в очередной раз топтаться сядешь, свое по А. может, вы даже сможете победить себя, и тогда сказать, как любят говорить американцы герои: «Я сделал это».

В прошлом номере закончился «Знаменитый» для тех, кому это «благословенно», поворачиваясь, предлагая прийти, отныне из книг «Слеп. Хреняки». Автор тут же.

Обратите внимание на новую рубрику «Леовиты в жизни». И, конечно, обратите на замечательную повесть секретов женственности стирки в рубрике «Капюшоны».

И. о. гл. ред. газеты «Леовит»
Елена Смирнова

1 октября — День пожилого человека Как нам помочь бабушек и дедушек?

Пока мы молоды, мысль о старости кажется нам такой чудной, а сама старость такой далекой, даже невозможной.

Нам кажется, что мы будем молоды всегда. Однако жизнь быстротечна, годы летят, и в какой-то момент человек начинает понимать, что он уже наполняет дыры бабушек и дедушек.

По данным Всемирной организации здравоохранения, во всем мире наблюдается старение населения — увеличение числа лиц пожилого возраста по отношению к общему числу людей. Свойственный всему живому неизбежный процесс старения происходит с и человечеством. На процесс этот влияют социальные условия, особенности Труда, двудельная активность человека, индивидуальные свойства организма, условия быта, климата, питания, болезни, факторы наследственности и многое другое. В зависимости от всего этого, а также от отношения человека к себе и другим, старость может быть ранней или поздней. Незамославлено значение имеет качество жизни пожилого и престарелого человека. А это понятие включает аспекты не только медицинского, но и социального характера.

То, кому довелось встречать парочку пожилых людей из западных стран, часто бывает удивлены. Вот они — беззаботные, улыбающиеся и даже и дарят друг друга за руки. Какими они не знают слова «пожилость», и жизнь у них только начинается. Дамы их при полном параде. У нас же почему-то много одарен женщин в возрасте у многих вызывает раздражение. А вот печальный вариант, измученной, одиозной и сардонской то что попалю пожилой женщины воспринимается естественно и привычно.

Многим пожилым русским женщинам абсолютно все равно, как они выглядят, что о них думают окружающие. Они живут, не делясь, что происходит вокруг... Листочек на записке.



реальных бабушек или пожеланий... Надо же!

И вот она «бабушка», «бабушка», «бабушка», к ней так давно обращались. Неудивительно, что наши женщины стареют раньше.

Стрессов на пенсии не уменьшается, добавляя материальные проблемы, обязанности перед детьми и внуками.

У многих самых бабушек полностью берут на себя домашние заботы, не считаясь со своим здоровьем, пытаются дать возможность взрослым детям полноценно работать

и решать наиболее финансовые вопросы. На Западе у современного поколения пенсионеров меньше проблем, чем у сверстников в России. Не будем рассуждать о государственном устройстве и социальной защите иностранных пенсионеров. Поговорим о другом — о том, что же мы сами можем сделать, чтобы жизнь пожилых людей не была такой унылой, какой мы ее видим своим.

Перешагнув определенный возрастной рубеж, человек не только обретает мудрость и опыт, но и получает при этом позитивные изменения здоровья. А бесконечные разговоры о своих недугах не только усугубляют окружающие, а в первую очередь, они заслоняют от самих пожилых людей едва ли не все происходящее вокруг.

Стоит позаботиться и о быте. В комнате стариков порой возникает чувство тоски. В шкафу и на кровати новыми вещами лежат давно вышедшие из моды, надоевшие полюбившиеся. В серванте полно с обветшавшими кружками... Сколько дама хранит старые кружки, а ведь старые кружки — это хорошие пожелания энтузиастов. Лучше их выбросить и начать пользоваться новыми, подаренными детьми и внуками.

Для сохранения здоровья и продления жизни важно придерживаться определенного режима труда и отдыха, рационально питаться, систематически двигаться. А излечение перенаруживание и переутомление подтягивают организм.

Если жить только ради детей и внуков, есть риск не только, а развить их инфантильность. Перепадет все время энергии на себе, бабушек и дедушек, изнанный опыт над, научив нас соотносить свое жительство с возможностями!

Для человека здорового, бодрого и полного сил старость — понятие абстрактное. Ведь и в преклонном возрасте можно принести много пользы и обществу, и себе, если жить полноценно.

И не слушайте тех, кто говорит, что если вам за ..., то выш поводить. Избежать старости нельзя, но и поддаваться депрессии, опуская руки, тоже нет причин. Человек в силах отодвинуть возраст не на один десяток лет. Они ощущают себя старыми в 40-50 лет, даже и в 80 еще энергичны и молоды.

Все зависит только от нас самих.
Лилия Шельмына

КОГДА МНЕ ВСТРЕЧАЕТСЯ

В ЛЮДИХ ДУРНОЕ...

Когда мне встречается в людях дурное. То долгое время я верить старалась, что это скорее всего излужено, что это случайность. И я ошибалась.

И, мысленно подставляя, Что человек, шагнувший ко мне на порог. Возможно, по глупости работает на. А друг, что однажды не дал бы помог.

Не провал, а просто тогда растерялся. Я вовсе не перестал от бед под крыло. Иными ту мерками следует мерить. Ужасно не хочется верить во зло, И в подлость ужасно не хочется верить!

Потому, встреча нечестных и злых, Нередко ставилась волей-неволей. В душе своей словно бы выправить их И попросту «контрактировать», что им!

Но факты и времена отнюдь не лгут. И сколько порой ни нахлебаться душ. А лишь все равно невозможна никак. Ни скрыть, ни скрыть, как солнечные уш.

Ведь злое, признаться, мне в жизни моей Не так и мало встречать доводилось. И сколько хороших надежд порабощало. И сколько вот так потерян и дружок.

И все же, и все же я верить не бросаю. Что рано в начале любви не брошу. С хорошей, с хорошей и только с хорошей, и хорошей и только с хорошей...

С добрейшей меркой к людям не брошу. Пусть будут обиды (такое не просто). Но как же ты будешь безудержно рад, Когда эта мера придется по росту.

И пусть, а кем ты станешь, богаче стократ! Пусть чинили жалко барыню, как дитя, Что, дескать, непереносит... сердца...

Не верю! Жизнь, случившаяся на И друзья невинны, и любовь до конца! И сердце твоем мне: ниша и я действо.

Но только одно не забудь наперед: Ты сам своей мерой больше! ... соответствуй.

И все остальное, увидишь... прирвет! Здару Асадов

Пусть будут обиды (такое не просто). Но как же ты будешь безудержно рад, Когда эта мера придется по росту.

И пусть, а кем ты станешь, богаче стократ! Пусть чинили жалко барыню, как дитя, Что, дескать, непереносит... сердца...

Не верю! Жизнь, случившаяся на И друзья невинны, и любовь до конца! И сердце твоем мне: ниша и я действо.

Но только одно не забудь наперед: Ты сам своей мерой больше! ... соответствуй.

И все остальное, увидишь... прирвет! Здару Асадов

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|----------------------------------|---|
| Разговорный казахский? Погоди... | 2 |
| Лучшие друзья разлуки... | 3 |
| Спокойной ночи, приятного сна... | 6 |
| Удачи и жизни... | 6 |
| Целебное питание... | 7 |
| Рождение Афины... | 8 |
| Трудные фамилии... | 8 |
| Взгляды изобретения — кабулк... | 8 |

Компания «Леовит» приглашает Вас на выставку, на которой Вы сможете бесплатно получить консультацию специалистов, бесплатные каталоги и приобрести продукцию «Леовит»:

11-13 октября
Алтын Дастархан
г. Алматы, Интергость
Астана
ул. Байтурсунова, уг. ул.
Сапиева

19-21 октября
Казахстан Интернационал Халал Экспо
2011
г. Астана, ВК Корме

1-6 ноября (Продукты питания и напитки)
г. Алматы, ВК Астант

ФУРАЦИЛИН

от компании «Эйкос-Фарм»

Показания к применению:
— лечение повреждений кожи (в том числе ожоги, царапины, трещины, порезы), гнойные раны, пролежни, язвы, — ожоги I и II степени
— обморожения, кожные инфекции
— фурункулы наружного слухового прохода, острый наружный и средний отит;

— гнойно-воспалительные процессы приоткрытых папул
— гнойно-воспалительные процессы приоткрытых папул
— язвенная болезнь (желудочной и двенадцатиперстной)
— остеомиелит
— ангина, стоматит, гингивит

Способ применения и дозы
Наружно фурацилин применяют в виде водного 0,02% (1:5000) или спиртового 0,066% (1:1500) растворов для полоскания горла, орошения ран, компрессов повязок

Побочные действия
В отдельных случаях возможны дерматиты

Противопоказания
Повышенная индивидуальная чувствительность (идиосинкразия), хронический атрофический дерматит.

