



ЛЕОВИТ

Газета издается с 2010 года

№ 3 (11) март 2011 г.

Колонка редактора

На днях не спалось. Сажу у телевизора, щёлкаю пультом. Набрел на американский фильм. Сюжет – дермо, но есть красивые герои, драки, любовь и секс – полный набор. Всё рассчитано на зрелищность.

Самые популярные российские каналы сейчас демонстрируют бесчисленные бессмысленные и низкопробные сериалы, основу которых составляют стрельба, убийства, кровь и идеализированные герои.

Мне пришла в голову мысль: мир пора успокаивать. Но как?

Первая мыльная опера «Рабыня Изаура» четверть века назад сделала огромное дело: она положила начало зомбированию вообще, а женщин в большей степени, поскольку женщины более эмоциональны и чувствительны. Самые незащитные перед зомбированием, конечно, наши дети. Просмотр подобных фильмов снижает умственный уровень смотрящих. Мы становимся умными виртуально, а это эрзац ума.

Проблема в том, что время конечно. Решение проблемы в том, что его можно использовать на более интеллектуальные занятия: общение с детьми, друзьями, природой; чтение книг.

Любая поездка за грибами приносит человеку больше пользы, чем плохой фильм или сериал. Грибники всей страны, объединяйтесь!



Главный грибник газеты «Леовит» Борис Вольфович Пилат

Здравствуй, уважаемые читатели газеты «Леовит»! Наконец-то на улице долгожданная весна, приход которой затянулся в этом году почти на месяц.

Всем нам, а особенно молодёжи уже хочется одеваться по-весеннему – сплошь и рядом мини-юбки, тоненькие колготки, курточки до талии. Чреваты эти «дефиле» переохлаждением, снижением иммунитета, инфекциями. Недаром в старину говорили: «Марток – не снимай порток». Но это понимают люди уже после тридцати-сорока, когда весной и осенью возникают обострения хронических заболеваний, в том числе полученных в молодости.

Для людей любого возраста «Леовит» предлагает иммуностимулирующие препараты: БАД «ИММУННЫЕ», «ФИТОГРИППИН», «ЯНТАРНАЯ КИСЛОТА», сиропы «ИММУННЫЙ», «ЭХИНАЦЕЯ», фиточай «ВИТАМИННЫЙ» и «ИММУННЫЙ». Чем полезны фиточаи «Леовит»? Прочитайте состав и действие на стр. 3–7 и обратите внимание, что они не содержат консервантов, красителей и ароматизаторов.

Если вы уже заболели, то состав таких препаратов, как «ПРОПОВИТ», «ФИТОАНГИН», «АНТИКАШЕЛЬ», «КАШЛИНКА», «БРОНХОАСМИН», «ПРОТИВОВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ», сироп «АНТИПРОСТУДНЫЙ» поможет вам быстрее пойти на поправку без ущерба для Вашего здоровья и кошелька. Кстати, когда наши сотрудники идут в поликлинику с ОРЗ или ОРВИ, им назначают... наши Средства для полоскания горла, полости рта и дёсен!

Те, кто страдает хронической усталостью, попробуйте «СТИМУЛИН», «РОДИОЛУ РОЗОВУЮ» и экстракт «МУЖСКОЙ» – они повысят Вашу физическую и умственную активность, работоспособность и сопротивляемость стрессам.

● Как мы и обещали, 20 марта в офисе компании «Леовит» открылась выставка детских рисунков на тему «Моя семья». Огромное спасибо всем, кто откликнулся – это творческие студии «Вдохновение» и «Подснежник», и их руководители; это ученики 4 «В» класса поселка Боралдай и равнодушная мама Гаухар и другие.



Бобко Ксюша, 5 лет, СХО «Подснежник»

клетчатки, напитков и цикория и др. Приглашаем всех желающих!

Мы продолжаем принимать детские рисунки на конкурс «Моя семья» до 15 мая. Телефон для справок (727) 317-69-19.



Шарипов Данияр, 4 «В» класс, СШ им. Азербайева, п. Боралдай

У ПРИРОДЫ НЕТ ПЛОХОЙ ПОГОДЫ

У природы нет плохой погоды – Каждая погода благодать. Дождь ли снег – любое время года. Надо благодарно принимать.

Отзвуки душевной непогоды, В сердце одиночества печать, И бессонниц горестные восходы. Надо благодарно принимать.

Смерть желаний, годы и невзгоды – С каждым днём всё непосильней кладь, Что тебе назначено природой. Надо благодарно принимать.

Смену лет, закаты и восходы, И любви последней благодать, Как и дату своего ухода. Надо благодарно принимать.

У природы нет плохой погоды, Ход времён нельзя остановить. Осень жизни, как и осень года, Надо, не скорбя, благословить.

Эльдар Рязанов

ПРОДУКЦИЯ «ЛЕОВИТ», БЕСПЛАТНЫЕ ГАЗЕТЫ И КАТАЛОГИ «ЛЕОВИТ» – ТЕПЕРЬ И В СЕТИ АПТЕК «ФЕНИКС» (г. АСТАНА):

- Аптека № 5.** Пр. Республики, 5. тел. (7172) 43-93-30, 43-95-58.
- Аптека № 21.** Ул. Дукен улы 19/1 (бывшая ул. Дружбы, 19/1), тел. 39-59-67.
- Аптека № 6.** Пр. Абылайхана, 10 (бывший пр. Абылай-Хана, 6), тел. 35-94-00.
- Аптека № 63.** Ул. Абая, 63, тел. 40-54-41.
- Аптека № 79.** Ул. Бейбитшелик, тел. 39-83-56.
- Аптека № 48.** Ул. Бейбитшелик, 48, тел. 39-77-09.
- Аптека № 24.** Ул. Есенберлина, 24 (бывшая ул. Аюжаик), тел. 38-51-08.

Аптека № 103. Ул. 103 д. 6, напротив 4-й поликли., тел. 63-53-25.
Аптека Алем. ТД «Алем», тел. 20-14-17.

Вниманию провизоров г. Астана!

В оптовой компании ТОО «МФА ФЕНИКС» (ул. Дукен улы, 20) большой ассортимент продукции «Леовит». Тел (7172) 39-75-19, 39-71-09.



У ВАС ПРОБЛЕМЫ С ПАМЯТЬЮ? ЭТО ЗНАЧИТ, ЧТО «ГИНГГО БИЛОБА» – ВАШ ПРЕПАРАТ

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

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 «Леовит» 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 приёма повторить.

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

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



БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. таблеток № 001434. Рег. уд. экстракта № 002354

ВНИМАНИЮ жителей г. Астана!

Большой выбор продукции «Леовит» в аптеке

«ЦЕНТРАЛЬНАЯ»

г. Астана, ул. Ш. Кудайбердыулы, 7, район Больничного городка, тел.: (7172) 57-09-13, 57-09-14, 57-09-16.

Часы работы: ежедневно с 8-00 до 21-00

Содержание номера

Телефонное мошенничество.....	2
Гардероб: «друзья» и «враги».....	3
Записки секретарши.....	3
Как помочь детям полюбить книги.....	5
Мудрость веков. Притчи.....	5
Зачем нужна клетчатка.....	6
Секреты стройной фигуры.....	7
Как «достать» мужа.....	8
Склонение числительных.....	8
Бабушкины сказки.....	8

Отдел продаж ТОО «Леовит»

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

Уважаемые жители г. Астаны и гости столицы!

Приглашаем Вас на выставку, в которой принимает участие компания «Леовит»:

27–29 апреля «Interfood–2011» (Продукты питания, напитки и упаковка), г. Астана, ВК «Корме»



На выставках Вы сможете приобрести всю нашу продукцию, получить бесплатные каталоги и газеты «Леовит», а также консультации специалистов



Телефонное мошенничество

Телефон сегодня есть у каждого и в каждой квартире, и телефонные мошенники обязательно постараются этим воспользоваться. Если вы ещё не стали жертвой подобного рода аферы, то настоятельно советуем вам изучить возможные схемы, так как вероятность того, что скоро и в вашу трубку «постучат» телефонные мошенники, очень высока.

Способов мошенничества по телефону существует много, ознакомьтесь с самыми распространёнными, а уже на базе этой информации легко можно будет избежать аферистов и их комбинаций.

Мама, спасай, я сбил (убил) человека!

Эта схема уже не раз использовалась, и многие стали её жертвой, много раз о данной схеме говорили как по телевидению, так и по Интернету, но и по сей день находят люди, которые попадают, так что от повторения хуже, наверное, не будет никому. Тут все построено на психологии, Вам звонят, Вы берёте трубку и слышите: «Мама (папа), спасай, я сбил человека (покалечил в пьяной драке), говорю с телефона следователя (гаишника, опера), передаю трубку ему». А дальше с Вами как бы говорит как бы представитель силовых структур, который рассказывает Вам историю, в которой как бы Ваше чадо совершило наезд на человека или покалечило кого-то в пьяной драке, но пока нет никого из руководства, можно договориться. Времени катастрофически мало, так как скоро его увезут (приедет начальство, журналисты) и историю невозможно будет замять, так что в течение 15 минут подвезите некоторую сумму, и мы отпустим Вашего ребёнка.

