



ЛЕОВИТ

Газета издаётся с 2010 года

№ 5-6 (35-36) июль-август 2013 г.

Колонка редактора

ЧЕМПИОН

Много лет назад я с двумя коллегами работал в Корее, в двух часах езды от Сеула. Шеф пригласившей нас компании уехал в столицу, оставив двум молодым сотрудникам свою банковскую карточку. После работы мы перекусили в кафе, а ребятам хотелось праздника, тем более что платил шеф. Они деликатно спросили, не желаем ли мы чего-то национального, необычного. Я и Ольга дружно сказали: «Собачку». Светлана, безумно любившая свою собаку, назвала нас живодёрами и ушла спать. А мы направились в дорогой ресторан.

Помимо множества закусок подали большое блюдо – это было жаркое из собачатины. Принесли также корейскую двадцатипятиградусную водку в небольших бутылочках типа «Фанты». Как и положено в Корее, водку разливали в маленькие рюмочки. И мы, произнося тосты, что очень нравилось корейским друзьям, и низко кланяясь друг другу, потихоньку втягивались в пиршество. Вскоре мне надоело блюсти приличия, я сказал традиционно-русское: «Наливай», – и начал опрокидывать рюмку за рюмкой, не забывая кланяться. Ольга поддерживала меня, как могла. Ребята были в восторге, заказывая ещё и ещё. На мою долю пришлось около двух бутылочек замечательного напитка.

В конце вечера кто-то из ребят сказал: «Господин профессор, наверное, чемпион своей страны». Это был удивительный комплимент, и я подумал: «Да... не видели вы чемпионов».

Главный «чемпион» газеты «Леовит»
Борис Вольфович Пилат

Здравствуйте, дорогие читатели!

С момента выхода на рынок Казахстана яблочных чипсов «Леовит» людей, знакомых с нашей компанией, стало несоизмеримо больше. Конечно, ведь в продуктовые магазины мы заходим намного чаще, чем в аптеки. Кроме того, в аптеках можно встретить конский каштан, гинкго билоба или сироп от простуды разных производителей. А яблочные чипсы, имеющие название «ХРУСТИКИ» – единственные в своём роде. Нет, нам, безусловно, встречались яблочные «чипсы» других компаний, но они не имеют ничего общего с нашими. Те – просто обычные сухофрукты.

С другой стороны, увеличилось и количество людей, знакомых с остальной продукцией Леовит, так как в коробки с чипсами мы кладем нашу газету. Вот такой вот «ход конём», как говорят шахматисты. Мы уже получаем сотни восторженных отзывов о «ХРУСТИКАХ». Причём, большей частью – от взрослых, хотя предполагали, что они больше понравятся детворе.

Технология производства яблочных чипсов «Леовит» отличается от простой сушки. «ХРУСТИКИ» – это не просто сушёные яблоки, а настоящие хрустящие ломтики (от английского слова chip – стружка; ломтик). В отличие от картофельных, сильно солёных, зажаренных в масле, яблочные чипсы изготавливаются по другой технологии и не содержат усилителей вкуса и ароматизаторов. В составе на упаковке указаны яблоки и сахар, но люди, следящие за фигурой, могут не переживать, потому что содержание сахара в чипсах – менее одного процента. О полезных свойствах яблок и продуктов из них читайте на стр 8.

Спрашивайте чипсы Леовит в магазинах Вашего города! А также в аптеках и на заправках.

Заказывайте доставку на дом (или в организации) в Алматы по тел. (727) 317-69-19.

Заявки на чипсы от аптек принимаются по телефонам отдела продаж (727) 397-64-29, 397-73-31, по факсу 250-71-78. А заявки от магазинов – по тел. (727) 328-11-29.

Сегодня мы хотим объявить конкурс на самое необычное знакомство с компанией «Леовит». Присылайте нам свои письма по почте, в электронном виде или приносите в фирменные киоски (для жителей Алматы). Приз за самое лучшее письмо – МУЛЬТИВАРКА. Плюс три поощрительных приза – наборы продукции «Леовит» на сумму 4 000 тенге каждый. Не упустите свой шанс – рассказать нам свою необычную историю и получить приз!



В фирменных киосках Леовит имеются в продаже Антидепрессантные, Интеллектуальные, Кожные, Кровоостанавливающие, Лёгочные, Фиталгин, Фитоантибиотик, Фитокандида. К нам регулярно обращались люди с просьбами возобновить выпуск этих препаратов, и многие ждали их появления. Спешите приобрести!

Уважаемые покупатели, информируем вас, что фирменный киоск «Леовит» в микрорайоне «Алмагуль» (г. Алматы) закрылся. Вместо него работает киоск «Леовит» на рынке «Орбита» в микрорайоне «Орбита». Телефон киоска остался прежним: (727) 329-66-07, а как нас найти – читайте на стр. 4.

ПОПСА ДРОБИТ ШРАПНЕЛЮ НАШИ ДУШИ

Юрию Визбору

Попса дробит шрапнелью наши души,
Её за это не привлечь к суду.
Часть поколения выросла на чуши,
И новое рождается в бреду...

О, «Солнышко лесное», чудо-песня!
Как мы в неволе пели, чудачки!
Пришла свобода, стали интересней
Писклявые уродцы-пошляки...

Слова – ничто, есть вопли вырождения.
Тот значит, кто больше нездоров.
Кто выйдет петь без всякого стеснения,
Без совести, без страха, без штанов.

Где песня, чтобы спеть её хотелось?
Слова – где, чтоб вовеки не забыть?
Ну, что горланить про кусочек тела,
Который с кем-то очень хочет жить?

С телеэкрана, как из ресторана,
Для пущей важности прибавив хрипотцы
Они пудами сыплют соль на раны,
Как на капусту или огурцы.

В халатике бесполой фигура
Запела, оголившись без причин...
Противно это. Спой нам, Юра,
О женской теплоте и мужестве мужчин.

Валентин Гафт



Уважаемые жители и гости двух столиц!

Приглашаем Вас на выставки, в которых принимает участие ТОО «Леовит»:

11-16 сентября
«Осенний подарок»
г. Астана, Конгресс-Холл

3-6 октября
«Ландшафт и приусадебное хозяйство»
г. Алматы, Дворец спорта

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

Открыта подписка на газету «Леовит» на 2014 год!
Подписной индекс в Республиканском каталоге АО «Казпочта» – 64388.

- Алматы – 24,13 тг/мес
- областные центры – 25,59 тг/мес
- районы – 28,27 тг/мес



Отдел продаж ТОО «Леовит»

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



ФУРАЦИЛИН

РК-ЛС-5-№ 010718 от 14.02.2008 г.

от компании «Эйкос-Фарм»

Показания к применению

- мелкие повреждения кожи (в том числе ссадины, царапины, трещины, порезы), гнойные раны, пролежни, язвы;
- ожоги II и III степени;
- блефарит, конъюнктивит
- фурункулёз наружного слухового прохода, острый наружный и средний отит;
- гнойно-воспалительные процессы придаточных пазух носа;
- эмпиема плевры (промывание полостей);
- 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, промывания полостей.

Побочные действия

В отдельных случаях возможны дерматиты.

Противопоказания

Повышенная индивидуальная чувствительность (идиосинкразия), хронический аллергический дерматоз.

Особые указания

Для изготовления водного раствора 1 часть фурацилина растворяют в 5000 частей изотонического раствора натрия хлорида или очищенной воды. Для более быстрого растворения рекомендуется кипящая 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.



Перед применением необходимо прочитать инструкцию. Отпускается без рецепта врача.

Адрес производителя:

ТОО «Эйкос-Фарм», РК, Алматинская обл., Илийский р-он,
пос. Боралдай, 71 разъезд, тел.: (727) 397-64-29, e-mail: pharm@eikos.kz

Спрашивайте препарат в аптеках города

Разрешение № 3030 от 06.06.2011 г.

«ЛЕОВИТ» с доставкой на дом

Вы можете заказать продукцию «Леовит» с доставкой на дом или офис, позвонив по тел.: (727) 317-69-19. Весь ассортимент продукции, невысокие цены. Бесплатная доставка по г. Алматы – от 5000 тенге. Выполненные заявки в течение двух рабочих дней.



Содержание номера

Секреты семейного счастья.....	2
Избавляемся от лишних килограммов по специальной программе Леовита.....	3
Откровения бывшей секретарши.....	3
Как экономить воду.....	3
Зачем читать ребёнку.....	5
Очищаем организм.....	6
Поговорим о бестактности.....	7
Бессмысленные вещи.....	7
Язык мой.....	8
Женская логика.....	8



Смысл брака в том, чтобы приносить радость. Подразумевается, что супружеская жизнь – жизнь самая счастливая, полная, чистая, богатая. Это установление Господа о совершенстве.

Божественный замысел поэтому в том, чтобы брак приносил счастье, чтобы он делал жизнь и мужа, и жены более полной, чтобы ни один из них не проиграл, а оба выиграли. Если всё же брак не становится счастьем и не делает жизнь богаче и полнее, то вина не в самих брачных узах; вина в людях, которые ими соединены.

Брак – это Божественный обряд. Он был частью замысла Божия, когда Тот создавал человека. Это самая тесная и самая святая связь на земле.

После заключения брака **первые и главные обязанности** мужа по отношению к его жене, а у жены – по отношению к мужу. Они двое должны жить друг для друга, отдать друг за друга жизнь. Прежде каждый был несовершенно. Брак – это соединение двух половинок в единое целое. Две жизни связаны вместе в такой тесный союз, что это больше уже не две жизни, а одна. Каждый до конца своей жизни несёт священную ответственность за счастье и высшее благо другого.

День свадьбы нужно помнить всегда и выделять его особо среди других важных дат жизни. Это день, свет которого до конца жизни будет освещать все другие дни. Радость от заключения брака не бурная, а глубокая и спокойная. Над брачным алтарём, когда соединяются руки и произносятся святые обеты, склоняются ангелы и тихо поют свои песни, а потом они осеняют счастливую пару своими крыльями, когда начинается их совместный жизненный путь.

По вине тех, кто поженится, одного или обоих, жизнь в браке может стать несчастием. Возможность в браке быть счастливыми очень велика, но нельзя забывать и о возможности его краха. Только правильная и мудрая жизнь в браке поможет достичь идеальных супружеских отношений.

Первый урок, который нужно выучить и исполнить, это **терпение**. В начале семейной жизни обнаруживаются как достоинства характера и нрава, так и недостатки и особенности привычек, вкуса, темперамента, о которых вторая половина и не подозревала. Иногда кажется, что невозможно притереться друг к другу, что будут вечные и безнадежные конфликты, но терпение и любовь преодолевают всё, и две жизни сливаются в одну, более благородную, сильную, полную, богатую, и эта жизнь будет продолжаться в мире и покое.