Особые указания
Для изготовления водного раствора 1 часть фурацилина растворяют в 5000 частях раствора хлорида натрия (физиологический раствор) или очищенной воды.

Для более быстрого растворения рекомендуется применять или горячая вода. Спиртовой раствор фурацилина готовят на 70% спирте.

Детский возраст
Безопасность и эффективность применения у детей не установлены.
Беременность и лактация
Нет данных о неблагоприятном влиянии в период беременности и лактации.

РЕГИСТРАЦИОННОЕ ИДЕНТИФИКАЦИОННОЕ ЧИСЛО 14.02.2008 г.



Отдел продаж ТОО «Леовит»

Тел. (727) 397-64-29,
397-73-31, факс 250-71-78,
pharm@eikos.kz

Перед применением необходимо прочитать инструкцию. Оказывает без рецепта врача.

Адрес производства:
ТОО «Эйкос-Фарм», РК, Алматинская обл., Илийский р-он, пос. Борздык, 77 земель,
тел.: (727) 397-64-29, e-mail: pharm@eikos.kz
Справочный телефон в аптеках города
Разрешение № 3030 от 06.09.2011 г.



РАЗГОВОРНЫЙ КАЗАХСКИЙ? ЛЕГКО!



Мне всегда хотелось, чтобы о хороших товарах и услугах узнало как можно больше людей. Но таких законов рынка, что толк, у кого больше денег, быстрее до него дойти до потребителя информации, и покупаем мы то, что najboljо осмыслили на зубах, но крепко въелось в подсознание.

А качество аде?

Сегодня мы хотим представить качественнейший товар на рынке образования. Это книги, помогающие русскоязычным гражданам Казахстана изучать государственный язык: "Разговорная грамматика для русскоязычных", "Разговорный казахский язык", "Словарь ЕНТ по казахскому" и "Понятный казахский". Их автор, Елена Игоревна Романенко, блестяще лет назад оставила преподавание и сконцентрировалась только на написании учебников казахского языка.

В 2010 году три ее книги были удостоены премии Президентского фонда развития государственного языка за лучшую методику преподавания казахского языка.

— Елена Игоревна, расскажите немного о себе. Детство, юность...

— Я родилась на западной Украине, куда мои родители поехали по распределению как молодые специалисты горного дела. Потом вместе с родителями мы поехали по стране — жили по несколько лет в Асбесте, Джезказгане, а в 1973 году осели в Алма-Ате. Мои мама и папа воспитывали нас — троих дочерей — под девизом «ни минуты свободного времени». Кроме общеобразовательной школы я посещала также музыкальную школу, которую окончила с отличием по классу фортепиано, и перепробовала все существующие виды спорта — плавание, фигурное катание, баскетбол, волейбол, балльные танцы. Благо во времена моего детства всё это было бесплатно или почти бесплатно. В 7-м классе родители отдали меня в Республиканскую физико-математическую школу, что сильно повлияло на мое дальнейшее развитие и мировоззрение. Там я познакомилась с гениальными педагогами, такими как Леонид Карлович Романов (алгебра, геометрия и математика) и Галина Яковлевна Калитина (русский язык и литература). С высоты прожитых лет и имеющегося уже собственного педагогического опыта понимаю, что мне и

моим одноклассникам крупно повезло с этими учителями.

— Как складывалась судьба в дальнейшем, чем занимались в студенческие годы?

— Я рано вышла замуж, а в 20 лет уже родила первого сына Шамиля. Так что студенчество у меня сократилось. Тем не менее закончила специальное отделение физфака КазГУ с углубленным изучением английского языка (кафедра теоретической физики).

— Что сподвигло Вас, преподавателя английского, сесть за написание учебника по грамматике казахского языка?

— Так звезды сошлись. Села как-то почитать ребенку с казахским. Очень расстроилась, потому что ничего не могла понять в учебнике. Скупилась все книги по казахскому, которые на тот момент были в продаже. Обложила ими и стала разбираться. А свои «разборки» оформляла в таком виде, который, по моему мнению, должен был быть понятен моему сыну. Получились книги.

— Чем Вы увлекаетесь помимо написания книг и что это дело отнимает все свободное время?

— Я живу на два дома — городская квартира и дача. Помощников по хозяйству нет. Так что скучать не приходится. Ремонт, стройка, сад, собачки, различные общественные дела.

— Каковы Ваши советы начинающему изучать казахский язык, чтобы не бросить после первой недели занятий?

— Ищите интересные учебники и делайте хотя бы что-нибудь в плане изучения языка каждый день или через день.

— На одном из сайтов прочитала, что мужчина в возрасте 58 лет начал читать Ваш учебник и неделю не мог оторваться, не отблудил у него охоту и желание...

— Я очень рада, что мои книги нравятся людям.

— Ваши книги — это всё-таки книги или учебники?

— Мои книги — это учебные пособия. Однако и учебники, и учебные пособия являются книгами. Не так ли?

— Какова статистика популярности ваших книг?

— «Казахская грамматика для русскоязычных» пережила 8 изданий. Спрос с каждым годом увеличивается. Я работаю практически со всеми регионами Казахстана. Очень активный интерес проявляют северные регионы, особенно Павлодар и Актобинск.

— Можно ли выучить язык, произношение?

— Произношение — дело наживное. А вот когда нет знаний, никакое произношение не

поможет. Когда какой-нибудь политический деятель выступает на неродном языке с трибуны ООН, никто не комментирует его не вполне идеальное произношение, поскольку для культурных людей произношение — это не главное. Главное, чтобы был понятен смысл выступления.

— Согласна. Ведите ли Вы сама какие-либо курсы казахского языка?

— Нет. Нелзя объяснить необъяснимо. Жизнь слишком коротка, чтобы заниматься тем, к чему не лежит душа. Я много лет своей жизни отдала преподаванию. Теперь занимаюсь написанием учебных пособий. Эффективнее — обучать за год 20-30 студентов или за это время написать новую книгу, по которой потом могут выучиться несколько десятков или сотен тысяч студентов?

— Ведется ли где-то обучение казахскому языку на основе Ваших методик?

— Где-то ведётся, но где — не знаю. Мне никто не докладывает. Знаю, что некоторые учителя казахского языка используют мои книги, но анонимно и в нарушение моих авторских прав. Копируют отдельные уроки и раздают детям в качестве раздаточного материала, не упоминая при этом автора книги.

— Достигли ли Вы главной цели на момент написания своей первой книги: Ваши дети свободно говорят на казахском? Помогло ли знание языка им в жизни?

— Мои дети не говорят на казахском свободно. Их пока жизнь не заставила серьезно заниматься языком. Старший сын вообще в Америке делает PhD, а там казахский как-то не очень в ходу.

— После школы и университета я несколько раз принималась учить язык, в том числе ходила на курсы. В книгах находила ошибки, бросала, бралась снова...

— В итоге сформировалось четкое убеждение, что написать учебник должен тот, кто выучил его сам, как иностранец, а не носитель языка, либо должен работать коллектив авторов...

— А вы никогда не задумывались о том, что самые эффективные учебники, словари, гениальные научные теории или литературные произведения создавались не коллективом авторов, а индивидуумами — Словарь Ожегова, Английский Мерфи, теория относительности Эйнштейна, «Мастер и Маргарита» Булгакова, Достоевский, Толстой.

— Мне всегда удивляло, когда родители, хвалясь успехами своих детей, говорят: «Он (она) знает английский в совершенстве!» Написав четыре книги, считаете ли Вы, что знаете казахский язык в совершенстве?