Казалось бы, если говорит не твой сын (дочь), то зачем же платить? Но всё построено на психологии: Вам в трубку орёт растерянный заплаканный голос, молит о помощи и врывается материнский инстинкт, то отдать деньги не проблема, а если Вам позвонят часа в два ночи и прокричат это вам ещё не проснувшись, успех гарантирован. По данной схеме провели не одного здравомыслящего человека.

Как с этим бороться? Да про-

сто позвонить своему чаду, осведомиться как у него дела и снова лечь спать. Звонок займет одну минуту, и как бы ни старались вас поставить во временные рамки, эта минута ничего не решит.

Плата за флирт

Вам звонят и сразу же вешают трубку, Вы перезваниваете и оказывается, что там ошиблись номером. Но номером ошиблась девушка с очаровательным голосом, да и которая не прочь продолжить разговор. А Вы-то ни сном ни духом, что номер платный с высокой поминутной тарификацией. Та же схема работает с СМС, Вам приходит сообщение типа «Котёнок, у меня нету денег на телефоне, позвони на такой-то номер. Твоя возбуждённая киска». Как Вы понимаете, вам подсовывают платный номер. Хорошая привычка – не перезванивать на незнакомые номера, если звонок сбрасывается, а неизвестная нимфоманка жаждет секса по телефону, чем информирует Вас посредством СМС.

Предложение по Интернету

Один предприимчивый гражданин арендовал платный телефонный номер и начал размещать предложения в Интернете, а предложения, ой, какие привлекательные, например, квартира в Москве (Париже, Ницце, Лондоне) или дешёвая машина или... короче, предложить можно много чего, главное, что всё это продавалось за полцены. Само собой, в объявлении был только номер телефона и, как мы подозреваем, платный. Вы звонили, оператор просил подождать, искал по базе, долго общался и так далее, короче, тянул время, а потом говорил, что уже продано то, что предлагалось. Потом Вам приходил солидный счёт за переговоры.

Платный код

Все вы наверно слышали, что есть специальные коды, при помощи которых можно перевести какую-то сумму на счёт кому-то. Но, к сожалению, очень немногие помнят эти коды наизусть, многие ими и не пользовались, а кто пользовался, уже давно забыл, так как их всегда можно уточнить в службе технической поддержки сотовой компании. А вот мошенники эти коды не только помнят,

но и активно ими пользуются. С закрытого номера звонят абоненту и говорят, что являются тех. отделом его оператора и что нужно, например, проверить его номер на работоспособность, и просят набрать такой-то код. Ваши деньги уходят мошеннику.

Добрый самаритянин

Человек подходит к Вам на улице и рассказывает душераздирающую историю, что тётя в больнице, нужно позвонить жене, а аккумулятор «умер». Историй можно придумать до безобразия много, смысл в том, что Вы, как человек вошедший в положение, дадите человеку позвонить, и если он мошенник, то, конечно, позвонит на платный номер. Цены на платных номерах высокие, и разжалобив пару десятков простаков можно стабильно иметь несколько сотен баксов в день.

Ошибочный перевод денег

К Вам на счёт приходят на деньги, небольшая сумма, например 100 единиц. Через некоторое время мошенник звонит и говорит, что ошибочно перевёл 1000 единиц на Ваш номер и просит их вернуть, набрав код. Если Вы запутаетесь с нулями, то вероятность того, что переведёте 1000 вместо 100, высока. Если нет, мошенник начинает угрожать жалобой оператору, в суд и так далее.

Развод на конкретного лоха

Мошенник звонит от имени техподдержки мобильного оператора и говорит, что абонент воспользовался роумингом, не предупредив оператора (варианты: сменил тарифный план, не оплатил мобильный одновременно и т.д.) и теперь он будет оштрафован. Он должен купить карты экспресс-оплаты и сообщить коды на такой-то номер. И ведь есть индивидуумы, которые ведутся...

Заблокировало кредитную карту

На телефон приходит сообщение, что карта заблокирована, и для того, чтобы её разблокировать, нужно позвонить по указанному бесплатному номеру. После звонка мошенники говорят, что произошёл сбой на сервере и кредитка заблокирована, чтобы разблокировать карту, нужно со-

общить данные карты и пин-код. Дальше, наверное, ясно, Ваши деньги «испарятся».

Приз в студию

Тоже схема не новая, но рабочая. Вам звонят как бы с радиостанции и говорят, что Вы выиграли крупный приз (дорогой телефон, ноутбук, машину). После есть три варианта развития событий: либо Вам скажут прислать код экспресс-оплаты для участия в розыгрыше, либо отправить или позвонить на такой-то номер, само собой, платный.

Легализированный лохотрон

Это мы часто наблюдаем по телевизору, когда, например, на экране слово «кош...а», и нужно угадать букву, которой не хватает (да еще и подсказку дают). Мы удивляемся, что никто не отгадывает, гордимся, какие мы умные, звоним... А ведь звонки-то на указанный номер платные. Можно часами набирать его и ждать, пока нас соединят с оператором (а с ним так и не соединят).

Как видите схем очень много, и все их в одной статье не опишешь, для этого пришлось бы писать книгу. Цель публикации – ознакомить вас не столько со схемами, сколько с принципом работы телефонных мошенников, чтобы Вы смогли от них защититься. Что для этого нужно? Немного логики и здравого смысла, поменьше паники и жадности (бесплатный сыр бывает только в мышеловке). Если вы не захотите быть обманутыми, то мошенник не сможет манипулировать вашей психологией, и его мошенничество не удастся!

www.mosheniki.su



ВИНОГРАДНЫЕ КОСТОЧКИ – РЕЦЕПТ МОЛОДОСТИ И КРАСОТЫ

Учёными всего мира доказано, что старение организма вызвано действием свободных радикалов. Открытие антиоксидантов, защищающих организм от свободных радикалов, позволило решить проблему продления молодости. Чтобы начать принимать антиоксиданты, не дожидаясь появления первых признаков увядания. Ярким представителем препаратов антиоксидантного действия является **ЭКСТРАКТ ВИНОГРАДНЫХ КОСТОЧЕК** от компании «Леовит».



Активные вещества, содержащиеся в нём:

- 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.

На основе экстракта виноградных косточек выпускаются таблетки **«ВИНОГРАДНЫЕ КОСТОЧКИ»**.

Способ применения. Экстракт: по 12–15 капель перед едой 3 раза в день. **Таблетки:** по 1–3 таблетки 3 раза в день. Курс приёма 30 дней. Через 20 дней повторить.



БАД к пище. Не является лекарственным средством.
Рег. уд. экстракта № 002357. Рег. уд. таблеток № 002362.



УВАЖАЕМЫЕ ПОКУПАТЕЛИ ПРОДУКЦИИ «ЛЕОВИТ»!

Публикуем список аптек в городах РК, в которых Вы сможете найти наиболее полный ассортимент продукции «Леовит».

г. АСТАНА

Сеть аптек «ГИППОКРАТ». Справочная служба: тел. (7172) 39-61-61, 39-60-60 (круглосуточно)

Аптека «Центральная»

Ул. Ш. Кудайбердыулы, 7, тел. (7172) 57-09-13, 14, 16

Аптека «Авиценна»

Ул. Дукен улы, д. 36, напротив ТД «Асем», тел. (7172) 22-75-48, 20-52-90 (круглосуточно)

Аптека под магазином «Жульдыз-Астана»

9 мкр-н, ул. Мустафина, д. 5, тел. (7172) 29-58-89 (круглосуточно)

г. АТЫРАУ

Сеть аптек АО «МЕДИЦИНА». Единая справочная служба: тел. (7122) 45-00-50

г. КАРАГАНДА

Аптека. Микрорайон «Степной-3», д. 3 Б, угол Спасского шоссе, ТД «Корзина», тел. (7212) 92-23-28

г. КЫЗЫЛОРДА

Аптека «Кызгалдак». Ул. Айтеке би, д. 38-1, тел. (7242) 27-61-79

Аптека «Доктор Плюс Фри-стайл»

Ул. Шокая, 19, ТД «Фристайл», тел. (7242) 24-05-87 (круглосуточно)

г. ПАВЛОДАР

Аптека ТОО «Лаура». Ул. Лермонтова, д. 90, тел. (7182) 55-82-69

г. ТЕМИРТАУ

Аптека. Ул. Димитрова, д. 70 А, угол ул. Металлургов, ТД «Есдаулет»

г. УРАЛЬСК

Сеть аптек АО «ТАЛАП». Единая справочная служба: тел. (7112) 28-00-94

г. УСТЬ-КАМЕНОГОРСК

Аптека «Дари Дармек». Ул. Орджоникидзе, 53, тел. (7232) 26-33-69

Аптека ТОО «Эйр Восток»

Ул. Независимости, 27, тел. (7232) 47-94-78 (круглосуточно)

г. ШЫМКЕНТ

Аптека № 5. Ул. Тауке Хана, д. 88, тел. (7252) 53-46-42, 53-98-89 (круглосуточно)

Аптека «Мурат-Фарм»

Ул. Бейбитшилик, 22-20, тел. (7252) 33-96-60

КАК СБЕРЕЧЬ КРАСОТУ, КОТОРУЮ ПОДАРИЛА НАМ ПРИРОДА?

Шикарные, густые волосы с красивым блеском – это лучшее украшение. Здоровье волос напрямую связано с нашим общим состоянием. Волосы чётко реагируют на сбой в организме: даже небольшое недомогание делает волосы тусклыми и слабыми, они теряют свою красоту, истончаются, становятся ломкими и начинают обильно выпадать.