Долгом в семье является бескорыстная любовь. Каждый должен забыть свое «я», посвятив себя другому. Каждый должен винить себя, а не другого, когда что-нибудь идёт не так. Необходимы выдержка и терпение, нетерпение же может все испортить. Резкое слово может на месяцы замедлить слияние душ. С обеих сторон должно быть желание сделать брак счастливым и преодолеть всё, что этому мешает. Самая сильная любовь больше всего нуждается в ежедневном её укреплении.

Секреты семейного счастья

Из дневника императрицы Александры Фёдоровны Романовой



тех пор, пока они не оказываются навеки оторванными друг от друга. Вы сказали что-то в спешке? Немедленно попросите прощения. У вас возникло какое-то непонимание? Неважно, чья это вина, не позволяйте ему ни на час оставаться между вами.

Удерживайтесь от ссоры. Не ложитесь спать, затаив в душе чувство гнева. В семейной жизни не должно быть места гордости. Никогда не нужно тешить свое чувство оскорбленной гордости и скрупулезно высчитывать, кто именно должен просить прощения. Истинно любящие такой казустикой не занимаются, они всегда готовы и уступить, и извиниться.

Без благословения Бога, без освящения Им брака, все поздравления и добрые пожелания друзей будут пустым звуком. Без Его ежедневного благословения семейной жизни даже самая нежная и истинная любовь не сумеет дать всё, что нужно жаждущему сердцу. Без благословения Неба вся красота, радость, ценность семейной жизни может быть в любой момент разрушена.

В устройстве дома должен принимать участие каждый член семьи, и самое полное семейное счастье может быть достигнуто, когда все честно выполняют свои обязанности.

Одно слово охватывает всё – это слово «любовь». В слове «любовь» целый том мыслей о жизни и долге, и когда мы пристально и внимательно изучаем его, каждая из них выступает ясно и отчетливо.

Когда увядает красота лица, потухает блеск глаз, а со старостью приходят морщинки или оставляют свои следы и рубцы болезни, горе, заботы, любовь верного мужа должна оставаться такой же глубокой и искренней, как и раньше. Нет на земле мерок, способных измерить глубину любви Христа к Его Церкви, и ни один смертный не может любить с такой же глубиной, но всё же каждый муж обязан это сделать в той степени, в какой эту любовь можно повторить на земле. Ни одна жертва не покажется ему слишком большой ради его любимой.

Есть нечто святое и вызывающее почти благоговейный страх в том, что жена, вступая в брак, сосредотачивает все свои интересы на том, кого она берёт себе в мужья. Она оставляет дом своего детства, мать и отца, разрывает все нити, которые её связывают с прошлой жизнью. Она оставляет те развлечения, к которым раньше привыкла. Она смотрит в лицо того, кто попросил её стать его женой, и с дрожащим сердцем, но и со спокойным доверием вручает ему свою жизнь. И муж с радостью чувствует это доверие. Это на всю жизнь составляет счастье человеческого сердца, способного и на несказанную радость, и на неизмеримые страдания.

Жена в полном смысле слова все отдаёт своему мужу. Для любого мужчины это торжественный момент – принять ответственность за молодую, хрупкую, нежную жизнь, которая доверилась ему, и лелеять её, защищать, оберегать, пока смерть не вырвет у него из рук его сокровище или не поразит его самого.

Источник: Интернет

Более всего непростительна грубость именно в своём доме, по отношению к тем, кого мы любим.

Ещё один секрет счастья в семейной жизни – это **внимание друг к другу**. Муж и жена должны постоянно оказывать друг другу знаки самого нежного внимания и любви. Счастье жизни составляется из отдельных минут, из маленьких, быстро забывающихся удовольствий от поцелуя, улыбки, доброго взгляда, сердечного комплимента и бесчисленных маленьких, но добрых мыслей и искренних чувств. Любви тоже нужен её ежедневный хлеб.

Ещё один важный элемент в семейной жизни – это **единство интересов**. Ничто из забот жены не должно казаться слишком мелким, даже для гигантского интеллекта самого великого из мужей. С другой стороны, каждая мудрая и верная жена будет охотно интересоваться делами её мужа. Она захочет узнать о каждом его новом проекте, плане, затруднении, сомнении. Она захочет узнать, какое из его начинаний преуспело, а какое нет, и быть в курсе всех его ежедневных дел. Пусть оба сердца разделяют и радость, и страдание. Пусть они делят пополам груз забот. Пусть всё в жизни у них будет общим. Им следует вместе ходить в церковь, молиться рядом, вместе приносить к стопам Бога груз забот о своих детях и обо всём дорогом для них. Почему бы им не говорить друг с другом о своих искушениях, сомнениях, тайных желаниях и не помочь друг другу сочувствием, словами ободрения. Так они и будут жить одной жизнью, а не двумя. Каждый в своих планах и надеждах должен обязательно подумывать и о другом. Друг от друга не должно быть никаких секретов. Дружью у них должны быть только общие. Таким образом, две жизни сольются в одну жизнь, и они разделят и мысли, и желания, и чувства, и радость, и горе, и удовольствие, и боль друг друга.

Бойтесь малейшего начала непонимания или отчуждения. Вместо того чтобы сдержаться, произносится неумное, неосторожное слово – и вот между двумя сердцами, которые до этого были одним целым, появилась маленькая трещинка, она ширится и ширится до

ЛЕОФИТ ФИТОКЛЕТЧАТКА



ЛЕОФИТ

ЗДОРОВАЯ ПЕЧЕНЬ

Усиливает детоксикационную активность печени, снижает уровень холестерина и сахара в крови, оказывает желчегонное действие, способствует очистке кишечника от токсинов и продуктов обмена веществ.

Состав: оболочка пшеничного зерна, расторопша, барбарис, кукурузные рыльца, ромашка, шиповник, горец птичий, овёс.

ВИТАМИННАЯ

Восполняет дефицит витаминов в организме, улучшает работу кишечника, способствует очистке кишечника от токсинов и продуктов обмена и восстановлению микрофлоры. Нормализует вес, понижает уровень холестерина и сахара в крови, стимулирует сопротивляемость организма, оказывает общеукрепляющее действие.

Состав: оболочка пшеничного зерна, облепиха, яблоки, чёрная смородина, шиповник, овёс.

СЛАБИТЕЛЬНАЯ

Улучшает работу кишечника, оказывает слабительное обволакивающее действие, способствует очистке кишечника от токсинов и продуктов обмена и восстановлению микрофлоры. Нормализует вес, снижает уровень холестерина.

Состав: оболочка пшеничного зерна, овёс, сenna, укроп, слива, солодка, мята.

ПРИ ДИАБЕТЕ

Способствует снижению содержания сахара в крови, оказывает сосудукрепляющее, капилляроукрепляющее, антиоксидантное действие, нормализует обмен веществ, снижает уровень холестерина, препятствует развитию заболеваний сердечно-сосудистой системы. Выводит из организма продукты обмена веществ.

Состав: оболочка пшеничного зерна, черника, шиповник, яблоки, овёс, цикорий, створки фасоли.

ИДЕАЛЬНЫЙ ВЕС

Способствует снижению аппетита, быстрому появлению чувства насыщения нормализует вес. Уменьшает всасывание жира, улучшает работу кишечника, детоксикационную активность печени и почек, восстанавливает кишечную микрофлору, снижает уровень холестерина в крови.

Состав: оболочка пшеничного зерна, овёс, кукурузные рыльца, яблоки, слива, крушина, барбарис.

ОЧИЩАЮЩАЯ

Выводит из организма токсины, слизи, продукты обмена веществ, способствует очищению кишечника, снижению уровня холестерина и сахара в крови, нормализует кишечную микрофлору, усиливает детоксикационную активность печени и мочевыделительной системы, улучшает обмен веществ.

Состав: оболочка пшеничного зерна, овёс, крушина, кукурузные рыльца, зелёный чай, барбарис, яблоки, лавровый лист.

Форма выпуска: 100 г, 200 г, 1 кг.

БАД к пище. Не является лекарственным средством.



РЕЦЕПТ МЕСЯЦА

Избавляемся от лишних килограммов по специальной программе ЛеоВита

Вы хотите выглядеть в весенних и летних платьях не грузными и неуклюжими, а лёгкими и красивыми?

Вы хотите быть готовыми к пляжному сезону во всеоружии?

И вообще – хотите выглядеть «на все сто» и зимой и летом?

Для тех, кого эта проблема действительно волнует, предлагаем программу похудения, которая поможет сбросить вес, чудесно выглядеть и почувствовать себя гораздо лучше.

1. **Фитоклетчатка ЛЕОВИТ – ВИТАМИННАЯ, СЛАБИТЕЛЬНАЯ, ИДЕАЛЬНЫЙ ВЕС, ОЧИЩАЮЩАЯ, ЗДОРОВАЯ ПЕЧЕНЬ** – это как раз тот продукт, который можно много есть и не поправляться. Главное в похудении – избавиться от чувства голода и желания «съесть целого слона».

Принимая **фитоклетчатку** до еды, вы будете ощущать сытость и не станете чрезмерно объедаться. А уж если ею вы замените ужин, то результат проявится очень скоро. Растительные волокна способствуют полноценной работе и очистке кишечника, не позволяют застаиваться пище, адсорбируют на себя токсины и продукты распада и выводят их из организма.

Вариантов употребления **фитоклетчатки** – множество, как говорится, на любой вкус: её можно размешивать с кефиром, с йогуртом, можно добавлять в суп или смешивать с любой жидкостью. А можно употреблять в сухом виде, запивая водой, или любой другой жидкостью. **Главный секрет: чем больше жидкости, тем лучше результат!**

2. Немаловажной частью программы похудения от **ЛеоВита** являются таблетки **ПОХУДИН**, которые желательно принимать утром и днём в комплексе с **АНТИШЛАКОМ**. Это позволит более быстрому и эффективному проявлению результата, поскольку фитоклетчатка усиливает действие **ПОХУДИНА**.

Клинически доказано, что активные вещества, содержащиеся в этих натуральных препаратах:

- снижают аппетит;
- улучшают работу кишечника, стимулируют пищеварение;
- оказывают мочегонное действие, стимулируют выведение токсинов из организма;
- оказывают желчегонное и желчеразжижающее действие;
- стимулируют расщепление жиров с образованием энергии, снижают всасывание жира из кишечника, препятствуют отложению жиров в организме, регулируют жировой и углеводный обмен;
- восполняют дефицит микроэлементов, возникающий при низкокалорийной диете.

3. **Фиточай ДЛЯ ПОХУДЕНИЯ** заменит вечерний приём таблеток **ПОХУДИН** и **АНТИШЛАК**. Сбор целебных трав в составе фиточая оказывает сходное действие с таблетками, однако обладает более выраженными свойствами.

ЭКОЛОГИЯ И МЫ

Как экономить воду?

Мы познаём ценность воды лишь когда колодец пересыхает.

Бенджамин Франклин



На сегодняшний день проблема экономии чистой воды актуальна как никогда. По оценкам экспертов ООН, ситуация с питьевой водой на планете год от года ухудшается. В Мировой океан ежегодно попадает несколько миллионов тонн нефти. В водоёмы ежегодно сбрасываются миллиарды кубометров неочищенных или плохо очищенных стоков. Почти половина источников централизованного водоснабжения из открытых водоёмов не соответствует санитарным нормам.