— Конечно же нет! Я называю себя специалистом по методике преподавания языков и ни в коем случае не претендую на совершенство ни в какой области. Какой-то мудрец сказал: «Чем больше я знаю, тем больше понимаю, что не знаю ничего». Могут лишь с уверенностью сказать, что если имеется в виду способность говорить на языке, английским я владею гораздо лучше, чем казахским...

— Что Вы считаете самым сложным в изучении любого иностранного языка?

— Изучение иностранного языка вне языковой среды (как в нашем случае) да еще и во взрослом возрасте — тяжелый труд. В этом деле чудес не бывает. Правило простое — побольше усилий, да будет вам счастье.

— Планируете ли вы создать видеокурс или программу на ТВ?

— Планов — громадье. Но не всё зависит только от моего творческого потенциала. Есть всякие препятствия финансового характера и прочие сложности.

— Написание книг — это хобби или вы нуждаетесь в нем?

— Это хобби, которое приносит ещё и доход. В этом смысле я очень счастливый человек.

— С каким девизом идёте по жизни?

— Жизнь — это движение. Лежать на диване — это не для меня. Если за день не переделаю несколько десятков позитивных дел, вечером меня ждёт чувство неудовлетворенности. А если я с день прошёл от усталости — я счастлива — с ног валит не зря.

— О чём мечтает Елена Романенко сегодня?

— Тут всё просто. Чтобы всё было хорошо с моими близкими. Чтобы новая книга получалась не менее интересной, чем предыдущие. Чтобы сыновья встречали умных, красивых и добрых девушек. Чтобы в нашей стране поменялось отношение к бездомным животным. Чтобы власти повернулись лицом к своему народу...

Со своей стороны мы хотели бы пригласить тех, кто может реальными действиями помочь русскоязычным гражданам освоить казахский язык.

Родители, поделитесь информацией о книгах Елены Романенко в своей школе.

Блоггеры, вы можете популяризировать книги в своих блогах.

Создатели сайтов, вы можете оказывать техническую поддержку сайта.

Все вопросы и предложения помощи оставляйте на сайте www.salamatsyza.kz

Газета «Леовит» предложаа Елена Игоревна публиковать её «Уроки на безграничной любви, чтобы как можно больше людей освоились в эффективности её методики. Автор обещала подумать...

Елена Смирнова

АКЦИЯ



С 1 августа по 15 декабря 2011 года компания «ЛЕОВИТ» объявляет АКЦИЮ для покупателей

При покупке продукции «ЛЕОВИТ» производства Республики Казахстан на сумму 100 баллов и более каждый покупатель имеет возможность принять участие в розыгрыше следующих призов:

Холодильник 50 000 тенге

Пылесос 17 000 тенге

20 футболок «Леовит»

Мобильный телефон 20 000 тенге

20 наборов продукции «Леовит» по 4 000 тенге

УСЛОВИЯ АКЦИИ:

1. Баллы, присвоенные каждому наименованию продукции указаны справа. Логотип следует вырезать с небольшим запасом, чтобы было четко видно, с какой продукции он вырезан. ВНИМАНИЕ! Будут учитываться только целые логотипы.
2. Писма с логотипом (с суммой 100 баллов (с логотипом «АКЦИЯ») следует направлять в адрес: ТОО «Леовит», 050016, г. Алматы, ул. Нусупбекова, 32, угол ул. Макейовой. Писма также можно опустить в ящики в kiosках «Леовит»: в офисе компании «Леовит», в Универсо 100, в супермаркете «Торнадо».
3. В писмах просба указывать Ваш подробный адрес и желательный телефон. В писмах выигрыша Вам первоначально сотрудничаю компания «Леовит».
4. Розыгрыш призов состоится 22 декабря 2011 года в 12:00 часов в офисе ТОО «Леовит» по адресу: г. Алматы, ул. Нусупбекова, 32, угол ул. Макейовой. Розыгрыш будет проводиться открыто, при участии независимых наблюдателей.
5. В акции не имеют права принимать участие сотрудники компании «Леовит» и члены их семей.
6. Призы на момент вручения могут не соответствовать фотографиям, помещенным в листовке, в связи с отсутствием указанного товара в магазинах.
7. Выясто приза вы сможете получить сертификат соти магазинов «Технодом» на сумму, эквивалентную стоимости приза. На данный сертификат можно будет приобрести любую другую технику в магазинах «Технодом».
8. При наборе 200 баллов шансы на выигрыш увеличатся в 2 раза, 300 баллов — в 3 раза и т.п.
9. Результаты розыгрыша призов будут опубликованы на сайте www.leovit.kz и в газете «Леовит».

ТОО «Леовит» — 13 лет на рынке Казахстана
ПРИБОРАЙТЕ ПРОДУКЦИЮ ТОО «ЛЕОВИТ» В АПТЕКАХ
Для участия в акции нужно набрать не менее 100 баллов



На все вопросы по акции мы ответим по тел. (727) 317-69-19 www.leovit.kz

МОДА И СТИЛЬ

Лучшие друзья девушек... АКСЕССУАРЫ!



..Ну, вот, уже почти собралась! Осталось только подобрать часы, колечки, серги... Подвеску надевать? Или нитку жемчуга? Ах, да! Брошку приколить забыла! Ой, и шарфик еще... и, конечно же, шляпка... порচিত... Сумочку вот эту возьму, чтобы к туфлям и ремню подошла... Так, наден основные предметы гардероба, мы начинаем подбирать всякие приятные мелочи, которые вместе называются аксессуарами.

Итак, почему же аксессуары с сегодняшнего дня должны стать Вашими лучшими друзьями и главными помощниками в создании эффектных и неповторимых образов?

Правица №1

Без аксессуаров ни один образ не может считаться законченным. Вы же не выйдете на улицу безоружно! Да и без сумки не сплотишь то добро...

Правица №2

Аксессуары – это именно те детали, которые передают вашу индивидуальность. Ещё они о многом могут рассказать: о Вашем социальном статусе и, скорее всего, роде занятий... А, например, кольцо доставшееся от бабушки, расскажет маленькую историю Вашей семьи.

Правица №3

Только аксессуары дают возможность разнообразить образ и меняться каждый день, экономя время, деньги и место в шкафу! Платье классического кроя может стать романтичным для свидания благодаря броши в виде цветка и панталоны с нехваточными узорами и рисунками... И оно же выручит Вас на деловой встрече в комплекте с часами.

ОСВОБОДИ СВОЙ РАЗУМ

Как защитить себя от воздействия рекламы? Для начала нужно хотя бы этого захотеть. Дальше каждый выбирает свой собственный путь.

Если вы действительно хотите, чтобы очередной рекламный ролик не забивал вам голову идиотскими слоганами, несуществующими проблемами, безумными картинками и непонятными представлениями о жизни, следуйте нескольким простым советам.

Совет первый: БУДЬТЕ ПРЕД-ВЗЯТЫМИ

Всегда помните о том, что единственная цель любой рекламы – заставить вас купить что-либо. Соответственно воспринимайте все «креативные» пути, даже если они нарочито некоммерческие, поскольку в таком виде могут быть особенно опасными. Если следовать даже только этому совету, то уже половина телеэкранов не вызовет у вас ничего, кроме недоумения.

Совет второй: НЕ ВЕРЬТЕ РЕКЛАМЕ НА СЛОВО

Каждый раз, когда услышите или увидите что-нибудь вроде «лучшие цены», «самый вкусный», «лучше не бывает», «лучший выбор» или «так больше, спрашивайте: почему? Разве кака-нибудь жвачка станет лучшей из возможных только от того, что у её производителя есть деньги на установку огромной рекламы на ТВ (тем более что в конечном итоге её оплачивает именно покупатель)? Вообще

сами и серьгами строгого дизайна.

Теперь, когда я наверняка убедила Вас, что аксессуары – это очень важно, хочу рассказать Вам об основных правилах их подбора.

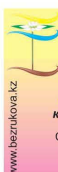
1. Аксессуары должны соответствовать **целю и общей стилистике Вашего образа!** Дело – на работу, романтичнее – на свидания, спортивные – в фитнес-клуб.

2. Покупайте аксессуары **максимально высокого качества, которое можете себе позволить!** (Помните: они многое расскажут о Вас!) Даже дорогие платья с некачественными аксессуарами будут смотреться дешево и безвкусно, и, наоборот, демократичное платье хорошего качества с верно подобранными, качественными аксессуарами будет выглядеть элегантно и подчеркнет Ваше чувство стиля.