Обратите внимание на ваше питание

Прежде всего, помните: волосы не любят диет. Особенно когда в рационе преобладает какой-нибудь один продукт.

Полноценный отдых

Необходимо планировать своё время так, чтобы его хватало на полноценный восьмичасовой сон. Старайтесь также чаще бывать на свежем воздухе и не забывайте про регулярные физические нагрузки, так как они улучшают кровообращение, которое в свою очередь обеспечивает передачу кислорода и питательных веществ к корням волос.

Постоянный уход

Время жизни волос и их здоро-

вье во многом зависит от нашего к ним внимания. Если вы хотите сохранить ваши волосы здоровыми и красивыми, вам помогут следующие советы:

● Подберите шампунь и бальзам-ополаскиватель, соответствующие вашему типу волос (желательно одной фирмы-производителя). Старайтесь не покупать средства «два в одном»: шампунь и бальзам имеют разный состав и поэтому оказывают различное действие на волосы.

● Перед мытьём очень полезно делать маски для волос. Они питают корни и прекрасно восстанавливают структуру волос.

● Балуйте свои волосы бальзамами, оздоравливающими и защищающими ваши волосы. Особенно если сушите волосы феном.

● Раз в месяц обновляйте стрижку или подстригайте кончики волос, если вы отрачиваете длинные волосы.

Линия травяных бальзамов по уходу за волосами от компании «Леовит» подарит вашим волосам здоровье, блеск и небывалую жизненную силу!

В основе рецептуры фитобальзамов «Леовит» – травяные экстракты. Они обладают поистине волшебным действием на волосы и кожу головы: восстанавливают кле-

точный обмен веществ, укрепляют и улучшают структуру волос, обеспечивают их быстрый рост.

Уникальный состав **«ФИТОБАЛЬЗАМА ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ И РОСТА ВОЛОС»** активно воздействует на ослабленные, тусклые, истонченные волосы, возвращая им пышность, здоровье, силу, сияющий блеск от корней до самых кончиков. Природные антиоксиданты трав защищают волосы от вредного воздействия солнца, воды и химических красителей.

В составе фитобальзама экстракты крапивы, ромашки, хмеля, лопуха, женьшеня, календулы, сельдерея.

«ФИТОБАЛЬЗАМ ОТ ВЫПАДЕНИЯ ВОЛОС» укрепляет волосяной фолликул, стимулирует приток крови к коже головы, а, следовательно, поступление питательных веществ и кислорода к волосам. Восстанавливается структура, возвращается объём, эластичность и молодость волос.

«Бальзам от выпадения волос» – это мощное натуральное средство против выпадения волос, которое осо-

бенно подходит для мужчин, страдающих активным облысением.

В состав фитобальзама входят экстракты красного перца, лука, крапивы, хмеля, лопуха, чеснока, конского каштана, календулы.

«ФИТОБАЛЬЗАМ ОТ ПЕРХОТИ» улучшает обменные процессы в эпидермисе, устраняет причины появления перхоти: оказывает противогрибковое, антибактериальное действие, снимает раздражение, регулирует работу сальных желез, устраняет симптомы жирной себореи, предотвращает появление перхоти и выпадение волос.

В составе фитобальзама экстракты шалфея, череды, грецкого ореха, крапивы, листьев берёзы, хмеля, корней лопуха, коры дуба.

Любите свои волосы, ухаживайте за ними, чтобы они радовали вас и окружающих!



Мода и стиль

ГАРДЕРОБ:
И «ДРУЗЬЯ» И «ВРАГИ»

В январском номере мы с Вами рассмотрели три основных правила языка внешнего вида. Помните их?

Сегодня мы более подробно разберём второе правило: «Не следовать слепо моде, а учиться подавать себя в выгодном свете, из всех причуд моды выбирать лишь те, что подчеркнут Ваши индивидуальные особенности». И заодно проверим Ваше домашнее задание, которое, напомню, звучало так: «Найдите в себе те особенности, которые Вас выгодно выделяют среди других».

Итак, что же выделяет Вас среди других?

► Возможно, у Вас необыкновенного цвета глаза! Попробуйте подчеркнуть их с помощью макияжа и шарфика в тон!

► А может, у Вас длинные, роскошные волосы? Сделайте необычную причёску, добавьте закрулку или ободок, который притянет взгляды.

► У Вас осиная талия? Избавьтесь от прямых неприталенных фасонов, что скрывают её!

Так или иначе, в себе можно найти массу достоинств! Вот их-

то как раз и нужно подчеркнуть! Самое важное, о чём стоит помнить – Ваша одежда, причёска и макияж призваны показывать Вашу красоту, а не наоборот!

Модные тенденции, необычные аксессуары и дерзкие сочетания – это отлично! Но только тогда, когда они действительно преподносят Вашу красоту в выгодном свете!

Есть вещи, которые, на мой взгляд, вообще не призваны подчеркивать красоту. Это:

1. Брюки «непонятной» длины – укороченные до косточек, будто Вы из них выросли; «капри» до середины голени; шорты до середины колен, визуально искривляющие даже ровные ноги.

2. Джинсы со слишком заниженной посадкой, открывающие взору все «прелести»: выдавленные (даже у очень худеньких!) бока и межягодичную складку.

3. Любая одежда, не по размеру – либо на пару размеров меньше, обтягивающая так, что угадывается нижнее белье, либо великоватая и мешковато висящая.

А еще – три слоя тонального крема плюс два слоя пудры и румян, облупившийся маникюр, грязные волосы... (список можете продолжить сами).

Зато есть то, что подходит всем:

1. Прямые от бедра, классические брюки, закрывающие пятку, если Ваша обувь на каблуке или до середины пятки, если без каблука.

2. Юбка-«карандаш» длиной до колен (чуть выше или чуть ниже, в зависимости от роста).

3. Платье-«футляр» различных конфигураций.

А также опрятность, лучезарная улыбка и хорошее настроение! Улыбайтесь и наслаждайтесь собой! Тем более что на дворе весна – пора романтики и обновления! В апрельском номере я расскажу Вам как избежать типичных «весенних» ошибок.

До встречи!

Ваш персональный имидж-эксперт,
Никалина
Жангельдина,
тренер
Центра
Е. Безруковой



ФИТОСОЛЬ «ЗДОРОВЫЕ НОЖКИ» –

бережный уход за Вашими ногами

Фитосоли «ЗДОРОВЫЕ НОЖКИ» – это универсальное гигиеническое средство по уходу за ногами. Экстракты целебных трав в составе фитосоли способствуют размягчению мозолей и кожи ступней, быстрому заживлению трещин, ссадин и потёртостей, препятствуют развитию грибковых заболеваний, устраняют неприятный запах, оказывают антисептическое, бактерицидное, противовоспалительное действие.

Фитосоли «ЗДОРОВЫЕ НОЖКИ» стимулирует кровообращение, уменьшает потливость и отёчность ног, избавляет от болезненных ощущений, чувства жжения и усталости.

Состав: кора дуба, хвощ полевой, ромашка, шалфей, мята, лимонная кислота, овёс, ментол, сода, природная соль, мятное масло

Рекомендуется в качестве ванночки для ног и скраба для загоревшей кожи пяток.

Фирменные киоски «Леовит»
в г. Алматы и Алматинской области
с полным ассортиментом продукции

Офис «Леовит»

ул. Нусупбекова, 32, уг. ул. Маметовой, тел. 397-64-08, 14, вн. 201, пн-пт с 9-00 до 16-45, выходные:

сб, вс, сан. день – посл. раб. день месяца.

Киоск «Леовит» в Универсаме 100

пр. Жибек Жолы, 67 уг. ул. Фурманова, тел. 273-43-17, пн-сб с 8-00 до 20-00, вс с 9-00 до 17-00.

Аптека ИП «Мажибаева»

пос. Боралдай, мкр-он Водник, д. 80, напротив маг. Шынар, тел. + 7 777-830-97-10, ежедн. с 9-00 до 19-30, перерыв с 13-00 до 14-00.

ОТЗЫВЫ

Дорогая редакция!

Читаю Вашу газету с первого номера. Узнаю много интересных фактов. Спасибо за информацию. Поздравляю всех женщин Вашего коллектива с приближающимся праздником 8 марта!

Хочу на страницах Вашей газеты поздравить Ваших читательниц и всех женщин Казахстана с этим чудесным праздником Весны!

Предлагаю также девиз для Вашей компании: «Организм не болит! Спасибо средствам «Леовит»!

С уважением, Кузнецов В. А., г. Петропавловск

Зимой я сильно заболела, был ужасный кашель, антибиотики не помогали, тем более что я диабетик, и не все препараты могу принимать. В аптеке мне посоветовали фиточай «Леовит» «Антикашель». Результат превзошёл мои ожидания! Кашель прошёл за неделю. В профилактических целях ещё продолжаю пить его.

Спасибо, Вам, Леовит за то, что дарите здоровье!

Галина, г. Алматы

Много прочитала о клетчатке, поэтому ждала ваш продукт с нетерпением. Я в первый же день поступления фитоклетчатки «Леовит» в ваши фирменные киоски купила себе две банки и еще трём подругам успела подарить к 8 марта.