В прошлых статьях мы говорили о загрязнении окружающей среды в глобальном масштабе. Сегодня давайте вместе подумаем, как каждый из нас может внести свой посильный вклад в сохранение питьевой воды в нашей стране.

♦ Установите в квартире счётчики воды – как минимум вы сэкономите на коммунальных услугах. Вам не придется платить ни за тех, у кого протекают краны, ни за любителей полоскать бельё под проточной водой.

♦ Почините или замените все протекающие краны. Неисправный кран за сутки может «накапать» до 200 литров воды! Старайтесь плотно закрывать кран.

♦ При выборе смесителей отдайте предпочтение рычаговым. Они быстрее смешивают воду, чем смесители с двумя кранами, а значит, меньше уходит воды «впустую», когда вы подбираете оптимальную температуру воды.

♦ На время, когда вы чистите зубы, выключайте воду. Чтобы ополоснуть рот достаточно стакана с водой.

♦ Из сливного бачка в унитаз может постоянно течь вода. Из-за подобных протечек теряются десятки литров воды ежедневно. Старайтесь следить за состоянием сантехники в своей квартире и вовремя устранять неисправности.

♦ Не полощите бельё под проточной водой. Для этих целей лучше использовать таз.

4. Ещё один продукт, который поможет избавиться от лишнего веса, а главное – прекрасно поможет справиться со злосчастным целлюлитом – это напиток **ЭНЕРГОАКТИВ с L-КАРНИТИНОМ** от **ЛеоВита**, который способствует сжиганию в первую очередь именно подкожного жира.

Важное условие – применение **L-карнитина** даёт особенно выраженный эффект **на фоне физической нагрузки**. С **L-карнитином** вы начинаете терять вес, уходит дряблость, повышается мышечный тонус, фигура становится подтянутой. Благодаря приему **ЭНЕРГОАКТИВА с L-КАРНИТИНОМ**, с уходом ненужных килограммов, вы не будете походить на шарпея с обвисшей кожей.

5. Обязательным помощником в нелёгком деле похудения является **ЯНТАРНАЯ КИСЛОТА**. Помимо её основного действия – омоложения организма и обеспечения клеток энергией, **ЯНТАРНАЯ КИСЛОТА** обладает ещё одним уникальным свойством – повышает усваиваемость, а значит и эффективность любых активных веществ – как лекарственных, так и растительных. **ЯНТАРНАЯ КИСЛОТА** способствует включению активных веществ в обменные процессы организма.

6. **Фитосоли ШОКОЛАДНАЯ, АНТИЦЕЛЛЮЛИТ и МОЛОЧНО-МЕДОВАЯ** обладают антицеллюлитным действием, чудесно преображают кожу, придают ей свежесть и упругость. Вы получите потрясающий результат благодаря эфирным маслам, растительным экстрактам трав и другим натуральным компонентам, входящим в их состав.

После первых дней применения ваша кожа приобретёт чудесную бархатистость, гладкость и упругость, а целлюлит будет постепенно исчезать. Восхищение и восторг окружающих вам будет обеспечен!

Универсальная схема приёма препаратов для снижения веса от ЛеоВита

УТРОМ

За 40 минут до завтрака выпить по 2 таблетки **ПОХУДИНА** и **АНТИШЛАКА**.

Через 20 минут – 2 столовые ложки **фитоклетчатки ЛЕОВИТ** с кефиром или любой другой жидкостью.

После еды – 1 таблетку **ЯНТАРНОЙ КИСЛОТЫ**.

В ОБЕД

За 40 минут до обеда – по 2 таблетки **ПОХУДИНА** и **АНТИШЛАКА**.

Выпить напиток **ЭНЕРГОАКТИВ L-КАРНИТИН** (2 чайные ложки на 100 мл воды).

Через 20 минут – 2 столовые ложки **фитоклетчатки**.

ВЕЧЕРОМ

За 20 минут до ужина (или вместо ужина) – 2–4 столовые ложки **фитоклетчатки**.

После ужина – **фиточай ДЛЯ ПОХУДЕНИЯ** (2 пакетика на стакан кипятка).

ЛЕОВИТ желает вам здоровья и успехов в достижении желаемых результатов!

♦ По возможности приобретайте экономичную сантехнику: например, унитаз с двумя режимами слива. Если вы не хотите менять унитаз, можно заменить только «внутренности».

♦ Если сливной бачок вашего унитаза не оборудован двумя режимами слива, то избежать потерь воды поможет простое средство. Наполните двухлитровую пластиковую бутылку водой и поместите в бачок. Это нехитрое устройство позволит сэкономить до 30 л чистой воды в день.

♦ При мытье посуды не держите постоянно кран открытым. Мойте посуду в миске или в наполненной водой раковине, предварительно закрыв слив. Вымытую посуду ополосните в отдельной ёмкости с чистой водой. Этот способ позволяет снизить расход воды на мытье посуды в 3–5 раз. Использование посудомоечных машин – хоть и более дорогой, но эффективный способ экономии воды на мытье посуды.

♦ Если вы не смогли вымыть посуду сразу, то предварительно замочите её в тазу или миске – это сократит потребление воды в три раза.

♦ Используйте посудомоечную и стиральную машину только при полной загрузке.

♦ Не размораживайте продукты под струёй воды из-под крана. Лучше всего заранее переложить продукты из морозилки в холодильник.

♦ Принимая душ, вы в 5–7 раз снижаете расход воды по сравнению с тем, когда вы принимаете ванну. Воды тратится ещё меньше, если использовать в душе экономичный распылитель с меньшим диаметром отверстий.

♦ Установите насадки-распылители на краны. Это также поможет вам сократить потребление воды.

Сохраним чистую воду для будущих поколений!

УЛЫБНИТЕСЬ 

Вода минеральная «Целебный родник». Состав: концентрат родниковой воды, вода. Минимальное содержание родниковой воды: 50%.

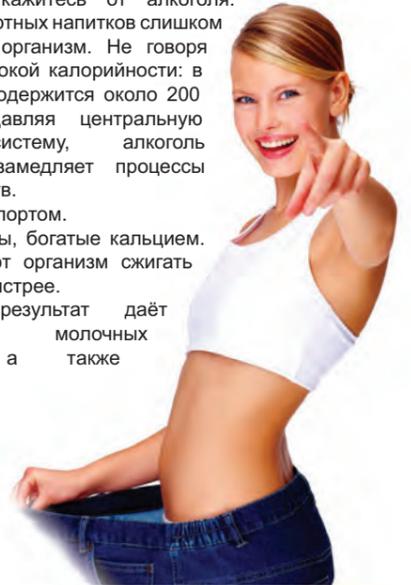
– Вода – она невкусная, её много не выпьешь.
Собеседник, выставляя на стол две бутылки водки:
– Уверен, завтра утром вы поменяете своё мнение.

Ежедневно, принимая вечерний душ, используйте одну из фитосолей **ЛЕОВИТ: ШОКОЛАДНАЯ, АНТИЦЕЛЛЮЛИТ и МОЛОЧНО-МЕДОВАЯ** в бане или ванной натрите проблемные места и стойте 10–15 минут (в это время можно читать газету, разгадывать кроссворд или продумывать дела на завтрашний день). Смойте тёплой водой. Через две недели вы заметите результат, а через четыре недели можете смело надевать любимый купальник.

Возможны и другие варианты, наиболее для вас приемлемые, которые вы можете подобрать индивидуально. Например, **Энергоактив L-карнитин** вы можете принимать вечером или утром перед едой за 1–2 часа до спортивной тренировки.

Для достижения максимального эффекта похудения желательно следовать ниже приведённым правилам.

- Постарайтесь отказаться от мучного, сладкого и жареного.
- Введите табу на приём пищи после восьми часов вечера.
- Сократите употребление соли до минимума. Соль удерживает воду в организме. В первую очередь это сказывается на лице – оно становится одутловатым.
- Такие же свойства имеет калий, который содержится в большинстве консервированных продуктов, а также в картофельных чипсах и соевом соусе.
- Пейте, по меньшей мере, семь стаканов жидкости в день, лучше всего простой воды.
- Ешьте как можно больше овощей и фруктов. Ведь овощи и фрукты на 60–90% состоят из воды плюс большое количество витаминов и клетчатки, способствующей насыщению и улучшающей пищеварение. К тому же клетчатка способна поглощать лишние жиры. Забудьте о том, что во фруктах много сахара – ещё никому не удалось поправиться от яблок и груш при умеренном их употреблении.
- Полностью откажитесь от алкоголя. Любой вид спиртных напитков слишком обезвоживает организм. Не говоря уже об их высокой калорийности: в бокале вина содержится около 200 калорий. Подавляя центральную нервную систему, алкоголь значительно замедляет процессы обмена веществ.
- Занимайтесь спортом.
- Ешьте продукты, богатые кальцием. Они побуждают организм сжигать лишний жир быстрее.
- Наилучший результат даёт потребление молочных продуктов, а также апельсинов.



Откровения бывшей секретарши

Продолжение.

Начало в №№ 2–12 за 2012 год и в № 1–3 за 2013 год

Я маялась... «Заласкивала» дочку, ходила ненадолго в гости, чтобы отвлечься, надолго задумывалась, оставившись в одну точку – на картину четырёхрукой индийской богини. Муж не мог не заметить моих странностей.

– Не пытайся убежать от самоё себя, – однажды сказал он. – Это мало кому удастся. Тебе надо ехать.

– Ты в самом деле так считаешь? – просто так, чтобы что-нибудь сказать, спросила я.

– Ты больше там, чем здесь, – ответил он, – езжай.

– А Мария?

– Мы справимся, – отрывисто бросил муж и ушёл к себе в кабинет, в своё убежище.

Конечно, я знала, что он прав. Мысли почему-то собирались с трудом. Через десять минут Ричард вышел из кабинета с испанским листком.

– Я профинансирую твою экспедицию. Но боюсь, что денег не хватит, придётся искать дополнительные средства.

Ближайшая задача была ясна. Я тряхнула копной волос и пошла в душ. Закончилась ночь любви, а вместе с ней наваждение неопределённости...

Утром я начала свой бег по редакциям и уже к обеду заручилась обещаниями, а где-то и деньгами. И так, я – журналистка. Как раз недавно пресса начала раскрутку проекта «Южная Америка глазами европейцев». Я взяла две страны: Чили и Колумбию. Теперь мне нужен был кто-нибудь со знанием испанского и один-два хороших крепких мужика. Выступила по телевизору.

...Мария-Луиза понравилась сразу. Во-первых, её первое имя было как у моей любимой доченьки. Это подкупало. Во-вторых, она чем-то напоминала поджарую волчицу со смешным седым хвостиком.

– А вам не будет тяжело? – спросила я.