3. Аксессуары, как и одежда, должны **подбираться по цветотипу!** (О нём мы говорили в трёх предыдущих номерах) А также они должны **быть согласованы по цвету между собой!**

Начните уже сегодня применять эти правила на практике! А в следующем номере узнаете ещё о нескольких золотых клочках, которые откроют вам новые горизонты в мире стилей!

**Ваш персональный имидж-эксперт,
Николина Жанельдина,
президент Центра Елены Безруковой**



ЦЕНТР ЕЛЕНА БЕЗРУКОВОЙ

объявляет набор в ИМИДЖ-школу

От создания
индивидуального стиля
к карьере имидж-консультанта!

С газетой «Левит» – скидка 5%!
Тел.: (727) 3271562, 2739116;
+7777 5877783

все прилагательные в превосходной форме наводят на мысль, что конкретно хорошего о рекламируемом товаре сказать нечего.

Совет третий: ОСОБО ПРИДРАЙТЕСЬ к рекламе, использующей «глас народа». Сюжет, как правило, одинаковый – где-нибудь на улице люди отплевываются жующие жвачку молодые люди или какая-нибудь подружкава мамаша, несущая неизвестно куда и неизвестно зачем две грязные футболки сынишки. Молодые люди на псевдо-молодежном жаргоне расхваливают вкус и удобство фаворки жвачки, а мамаша тем временем каргует стиральные машины, расположенные в кузове фургона (работают они, похоже, от аккумулятора), что бы в последствии сравнить качество стирки. Варианты могут быть разными, но подтекст всегда один и тот же:

«Мы такие же, как вы, честное слово! Помните, что все эти «промои» на самом деле или актеры или специально пригласили для съемки, а внешность обычно подбирают попохоже.

Совет четвертый: НЕ ОБРАЩАЙТЕ ВНИМАНИЯ

на интонацию, о которой говорят актеры или голос за кадром, а также на их мимику. Актеры и дикторы – люди профессиональные, и им изобразить восторг при известии о новых прокладках или йогурте проще, чем вам в нём усомниться. Полезно помнить, что счастливый об-

ладатель нового порошка которм с экран не на вас, а в объектив камеры, за которым виднеется мирный оператор и режиссер, размахивающий утверждённым заказчиком сценарием и раскрасовой.

Совет пятый: ПОМНИТЕ О ТОМ, ЧТО ВЫ СМОТРИТЕ

Старайтесь максимально абстрагироваться от видеоряда, не теряйте осознания того, что вы сидите перед прямоугольным лицом и смотрите на мелькающие на его лицевой поверхности картинки. В принципе, это должно относиться к просмотру ТВ вообще, но действительно хорошие фильмы (реже – передачи) иногда заслуживают того, чтобы в них «погрузиться». Телевизионная реклама – это далеко не шедевры мирового кино и явно на такое отношение не тянет.

Совет предпоследний (и самый важный): ДУМАЙТЕ!

Большинство рекламных роликов не выдерживают проверку простейшей логикой. Сразу становится понятно, что в реальной жизни люди так не поступают и не говорят такими кривыми и неестественными фразами. Пропустите так много только при полном стопоре мозговой деятельности. Со слоганами еще проще. Достаточно один раз повторить любой из них, вздумавшись не в его буквальный смысл, как выясняется, что вздумавшись не во что. Потому что совместить в одной фразе (принем желательно в рифму) название продукта, описание его положительных качеств и прямая к его приобретению можно только такой ценой. Думайте, и никакие слоганы не застрнут у вас в голове тулой ревейкой.

Самый последний совет: поменьше смотрите телевизор.

www.kontrekrama.gov.ru

КОНСКИЙ КАШТАН

— ЗАДОРОВЬЕ ВАШИХ ВЕН

Варикозное расширение вен, геморрой, тромбофлебит, сосудистая недостаточность затрагивает сегодня у каждого второго взрослого человека.

Каштан конский – это растение, которое создано и предназначено природой для за- щиты и восстановления венозных

сосудов.

Успешное применение каштана при лечении варикозного расширения вен, венозной недостаточности и геморроя известно издавна. Учёные выяснили, что действие этого растения связано с наличием в нем гликозидов – 1 скуюлина и эс- кина, которые:

- укрепляют стенки вен, улучшают состояние венозных клапанов;
- стимулируют кровоток;
- понижают вязкость крови, препятствуют образованию тромбов;
- оказывают венотонизирующее, противовоспалительное, противотромботическое действие;
- снимают чувство тяжести, боли и жжения в венах.

Компания «Левит» наладила выпуск препаратов **КОНСКОГО КАШТАНА** в виде экстракта и таблеток. Препараты **КОНСКОГО КАШТАНА** от «Левит» производятся на основе высококачественного, экологически чистого растительного сырья и имеют невысокую цену, доступную для широкого круга потребителей.

Способ применения экстракта: по 12–15 капель перед едой 3 раза в день – на голодный желудок. Курс приема 30 дней. При необходимости через 20 дней повторить.

Способ применения таблеток: по 1 таблетке 2–3 раза в день. Курс приема 30 дней. При необходимости через 20 дней повторить.

Спрашивайте препараты компании «Левит» в аптеках города!

БАД к пище. Не является лекарственным средством.
Рег. удостоверение № 020236. Рег. заяв. № 020236

реклама
есть,
её не
может
не
быть!

НОВИНКИ!

Фиточай

«ПРИ КЛИМАКСЕ»

Состав: душица, боярышник, шиповник, барбарис, крапива, каркаде, лимон, пастушья куланда.

Фиточай «Климакс» оказывает седативное, кардиотоническое, противовоспалительное, общеукрепляющее действие, повышает тонус гладкой мускулатуры матки, способствует устранению вегетососудистых и психоэмоциональных нарушений, возникающих в перименопаузальном, климактерическом и предменструальном периодах, облегчает протекание климакса.

Показания к применению: профилактическое и вспомогательное средство при вегетососудистых нарушениях и психоэмоциональных расстройствах в перименопаузальном и климактерическом периодах.

Рег. заяв. № 002525



Фиточай

«ПРИ МАСТОПАТИИ»

Состав: боярышник, йодик, душица, шаварбика, шиповник, лимон, крапива, мелисса, смородина, черёда, календула, ромашка, одуванчик, лопух, солодка.

Лекарственные травы в составе фиточая способствуют уменьшению болезненных проявлений мастопатии, устранению очагов воспаления в молочной железе, улучшают микроциркуляцию кровеносных сосудов, стимулируют клеточный иммунитет, тормозят активную пролиферацию клеток эпителия, способствуют рассасыванию уплотнений в молочных железах.

Показания к применению: профилактическое и вспомогательное средство при диффузной фиброзной и фиброно-кистозной мастопатии, при предменструальном синдроме, нарушениях менструального цикла.

Рег. заяв. № 002660



Фиточай

«ГИНЕКОЛОГИЧЕСКИЙ»

Состав: крапива, шалфей, душица, календула, ромашка, зверобой, тысячелистник.

Комплекс трав в составе фиточая оказывает противовоспалительное, антибактериальное, кровоостанавливающее действие, стимулирует гладкую мускулатуру матки, регенерирует поврежденные ткани.

Показания к применению: гинекологические заболевания воспалительного характера.

К.З. 10.17.78 00.03.02.0221.02.11

Способ применения: заварить 1 фильтр-пакет или 1 чайную ложку чая в 1/2 стакана кипятка, дать настояться 5–10 минут, принимать 2–3 раза в день. Курс приема 7–15 дней.

Форма выпуска: упаковка 50 и 20 фильтр-пакетов по 1,5 г.

БАД к пище. Не является лекарственным средством.

КТО МЫ?

МАСП – это некоммерческая организация, появившаяся на свет в августе 2002 года, благодаря инициативе итальянской и казахстанской молодежи, которой небезразличны социальные вопросы. Миссия МАСП состоит в поддержке и продвижении человеческого развития в Казахстане, при этом особое внимание уделяется вопросам воспитания и защите прав человека, а также человеческого достоинства во всех его аспектах.

ЧТО МЫ ДЕЛАЕМ?

Деятельность МАСП имеет три основных направления:



- Социально-воспитательные виды деятельности, направленные на детей и молодежь, принадлежащих к неблагоприятным слоям населения.