Хвастаюсь своими наработками. Первое: добавляла в кефир и ряженку. Две столовые ложки с верхом на стакан кефира – и завтрак готов. Второе: положила в овсяную кашу. Её даже стало приятнее есть – появилась кислинка благодаря добавлению ягод. Третье: вместо хлеба насыпала в борщ и не пожалела: необычно, но вкусно. Четвёртое: добавила клетчатку в мыло для бани – получила эффект скраба. Ещё маску для лица хочу сделать.

Итоги: за 12 дней заметила, что кушать стала меньше (жор пропал). Стул был раз в два дня, теперь 1-2 раза в день. Тяжесть в кишечнике, которая беспокоила последние 2 недели, ушла. Про снижение веса не могу сказать – не взвешивалась. Но самочувствие улучшилось, думаю, благодаря выведению шлаков, к чему я собственно и стремилась.

Живу рядом с вашей фирмой, поэтому сегодня же отнесу письмо и куплю ещё, подружки попросили.

Анна Семёнова

От редакции: подробнее о клетчатке читайте на стр.6

Записки секретарши

Продолжение. Начало в №№ 1-10

Идиллия кончилась. Мужики кричали. Они поймали на спиннинг трёх приличных жерехов и хотели проверить, на что я способна в их приготовлении, а если точнее, хотели есть. Мудрствовать я не стала – голодный мужик раздражительней носорога. Предложила им быстренько почистить рыбу, обваляла в муке и пожарила.

В коньяк добавила парочку любимых экстрактов «Леовит», они же тоже на спирту. Пили за здоровье, за рыбу, а больше за меня. Было приятно, даже очень.

Потом мужики ставили палатки (мне отдельную) и учили меня бросать спиннинг, впрочем, больше лапали, правда, осторожно. Я отгоняла их взглядами, раздумывая: открыть рот или продолжать получать удовольствие.

Вдруг у меня клонуло! Я почувствовала удар, подсекала, вытянула приличного жереха и стала бурно выражать восторг. Чтобы уговорить меня, Вася налил мне хорошую порцию коньяка, не забыв, впрочем, и о себе. Я поцеловала пойманного жереха в мордочку.

Дальше я бросала часа два без перерыва, приветствуя каждую рыбку поцелуем. Мужики перешли на удочки. Им хотелось сварить «тройную уху» из нескольких сортов рыбы.

Вскоре рыбачить надоело, и я пошла гулять по берегу, время от времени бросая взгляды на Васяного шефа. Присев на камень, почувствовала укол в бедро. Так и есть, меня куснула змейка, небольшая и красивая.

Продолжение следует.



www.bezrukova.kz

Центр Елены Безруковой
объявляет набор в ИМИДЖ-школу
От создания индивидуального стиля
к карьере имидж-консультанта!

Наличие газеты «Леовит» дает право на скидку 5 %
Тел.: (727) 3271562, 2739116; +7777 5877783

РОДИОЛА РОЗОВАЯ

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

«РОДИОЛА РОЗОВАЯ» от компании «Леовит»:

- обладает ярко выраженным стимулирующим действием, обеспечивает прилив сил. Особенно заметно повышение работоспособности при использовании родиолы на фоне утомления и при выполнении тяжёлой работы;
- улучшает энергетическое обеспечение мозга, что ведёт к улучшению памяти, внимания, умственной работоспособности;
- нормализует обмен веществ, способствует экономичному расходованию энергетических ресурсов организма и быстрому их восстановлению;
- оказывает антиоксидантное, детоксицирующее действие: повышает устойчивость организма к воздействию химических веществ, способствует выведению токсинов из организма;
- стимулирует половую активность и положительно влияет на репродуктивную систему организма.

Приём «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 возбуждение, бессонница.

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

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

БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. таблеток № 002362.

Рег. уд. экстракта № 002357



Фиточай «ПОЧЕЧНЫЙ»

Сбор трав в составе фиточая оказывает эффективное противовоспалительное, мягкое мочегонное, антибактериальное, спазмолитическое действие, нормализует водно-солевой баланс в организме, улучшает работу мочевыделительной системы. Рекомендуется при воспалительных заболеваниях почек и мочевыводящих путей.

Состав: брусника, толокнянка, хвощ, горец птичий, кукурузные рыльца, пармелия, дыня.

БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. № 002525

«Леовит» также рекомендует: БАД «Почечные»; растворимый фиточай «Почечный».

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 приёма 7–15 дней.



Фиточай «СЕРДЕЧНЫЙ»

Сбор целебных трав в составе фиточая помогает улучшить работу сердца, нормализовать ритм сердечных сокращений, мягко снизить артериальное давление. Фиточай «СЕРДЕЧНЫЙ» способствует укреплению стенок сосудов, восстановлению их эластичности и тонуса, снимает переутомление и эмоциональное напряжение, успокаивает, нормализует сон. Рекомендуется принимать при болях в сердце, при сердечно-сосудистых заболеваниях и нарушениях работы сердца.

Состав: боярышник, пустырник, валериана, Melissa, зеленый чай, каркаде, черноплодная рябина, абрикос.

БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. № 002526

«Леовит» также рекомендует: БАД «Сердечные»; «Фитосердечные»; экстракт «Боярышник».





ТОО "Леовит" выпускает продукцию для вашего здоровья:



ЭКСТРАКТЫ

- боярышник
- виноградные косточки
- гинкго билоба
- зверобой
- календула
- каштан конский
- климаксный
- крапива
- кукурузные рыльца
- крушина
- левзея
- мужской
- пустырник
- противовоспалительный
- родиола розовая
- ромашка аптечная
- сабельник
- чеснок
- эхинацея



РАСТВОРИМЫЙ ФИТОЧАЙ

- антикашель
- почечный
- желудочный
- успокаивающий



СРЕДСТВА ДЛЯ ПОЛОСКАНИЯ РТА, ГОРЛА И ДЕСЕН

- с морской солью
- с корой дуба
- с прополисом
- с ромашкой, календулой, шалфеем
- с эвкалиптом
- с мумиё



ТАБЛЕТИРОВАННЫЕ БАД № 50

- антикашель
- антитабак
- антишлак
- виноградные косточки
- гепавит с расторопшей
- гинкго билоба
- глазные
- желудочные
- каштан конский
- климаксные
- лактогон
- опохмелочные
- печёночные
- похудин
- почечные
- противоизжоговые
- пустырник
- родиола розовая
- сабельник
- сердечные
- слабительные
- сонные
- янтарная кислота



ТРАВЯНОЙ ФИТОЧАЙ

- антикашель
- витаминный
- для суставов
- желудочный
- иммунный
- климаксный
- печеночный
- почечный
- сердечный
- слабительный
- успокаивающий



ТАБЛЕТИРОВАННЫЕ БАД № 10

- антианемин
- антиатеросклеротические
- антигастрит
- антигеморройные
- антигипертонические
- антигипотонические
- антидепрессантные
- антиинсулт
- антикариес
- антикашель
- антипародонтит
- антиревматические
- антистресс
- антишлак
- антиязвенные
- апилактин
- аппетитные
- бронхоастмин
- витайод
- гепатитные
- гипоаллергин
- глазные
- глистогон
- желудочные
- желудочные щелочные
- женские
- закрепляющие
- иммунные
- интеллектуальные
- кашлинка
- климаксные
- кожные
- костные
- кровоостанавливающие
- лактогон
- лёгочные
- мужские
- мулвит
- омолаживающие
- опохмелочные
- панкреатические
- климаксные
- похудин
- почечные
- предиабетин
- проповит
- простатические
- противовоспалительные
- противоизжоговые
- противоотёчные
- сердечные
- слабительные
- сонные
- сосудистые
- стимулин
- суставные
- успокаивающие
- фиталгин
- фитоангин
- фитоантибиотик
- фитогриппин
- фитоканда
- фитосердечные
- холециститные
- циститные
- чесночные



ВИТАМИНКИ «ЛЕОВИТ»

- апельсинка
- вишенка
- клубничка
- малинка
- мандаринка
- смородинка
- иммунчик
- проповитик
- эхинацейка



СИРОПЫ

- антипростудный
- иммунный
- эхинацея



ФИТОСОЛИ

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



ФИТОБАЛЬЗАМЫ ДЛЯ ВОЛОС

- для укрепления и роста
- от выпадения
- от перхоти



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.

БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. № 002525

«Леовит» также рекомендует: БАД «Омолаживающие», «Родиола розовая», «Стимулин», «Янтарная кислота»; экстракт «Родиола розовая».

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 артритах, артрозах, ревматизме, остеохондрозе, подагре; при повышенных нагрузках на опорно-двигательный аппарат.

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

БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. № 002525

«Леовит» также рекомендует: БАД «Суставные», «Антиревматические», «Сабельник»; экстракт «Сабельник».

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 приёма 7–15 дней.

Произведено в Казахстане из высококачественного растительного сырья

Как помочь детям полюбить книги

Для того чтобы, приучить ребенка больше и с пользой читать, надо, в первую очередь, помочь детям любить книгу.

Самый главный приём – самим взрослым любить книги и читать их так, чтобы это видели дети. Моя шестилетняя дочь как-то спросила меня: «Мама, а почему ты сама не любишь книги?» Мою изумлению не было конца: «Почему ты так решила?» – «Но ведь ты никогда их не читаешь». После объяснений, что я это делаю на работе, мне пришлось возобновить привычку читать дома.