– Не беспокойся, доченька, я – вечный скиталец.

– Это Ваш знак между Стрельцом и Скорпионом?

– А имя Бекки Вам о чём-то говорит? – вопросом на вопрос ответила она.

– Да, Том Соьер когда-то был моим парнем, – не моргнув глазом, парировала я.

– Пойдет, – сказала Мария-Луиза. – У Вас есть вкус, образование и чувство юмора, нас, несомненно, ждёт удача.

Так я нашла переводчицу. С мужчинами дело обстояло хуже, значительно хуже.

Продолжение следует



ОБЗОР АПТЕК С ПРОДУКЦИЕЙ «ЛЕОВИТ»

г. Астана

Аптека «Авиценна», ул. Дукунулы, д. 36, напротив ТД «Асем», тел. (7172) 22-75-48.
Аптека «Центральная», ул. Кудайбердыулы, д. 7, тел. (7172) 57-09-13, 14, 16.

г. Алматы

Аптека ИП «Кармысова», мкр. Шанырак, ул. Жанкожа батыра, д. 394 (в здании жёлтого цвета), тел. (727) 380-87-47.

Аптека «Доктор Плюс», мкр. Айнабулак-1, д. 2, тел. (727) 294-73-92.

Аптека «Точка», мкр. «Казахфильм» (на рынке около д. 24).

Аптека в мед. центре «Сункар» (р-он Развилки, тел. (727) 271-83-42).

Аптека «Слава», р-он Алматы-1, тел. (727) 236-14-88.

Аптека «Люка», Зелёный базар, тел. (727) 234-79-51, 52.

пос. Чилик

Аптека ИП «Тавакелова», 8-705-700-62-64.

пос. Сарыозек

Аптека «Айна», ул. Крупской, д. 2 (около автовокзала), тел. (72840) 31233.

Талгарский район Алматинской области:

пос. Кызыл-Кайрат

ИП «Батанова», ул. Малькеева, 169, тел. 308-45-01.

пос. Тұздыбастау (бывший пос. Калинина)

ИП «Дудникова», Талгарская трасса, ул. Райымбека, 71.

ИП «Касымова», Курмангазы, 13.

г. Талгар

«Доктор Айболит», ул. Конаева, 97а, тел. 295-67-20.

ИП «Мурзабекова», ул. Конаева, 122, тел. 295-61-30.

ТОО «Ак-Ниет», ул. Конаева, 87, тел. 295-63-89.

ТОО «Заман-Фарм», ул. Конаева, 98, тел. 388-13-74.

ИП «Прилипка», ул. Конаева, 87а, тел. 2-03-02.

ТОО «Ак-Бота», ул. Конаева, 72, тел. 295-66-51.

ТОО «Танғы Шық», ул. Гагарина, 102-3, тел. 295-67-80.

«Аптека Плюс», ул. Интернациональная, уг. ул. Одесской, тел. 308-33-76.

ТОО «Фармация», ул. Абая, 83, тел. 295-61-92.

г. Караганда

Аптека «Будь здоров», ул. Можайского, 13, офис 101, тел. (7212) 51-97-26, 92-05-97

г. Талдыкорган

Аптека ИП «Каспакова», ул. Гаухар-Ана, д. 85, угол ул. Биржан Сал («Арбат»), тел. (7282) 39-51-90.

Аптека ИП «Каспакова», ул. Биржан Сал («Арбат»), 102, тел. (7282) 39-04-92.

г. Уральск

Сеть аптек «Талап», справочная служба (7112) 28-00-94.

Уважаемые провизоры! Присылайте нам адреса и телефоны свои аптек, мы будем их публиковать в газете.

ТОО «ЛЕОВИТ» выпускает продукцию для Вашего здоровья

НОВИНКА!!!



– энергоактив
L-карнитин



– с морской солью
– с корой дуба
– с прополисом
– с ромашкой, шалфеем, календулой
– с эвкалиптом
– с мумиё
– свежесть дыхания



– антикашель
– почечный
– успокаивающий



ЦИКОРИЙ

– молотый
– шоколадный
– со сливками



ВИТАМИНКИ

– витаминка апельсинка
– витаминка вишенка
– витаминка клубничка
– витаминка малинка
– витаминка мандаринка
– витаминка смородинка
– витаминка детская
– витаминка садовая
– иммуничик
– проповитик
– эхинацейка



БАД № 50



– антигипертонические
– антикашель
– анти табак
– антишлак
– боярышник форте
– виноградные косточки
– гепавит с расторопшей
– Гинкго Билоба
– глазные
– желудочные
– желчегонные
– каштан конский
– климаксные
– лактогон
– печёночные
– похудин
– почечные
– противоизжоговые
– пустырник
– родиола розовая
– сабельник
– сердечные
– фитокальций
– янтарная кислота

– антикашель
– антигипертонический
– витаминный
– гинекологический
– для похудения
– для суставов
– желудочный
– иммунный
– климаксный
– очищающий
– печёночный
– почечный
– при диабете
– при мастопатии
– при простатите
– слабительный
– сердечный
– тонизирующий
– успокаивающий



– анти-атеросклеротические
– антианемин
– антигастрит
– антигеморройные
– антигипертонические
– антигипотонические
– антиинсульт
– антикашель
– антиревматические
– антистресс
– антишлак
– антиязвенные
– аппетитные
– апилактин
– бронхоастмин
– витайод
– гепатитные
– Гинкго Билоба
– гипоаллергин
– глазные
– глистогон
– желудочные
– желчегонные
– женские
– закрепляющие
– иммунные
– кашлинка
– климаксные
– кожные
– костные
– кровостанавливающие
– лактогон
– мужские
– мумивит
– омолаживающие
– опохмелочные
– панкреатические
– почечные
– печёночные
– похудин
– проповит
– простатические
– преидабетин
– проивоизжоговые
– противовоспалительные
– противоотёчные
– сердечные
– слабительные
– сонные
– сосудистые
– стимулин
– суставные
– успокаивающие
– фитоангин
– фитоантибиотик
– фитогриппин
– фитокандид
– фитокальций
– фитосердечные
– холециститные
– циститные
– чесночные



– антицеллюлит
– источник бодрости
– здоровые ножки
– лёгкость движения
– молочно-медовая
– морская
– от простуды
– розовый лепесток
– ромашка с чередой
– формула спокойствия
– шоколадная



– боярышник
– виноградные косточки
– Гинкго Билоба
– зверобой
– календула
– каштан конский
– климаксный
– крапива
– крушина
– кукурузные рыльца
– мужской
– пустырник
– родиола розовая
– ромашка
– сабельник

– для укрепления и роста волос
– от выпадения волос
– от перхоти



– антипростудный
– иммунный
– эхинацея

ФИТОКЛЕТЧАТКА

– витаминная
– для похудения
– здоровая печень
– очищающая
– при диабете
– слабительная



СИРОПЫ

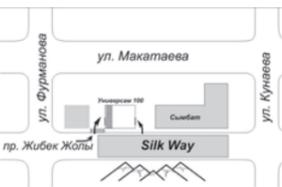


ФИРМЕННЫЕ КИОСКИ «ЛЕОВИТ» в г. АЛМАТЫ

Офис «Леовит»
ул. Нусупбекова, 32,
уг. ул. Маметовой,
пн-пт с 9-00 до 16-45,
выходные – сб, вс,
сан. день – посл. раб. день
месяца,
**тел. 397-64-08, 397-64-14,
внутр. 201**



Киоск «Леовит» в Универсаме 100
пр. Жибек Жолы, 67,
уг. ул. Фурманова,
пн-сб с 8-00 до 20-00,
вс с 9-00 до 17-00,
тел. 273-43-17



Киоск «Леовит» на рынке «Орбита»
ул. Биржана,
уг. ул. Мустафина,
павильон «Орбита-2»,
ежедневно с 10-00 до 18-00
(летом до 19-00),
тел. 329-66-07



ОТЗЫВЫ

Мне 53 года, работаю водителем. Уже давно мучают головные боли, звон в ушах. Знакомые посоветовали Гинкго Билоба фирмы Леовит. Я пил по 1 таблетке 3 раза в день в течение месяца. Голова перестала болеть, звон в ушах прошёл. Намереваюсь через месяц курс повторить, чтобы закрепить результат.

Спасибо большое!
Александр Петрович

Яблочные чипсы Леовит – просто супер! Оригинально и необыкновенно вкусно! У нас они идут что называется «на ура». Нравятся и детям, и взрослым в наших семьях. Мы заказываем их уже в четвёртый раз с доставкой на работу.

Коллектив

Уважаемый Леовит! Какая хорошая у вас фито клетчатка! Периодически пью её уже два года. Добавляла в суп и в кефир. Иногда заваривала кипятком. Когда на этикетке прочитала, что её можно принимать с компотом, удивилась и отменила эту идею. Но кефир летом пить не хочется. Сварила на днях концентрированный компот (не очень сладкий) из семи ягод и фруктов и решила попробовать его с клетчаткой. Потрясающе! Рекомендую всем! Я теперь люблю вашу клетчатку ещё больше, потому что сейчас поставила себе цель – похудеть на 8 кг за полгода. Тем более что разных ягод наморозила больше двадцати килограммов.

Мадина, 40 лет

Совет: если вы покупаете большую упаковку фито клетчатки, то пересыпьте её в стеклянную банку, закройте крышкой и держите в прохладном тёмном месте. В противном случае клетчатка в открытом пакете, соприкасаясь с воздухом, может быстро прогоркнуть. Отсыпайте в небольшую ёмкость для ежедневного использования. И худейте на здоровье!



Зачем читать ребёнку одну и ту же сказку?



«Мама, почитай мне «Колобка»... В сотый раз... За сегодня... Ну кто же не слышал эти просьбы почитать любимую детскую книгу снова и снова?»

Я в своё время, когда еще читала старшей дочери, всегда старалась её отговорить от этой затеи и настойчиво предлагала почитать новую книгу, ведь у нас их очень много и все интересные. Я считала, что гораздо полезнее узнавать новую информацию, читать как можно больше, чтобы ребёнок рос и развивался, как говорится, не по дням, а по часам.

Каково же было моё удивление, когда однажды в садике, на стенде с информацией для родителей, я прочла статью о том, что детям полезно читать их любимые сказки по несколько раз. Оказывается, я всё делала неправильно, но еще не поздно было исправить, что я и сделала.

Поэтому, если вы хотите, чтобы чтение сказок вашему малышу приносило максимальный результат и способствовало его интеллектуальному и эмоциональному развитию более эффективно, читайте дальше и узнаете, что...

Если ваш малыш просит прочесть одну и ту же

книгу снова и снова – это очень хорошо. Это говорит о том, что именно эта книга нашла отклик где-то в душе крохи и полностью соответствует его нынешнему эмоциональному состоянию, так сказать, вошла в резонанс с малышом. Это также свидетельствует о том, что книга полностью понята и принята малышом, что не осталось невыясненных или недопонятых моментов, пугающих или отталкивающих элементов.