- Профилактика ВИЧ/СПИДа среди подростков из детских домов, школ-интернатов и колоний.

- Профориентация, профессиональная подготовка и помощь в начале рабочей деятельности для молодых людей из групп риска.



Социально-воспитательные виды деятельности

- Воспитательно-творческие виды деятельности (помощь в учёбе, рисование, детская библиотека, футбольные матчи, экскурсии и др.) для детей из групп риска.

ска.

- Психологическая поддержка и консультации для детей и молодежи из групп риска в г. Алматы.
- Реабилитация и арт-терапия для детей с ограниченными возможностями.
- Приобщение к культурным ценностям (концерты, фильмы, встречи) для семей тех детей, которые вовлечены в какие-либо виды деятельности МАСП в Алматы.
- Помощь в учёбе для детей из групп риска г. Капчагай.

Постшкольная профориентация, профессиональная подготовка и помощь в начале рабочей деятельности



МАСП в сотрудничестве с итальянской организацией AVSI и другими спонсорами организует семинары по профориентации после окончания школы, направленные на выявление и оценку способностей подростков из различных учреждений. Эта деятельность осуществляется при содействии местных детских домов и школ-интернатов. В частности МАСП начала сотрудничать со следующими учреждениями:

- областной детский дом № 1 в г. Алматы;
- городской детский дом № 1 в г. Алматы;
- специализированный комплекс «Жануа» в г. Алматы;
- школа-интернат № 8 в г. Алматы;

МАСП

- центр реабилитации подростков с девиантным поведением в г. Алматы;
- мужская исправительная колония

в г. Алматы;

- женская исправительная колония в г. Алматы;
- Каскеленская вспомогательная школа-интернат.



Ниже перечисленные образовательные курсы были организованы МАСП, благодаря сотрудничеству с AVSI и другими спонсорами:

- информатики;
- секретарей;

- барменов и официантов;
- пекарей в цехе созданном МАСП;
- шитья в цехе созданном МАСП.

Первые шаги в деятельности по трудоустройству были сделаны в ноябре 2005, чтобы помочь молодым безработным людям в поиске работы. Благодаря созданию базы данных и сотрудничеству с Департаментом Занятости и Социальных Программ города Алматы, сотрудники МАСП помогают найти рабочие места согласно имеющимся предложениям.

ПАРТНЕРЫ МАСП

МАСП сотрудничает со следующими местными государственными структурами и учреждениями:

- Государственный Департамент Занятости и Социальных Программ города Алматы;
- Районные Управления Занятости и Социальных Программ города Алматы;
- Департамент Образования города Алматы;
- Детские дома, приюты для детей и подростков группы риска, школы-интернаты, профессиональные школы и лицей города Алматы и пригородной зоны.

Кроме того, наша организация работает со многими местными организациями, сотрудничая в различных видах деятельности.

За 9 лет своей деятельности в Казахстане МАСП уже помогла трём тысячам человек. Мы могли бы сделать еще больше, если бы имелось достаточно средств. Сейчас и нам нужна ваша помощь.

КАК НАМ ПОМОЧЬ?

Мы всегда искренне радуемся тому, когда человек остается внимательным к проблемам других людей. Если Вам не безразлична судьба наших детей, вы можете им помочь.

Нам особенно нужны следующие вещи: долгохранящиеся продукты, моющие средства, средства личной гигиены. В

вы можете помочь нам, приобретая у нас варенье и хлебобулочные изделия.

Вы можете также оказать спонсорскую помощь для реализации социальных проектов посредством свободного пожертвования. Наши реквизиты:

АО «АТФ Банк», филиал г. Алматы,
Р/С в тенге: KZ756261KZTD2012983
Р/НН: 6007005081852, БИК: ALNMNKKZKA
БИН: 020840001872, КБЕ: 18

Контакты: РК, 050009, г. Алматы, ул. Богенбай батыра, 318, тел.: +7 727 255 98 09/10, менеджер по проектам: Асель Казыбекова.

www.masp.kz

«АНТИПРОСТУДНЫЙ», «ИММУННЫЙ», «ЭХИНАЦЕЯ»

Сиропы для детей и взрослых

Компания «Леофит» производит серию сиропов на основе натуральных соков (природных источников витаминов), витаминов и экстрактов лекарственных растений, широко известных в народной и научной медицине.

Сиропы «Леофит» используются в качестве эффективных лечебных и профилактических средств для повышения иммунитета, защиты организма от простуды, для облегчения и ускорения процесса выздоровления и предотвращения осложнений, возникающих на фоне простудных заболеваний.

Благодаря тщательно подобранному сбалансированному составу трав, сиропы имеют очень приятный вкус. Их с удовольствием принимают и взрослые, и дети. В производстве используются технологии, которые позволяют сохранить все полезные свойства входящих в состав компонентов.

СИРОПЫ «ЛЕОФИТ»:

- не содержат ароматизаторов и красителей;
- производятся на основе высококачественного сертифицированного растительного сырья.

Сироп «АНТИПРОСТУДНЫЙ»

Обладает противовоспалительным, антибактериальным, иммуностимулирующим действием, смягчает кашель, способствует разжижению и отхождению мокроты.

Состав: эхинацея, солодка, девясил, чабрец, шалфей, шиповник, аскорбиновая кислота.

Сироп «ИММУННЫЙ»

Стимулирует иммунную систему, оказывает противовоспалительное действие, облегчает общее состояние при простуде, повышает устойчивость организма к умственным и физическим нагрузкам.

Состав: солодка, родиола розовая, эхинацея, пармелия, барбарис, шиповник, цветочная пыльца, свекольный сок.

Сироп «ЭХИНАЦЕЯ»

Оказывает иммуностимулирующее, противовоспалительное, общеукрепляющее действие.

Состав: трава и корни эхинацеи.

Способ применения: взрослым по 1 столовой ложке, детям от 1 до 12 лет – от ½ до 1 десертной ложки 3–4 раза в день после еды. Курс приема 14–20 дней. При необходимости повторить.

БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. № 002356



Фиточай «ИММУННЫЙ»

Повышает иммунитет, оказывает противовоспалительное, антибактериальное действие. Стимулирует сопротивляемость организма инфекциям, препятствует развитию осложнений при простудных заболеваниях и возникновению обострений хронических заболеваний. Стимулирует физическую и умственную активность, устойчивость организма к неблагоприятным условиям.

Рекомендуется при ослабленных состояниях, при лечении воспалительных заболеваний, а также при высоких физических и умственных нагрузках.

Состав: эхинацея, солодка, левзея, пармелия, шиповник, рябина, крапива, черная смородина.

Рег. уд. № 002527



Фиточай «ВИТАМИННЫЙ»

Ягодно-травяной комплекс в составе фиточая восполняет дефицит витаминов и микроэлементов в организме, оказывает общеукрепляющее действие, способствует повышению иммунитета и улучшению работы сердечно-сосудистой, нервной, и других систем органов.

Рекомендуется при авитаминозах, хроническом переутомлении, ослабленных состояниях, при повышенной физической и умственной нагрузках, после перенесенных заболеваний.

Состав: облепиха, шиповник, крапива, рябина черноплодная, черная смородина, каркаде, яблоки.

Рег. уд. № 002527



Фиточай «АНТИКАШЕЛЬ»

Прекрасное противовоспалительное, антибактериальное, иммуностимулирующее средство. Облегчает симптомы простудного заболевания, смягчает кашель, оказывает муколитическое, бронхолитическое, обволакивающее действие, стимулирует отхождение мокроты, ускоряет появление продуктивного кашля.

Фиточай «АНТИКАШЕЛЬ» рекомендуется принимать при гриппе и простуде, сопровождающихся кашлем, а также при затрудненном отхождении мокроты.

Состав: иссоп, мать-и-мачеха, шалфей, чабрец, солодка, шиповник, малина, душица, девясил, яблоки.

Рег. уд. № 002526



Фиточай «УСПОКАИВАЮЩИЙ»

Сбор трав в составе фиточая действует как эффективное успокаивающее средство. Снимает стресс, нервное напряжение, повышенную возбудимость и раздражительность, нормализует сон, улучшает состояние сердечно-сосудистой системы, способствует устранению чувства страха и тревоги, оказывает общеукрепляющее действие. Эффективен при переутомлении, нервно-превысоком, нарушениях сна. Улучшает мозговой кровоток, оказывает спазмолитическое действие на сосуды мозга, снимает головную боль, укрепляет сосудистую стенку, снижает внутричерепное давление.