Следующий приём развития интереса к книге – это обсужде-

ние прочитанной вечером книги.

Сразу перед сном или на следующий день спросите ребёнка, о чём вы вчера читали или попросите его рассказать отрывок из книги другому члену семьи. Спросите, как звали героев, что с ними произошло? Чей поступок ему больше всего понравился, почему? Помимо интереса будут развиваться внимательность и память вопросы, уточняющие детали: какого цвета были башмачки у Элли? Где она повстречала Железного Дровосека?

Для более взрослых детей можно использовать шарады и кроссворды. Сначала вы сами придумайте для юных читателей интеллектуальные загадки, а потом ребята с удовольствием включатся в процесс создания кроссвордов и шарад. Приведу примеры шарад.

1. Это веселый, озорной человечек. Его имя начинается с отрицательной частицы. Следующая буква – буква-звон. За ней – начало носа. Последняя часть слова – это майка без буквы «м» (НЕЗНАЙКА).

2. А это правитель сказочной страны. Первый

слог его имени – на английском языке звучит как «хороший». А второй слог – часть от слова, обозначающего стыд (ГУДВИН).

Развивает интерес к чтению поход в книжные магазины. Предварительно проведите инструктаж с детьми, как надо вести себя в общественном месте, определите правила ваших взаимоотношений (сколько книг вы сможете приобрести ребенку в этом походе и на каких условиях) и отправляйтесь в книжный мир.

Более ресурсосберегающим, но не менее интересным будет поход в детскую библиотеку. У нас есть прекрасные детские библиотеки, в которых коллектив делает всё, чтобы привить маленьким читателям любовь к чтению. Библиотекари проводят костюмированные представления, конкурсы, кружки. Атмосфера книг и уважения к ним впитывается детьми на уровне тела и зрительных образов, культуры поведения взрослых людей.

В Государственной Республиканской детской библиотеке им. С. Бегалина (г. Алматы, ул. Толе би, 27, угол пр. Достык, тел: (727) 291-40-52) родителям порекомендуют какие книги лучше читать детям различного возраста.

Один из самых эффективных способов развития интереса к

чтению у детей – это работа над техникой чтения. Когда ребёнок плохо читает, он отлынивает от книг и приступает к чтению чаще всего под давлением взрослых. Но как только у ребёнка получается читать быстрее, он сам с удовольствием начинает зарываться в книги, и уже взрослым приходится напоминать от том, что его ждут уроки и другие обязанности.

Воспитывая культуру чтения и дисциплину у наших детей, мы закладываем в них фундамент общей культуры, эрудированности и успешности в постоянно меняющемся мире.

Елена Безрукова,
директор Центра Е. Безруковой

Центр Елены Безруковой
объявляет
набор на курсы
«БЫСТРОЕ ЧТЕНИЕ
И РАЗВИТИЕ
ИНТЕЛЛЕКТА» ДЛЯ
ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

Правильно работать
с информацией – лучше учиться
и больше зарабатывать!

Тел.: (727) 3271562, 2739116;
+7777 1426773
ул. Фурманова, 65, уг. ул. Макатаева,
офис 508
Наличие газеты «Леовит» даёт право на
скидку 5 %

www.bezrukova.kz



С ПРЕПАРАТОМ «КЛИМАКСНЫЕ» ЖИЗНЬ... НАЧИНАЕТСЯ!

Чтобы должным образом подготовить и защитить женский организм, на помощь приходят травы, содержащие растительные гормоны, которые обладают эстрогеноподобными свойствами, хорошо усваиваются организмом и не оказывают побочных эффектов. Имеются достоверные сведения о стихании климактерических проявлений при приеме препаратов, содержащих растительные фитогормоны.

Таким действием обладает препарат «КЛИМАКСНЫЕ», созданный казахстанской компанией «Леовит» на основе душицы, шалфея, шафрана, маточного молочка, имбиря, витамина Е, сульфата цинка, глюконата кальция. Он способен снизить риск мучительных проявлений климакса (через 2 недели после начала приёма состояние женщин существенно улучшается) и предотвратить развитие сопутствующих заболеваний.

Фитоэстрогены, содержащиеся в шалфее, душице и шафране, в комплексе с маточным молочком и цинком способствуют нормализации гормонального фона.



Мудрость веков

ПРЕЖДЕ, ЧЕМ ЧТО-ЛИБО СКАЗАТЬ – ПОДУМАЙ ТРИЖДЫ

Пришёл к Сократу человек и спросил: – А знаешь что мне сказал о тебе твой друг? – Подожди, – остановил его Сократ, – просей сначала то, что собираешься сказать, через три сита. – Три сита? – Прежде чем что-нибудь говорить, нужно

трижды просеять это. Во-первых, через сито правды. Ты уверен, что то, что ты скажешь, правда?

– Нет. Просто я слышал...
– Очень хорошо. Значит, ты не знаешь, правда это или нет. Тогда просеем через второе сито – сито доброты. Ты хочешь сказать о моём друге что-то хорошее?
– Нет! Напротив!
– Значит, – продолжал Сократ, – ты собираешься сказать о нём что-то плохое, но даже не уверен, что это правда. Попробуем третье сито – сито пользы. Так ли уж необходимо мне услышать то, что ты хочешь рассказать?
– Нет, в этом нет необходимости.
– Итак, – заключил Сократ, – в том, что ты хочешь сказать, нет ни доброты, ни пользы, ни необходимости. Зачем тогда говорить?..

И ЭТО ПРОЙДЁТ

Однажды к раввину пришел посетитель и начал жаловаться:
– Ребе, у меня всё так плохо, так плохо! Я

потерял работу, моя жена болеет, дочка никак не может выйти замуж, мой сын не хочет учиться... Ребе, подскажите, может, Вы знаете, что мне делать?

– Да-да, есть одно старинное средство, – ответил раввин. – Нужно взять много бумажек, написать на них: «И это всё пройдёт», и разложить во всех комнатах.

Озадаченный человек поблагодарил и ушёл. Через пару лет он возвращается и благодарит:

– Ребе, как я Вам благодарен, как благодарен, просто нет слов! Я нашёл отличную работу, жена выздоровела, дочка вышла замуж, сын закончил учебу и устроился на фирме... Всё просто отлично! Спасибо Вам большое! Да, только ещё хотел спросить – те бумажки, которые я в квартире разложил, их можно уже убирать?

– Зачем убирать? – удивился раввин. – Пусть пока полежат...
www.pritci.ru



Дети едят Богу

Почему у нас раны заживают, а у Тебя нет?

Денис, 4 кл.

Хотелось бы знать заранее, что у Тебя намечено: ещё одно наводнение или Земля сгорит огненным пламенем? Кирилл, 4 кл.

Что Тебе не нравится в нашей жизни?

Славик, 2 кл.

Зачем Ты сделал человека главным на Земле?

Олег, 4 кл.

А если все люди попадут в рай, места там всем хватит? Андрей, 3 кл.

Ты не знаешь, когда я стану большой, я буду хорошей девочкой или нет? Катя, 3 кл.

Почему, когда кого-то обидишь, настроение портится, а когда кого-то прощаешь, становится радостно? Алла, 3 кл.

Какая беда докритичится до Тебя? Наташа, 2 кл.

Зачем Ты посылаешь на Землю катастрофы?

Иван, 2 кл.

Ты когда-нибудь смеешься? Плачешь?

Ольга, 3 кл.

Чего на Земле больше – добра или зла?

Гая, 2 кл.

Из книги М. Дымова «Дети едят Богу»

Фиточай «СЛАБИТЕЛЬНЫЙ»

Сбор трав в составе фиточая улучшает работу кишечника, устраняет спазмы, снимает воспаление слизистой оболочки желудочно-кишечного тракта, оказывает обволакивающее действие, помогает восстановить регулярный стул, адсорбирует и выводит токсические продукты обмена.

Рекомендуется при атонии кишечника, хронических запорах, нарушениях пищеварения, метеоризме.

Состав: крушина, ревен, сенна, слива, мята, солодка, тмин.

БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. № 002524



«Леовит» также рекомендует: БАД «Слабительные», «Антишлак», «Гепатит с расторопшей»; экстракт «Кукурузные рыльца», «Крушина».

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 приёма 7–15 дней.

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, нервном перевозбуждении, 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, Melissa, душица, чёрная смородина, яблоки, зелёный чай.

БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. № 002524

«Леовит» также рекомендует: БАД «Успокаивающей», «Антистресс», «Пустырник»; экстракт «Пустырник»; растворимый фиточай «Успокаивающий».

www.pritci.ru



УЛЫБНИТЕСЬ

ЗАЧЕМ НУЖНА КЛЕТЧАТКА И С ЧЕМ ЕЁ ЕДЯТ?

В БЛИЖАЙШЕЕ ВРЕМЯ ГОТОВЯТСЯ К ВЫПУСКУ:

Еврейские анекдоты

— Яша, ты не мог бы одолжить мне сотню?
 — А когда ты отдашь?
 — Минуточку! Я ведь первый спросил!

Стук в дверь.
 — Рабинович здесь живёт?
 — Нет, Рабинович здесь не живёт.
 — А вы кто?
 — Рабинович.
 — Так что ж вы говорите, что он здесь не живёт?
 — А разве это жизнь?..