Наверняка, у вас есть любимые книги или кинофильмы, которые вы читали или смотрели по сто раз и готовы это повторить еще столько же. Так почему же мы не хотим признавать за свои малышом права на то же самое?

Тот факт, что малыш знает наперед, чем история закончится, формирует в его сознании уверенность в будущем и в его положительном результате, т.е. он будет уверен, что несмотря ни на какие трудности, все будет хорошо. Кто поспорит с тем, что оптимистом быть веселее и продуктивнее, чем пессимистом? Таким образом, проигрывая один и тот же сценарий по несколько раз, малыш прочно усваивает мысль, что безвыходных ситуаций не бывает и что, даже если тебя съели – у тебя все равно остается два выхода...

Когда вы читаете малышу сказку – он находится в мире своих фантазий, сопереживает герою, проигрывает эмоционально все его приключения, т.е. испытывает массу эмоций, каждый раз эти эмоции становятся более совершенными. Не забывайте, что нервная система малыша еще не до конца сформировалась и ему нужно гораздо больше времени, чтобы «оформить» и принять свои чувства, эмоции. Так, по кирпичику складывая свои чувства к героям любимой сказки, малыш получит в свою «жизненную копилочку» несколько сформированных эмоций.

Используйте повторное чтение для развития речи малыша. Во-первых, постоянное повторение одних и тех же слов отлично пополняет словарный запас малыша, а во-вторых, читая книгу каждый раз по-разному, вы

способствуете развитию более качественной речи ребенка как таковой.

Что значит «по-разному»? После того как вы прочли книгу с выражением пару раз и убедились, что смысл полностью понят ребенком, читайте эту же сказку немного быстрее, затем еще быстрее и т.д., доходя до темпа скороговорки – так вы научите малыша воспринимать информацию на слух и в разных вариациях. Еще один способ работы с книгой – это периодически останавливаться и спрашивать малыша о том, что будет дальше. Это не только отличный способ отработки практических навыков разговорной речи, но и тренировка памяти.

Используйте повторное чтение для развития воображения и творческого мышления малыша. Дочитав до определенного момента, попросите ребенка придумать продолжение. Сочиняйте вместе с ним свою сказку. Причем этот способ можно с успехом применять несколько раз: сначала пусть кроха придумает другой конец, затем остановите чтение чуть раньше и придумайте немного больше и т.д. Возможно, малышу понравится эта игра и он станет сочинять свою сказку уже после слов «Жили-были...».

Ну и конечно, уже знакомый вам способ работы с книгой – это обсуждение картинок. Пусть малыш расскажет, что или кто нарисован, что он делает, к какому эпизоду сказки относится эта иллюстрация. Картинки можно также использовать для сочинения своей сказки.

К сожалению, это все, что я помню из той статьи... Но даже этого вполне достаточно для того, чтобы скучное чтение «Колобка» в сотый раз за сегодня превратилось в увлекательное и полезное занятие.

Желаю вам приятного чтения и творческих успехов вашему малышу!

Наталья Ерёмченко
www.shkolazhizni.ru

ПРОСТАТИЧЕСКИЕ – НАДЕЖНАЯ ЗАЩИТА ДЛЯ МУЖЧИНЫ

Заболевания предстательной железы – большая проблема мужской половины населения. Как шутят урологи, из двух мужчин трое обязательно больны простатитом. Воспаление простаты приносит большие страдания, и если первые признаки заболевания ещё более или менее терпимы, то в последующем развиваются изматывающие боли, нарушения мочеиспускания, резкое снижение половой активности и потеря способности к плодотворению.

ПРОСТАТИЧЕСКИЕ – уникальное средство для профилактики и комплексного лечения предстательной железы.

В их состав входят: семена тыквы, цветочная пыльца, прополис, грецкий орех, толокнянка, корица, витамин Е и сульфат цинка.

За счёт такого комплекса компонентов препарат **ПРОСТАТИЧЕСКИЕ** является высокоэффективным средством и оказывает широкий спектр действия:

- облегчает мочеиспускание, оказывает мочегонное действие;
- оказывает противовоспалительное и антимикробное действие;
- нормализует состояние и функции предстательной железы;
- способствует восстановлению репродуктивной функции у мужчин;

- обогащает простату всеми необходимыми для неё биологически активными веществами;
- восполняет дефицит веществ, необходимых для нормального функционирования предстательной железы.

ПРОСТАТИЧЕСКИЕ не оказывают побочного действия, не вызывают привыкания, хорошо сочетаются с лекарственными средствами и могут быть использованы в течение длительного времени. Их высокая эффективность подтверждена клиническими испытаниями. Производятся на основе высококачественного сертифицированного сырья и являются недорогим и общедоступным средством.

Принимая **ПРОСТАТИЧЕСКИЕ**, вы почувствуете большое облегчение и улучшение сексуальной способности.

Способ применения: по 1–3 таблетки 3 раза в день в течение 1–2 месяцев. После перерыва курс приёма желательнее повторить.

БАД к пище. Не является лекарственным средством.

Спрашивайте препараты компании «Леовит» в аптеках города!

ГЛИЦИН и ГЛИЦИН ФОРТЕ производства компании «Леовит»

ГЛИЦИН

◆ улучшает обменные процессы в тканях мозга, повышает умственную активность;

◆ улучшает настроение, уменьшает психоэмоциональное напряжение, агрессивность, конфликтность, оказывает антистрессовое, успокаивающее действие, устраняет чувство тревоги и страха;

◆ уменьшает проявления алкогольной интоксикации;

◆ облегчает засыпание, нормализует сон;

◆ снижает выраженность вегетососудистых нарушений, в том числе в климактерический период;

◆ способствует улучшению мозговой деятельности после ишемического инсульта и черепно-мозговой травмы;

◆ является прекрасным средством при психоэмоциональном перенапряжении, высоких умственных нагрузках, стрессовых и депрессивных состояниях, при повышенной возбудимости и нарушениях сна.

Противопоказания к применению: артериальная гипотензия (низкое артериальное давление).

Форма выпуска: 50 таблеток.

Глицин – это аминокислота, которая применяется в качестве средства, улучшающего мозговую деятельность. Название происходит от древнегреческого *glycys* – сладкий, из-за его сладковатого вкуса.



ГЛИЦИН ФОРТЕ

В дополнение к основному действию глицина **ГЛИЦИН ФОРТЕ** повышает общий тонус, физическую активность и работоспособность, способствует приливу энергии, активизирует процессы запоминания и концентрацию внимания. Производится на основе комплекса: глицин + родиола розовая.

Содержащиеся в родиоле вещества (родозин и салидрозид) стимулируют активность различных участков коры головного мозга. В результате активизируется деятельность мозга, восстанавливаются нарушенные функции мозга, улучшается память, обостряется внимание, облегчается процесс обучения. Родиола розовая повышает устойчивость организма к действию неблагоприятных факторов окружающей среды.

Не имеет противопоказаний.
Форма выпуска: 50 таблеток.

АФОРИЗМЫ

◆ Близок не тот, до кого можно дотянуться рукой, а тот – к кому тянется душа!

◆ Уважения заслуживают те люди, которые независимо от ситуации, времени и места, остаются такими же, какие они есть на самом деле.

◆ Не ждите, что станет легче, проще, лучше. Не станет. Трудности будут всегда. Учитесь быть счастливыми прямо сейчас. Иначе не успеете.

◆ Чтобы помочь другому человеку, не обязательно быть сильным и богатым – достаточно быть добрым.

◆ Ты должен верить в себя, особенно в моменты, когда не верит никто – это и есть дух чемпиона.

◆ По настоящему самый близкий человек – это тот, который знает твоё прошлое, верит в твоё будущее, а сейчас принимает тебя таким, какой ты есть.

◆ Никому не будет хорошо рядом с вами, пока вам плохо наедине с самим собой.

◆ Есть три вещи, которых боится большинство людей – доверять, говорить правду, и быть собой.

◆ Разочаровавшись в одном, не наказывайте другого. Все люди разные. Не теряйте способности доверять, верить и любить.

◆ Один из самых полезных жизненных навыков – это умение быстро забывать всё плохое: не закидываться на неприятностях, не жить обидами, не упиваться раздражением, не таить злобу. Не стоит тащить разный хлам в свою душу.

◆ Каждый человек – автор своей жизни. Ответственность за всё, что с тобой происходит, лежит только на тебе – независимо от того, согласен ты с происходящим или нет.

◆ Будь благодарен проблемам, они показывают тебе чего ты стоишь.

◆ Если вам удалось обмануть кого-то, не думайте, что тот, кого вы обманули, дурак. Просто вам доверяли больше, чем вы того заслуживаете.

◆ Нет смысла в поиске места, где вам будет хорошо. Есть смысл научиться создавать это хорошо в любом месте.

УЛЫБНИТЕСЬ

Пять слов, которые труднее всего произнести: синхрофазотрон, фенолфталеин, дихлордифенилтрихлорэтан, тетрагидроканнабинол, извини.

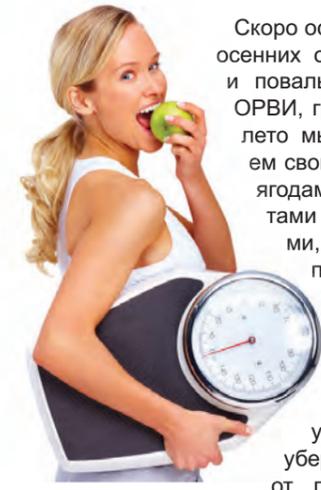
Бороться с лишним весом бесполезно, пока в списке покупок есть загадочная строка «и что-нибудь к чаю».

– А я после приёма пищи жду четыре часа, прежде чем лечь спать!
– Это так по-нашему: вместо того, чтобы не есть за четыре часа до сна – не спать четыре часа после еды...

Я пытаюсь потерять вес... Но он всё время меня находит.



Бодрость духа, оптимизм – очищаем организм



Скоро осень, сезон осенних обострений и повальных ОРЗ, ОРВИ, гриппа. Всё лето мы насыщаем свой организм ягодами, фруктами и овощами, чтобы повысить иммунитет, но, к сожалению, не всегда удаётся уберечь себя от простудных заболеваний.

Почему? Всё очень просто.

Одной из причин является повышенное содержание в зелени химических удобрений, которыми производители щедро поливают растения для более раннего их созревания и увеличения урожайности.

Другая причина – сильное засорение нашего организма токсинами и продуктами распада. Есть ещё и третья, и четвёртая причины, но остановимся пока на второй. Довольно сложно в ритме нашей жизни вырваться в санаторий, но что-то нужно делать!

По просьбам читателей мы вновь публикуем в нашей газете комплекс очистки организма с использованием продукции «Левовит». Хорошее самочувствие, лёгкость, энергичность, красивая, упругая кожа, а главное – никаких обострений. Что может быть лучше? Для этого необходимо приложить совсем немного усилий.