Состав: пион, хмель, боярышник, каркаде, пустырник, мелисса, душица, черная смородина, яблоки, зеленый чай.

Рег. уд. № 002524



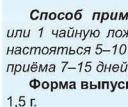
Фиточай «ДЛЯ СУСТАВОВ»

Сбор трав в составе фиточая оказывает противовоспалительное, противоотечное, обезболивающее действие, нормализует обмен веществ, улучшает состояние суставов, препятствует возникновению воспалительных изменений в суставах.

Рекомендуется в качестве профилактического и вспомогательного средства при заболеваниях суставов воспалительного и обменного характера: при артрите, артрозах, ревматизме, остеохондрозе, подагре; при повышенных нагрузках на опорно-двигательный аппарат.

Состав: календула, лопух, хвощ, крапива, березовые почки, мелисса, лавровый лист, брусника, клубника, толокнянка, дыня.

Рег. уд. № 002525



Способ применения: заварить 1 фильтр-пакет или 1 чайную ложку чая в ½ стакана кипятка, дать настояться 5–10 мин, принимать 2–3 раза в день. Курс приема 7–15 дней.

Форма выпуска: упаковка 50 г, 20 фильтр-пакетов по 1,5 г.

БАД к пище. Не является лекарственным средством.



ПРИЕМ ГРУНТ
в п. Боралдай

тел. 317-69-19, +7-701-716-58-57



ЛЕОВИТ

Спрашивайте препараты "Леовит" в аптеках Вашего города!

6

Спокойной ночи, приятного сна...

Сны всегда были популярны в качестве инструмента познания собственной судьбы. Раньше все знания в области сна исчерпывались сведениями, изложенными на страницах сонников. До сих пор сон — это до конца не изученное состояние человеческого организма. Существуют «Институты сна», в которых специалисты разных профилей тщательно изучают это явление, исследуют организм, измеряют и записывают биотоки мозга во время сна.

Пребывая в безмятежном сне, мы и не подозреваем, что в это время с нами происходит. Долгое время учёные считали, что сон — это состояние, необходимое клеткам головного мозга для полноценного отдыха. Позже было установлено, что во сне активность головного мозга сохраняется и даже определенные его участки проявляют высокую активность, анализируя события, обрабатывая всю полученную информацию и упорядочивая воспоминания.

Хорошо выспавшись, мы легче усваиваем сложный материал, находим выход из непростой жизненной ситуации. Более того, известны случаи, когда учёным, долго боющимся над какой-нибудь проблемой, буквально прорисовались их открытия или изобретения, художникам и композиторам в сне приходили идеи их произведений. Мозг, рассортировав полученную информацию и вычленив главное, быстрее находит решение.

Когда мы спим, внутри нашего тела происходят многоэтапные тайные процессы, в том числе интенсивная выработка гормонов. Например, гормон надпочечников — кортизол — является важной шестерёнкой в сложном механизме обмена веществ. Ощущение невероятной тяжести дня и плохого настроения стимулирует выработку этого гормона. А утром, после пробуждения, благодаря высокому количеству кортизола в организме, все вечерние волнения уходят на задний план и начинают казаться не столь уж серьёзными, настроение само собой поднимается, человек испытывает прилив энергии и бодрости, мозг начинает работать с невероятной скоростью, активизируется память. То есть подтверждается пословица, что «утро вечера мудренее».

Научные исследования подтвердили ещё одну народную мудрость: «во сне человек выздоравливает». Это действительно так: во время сна интенсивно вырабатываются антитела, борющиеся с инфекцией, восстанавливается иммунитет, происходит восстановление поврежденных тканей, выводятся из организма токсины.

Дамы, желающие расстаться с лишним весом, примите к сведению: сон — это не только здоровье и отличное настроение. На удивление всем, это ещё и диета. Научным путём доказано, что именно во время сна человек теряет вес, а при недостатке сна в крови увеличивается содержание гормона, стимулирующего аппетит. Здоровый продолжительный сон регулирует баланс гормонов сытости и голода и держит аппетит в узде. Поэтому недосыпание частенько становится реальной причиной ожирения.

Что такое бессонница?

Бессонница — одна из самых популярных болезней нашего времени. Под бессонницей подразумеваются различные нарушения сна: если человек долго не может заснуть или часто просыпается, если рано пробуждается и не ощущает полноценного отдыха после сна и др.

Причинами бессонницы могут служить как психологические расстройства, гормональные изменения, так и «обычные» болезни организма. Проблемы со сном возникают при неврозах, вынужденной смене режима, сильном переживании, а могут быть обусловлены физиологическими особенностями организма.

Нередко расстройство сна возникает у занятых и творческих личностей. Причина — большая информационная нагрузка, состояние сознания и переполняющее чувство ответственности.

Недостаток сна приводит к серьёзным нарушениям в работе организма: вы становитесь забывчивым и рассеянным, выполнение каких-либо действий требует от

Не стоит обращаться к лекарствам при незначительных нарушениях сна. Попробуйте справиться с проблемой более мягкими средствами. Ведь самая лучшая аптека — ПРИРОДА.

Рекомендуем попробовать таблетки «СОННЫЕ» от компании «Леовит» на основе меллисы, пустырника, хмеля, ромашки, корня, бромистого натрия.

«СОННЫЕ» уменьшают нервно-психическое напряжение, ускоряют время засыпания, увеличивают продолжительность фазы глубокого сна, оказывают успокаивающее действие, уменьшают число ночных пробуждений, увеличивают продолжительность сна и улучшают его качество. Этот препарат позволяет оставаться энергичным, бодрым и дольше сохранять концентрацию.

Положительной особенностью «СОННЫХ» является и то, что они не вызывают

Коротко:

- Каждая шестая авария в мире происходит по причине нехватки сна у водителя.
- После пяти бессонных ночей алкоголь действует на организм в два раза сильнее.
- Человек хронит только в медленной фазе сна, поэтому вы никогда не услышите храпа утрома.
- Мировой рекорд бодрствования составляет 18 дней, 21 час и 40 минут. Рекордсменом рассказывал о галлюцинациях и почти полной потере концентрации.
- Информация, усвоенная перед отходом ко сну, запоминается значительно лучше.

вас больших энергетических затрат, что не замедлит сказаться на общем состоянии.

Кроме того, в состоянии недостатка сна человеку труднее контролировать свои эмоции. В результате нарушение сна приводит к истощению организма.

Как заснуть без снотворного?

■ Не ленитесь прогуляться перед сном, подышите свежим воздухом.

■ Не употребляйте перед сном тяжёлую пищу, не наедитесь неч. Полный желудок заставляет организм тратить энергию на переваривание в то время, когда ему положено отдыхать и восстанавливаться.

■ Избегайте стрессовых факторов для организма видов деятельности, занимайтесь спортом не позднее, чем за 2–3 часа до сна.

■ Избегайте употребления напитков, содержащих кофеин и другие тонизирующие вещества.

■ Притейте тёплый душ, выпейте успокаивающий травяной чай.

■ Стакан тёплого молока — старый известный способ от бессонницы, поскольку молоко тёплого молока освобождает аминокислоту триптофан, которая помогает уснуть.

Снотворные препараты

Использовать снотворные нужно лишь по назначению врача. Не пытайтесь заниматься самолечением. Помните, что регулярное употребление любого медицинского препарата вызывает привыкание. Причём организм к снотворному, в будущем вы столкнётесь с ещё большими проблемами.

ют привыкания и не оказывают побочных эффектов — остаточных явлений на следующий день (утром нет ощущения тяжёлой головы, не снижается реакция за рулём автомобиля).

БАД «СОННЫЕ» можно принимать без назначения врача.

Способ применения: по 1–3 таблетки за 20–40 минут до желаемого времени засыпания.

БАД «СОННЫЕ» не является лекарственным средством. Рег. ул. № 001224.