В суде:
 — Свидетель, ваша фамилия?
 — Минухин.
 — Имя?
 — Исаак.
 — Место жительства?
 — Бердичев.
 — Занятие?
 — Мелкий гешефт.
 — Вероисповедание?
 — Господин судья, если меня зовут Исаак Минухин, живу я в Бердичеве, занимаюсь мелким гешефтом, то кто я, по-вашему? Буддист?

В одесском горсуде идет бракоразводный процесс.
 — Почему вы решили разводиться?
 — спрашивает мужа судья.
 — Моя жена не устраивает меня как женщина.
 — Тоже мне, принц датский, — кричит с места теща, — всю Одессу она устраивает, а его нет!

На одесском рынке:
 — Сколько весит ваша лошадь?
 — Какая лошадь? Я продаю кроликов! Куда вы смотрите?
 — Я смотрю на цены.

— Абраша, почему ты хромаешь?
 — Потому, что у меня ботинки на два размера меньше.
 — Зачем же ты такие носишь?
 — Я тебе сейчас расскажу. Начальник у меня идиот, жена — старая карга, дети — паразиты, теща — садистка. Единственное удовольствие от жизни я получаю, когда снимаю эти ботинки.

— Рабинович, где вы работаете?
 — Нигде.
 — А что делаете?
 — Ничего.
 — Слушайте, это же отличное занятие!
 — Да, но какая конкуренция!

Бедный еврей приходит к раввину:
 — Ребе, скажите, как дальше жить в такой тесноте: в одной комнате жена, четверо детей, моя мать, теща...

— Знаешь, что я тебе посоветую, — говорит ребе. — Заведи себе козу.
 — У меня есть коза.
 — А где она живет?
 — В сарае.
 — А ты посели её в вашей комнате.
 — Ребе, что вы говорите? Там и так вздохнуть негде.

— Делай, что говорю!
 Бедняк так и поступил. Через некоторое время опять приходит к раввину.
 — Ребе, что вы мне посоветовали? В доме вонь, коза блеет, жена ругается, теща проклинает и меня, и козу...

— Понятно. А теперь выведи козу обратно в сарай.
 На следующий день еврей прибегает с радостным лицом:
 — Ребе, вы себе не представляете, как нам теперь легко стало жить!

Волшебная сила оболочки пшеничного зерна связана с высоким содержанием в ней клетчатки — пищевых волокон, витаминов группы В, витаминов А, Е, а так же макро- и микроэлементов, необходимых для нормальной работы организма: калия, кальция, фтора, меди, цинка, магния, хрома, селена и др.

Клетчатка по своим свойствам является уникальным веществом, которое активно участвует в процессе пищеварения: её растительные волокна не разрушаются в желудке и тонком кишечнике — иначе говоря, клетчатка не переваривается. Проходя по пищеварительному тракту, она увеличивается в объеме, и впитывает в себя все, что накопилось в кишечнике за долгие годы. А накопилось там немало — у среднестатистически «здорового» человека из-за накоплений в стенках толстого кишечника его диаметр сужается в два-три раза. Клетчатку можно смело отнести к продуктам здорового питания.

КЛЕТЧАТКА:

■ способствует снижению аппетита и поддержанию веса. Благодаря ей человек долго не ощущает голода: попадая в желудочно-кишечный тракт, клетчатка разбухает, за счёт чего и появляется чувство сытости. Кроме того, клетчатка имеет низкую пищевую ценность — практически полное отсутствие калорий;

■ улучшает состояние микрофлоры, препятствует развитию гнилостных процессов в кишечнике, оказывает противомикробное, противовирусное, противогрибковое, противопаразитарное действие;

■ способствует полноценной работе желудочно-кишечного тракта, продвижению пищи и очистке кишечника; Растительные волокна помогают пище быстро продвигаться по пищеварительному тракту, и не позволяют ей застаиваться в нижних отделах кишечника;

■ являясь естественным сорбентом, впитывает в себя токсины и продукты распада, препятствуя их всасыванию в кровь и отравлению организма, а затем выводит их из организма. Доказано, что пищевые волокна выводят из организма человека ионы тяжёлых металлов, в том числе радиоактивные элементы, канцерогенные вещества, а это очень важно для профилактики онкологических заболеваний;

■ имеет свойство уменьшать количество сахара и холестерина в крови. Отруби рекомендуют больным сахарным диабетом, как эффективное вспомогательное средство.

К сожалению, издержками цивилизации являются полу-

фабрикаты и рафинированная пища, которая не содержит полезных веществ, в том числе и пищевых растительных волокон, так необходимых нашему организму.

Принимая клетчатку, вы можете не бояться, что она вызовет привыкание. Ведь она является неотъемлемой и жизненно необходимой частью вашего рациона, и её вы просто регулярно недополучаете с пищей.

Ещё Гиппократ писал: «Пусть ваша пища станет вашим лекарством, а ваше лекарство — пищей».

Подведём итоги. Какой вы получите результат, принимая растительную клетчатку?

- Она очистит ваш организм и реально поможет сбросить вес.
- Ваша кожа приобретет свежий вид, здоровый цвет лица и красивый блеск глаз не замедлят порадовать вас.
- Вы почувствуете ощущение лёгкости и большой работоспособности.
- Ваш иммунитет повысится, снизится проявление аллергических реакций.
- Вы решите проблемы со стулом.

Не забывайте, что важны регулярность и своя «комфортная» ежесуточная норма потребления с соблюдением дозировки. Норма потребления клетчатки составляет 30–40 г в сутки (в сухом виде).

При употреблении клетчатки **ОБЯЗАТЕЛЬНО** пейте больше жидкости!

Не рекомендуется употреблять клетчатку при язве желудка в открытой форме и при некоторых воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

ФИТОКЛЕТЧАТКА «ЛЕОВИТ»

Изготавливается из очищенных отрубей пшеницы и овса с добавлением ягод и экстрактов трав. Технология производства фитоклетчатки производства компании «Левовит» обеспечивает сохранение всех витаминов, минералов и органических веществ, содержащихся в свежих продуктах. В фитоклетчатке «Левовит» отсутствуют химические красители, ароматизаторы, консерванты и сахар.

Высокая биологическая активность зёрен овса, богатых белками, витаминами группы В, РР, Е, Д, ферментами, макро- и микроэлементами дополняет и усиливает действие клетчатки «Левовит». Кроме того, в овсе содержится полисахарид — глюкан, обладающий способностью снижения уровня холестерина и сахара в крови.

Таким образом, принимая фитоклетчатку, вы сможете заметно улучшить своё самочув-

ствие, подготовить себя достойно встретить весну и обрести прекрасную форму к лету.

Фитоклетчатка «Левовит» — это готовый к употреблению продукт, который хорошо сочетается с молоком, кефиром, йогуртами и различными чаями. Клетчатка практически не содержит калорий и является идеальным «балластом» для желудка. стакан молочного продукта, отвара, чая, овощного или фруктового сока с добавлением 2 столовых ложек клетчатки, принесут Вам состояние сытости (прекрасный завтрак, полдник или особенно ужин). Одновременно вы очистите организм от токсинов, которые приводят к нарушению обмена веществ и, как следствие, возникновению избыточного веса.

В аптеках города и наших фирменных киосках вы можете приобрести фитоклетчатку «Витаминную» и «Слабительную» производства компании «Левовит».

ФИТОКЛЕТЧАТКА ВИТАМИННАЯ

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

Состав: оболочка пшеничного зерна, овёс, сenna, шиповник, овёс.



ФИТОКЛЕТЧАТКА 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.



БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. фитоклетчатки «Витаминная» № КЗ.16.01.78.003.Е.001773.02.11.

Рег. уд. фитоклетчатки «Слабительная» № КЗ.16.01.78.003.Е.002204.02.11.



Врач говорит пациенту, страдающему ожирением: — Вы можете есть всё, что захотите, а вот Вам список того, что Вы должны захотеть.

ФИТОКЛЕТЧАТКА ПРИ ДИАБЕТЕ

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

ФИТОКЛЕТЧАТКА 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.

«МУЖСКОЙ ЭКСТРАКТ» — ДЛЯ ЛЮБИМЫХ МУЖЧИН

Компания «Левовит» выпускает препарат собственной разработки экстракт «МУЖСКОЙ». Это поистине формула мужского здоровья. В его состав входят золотой корень, левзея, пантокрин, гинкго билоба, имбирь, мускатный орех, сельдерей и боярышник.

Экстракт «МУЖСКОЙ» от компании «Левовит»:

- тонизирует, возбуждает;
- повышает потенцию, стимулирует половую активность;
- усиливает половое влечение и остроту ощущений, улучшает эмоциональную окраску;
- стимулирует кровообращение, улучшает приток крови к органам таза;
- стимулирует сперматогенез.

Экстракт «МУЖСКОЙ» значительно улучшает качество жизни любого мужчины. Это эффективное средство для стимуляции сексуальной функции и поддержания физической и умственной активности у мужчин. Он эффективно применяется при нарушении эрекции, половой слабости, сниженном тонусе, чрезмерных физических и психических нагрузках, депрессивных состояниях, слабости.

Способ применения: внутрь по 1/2 чайной ложки перед едой 3 раза в день. Курс приема 30 дней. При необходимости через 15 дней курс приема повторить.

БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. № 000429



Компания «ЛЕОВИТ» желает вам успехов в ваших начинаниях и доброго здоровья!

Фиточай «ЖЕЛУДОЧНЫЙ»

Обладает противовоспалительным, обволакивающим, спазмолитическим и ранозаживляющим действием, помогает восстановить слизистую оболочку желудка, сглаживает симптомы желудочного и кишечного дискомфорта, способствует устранению изжоги и метеоризма.

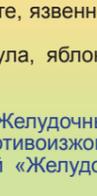
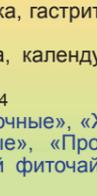
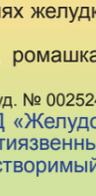
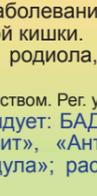
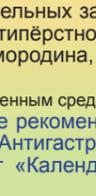
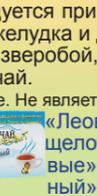
Рекомендуется при воспалительных заболеваниях желудка, гастрите, язвенной болезни желудка и двенадцатипёрстной кишки.

Состав: зверобой, мята, смородина, родиола, ромашка, календула, яблоки, чёрный чай.

БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. № 002524

«Левовит» также рекомендует: БАД «Желудочные», «Желудочные щелочные», «Антигастрит», «Антиязвенные», «Противоизжоговые»; экстракт «Календула»; растворимый фиточай «Желудочный».

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



Фиточай «АНТИКАШЕЛЬ»

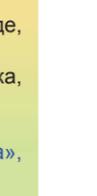
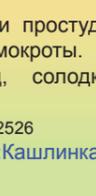
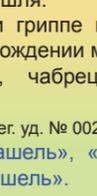
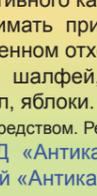
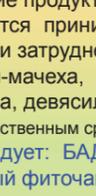
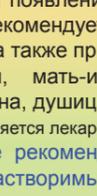
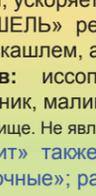
Прекрасное противовоспалительное, антибактериальное, иммуностимулирующее средство. Облегчает симптомы простудного заболевания, смягчает кашель, оказывает муколитическое, бронхолитическое, обволакивающее действие, стимулирует отхождение мокроты, ускоряет появление продуктивного кашля.

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.

БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. № 002526

«Левовит» также рекомендует: БАД «Антикашель», «Кашлинка», «Бронхоастмин», «Лёгочные»; растворимый фиточай «Антикашель».



Секреты стройной фигуры

«Как я люблю свое изящное, гибкое тело! Эти точёные руки, эти длинные стройные ноги, этот плоский упругий животик. И как я ненавижу жир, который все это скрывает!»

Знакомая ситуация? К сожалению, не вам одной. С приближением весны многие женщины со страхом глядят на весы, понимая, что купленные прошлой весной и осенью блузочки и платья им надеть не придётся, если они не приложат усилия по сбрасыванию двух-трёх, а то и более «лишних» килограммов. Почему так бывает?

Часто виновником лишнего веса становится банальное переедание. Сколько надо есть? Диетологи говорят, что нормой является то количество пищи, которое умещается в его сложенных горстью ладонях. Если вы мысленно положите на ладони комплексный обед из трех блюд (первое, второе, салат) и компот/чай/кофе, то полагаю, почувствуете своему желудку. И это еще не вдаваясь в подробности, ЧТО он должен переварить.

Кроме того, вот несколько причин «зимнего» лишнего веса.



К холодам организм сам тивает «стратегический запас» подкожного жира.

■ В холодную погоду так и тянет побаловаться чайком, а к чаю чем-нибудь сладеньким.

■ Зимой меняется рацион питания – меньше овощей, больше мяса, картофеля, макарон, мучного.

■ Меняется образ жизни: холодно и быстро темнеет. Там, где летом запросто пройдешь пешком остановку-две-три, зимой хочется проехать на автобусе или на машине. По вечерам и в выходные так не хочется выпозать на улицу без крайней необходимости, продукты закупаем по пути. А на пешие ежедневные прогулки способны немногие.

■ Зимой мы отмечаем много праздников – после любого из них запросто набирается 1–2 кг.

■ Аэробикой, фитнесом и плаванием зимой занимаются только самые настойчивые и упорные.

А дома в холодильнике так много всяких соблазнов...

Моя мама всю жизнь чётко контролировала свой вес. И в марте, когда её сотрудницы ахали и вздыхали, что не влезают в прошлогодние платья, а юбки не сходятся, она обязательно «садилась на капусту». То есть обед на работе она заменяла порцией квашеной капусты без хлеба. Кроме того, выходила из служебного автобуса на две остановки раньше и шла домой пешком. За 2–3 недели такой диеты она сбрасывала накопленные за зиму килограммы и если и шила новые наряды, то прежнего раз-

мера, а не больше.

Что касается капусты, объяснение здесь простое. Не подвергнутая термической обработке белокочанная капуста (свежая или квашеная) обладает уникальными свойствами: во-первых, она источник клетчатки, во-вторых, содержит вещества, которые способны расщеплять жиры, выгоняя их из жировых «депо».

Ну, а ходьба – это естественное движение, физическое упражнение, доступное всем возрастам, одно из эффективных средств укрепления здоровья, развития физических качеств, повышения работоспособности.

Во время ходьбы в работе участвуют почти все мышцы тела, при этом особенно развиваются и укрепляются мышцы ног, таза, живота, рук и спины. Укрепляются кости и связки. Улучшается осанка и походка, в результате чего создаются оптимальные условия для правильной работы внутренних органов.

Ходьба активизирует жизненные процессы всех органов и систем, повышает сопротивляемость организма вредным влияниям внешней среды, служит средством профилактики и в ряде случаев лечения многих заболеваний сердца, легких, органов пищеварения, нервной системы.

В следующих выпусках мы продолжим разговор о том, как, не изнуряя себя диетами, поддерживать нормальный для Вашего организма вес.

Елена Смирнова

«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 для комплексной очистки всего организма. В его состав входят сельдерей, зелёный чай, кукурузные рыльца, барбарис, кориандр, лавр, сульфат магния. «АНТИШЛАК» от компании «Леовит»:

● 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.



БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. № 001222

ОТЗЫВЫ

Уже почти 5 лет являюсь благодарным потребителем вашей продукции. Живу в Харькове, покупаю БАД вашего производства в «Зеленой аптеке»: Интеллектуальные, Сосудистые, Сердечные, Антигипертензивные. Спасибо за качество.

С уважением, Олег Кучеренко

Уже не первый год пользуемся препаратами «Леовит». Пропили с дочерью курс «Антишлака» совместно с «Похудином». Очень нравятся «Гепавит с расторопшей» и вся линия фиточая без сахара. Внук с удовольствием кушает витаминки «Иммунчик» и «Эхинацейку».

Рашида и Оксана г. Алматы

РЕЦЕПТ

ПИРОГ С РЫБОЙ (по-гурьевски)

Рецепт дан на 1 большой пирог и в расчёте на 1 кг мякоти свежей рыбы.



Тесто. На 0,5 л молока, 1/2 стакана сахара, 1 пачка сливочного масла (лучше размягченного, чем растопленного), щепотка соли, 3 яйца, дрожжи (сухие – 1 стол. л., «живые» – 50 г), мука – сколько «возьмёт» тесто.

Дрожжи разведите в 100 г молока, добавьте 1 стол. л. сахара и немного муки. Пока опара подходит, яйца взбейте с сахаром (тогда тесто будет нежнее). Соедините все компоненты и вымесите тесто. Дайте ему подняться два раза. Тесто не должно быть жидким (но и не как на пельмени). Разделите примерно так: 2/3 на нижний корж и 1/3 на верхний.

Начинка. По 1 кг капусты, лука, мякоти рыбы. Соль, молотый чёрный перец, лавровый лист – по вкусу.

Накануне вечером либо за 4–5 часов до выпекания пирога нарежьте рыбу на куски, неважно, какие, лишь бы одного размера (например, 2x3 см). Рыбу присолите и дайте постоять. Затем почистите лук, нарежьте четвертькольцами и обжарьте на растительном масле. Рыбу соедините с горячим луком, посолите, добавьте перец, лавровый лист, накройте крышкой и поставьте в прохладное место – рыба промаринуется и пирог будет вкуснее.

Нашинкуйте капусту, перетрите её с солью, потушите до готовности, остудите (можно приготовить накануне).

Если вы используете мороженую рыбу, её надо как-то подсушить, иначе пирог будет мокрым. Можно разморозить и немного «подсушить», притушив на сковороде. Иногда я и свежую рыбу притушиваю до полуготовности: лишняя влага уходит, и пирог готовится быстрее.

Раскатайте тесто для нижнего коржа большим пластом, припудрите тесто и скалку мукой, намотайте тесто на скалку и перенесите на сковороду или противень. Равномерно положите начинку: капусту вниз, на неё рыбную начинку, закройте верхним коржом, зашпательте края. В центре верхнего коржа сделайте ножом 4–5 прорезей по 3 см, чтобы выходил лишний пар и пирог не был мокрым.

Пирог поставьте на кастрюлю с горячей водой на 10–15 мин «на расстойку» (тесто не заварится, не бойтесь). Перед тем, как поставить в духовку, смажьте взбитым яйцом. Выпекайте 60 минут, если рыба сырая и 40–45 мин, если доведена до полуготовности.