Первый этап АНТИШЛАК и ЯНТАРНАЯ КИСЛОТА

АНТИШЛАК Токсины (которые мы привыкли именовать «шлаками»), накапливаются в нашем организме и являются причиной многих заболеваний. Очистка организма от вредных продуктов жизнедеятельности является первым условием профилактики аллергических, иммунных и многих других нарушений.

Препарат **АНТИШЛАК** предназначен именно для комплексной очистки всего организма. В его состав входят сельдерей, зелёный чай, кукурузные рыльца, барбарис, кориандр, лавр, сульфат магния.

АНТИШЛАК от компании «Левовит»:

- очищает кишечник, почки, снижает уровень холестерина в крови, улучшает состояние суставов, нормализует обмен веществ;
- связывает и выводит токсические вещества из организма;
- нормализует функциональную активность кишечника и мочевыделительной системы, улучшает обмен веществ, поднимает общий тонус организма, усиливает физическую и умственную работоспособность.

Способ применения: по 1–2 таблетки 3 раза в день в течение 30 дней.

ЯНТАРНАЯ КИСЛОТА Человеческий организм постоянно нуждается в янтарной кислоте, а при больших физических и умственных нагрузках, стрессах, в условиях тяжелой экологической ситуации возникает дефицит янтарной

кислоты, что приводит к ухудшению работы всего организма. Принимать **ЯНТАРНУЮ КИСЛОТУ** можно параллельно с **АНТИШЛАКОМ** по 1–2 таблетки в день. Янтарная кислота стимулирует усвоение активных веществ любого лекарственного препарата, снижает его побочное действие и повышает активность.

ЯНТАРНУЮ КИСЛОТУ производства «Левовит»:

- обладает необычайно сильным анти-токсическим действием – выводит токсины из организма даже на клеточном уровне;
- нейтрализует воздействие радиации, отравляющих веществ и других неблагоприятных факторов окружающей среды;
- является мощной энергетической субстанцией, обеспечивающей энергией каждую клетку организма;
- стимулирует клеточное дыхание, доставляет свободный кислород к тканям;
- обладает выраженным омолаживающим действием, является природным антиоксидантом, нейтрализует действие свободных радикалов, защищает организм от преждевременного старения;
- обладает способностью предотвращать потерю клеткой ионов калия;
- повышает сопротивляемость организма стрессам.

Способ применения: по 1–2 таблетки 3 раза в день в течение 30 дней.

кислоты, что приводит к ухудшению работы всего организма.

Принимать **ЯНТАРНУЮ КИСЛОТУ** можно параллельно с **АНТИШЛАКОМ** по 1–2 таблетки в день. Янтарная кислота стимулирует усвоение активных веществ любого лекарственного препарата, снижает его побочное действие и повышает активность.

ЯНТАРНУЮ КИСЛОТУ производства «Левовит»:

- обладает необычайно сильным анти-токсическим действием – выводит токсины из организма даже на клеточном уровне;
- нейтрализует воздействие радиации, отравляющих веществ и других неблагоприятных факторов окружающей среды;
- является мощной энергетической субстанцией, обеспечивающей энергией каждую клетку организма;
- стимулирует клеточное дыхание, доставляет свободный кислород к тканям;
- обладает выраженным омолаживающим действием, является природным антиоксидантом, нейтрализует действие свободных радикалов, защищает организм от преждевременного старения;
- обладает способностью предотвращать потерю клеткой ионов калия;
- повышает сопротивляемость организма стрессам.

Способ применения: по 1–2 таблетки 3 раза в день в течение 30 дней.

Второй этап ГЕПАВИТ с расторопшей – приводим в порядок печень

ГЕПАВИТ С РАСТОРПШЕЙ Жирная, жареная пища, консерванты, алкоголь, курение, лекарства, токсические вещества, плохая экология. Печень несет на себе колоссальную нагрузку. Все вредные вещества, проходя через печень, пре-

образуются и выводятся из организма. Необходимо постоянно поддерживать нормальное рабочее состояние этого органа, не дожидаясь первых признаков заболевания печени (боли и тяжести в правом подреберье, отрыжки, изжоги, горечи во рту.)

ГЕПАВИТ С РАСТОРПШЕЙ бережно чистит печень и восстанавливает её нормальную работу. В состав входят расторопша, бессмертник, кукурузные рыльца.

Содержащийся в расторопше **силитарин** – это единственное известное на сегодняшний день природное соединение, которое защищает клетки печени и восстанавливает ее функции.

Комплекс трав в составе **ГЕПАВИТА С РАСТОРПШЕЙ**:

- осуществляет биологическую защиту печени от токсического воздействия лекарственных средств, от разрушительного влияния алкоголя, неблагоприятного воздействия загрязненной окружающей среды и других негативных факторов;
- является прекрасным средством для очистки печени нормализует желчевыделительную функцию печени, снижает вязкость желчи, препятствует камнеобразованию;
- восстанавливает клетки печени;
- улучшает общее состояние и работу печени.

ГЕПАВИТ С РАСТОРПШЕЙ необходимо принимать в целях профилактики воспалительных заболеваний печени, желчекаменной болезни, для улучшения

физиологического состояния печени, а так же в комплексе с лекарственными средствами при заболеваниях печени и желчевыводящих путей.

Способ применения: по 1–2 таблетки 3 раза в день в течение 30 дней.

Третий этап ОМОЛАЖИВАЮЩИЕ и ВИНОГРАДНЫЕ КОСТОЧКИ

Каждый из нас хочет приостановить, замедлить процесс старения, максимально продлить полноценную работу организма. Основным направлением в профилактике и лечении старения является прием препаратов, которые активизируют важнейшие процессы в организме и оказывают реальный омолаживающий эффект.

ОМОЛАЖИВАЮЩИЕ

Оптимальным сбалансированным поливитамином-минеральным комплексом являются таблетки **ОМОЛАЖИВАЮЩИЕ**. Это прекрасное оздоравливающее средство при истощении, слабости, авитаминозе, после перенесенных заболеваний. Оно благоприятно воздействует на организм, предотвращает преждевременное старение и продляет активное долголетие.

ОМОЛАЖИВАЮЩИЕ созданы на основе маточного молочка, цветочной пыльцы, шафрана, имбиря, корицы, мускатного ореха, янтарной кислоты, витамина Е и аскорбиновой кислоты.

Совокупность биологически активных веществ, содержащихся в этом препарате:

- оказывает омолаживающее, общеукрепляющее, тонизирующее действие, повышает умственную и физическую работоспособность;
 - стимулирует половую и репродуктивную функцию, регулирует гормональную систему;
 - стимулирует биохимические процессы, интенсивно обеспечивает клетки энергией, благотворно действует на все системы органов;
 - улучшает память и зрение, поддерживает здоровое состояние кожи и волос;
 - улучшает тонус и тургор тканей, повышает эластичность стенок сосудов;
 - предотвращает невроты и депрессивные состояния;
 - стимулирует процессы кроветворения, снижает количество холестерина в крови;
 - нормализует деятельность желудочно-кишечного тракта;
 - подавляет действие свободных радикалов в клеточных мембранах.
- Способ применения:** по 1–3 таблетки 3 раза в день в течение 30 дней. После перерыва курс приёма можно повторить.

ВИНОГРАДНЫЕ КОСТОЧКИ

Одновременно с **ОМОЛАЖИВАЮЩИМИ** желателно принимать экстракт или таблетки **ВИНОГРАДНЫЕ КОСТОЧКИ** производства компании «Левовит».

Содержащиеся в них активные вещества:

- обладают мощным антиоксидантным, нейтрализуют свободные радикалы;
- замедляют процессы старения (в первую очередь, старение кожи), сохраняют структурную основу тканей – коллаген;
- повышают эластичность

и тонус сосудов, укрепляют сердечную мышцу, оказывают антиатеросклеротическое действие;

- стимулируют циркуляцию крови;
- повышают иммунную устойчивость организма.

Способ применения: таблетки «Виноградные косточки» принимают по 1–3 шт 3 раза в день, экстракт «Виноградные косточки» – по 12–15 капель 3 раза в день в течение 30 дней. При необходимости повторить.

Если у вас имеются какие-либо хронические заболевания, в целях профилактики рекомендуем принимать препараты «Левовит» направленного действия: **ПОЧЕЧНЫЕ, СЕРДЕЧНЫЕ, ЖЕЛУДОЧНЫЕ, ПАНКРЕАТИЧЕСКИЕ, СУСТАВНЫЕ, ХОЛЕЦИСТИТНЫЕ** и другие.

ФИТОКЛЕТЧАТКА «ЛЕОВИТ»

Рекомендуем в период очищения организма принимать фитоклетчатку «Левовит»: на первом этапе **ОЧИЩАЮЩУЮ**, на втором **ЗДОРОВУЮ ПЕЧЕНЬ**. Это повысит эффективность очищения организма и ускорит его.

Благодаря фитоклетчатке вы забудете про запоры, значительно уменьшите объём своего живота и сбросите лишние килограммы. Более подробно о составе фитоклетчатки «Левовит» можно прочитать на стр. 2, а отзывы о ней – в этом и предыдущих номерах нашей газеты.

Главное при этом соблюдать питьевой режим. На каждую столовую ложку (без верха) фитоклетчатки рассчитывайте не меньше 100 мл жидкости, поскольку она, разбухая, впитывает в себя влагу, и недостаточное потребление жидкости недопустимо.

Как применять? Можно разводить водой, можно добавлять в каши, супы, кефир, компот, сок.

Как часто и в каких количествах? Выберите для себя удобный график сами. Это может быть 1 ч. л. три раза в день с каждым приёмом пищи. Возможно, вам понравится заменить завтрак фитоклетчаткой с ряженкой. Или положите в суп 2 ст. л. фитоклетчатки, и тогда хлеб вам будет не нужен. Всё зависит от вашей фантазии, но **главное – регулярность, если вы хотите увидеть результат.**

Фиточай Очищающий

Травы в составе фиточая осуществляют комплексную чистку организма: снижают вязкость желчи, усиливают детоксикационную активность печени и улучшают функциональную активность кишечника. Оказывают желчегонное и мочегонное действие, стимулируют почечную фильтрацию, способствуют выведению из организма солей, слизи, токсинов, канцерогенных веществ и продуктов обмена, очищают 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, зелёный чай, ревень, кукурузные рыльца, спорыш, хвощ, мята, крушина, сенна, имбирь, куркума, лавровый лист.



Поговорим о бестактности

Когда мне было восемь лет, я попала в ДТП. Держа в одной руке пятак на проезд, а в другой авоську, шла на автобусную остановку, чтобы ехать к бабушке. То ли пятак упал, то ли ещё что-то, не помню, но я наклонилась, а в это время слева из двора вырвался старенький «москвич», водитель которого меня не увидел и сбил с ног. Ручка двери разорвала левую щёку.

К счастью, на перекрёстке дежурил постовой милиционер, он остановил водителя, оказал мне первую помощь и на этой же машине отвез в больницу. Новость разлетелась по школе мгновенно. На следующий день мои одноклассники дружным строем ходили «смотреть кровь». И хотя кровь сразу засыпали песком, острые ощущения как магнит притягивали первоклашек на то роковое место.