«УСПОКАИВАЮЩИЕ» восстанавливают ваше душевное равновесие

В современном ритме жизни многие из нас часто испытывают нервное перенапряжение и стрессы. В результате мы становимся нервозными и раздражительными. Дома и на работе всё чаще происходит нервные срывы. И вдруг начинаем осознавать, что жизнь летит кувырком: рушится семья и карьера, а здоровье течёт по швам. Появляются головные боли, заметно ухудшается память, куда-то напрочь исчезает иммунитет, зато появляется ощущение разбитости и хронической усталости. И вы уже не в состоянии справиться даже с малейшим стрессом. Кажется, что вырваться из этого кошмарного круга просто невозможно.

К сожалению, эта проблема поглотила не только взрослое население, она коснулась и наших детей. Уместивно-психологические перегрузки, с которыми ребёнок не в состоянии справиться, вызывают в нервные расстройства и серьёзные проблемы со здоровьем.

Растительный препарат «УСПОКАИВАЮЩИЕ» от компании «Леовит» — хорошее решение этой проблемы. В состав «УСПОКАИВАЮЩИХ» входят валериана, пустырник, меллисса, боярышник, корень и мускатный орех.

Композиция трав в «УСПОКАИВАЮЩИХ» помогает снять нервное напряжение и раздражительность, настроит на спокойный лад, поможет восстановить психический комфорт.

● Апельсины, валерианы, афродизиазы масла меллисы, корня и мускатного ореха, фенольные соединения боярышника и пустырника снимают повышенную возбудимость, устраняют чувство напряжённости.

● Флавоноиды, содержащиеся в травах, способствуют улучшению снабжения клеток мозга кислородом, стимулируют обменные процессы в клетках мозга, что положительно сказывается на психоэмоциональном состоянии.

● Действующие вещества пустырника повышают устойчивость мембран нервных клеток, активизируют ферментативную активность и улучшают питание нервных клеток.

● Флавоноиды боярышника и пустырника регулируют сокращение сердечной мышцы, предотвращая её утомляемость, оказывают успокаивающее действие на сердечную мышцу, нормализуют сердечный ритм, регулируют амплитуду дыхания.

Препарат улучшает качество и продолжительность сна, при этом не оказывает побочных действий (сонливости, заторможенности, и др.).

БАД «УСПОКАИВАЮЩИЕ» является прекрасным средством при повышенной нервной возбудимости, стрессах, неврозах и бессоннице, при учащённом сердцебиении и головных болях, обусловленных нервным перенапряжением. Этот препарат облегчает протекание предменструального и климактерического синдромов.

БАД «УСПОКАИВАЮЩИЕ» не оказывает побочных действий и не вызывает привыкания.

Способ применения: по 1–3 таблетки 3 раза в день в течение 10 дней.

БАД «УСПОКАИВАЮЩИЕ» не является лекарственным средством. Рег. ул. № 001224.

А главное! Берегите нервы: и свои, и чужие!



ПОДЕЛИСЬ ТЁПЛОМ



этой непростой жизненной ситуации.

УЧИСЬ И ЖИВИ

Республиканское Общественное Объединение «Ассоциация поддержки больных онкологическими и редкими заболеваниями» проводит «Школу пациентов» для пациентов, их родственников, близких и друзей.

Приглашаем всех желающих принимать участие в милосердном деле по доброй воле, оказывая психологическую, эмоциональную, духовную поддержку, делиться позитивным опытом в лечении, профилактике и улучшении качества жизни людям, столкнувшимся с

УЛЫБИТЕСЬ

— На какой вопрос нельзя ответить улыбаясь?

— Ты спишь?

— Доктор! Я, чтобы заснуть, считая баранов, ушёл на пастбище и потом возвращающийся обратно. Туда идёт 100, а обратно — всегда 99. Что посоветуете? Доктор:

— А у меня, все наоборот — туда 100, а обратно 101. Давайте обидимся пополюем!

Ну почему верюм не хочется спать так, как утрома?

Если у вас бессонница, не паникуйте. Максимально расслабьтесь. Дочитайте до ста. Гоните от себя все мысли о работе, не реагируйте на ночные шорохи и звуки, и, постепенно погружаясь в сон, постарайтесь не храпеть, чтобы не привлекать внимания к оскраемому вами объекту.

Купил курс «Английский во сне». Целый год перед сном ставил кассету. Результат несколько неожиданный — при звуках английского слова мгновенно засыпал.

— Доктор мне снится сон на английском языке, а я не знаю английского. — Что Вам посоветуете? Выучите английский.

Через месяц пациент появляется со счастливым выражением на лице. — Ну что выучили английский? — Нет, но теперь я сплю с переводчицей.

Ночной звоник из наволочки: — Не подумайте ничего плохого, мы исключительно по поводу вашего спокойного сна...

— Важнейший элемент в диете для похудения — это сон!

— Это как?

— Вовремя не уснула — обожралась прижми!

Каждую среду в 17-00 часов мы ждём вас по адресу:

г. Алматы, ул. Желтоксан, 115 (ул. ул. Богенбай Батыра), офис 313, тел.факс: (727) 295-28-14, 295-28-12, e-mail: rookz@mail.ru

РОДИОЛА РОЗОВАЯ

Вы ощущаете хроническую усталость, снижение физической и интеллектуальной работоспособности, ухудшение памяти и внимания?

- «РОДИОЛА РОЗОВАЯ» от компании «Леовит»:
 - обладает ярко выраженным стимулирующим эффектом, обеспечивает прилив сил. Особенно заметно повышение работоспособности при использовании в утренние часы и при выполнении тяжелой работы;
 - улучшает энергетическое обеспечение мозга, что ведет к улучшению памяти, внимания, умственной деятельности;
 - нормализует обмен веществ, способствует экономичному расходованию энергетических ресурсов организма и быстрому их восстановлению;

оказывает антигипоксическое, детоксифицирующее действие: повышает устойчивость организма к воздействию химических веществ, способствует выведению токсинов из организма;

- стимулирует половую активность и положительно влияет на репродуктивную систему организма.

Применение «РОДИОЛЫ РОЗОВОЙ» рекомендуется при астенических и неврастенических состояниях, повышенной утомляемости, пониженной работоспособности, вегето-сосудистой дистонии по гипотоническому типу, при функциональных заболеваниях нервной системы. Родиола применяется при расстройствах желудка, заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

Противопоказаниями к применению родиолы являются гипертония, резко выраженное ожирение, бессонница.

Способ применения экстракта: по 5–10 капель 2–3 раза в день. Курс приема 10–20 дней.

Способ применения таблеток: по 1 таблетке 3 раза в день. При необходимости повторить.

БАД к пище. Не является лекарственным средством.

Рег. ул. Леовит № 022962 Рег. ул. Леовит № 022962

ЦЕЛЕБНОЕ ПИТАНИЕ

400 г тыквы, 400 г баклажанов, 400 г репчатого лука, 200 г одорозной зелени, 200 г помидоров, грецкие орехи — по 2 шт. на порцию.

Из мякоти тыквы и баклажанов нарезать кубики, лук мелко нашинковать, все овощи потушить, в самом конце положить резаные помидоры, подкислить лимонным соком или вином, добавить по вкусу приправы, скорпию орехов. Разложить горячим на порционные тарелки, украсить горкой — из прнрой зелени.