Хирург виртуозно наложил швы, но шрам, похожий на лежащий на боку якорь, ещё десять лет привлекал к себе внимание своим ярким, почти малиновым цветом.

Был суд. Я спрашивала маму: «А почему ты не посадила этого водителя?» Мама ответила: «У него семья, дети. Зачем им жизнь калечить? Ты жива, не инвалид, и слава Богу». Теперь я понимаю её поступок. Но сейчас хочу сказать о другом.

Моя жизнь разделилась на «до» и «после». С того момента, как сняли повязку, дня не проходило, чтобы кто-то не спросил: «А что у тебя на щеке?» Спрашивали все, и дети, и взрослые. На улице, в магазине, в автобусе... Я возненавидела эту фразу, потому что тогда ещё не научилась защищаться, отвечая: «Вы две тысячи пятьсот сорок первый человек, который задал мне этот вопрос».

Так я уже в восемь лет на своей шкуре почувствовала, что такое бестактность. Я стала тестировать людей: к тому, кто в первые полчаса после знакомства не спрашивал меня про шрам, чувствовала признательность и расположение. С присущим детству и юности максимализмом думала, что я никогда не смогу понравиться мальчику, никогда не выйду замуж. Это была моя боль, при воспоминании о которой спустя тридцать лет у меня подкатывает ком к горлу...

Вы скажете: шрам – какая ерунда! А можете себе представить, что чувствует чернокожий человек среди белых или ребёнок, который носит очки, прихрамывает, у которого нет пальцев на руке, нет ноги или он прикован к коляске? Надо иметь большое мужество, чтобы изо дня в день выдерживать взгляды, вопросы, смешки и перешёптывания за спиной. Пока не привыкнешь или не научишься себя защищать. Для ребёнка очень важно, чтобы родители научили его воспринимать свой недостаток и неадекватное порой отношение к нему окружающих.



Понятие чувства такта должно прививаться с детства – в семье, в детском саду, в школе. Когда мы собрались в гости, где был человек без ноги, я заранее предупредила дочку (ей было тогда четыре): «Там будет дядя, которому отрезали ногу из-за болезни. Так бывает. Пожалуйста, не смотри на него как на картину в музее. И не задавай вопросов, ему будет некомфортно». И в гостях контролировала ситуацию, отвлекая девочку на другие вещи. После мы всё обсудили, я на своём примере рассказала дочке, как бестактно

могут вести себя люди, и как это может быть неприятно.

На днях уже шестилетняя дочь увидела во дворе чернокожего мужчину. Подбежала ко мне: «Мама обернись назад!». Я несколькими секундами раньше уже краем глаза увидела его и сразу же отвернулась. Моя многолетняя боль научила меня не задерживать взгляд на физических недостатках людей или на их «непохожести» на других. Дочери я сказала: «Скорее всего, он здесь учится или работает, а живёт, наверное, в Африке». Кстате сказать, она не глядела на него во все глаза, просто обратила моё внимание и побежала дальше.

Избавиться от бестактности просто. Щедро обмотайте голову бинтом и попробуйте походить так три-четыре дня. При этом сосчитайте, сколько человек с любопытством посмотрит в вашу сторону, сколько задержит взгляд, сколько покажет пальцем и сколько спросит: «Что у тебя с головой?»

Ещё помогает понять проблему хороший синяк под глазом. Тот, кто когда-либо имел его, наверняка помнит повышенный интерес к своей персоне. Неважно, был ли он получен в драке, от ревнивого мужа, от расшалившегося ребёнка или это отёк после травмы носа. А теперь представьте, что чувствует человек, который вынужден жить со своим недостатком всю жизнь. Поверьте, у вас сразу пропадёт желание пристально «пялиться» на других.

Напоследок ещё одна история. Чуть больше трёх месяцев назад у меня родилась вторая дочь. С того дня как мы вышли гулять, меня считают сумасшедшей мамашей, потому что я как орлица закрываю ребёнка от любопытных глаз. Одни с невероятным упорством пытаются «нырнуть» в коляску, бесцеремонно отодвигая шторку. Другие безапелляционно заявляют: «Мы придём посмотреть». Интересно! А меня вы спросили?

Некоторые даже обиделись. «Как? – восклицали они. – Сорок дней ведь уже было!» Ну, и что, что было. А я хочу два, три месяца, полгода... Ведь мне важно не похвастаться дочкой как новым платьем, а максимально защитить своё дитя. И только одна мудрая бабушка-соседка поддержала: «Правильно, нечего на грудного глазеть. Ребёнок как все: руки, ноги, голова, два глаза, два уха. Когда сидеть в коляске будет – увидите».

Ведь маленькие дети особенно беззащитны и восприимчивы к чужой энергетике. Помню, как, ежемесячно посещая поликлинику со старшей дочкой, тогда грудничком, я по два-три дня не могла её успокоить. Не спит даже на руках, криком кричит, выгибается. А когда заснёт, спит чутко, тревожно, просыпается через 10–15 минут...

Многие мамы списывают такое состояние деток на животик, зубки и прочие недуги. А причина зачастую одна – чужая некомфортная ребёнку энергетика. Понаблюдайте за своими детьми, и, может быть, таких «сумасшедших» мам как я станет больше.

Не нужно говорить: «Мы университетов не кончали». Для того чтобы быть деликатным и тактичным, высшее образование не требуется. Просто будьте внимательны к реакции окружающих на свои действия, уважайте чужие границы. Для этого достаточно всегда ставить себя на место собеседника, и стараться быть внимательным к своим близким, к тем, кто окружает нас каждый день.

Родители! Учите своих детей такту и деликатности, пониманию, что своим некорректным поведением они могут причинить окружающим дискомфорт и даже боль. Только для того, чтобы учить детей, нужно сначала научить себя обуздывать своё любопытство и неуёмное желание подглядывать в замочную скважину. Два способа вы уже знаете из этой статьи.

Елена Смирнова

ПРОБЛЕМЫ С ПАМЯТЬЮ? ГИНГГО БИЛОБА – ВАШ ПРЕПАРАТ

Препарат, улучшающий мозговую деятельность – экстракт **ГИНГГО БИЛОБА** от компании «Левовит».

Гингго билоба – древнейшее дерево нашей планеты. Оно произрастало на Земле ещё 280 млн. лет назад. Это растение обладает уникальным биохимическим составом. В нём содержатся необходимые человеческому организму вещества, благодаря которым:

- улучшается мозговое и коронарное кровообращение, укрепляется и восстанавливается эластичность стенок сосудов; усиливается кровоснабжение и энергообеспечение мозга;
- стимулируется поступление кислорода к головному мозгу и к сердечной мышце;
- снижается вязкость крови, предотвращаются тромбозы мозговых и коронарных сосудов;
- стимулируется обмен веществ в клетках головного мозга.

Экстракт и таблетки **ГИНГГО БИЛОБА** от компании «Левовит» применяются при нарушениях мозгового кровообращения, атеросклерозе сосудов головного мозга, повышенной возбудимости, сердечно-сосудистой дистонии, для улучшения памяти и внимания, стимуляции речевых функций и умственных способностей у людей любых возрастов. Препараты **ГИНГГО БИЛОБА** – это прекрасное средство профилактики инсульта.

Способ применения экстракта: внутрь во время еды по 20 капель 3 раза в день. Курс приёма 1 месяц. Через 20 дней курс повторить.

Способ применения таблеток: по 1–3 таблетки 3 раза в день. Курс приёма 1 месяц. Через 20 дней курс повторить.

Несомненными преимуществами экстракта **ГИНГГО БИЛОБА** от «Левовита» являются невысокая цена по сравнению с зарубежными аналогами, высокая эффективность и высокое качество растительного сырья.



БАД к пище. Не является лекарственным средством.

УЛЫБНИТЕСЬ

Бессмысленные вещи

Давайте вспомним свои странности и посмеёмся? А может, после этого перестанем ЭТО делать? Например:

- открыть холодильник, посмотреть и закрыть;
- посмотреть время на мобильном и сразу его забыть;
- заглянуть в туннель метро, ожидая поезда, будто от этого он быстрее приедет;
- перетапываться в очереди, даже если она не продвигается;
- двигать мышкой по экрану, пока что-либо загружается, как будто от этого быстрее загрузится;
- отвлечься и сказать «чё-то я хотел...»;
- когда микроволновка очередной раз пищит, сказать: «Да знаю я, знаю!»;
- одеться, чтобы уйти из квартиры, прийти к компу, посмотреть на него и уйти;
- налить стакан чая и не выпить. Потом забыть про это и налить ещё один. Когда накопится три и более стаканов выпить их разом холодными;
- отходя от машины возле торгового центра минимум три раза закрыть машину с брелка, отойти на 50 м и закрыть ещё два раза;
- читать в сотый раз надписи на освежителе воздуха, чтоб убить время во время справления нужды;
- ходить из стороны в сторону во время разговора;
- каждый раз покупать в метро жетон на одну поездку;
- записывать фильмы на DVD и потом выбрасывать не просмотрев;
- называть папки на 111 и 222, стирать их, когда кончается место потому, что непонятно, что там;
- переспрашивать даже когда вопрос полностью услышал и уже готов ответить;
- намотать нитку от чайного пакетика вокруг ручки кружки, завязать узелок, а потом распутывать перед тем как вымыть кружку;
- перед выходом из дома положить в карман плеер, засунуть наушники в уши. Через некоторое время понять, что плеер так и не включен;
- положить ключи в карман, чтобы не забыть, а потом искать долго-долго;
- набрать номер и забыть, кому звонишь;
- жать сильнее на кнопки пульта, когда в нем садятся батарейки;
- разговаривать с GPS-навигатором. Если очень плохое настроение – грубить ему или оскорблять его;
- ставить на мобильном пять будильников на утро и всё равно вставать за 15 минут до выхода;
- выключая компьютер, успеть выключить колонки до прощальной музыкальной заставки;
- наклоняться набок всем туловищем, когда проходишь повороты;
- ходить трещинки на асфальте.

А какие бессмысленные вещи делаете вы?

Природа лечит ваши суставы

Заболевания суставов возникают вследствие обменных и иммунных нарушений в организме, травм, нарушений кровообращения костной и хрящевой ткани, а также при избытке веса.

САБЕЛЬНИК болотный на протяжении столетий используется в народной медицине. Болотник, земляника болотная, болотная роза и др. – это народные названия сабельника, произрастающего исключительно на болотах. Сама по себе болотная растительность – это поистине уникальное явление. Болота являются своеобразными природными хранилищами растворенных в них в течение тысячелетий органических и минеральных веществ.

САБЕЛЬНИК с успехом применяется при многих обменных нарушениях и воспалительных заболеваниях, является хорошей помощью в лечении заболеваний суставов (артритов, артрозов, подагры и др.).



САБЕЛЬНИК обладает замечательными целебными свойствами:

- нормализует обмен веществ в тканях;
- восстанавливает нарушенную структуру суставной ткани;
- помогает ликвидировать очаг воспаления;
- улучшает функционирование суставов;
- оказывает противовоспалительное, общеукрепляющее действие;
- обогащает организм ценными природными минеральными веществами.

ТОО «ЛЕОВИТ» выпускает **САБЕЛЬНИК** в виде таблеток и экстракта. **Таблетки «САБЕЛЬНИК»** принимают по 1–3 штуки 3–4 раза в день за 30 минут до еды в течение 2–4 недель.

Экстракт «САБЕЛЬНИК» – по 1 ч. л. 2 раза в день во время еды в течение 25–30 дней. Наружно в виде растираний и компрессов.

БАД к пище. Не является лекарственным средством.



ВНИМАНИЕ! НОВИНКА!

Яблочные чипсы «ХРУСТИКИ»

от компании «Левовит»

На продуктовом рынке Казахстана появились вкусные и полезные яблочные чипсы «ХРУСТИКИ» от компании «Левовит» – тонкие, хрустящие ломтики, полученные с помощью специальной технологии сушки, позволяющей сохранить все полезные свойства яблок.

«ХРУСТИКИ» – это прекрасный перекус среди дня, который придаст Вам сил и энергии. Их можно есть, не боясь поправиться. Поскольку при изготовлении не используются жиры, чипсы имеют достаточно низкую калорийность. А высокое содержание растворимой клетчатки (пектина) и нерастворимых растительных волокон делает их сытными и ещё более полезными.

«ХРУСТИКИ» богаты калием, натрием, железом, марганцем, кальцием, магнием, хромом, цинком и органическими кислотами. Они способствуют лучшему обмену веществ и не прибавят к талии лишнего сантиметра. А, кроме того, хрустящие яблочные чипсы ЛЕОВИТ просто тают во рту и нравятся всем – и детям, и взрослым.



Знаете ли вы, почему яблоки называют «молодильными»?

♥ Органические кислоты и фруктоза, которые в большом количестве содержатся в яблоках, улучшают обмен веществ, способствуют омоложению организма, насыщают организм энергией и замедляют процессы старения.

♥ Яблоки снижают уровень холестерина в крови благодаря высокому содержанию пектина и растительных волокон, а значит – сохраняют гладкость и эластичность сосудов.

♥ Яблочный пектин поглощает и выводит токсины, вредные продукты обмена веществ, соли тяжёлых металлов (мышьяка, свинца) и препятствует процессам брожения в кишечнике.

♥ Яблоки улучшают пищеварение, предупреждают появление запоров: растительные волокна стимулируют работу мышечной стенки кишечника.

♥ Благодаря своему витаминному составу (витамины А, С, В1, В2, В6, Р, Е, В) яблоки незаменимы при авитаминозе.

♥ Яблоки богаты железом и марганцем, что делает их наиболее полезным продуктом при низком гемоглобине и нарушении процессов кроветворения.

♥ Высокое содержание калия, натрия и кальция в яблоках способствует укреплению сердечно-сосудистой системы.

Состав: яблоки, сахар.

Форма выпуска: пакет 25 г; коробка 75 г; пакет 200 г.

Покупая яблочные чипсы «ХРУСТИКИ» от ЛЕОВИТА, вы делаете правильный выбор в пользу своего здоровья!

Хочу всё знать

Язык мой...

- У писателя Эрнеста Винсента Райта есть роман «Гедсби», состоящий из более чем 50 000 слов. Во всем романе нет ни одной буквы E (самой частой буквы английского языка)
- В китайском письме более 40 000 символов.
- Китайский иероглиф, обозначающий «трудность, неприятность», изображается как две женщины под одной крышей.
- Слова «бодристь» и «чай» обозначаются одинаковыми иероглифами в китайском языке.
- В английском языке более 600 000 слов.
- Almost – самое длинное слово английского языка, в котором все буквы расположены в алфавитном порядке.
- В английском языке нет слов, рифмующихся со словами month, orange, silver и purple.

- Самое старое слово в английском языке – «town».
- Американский президент Бенджамин Франклин собрал более 200 синонимов слова «пьяный» (англ. drunk), включая такие шедевры, как «cherry-merry», «nimp topsical» и «soaked».
- Слова «впрок», «ва-банк» и «анфас» – наречия.
- Исконно русские слова на букву «а» не начинаются.
- Даль предлагал заменить иностранное слово «атмосфера» на русские «колоземица» или «мироколица».
- Карамзин придумал слово «промышленность», Салтыков-Щедрин – слово «мягкотелость», а Достоевский – слово «стусеваться».
- До XIV века на Руси все неприличные слова назывались «нелепыми глаголами».
- Слово «бездарь» в русский язык ввел поэт Игорь Северянин.

ПОЧЕМУ МЫ ТАК ГОВОРИМ

Заварить кашу – значит начать дело, которое трудно распутать. Переносный смысл этого выражения знают все. Но почему-то он не очень согласуется с прямым, кулинарным, смыслом: ведь каша – блюдо простое в приготовлении. Оказывается, дело вовсе не в еде: в старину слово «каша» означало ещё и свадьбу, а точнее – свадебный пир. В истории сохранилось предание о свадьбе великого князя Дмитрия Донского. На Руси в то время было принято по свадебному обряду устраивать кашу у отца невесты. Но Дмитрий Донской считал ниже своего достоинства ехать к будущему тестю, нижегородскому князю Дмитрию Константиновичу. Последний, в свою очередь, отказывался ехать в Москву к молодому Дмитрию, которому было всего 16 лет. Компромисс был найден: кашу устроили в Коломне – городке, находящемся между Москвой и Нижним Новгородом. В этом действе участвовал практически весь город и все его гости. Вот от подобных хлопотливых каш и пошли выражения: «заварить кашу», «сам кашу заварил – сам и расхлёбывай», «с ним каши не сваришь». Из званого праздничного обеда каша превратилась в «беспорядок», «шумиху» и «путаницу».

Тёртый калач – так говорят об опытном, много испытавшем человеке, которого трудно провести. С кулинарной точки зрения образ очень точный. Калачи на Руси различались способом или местом их изготовления: тёртый, смесной, толчёный, крупчатый, отварной, московский, муромский и другие. Калачное тесто очень долго мяли, месили, «тёрли», отчего калач получался необыкновенно пышным. Отсюда и пословица «не тёрт, не мят, не будет калач». Вот примерно как готовится калач, так «трут» и «мнут» человека испытания и беды.

УЛЫБНИТЕСЬ

Фотоальбомы бабушек и внучек

Фотоальбом бабушки

- 1938 – пошла в школу (1 фото)
- 1949 – закончила школу (2 фото)
- 1957 – окончила университет (1 фото)
- 1962 – вышла замуж (3 фото)

Фотоальбом внучки

- 19:38 – пришла в кафе (29 фото)
- 19:41 – принесли меню (18 фото)
- 19:52 – принесли еду (41 фото)
- 19:59 – пошла в туалет (123 фото)
- 20:03 – выхода из туалета, встретила подругу (52 фото)
- 20:11 – принесли десерт (38 фото)
- 20:25 – принесли счёт (12 фото)



Энергетический напиток с L-карнитином

Компания «Левовит» разработала и выпустила быстрорастворимый энергетический напиток на основе L-карнитина. Уникальность его заключается в том, что это вещество с витаминной активностью выполняет в организме человека множество жизненно важных функций.

Напиток «Левовит» с L-карнитином:

- ускоряет сжигание жиров (в том числе подкожного жира – главной причины целлюлита) и приводит к быстрому похудению;
- способствует образованию мышечной массы, а, следовательно, формированию красивой фигуры;
- предотвращает появление мышечных болей при физических нагрузках;
- обеспечивает прилив энергии, повышает физическую выносливость и общую работоспособность;
- препятствует повышенной утомляемости (физической и умственной), способствует быстрому восстановлению;
- стимулирует умственную активность и концентрацию внимания;
- повышает устойчивость организма к стрессам,



стабилизирует психику, улучшает адаптационные способности организма к различным условиям;

- улучшает работу сердца и состояние сосудов, стимулирует кислородообеспечение и питание сердечной мышцы;
- снижает уровень холестерина, препятствует образованию холестериновых бляшек на стенках сосудов;
- стимулирует кровоснабжение организма;
- приводит к интенсивному насыщению клеток и тканей кислородом;
- повышает иммунитет, снижает восприимчивость организма к инфекционным заболеваниям;
- оказывает антиоксидантное и антиокислительное действие;
- активизирует процессы пищеварения;
- повышает активность мужских половых клеток.

Дефицит L-карнитина в организме – широко распространенное явление: вырабатывается он в очень маленьком количестве, и с возрастом еще меньше, а расход его велик, что приводит к целому комплексу проблем со здоровьем. L-карнитин не имеет побочных эффектов, и принимать его можно без риска для здоровья.

Способ применения: 1–2 чайные ложки напитка растворить в стакане воды. За 1 час до еды или за 2 часа до начала тренировки. Принимать 2 раза в день в течение 1–3 мес.

Форма выпуска: банка 130 г.

УЛЫБНИТЕСЬ

Женская логика

Знаю я один простенький салатик с ветчиной. А тут как раз ветчина осталась – никто не ест. Дай, думаю, сделаю для разнообразия. В салатик идут ананасы. Открыла банку, вынула фрукт – остался сок. Пить не хочется, вылить жалко. Знаю я один кексик, в него сок по рецепту кладут – ананасовый или апельсиновый. Закрутила кексик, в него почему-то из яиц только желтки. Белки остались. Выбросить жалко, хранить – всё равно в конце концов выброшу. Подумала – можно безе сделать. Ничего сложного. В безе лимонную кожуру натёрла. Остался «лысый» лимон. Если его тут же не употребить, засохнет! Ну, лимон – это просто. Соус отличный получается для салата. В салат нарезала пол-луковицы. Только большие луковицы в доме! Осталась половина – что с ней делать? Решила томатную подливу для спагетти пожарить, больше жарить с луком было нечего. Открыла банку томатной пасты, употребила половину. А вторую половину куда? Забуду ведь в холодильнике, а она без консервантов, пропадёт. Решила сварить борщ. Для борща не нашлось капусты. Пришлось поехать в магазин. В магазине купила капусту, морковь, сельдечку, сосиски, колбасу, салфетки, стиральный порошок, скатерть (по скидке), тапочки (тоже по скидке) и прокладок три пачки на всякий случай. По дороге из магазина заехала в банк, в фотоателье получила фотографии, потом забрала брюки из починки, купила в булочной булочки мужу на завтрак. Еле дотащила всё это от машины до лифта. Сварила борщ, уже не заметила, осталось ли что-то. Упала на диван, спина не разгибается, ног не чувствую, руки отваливаются...

Думаю, вот ДУРА! Надо было вылить этот ананасовый сок!!!

www.aneidotikov.net