Рецепт из книги Галены Шаталовой «Целебное питание», с. 171, 2010

Рацион из тыквы с орехами и баклажанами



АПТЕКИ города Алматы с хорошим ассортиментом продукции «Леовит»

Аптека «ПЛЮС» (р-он «Атакент») ул. Ауэзова, 81, ул. Габдуллина, тел. 275-31-01 (круглосуточно)

Аптека № 2 ул. Фурманова, ул. ул. Гоголя, тел. 273-07-07 (круглосуточно)

Аптека ТОО «Люка» Зелёный базар, верх. павильон, мясной ряд, тел. 234-79-51 (52)

Аптека «Точка» мкр. Мамыр-3, д. 2 «А», тел. 226-29-71

Аптека ТОО «Там» (р-он Аксай) мкр. Аксай-4, д. 41 (по ул. Момыш Улы), тел. 223-54-82

Аптека ИП «Бонбеев» мкр. Аксай-2, д. 10 (по ул. Топе би), тел. 222-02-42 (с 9-00 до 20-00)

Аптека ИП «Максумова» ул. Алтынсарина, 81, ул. Шалапина, тел. 221-93-33 (с 8-30 до 20-00)

Аптека ТОО «Тай-Фарм» пос. Каменка, ул. Рыскулова, 86, тел. 297-02-55 (с 8-00 до 20-00)

Аптека ИП «Брагинова» ул. Топе би, 160, ул. Ауэзова, тел. 375-84-77 (круглосуточно)

Аптека ИП «Клочкова» ул. Муратабаева, 125, между ул. Айтеке би и Казыбек би, тел. 383-70-78

Аптека ТОО «Алир» ул. Казыбек би, ул. Мирзоян, тел. 379-76-18

Аптека «Нова-Фарм» ул. Байтурсынова, 97, ул. Курмангазы, тел. 292-50-05 (с 9-00 до 21-00)

Аптека ТОО «Ал-Кайма» ул. Сейфуллина, ул. ул. Богенбай батыра, тел. 272-75-44

Аптека ТОО «Аэросервис» Рынок «Алтай» (ВА3), тел. 251-34-10

Аптека ТОО «Soul Man Max» (р-он Разинкин) Мест. центр «Сункар», тел. 271-83-42

Аптека ТОО «Спава» ул. Шолохова, 17, ул. Саурымбаева, тел. 236-14-88

Аптека ИП «Леоник» (р-он Аксай Алматы-1) ул. Ахан Серы, 18, ул. Молдагалеева, тел. 236-54-07

ТОО «AV & Lucky Star» ул. Гагарина, 206 Д, ниже ул. Утепова, тел. 249-92-01

Пенсионный фонд 5% ИП «Тенгизаева» (мкр-он Алмагула) ул. Гагарина 274/1, ул. ул. Искараева, тел. 248-20-76

КОПИЛОЧКА

Предлагаем говорить о секретах стирки.

Легко стирать цветные постельные белье, скажете вы. Его можно просто положить в «стиральку» и включить режим «Хлопок 40°С». Но, стоп. Если в вашей семье кто-то очень сильно потеет либо есть очень пачкающие вещи, зачастую после стирки не удаётся избавиться от запаха.

Визуально вроде бы всё хорошо, но запах не-простиранного белья не исчезает. А когда начнешь его гладить, вот начинаешь «корпеть»



под углом. Понятно, что бельё не простирано.

Самое простое решение — замачивать бельё перед стиркой в тёплой воде (25–30 °С) минимум на 20–40 минут, можно даже на ночь. Всё зависит от качества тканей, устойчивости красок, возраста времени и желаний.

Средств для замачивания сейчас много, покупайте, если хотите. Я использую стиральный порошок, а при закладке раствор заливаю в стиральную машину. В этом случае не получается перекраса порошка, причём бельё уже начинает стираться в тёплой воде, а стиральный цикл после хорошего за-мачивания можно сократить в 2 раза.

Экономим ресурс стиральной машины, электроэнергию и получаем гораздо больше удовлетворения от результата.

То же касается застигнутых вещей. При стирке белья, дающей и детской одежды замачивание необходимо. В условиях климатического зноя в замачиваю все светлые вещи и по необходимости тёмные.

УПЬИНИТЕСЬ

ПЕРЛЫ, СОБРАННЫЕ АВТОМЕХАНИКАМИ

В одно из автосервисов клиентов просит описать неисправности своего автомобиля на бумаге, и некоторые перлы механики выписывают в отдельную тетрадь.

- «Стук задней подвески спереди справа».
- «Тенёт тосол из бака аккумулятора».
- «Двигается на дороге (а так нет)».
- «Бачок омывателя не соответствует норме».

- «Поворотники моргают с ускорением».
- «Отщёлкнул замок заднего сиденья».
- «Синдром подкачки рулевого механизма».

- «Часы не работают, если работают то сильно отстают».
- «Заушковой сигнал даёт то два тона, то один, нужно обо, а иначе уоронем нечем гушать».

- «Горит лампочка «переобуть шины»».
- «Не работает скорострелка».
- «Иногда постукивают пальцы».

- «Горит лампа неисправности масла».
- «У меня меду не жидко, то застывает».

- «При включении обгораивающийся пахнет тухлыми яйцами».
- «Отпоятый тоскоот автомобиля».

- «Или в бензобаке 35 литров, или вспыл бензонасос».

- «Поставил задние колодки и при торможении чувствую сопротивление».
- «На уылмашинке не подается вода».

- «Хрумяет казак-то «корка» на холостых».
- «Установил местонахождение топливно го фильтра».

- «Отсутствует связь двигателя с колёсами».
- «При ударе по рулевой колонке двигателя слышен хлопок».

- «При движении автомобиля доносятся перманентные звуки из-под днища».
- «Пора менять выхлопную трубу — выхлоп стал ржаветь и осыпаться».

ЛЕОВИТ

Фиточай «ДЛЯ ПОХУДЕНИЯ»

Сбор трав в составе фиточая нормализует обмен веществ и способствует снижению избыточной массы тела. Стимулирует выведение из организма продуктов обмена, улучшает работу печени, желчевыводящих путей, оказывает мягкое слабительное действие, снижает аппетит, облегчает общее состояние на фоне низкокалорийной диеты. Рекомендуется для тех, кто стремится к снижению веса при избыточной массе тела.

Состав: сенна, крушина, яблоки, шиповник, Melissa, тимьян, хвощ, каркаде, подорожник, клевер, имбирь.

Рег. ул. № 022859

Фиточай «ОЧИЩАЮЩИЙ»

Травы в составе фиточая очищают комплексную чистку организма: снимают вязкость желчи, усиливают детоксикационную активность печени и улучшают функциональную активность кишечника. Оказывают желчегонное и мочегонное действие, стимулируют почечную фильтрацию, способствуют выведению из организма солей, токсинов, канцерогенных веществ и продуктов обмена веществ, и улучшают функциональность и укрепляют стенки сосудов, нормализуют обмен веществ.

Рекомендуется при интоксикации организма, при желудочно-кишечных расстройствах, избыточном весе, для жителей экологически неблагоприятных регионов и просто для желающих почистить свой организм.

Состав: рябина черноплодная, барбарис, желтый чай, ревень, кукурузные рыльца, спорыш, хвощ, мята, крушина, сенна, имбирь, хурма, лавровый лист.

Рег. ул. № 022859

Фиточай «ПРИ ДИАБЕТЕ»

Травы в составе фиточая способствуют снижению уровня сахара в крови, укрепляют стенки сосудов и капилляров, оказывают мочегонное, антигипертензивное действие. Нормализуют обмен веществ, снижают уровень холестерина, препятствуют развитию заболеваний сердечно-сосудистой системы.

Рекомендуется при повышенном уровне сахара в крови, при сахарном диабете, а так же в качестве профилактики диабетических осложнений.

Состав: полх, яблоки, топленника, барбарис, мята, рябина черноплодная, солодка, девясил, корня, лавровый лист, черника, створки фасоли.

Рег. ул. № 022860

Фиточай «ПРИ ПРОСТАТИТЕ»

Комплекс трав в составе фиточая снимает воспаление органов мочеполовой системы и предстательной железы, нормализует функциональность предстательной железы, улучшает метаболические процессы, оказывает противовоспалительное, мочегонное, антибактериальное, рассасывающее действие, препятствует увеличению предстательной железы, способствует облегчению мочеиспускания и болевому синдрому.

Рекомендуется как профилактическое и вспомогательное средство при заболеваниях предстательной железы и мочевыводящих путей.

Состав: топленника, хвощ, петрушка, гореч, листья, календула, черника, спорыш, морковь.

КЭ.16.17.78.03.С.020028 02.11.17

Способ применения: принимать 2 фильтр-пакета или 1 чайную ложку чая в 1/2 стакана кипятка, два настояться 5–10 мин, принимать 2–3 раза в день. Курс приема 7–15 дней.

Форма выпуска: упаковка 50 г; 20 фильтр-пакетов по 1,5 г.

Бад к пище. Не является лекарственным средством.

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

Открыта подписка

на газету «ЛЕОВИТ»

на 2012 год

Подписной индекс в Республиканском каталоге АО «Казпочта» — 64388.

Подписная цена:

- Алматы — 24,13 тг,
- и областные центры — 25,50 тг,
- и районы — 28,27 тг

Ваша Хозяйка