Если горит низ духовки, можно вниз подставить противень или казан с водой, а лучше противень с песком.

Бородина Л. В.

С ПРЕПАРАТОМ «ПОХУДИН» ВЫ БУДЕТЕ ВЫГЛЯДЕТЬ НА ВСЕ СТО!

Препарат «ПОХУДИН», разработанный казахстанской компанией «Леовит» изготовлен на основе сельдерея, ревеня, барбариса, кукурузных рылец, свёклы, калия йодистого, сульфатов цинка и магния.

Клинически доказано, что действие активных веществ, содержащихся в этих травах, в комплексе с минеральными солями цинка, магния и йодистым калием:

- снижает аппетит, обеспечивает быстрое наступление ощущения сытости;
- улучшает моторику кишечника, стимулирует процессы пищеварения;
- оказывает мочегонное действие, стимулирует выведение токсинов



из организма;

● стимулирует желчевыделительную активность печени;

● стимулирует расщепление жиров с образованием энергии, снижает всасывание жира из кишечника, препятствует отложению жиров в организме, регулирует жировой и углеводный обмен;

● восполняет дефицит микроэлементов, возникающий при низкокалорийной диете.

Если принимать препарат «ПОХУДИН» в комплексе с препаратом «АНТИШЛАК» компании «Леовит», то эффект проявится значительно быстрее, поскольку фитокомплекс «АНТИШЛАКА» дополняет и усиливает действие «ПОХУДИНА».

Способ применения: по 1–3 таблетки 3 раза в день за 1 час до еды в течение 1 месяца.

БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. № 001240



КОПИЛОЧКА

ВАША БЕЗОПАСНОСТЬ В ВАННОЙ

Ванная комната является самым травмоопасным местом в квартире. Особенно уязвимы дети и пожилые люди. Как максимально обезопасить ванную и для детей, и для взрослых?

1) На сравнительно небольшой площади ванной расположено достаточно много всего, что может стать источником повышенной опасности. Покупайте мебель и оборудование для ванной без острых углов. Используйте силиконовые угольники, особенно если в доме маленькие дети.

2) С осколками связаны самые опасные тяжелые рваные травмы. Стеклокерамические поверхности должны быть минимизированы или быть предельно прочными и не давать осколков при разбивании.

3) На пол всегда попадают брызги чистой и мыльной воды – повышается риск поскользнуться. Падая на пол в ванной, дети получают самые опасные травмы, пожилые люди – перелом шейки бедра. Постелите на пол коврик на резиновой основе.

4) На дно ванны кладите специальный резиновый коврик с присосками, после купания убирайте для просушки, так как на нём может появиться плесень.

5) Для пожилых людей, людей с избыточным весом и беременных женщин представляет особенную трудность забраться в ванну и выбраться из

неё. Укрепите на стене прочную ручку из нержавеющей стали.

6) При попадании даже нескольких капель воды на розетки возникает опасность поражения электрическим током. Розетки должны быть с крышками или находиться в недоступном для попадания воды месте.

7) Храните чистящие и моющие средства, медикаменты и косметические средства в недоступном для детей месте (дети могут попробовать их на вкус и пролить на себя, что чревато химическими ожогами или отравлениями)

8) Ребёнок может травмировать себя режущими предметами и электроприборами (например, неосторожно сбрить себе бритвой губу или опустить в воду фен и получить смертельный шок.). Обесточивайте и убирайте их после использования.

9) Обесточивайте стиральную машину после стирки, чтобы дети не могли в ней что-то или кого-то постирать.

Ваша хозяйка

Использованы материалы сайта www.balazan.kz



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.

БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. № 002527

«Леовит» также рекомендует: БАД «Иммунные», «Иммунчик», «Эхинацейка»; экстракт «Эхинацея»; сиропы «Антипростудный», «Иммунный», «Эхинацея».

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 приёма 7–15 дней.





УЛЫБНИТЕСЬ 😊

КАК «ДОСТАТЬ» МУЖА (инструкция для женщин)

1. Когда муж приходит с работы уставший и измученный, вы обязательно должны начать много говорить. Не важно что, а главное громко и быстро. Ну, например, перескажите ему все серии вашего любимого сериала или расскажите о том, как вы ходили по магазинам. На худой конец разьясните ему, чем отличается помада «Перламутровый блеск» от «Северного сияния».



2. После ужина, когда муж подберет, начните задавать вопросы. Пусть вас и не интересуют ответы, но это необходимо для овладения данным искусством. Какие вопросы? Да любые: «Почему ты раньше пришёл?», «А почему ты задержался?», «А мне идет этот халатик, эти тени?» и так далее, и тому подобное.

3. Если муж говорит: «Я тебя люблю», то не упускайте этот шанс, обязательно потренируйтесь и ответьте ему вопросами: «А ты точно меня любишь?», «Очень?», «Очень-очень?», «Очень-преочень?» и дальше по нарастающей.

4. Когда у мужа выдастся выходной, обязательно сходите с ним в магазин. Там вы проведете незабываемые часы. Протащите его по всем отделам, не оставляя ни на минуту. Перемерьте кучу кофточек, платьев, штанов, юбок не забудьте спросить его мнение о каждой вещи и по три раза переспросите, уверен ли он в нём?

5. Сразу же после секса не забудьте разузнать у него: «А было ли тебе хорошо?», «А что тебе понравилось больше всего?», «А сегодня лучше, чем вчера?», «А ты спишь?». И обязательно повторите все вопросы из пункта № 3, ну, и чтобы совсем быть уверенной в своих силах, сделайте все действия из пункта № 1. Чтобы муж не заснул во время вашей беседы, периодически толкайте его локтем в бок и говорите: «Зая, не спи!»

6. Во время просмотра футбола или другой интересной ему программы, начните пылесосить перед телевизором. Если он будет возмущаться, то всплесните руками и громко говорите: «Ну вот! А потом ты говоришь, что я плохая хозяйка!»

7. Муж на работе, а вы не знаете, чем заняться? Смело берите трубку в руки и набирайте его номер. Расскажите ему все последние новости, которые узнали от подруги или из программы «Вести», посоветуйтесь о том, что подарить маме или сестре, на ближайший праздник или спросите, как у него дела и чем он занимается.

8. Он бросает носки где попало? Или того хуже, приходит постоянно грязный? Обязательно ругайте его за это, при каждом удобном случае! Особенно в присутствии чужих людей.

9. У него есть вредные привычки? Может быть, он курит или любит выпить пиво под телевизор, таскает еду, перед тем как сесть за стол? Вы должны просветить его о вреде такой привычки, рассказать обо всех последствиях и о том, как избавиться от нее. Главное, следуйте правилу: «Не может – научим, не хочет – заставим!»

ПОТЯСАЮЩИЙ АНТИЦЕЛЛЮЛИТНЫЙ ЭФФЕКТ И ЧУДЕСНОЕ ПРЕОБРАЖЕНИЕ ВАШЕЙ КОЖИ:

фитосоли «Шоколадная», «Антицеллюлит», «Молочно-медовая», «Источник бодрости»



Ваша кожа стала тусклой и шероховатой? Появились дряблость и целлюлит? Вы хотите, чтобы Ваша кожа приобрела первозданную свежесть и упругость?! Значит пришла пора обращаться к помощи фитосолей от компании «Леовит»!



Используя фитосоли «Леовит», вы получите потрясающий результат благодаря натуральным эфирным маслам, растительным экстрактам трав и другим натуральным компонентам, входящих в их состав.



После первого же применения ваша кожа приобретает чудесную бархатистость, гладкость и упругость, а целлюлит начинает постепенно уходить. Ваша внешность будет вызывать восхищение и восторг у окружающих.



Любите и балуйте себя на здоровье!

Способ применения: фитосоль нанести активными массирующими движениями на влажное тело на 3–5 минут, а затем смыть теплой водой. Для уменьшения «апельсиновой корки» рекомендуется не смывать фитосоль 15 минут и применять не менее 10–12 дней.



ГЕШЕФТ №1

Объявляем новый КОНКУРС. Для участия в нем нужно выполнить два задания.

Задание 1: составьте ребусы с любыми названиями продукции «Леовит» (количество может быть любым).

Задание 2: самым необычным образом зашифруйте название нашей компании (можно прислать по два и более вариантов). Приз победителю – «Справочник кроссвордиста» и набор продукции «Леовит».

Ждём ваших писем по адресам: 050016, г. Алматы, ул. Нусупбекова, 32 или leovit-editor@yandex.kz, editorleovit2010@rambler.ru. Не забудьте указать Ваши имя и фамилию, адрес и телефоны для связи.

Выходит 1 раз в месяц на русском языке

Главный редактор Пилат Б. В. Выпускающий редактор Смирнова Е. А. Дизайн и верстка Чекмачёва К. В.

Отдел рекламы Баратов Э. Я.

За достоверность рекламной информации ответственность несет рекламодатель. Мнения, высказанные в публикуемых материалах, могут не совпадать с мнением редакции. Любое использование материалов, в том числе путем перепечатки, допускается только по согласованию с редакцией.



ГЕПАВИТ С РАСТОРОПШЕЙ

— защита вашей печени

Печень несёт на себе колоссальную нагрузку: жирная, жареная пища, консерванты, алкоголь, курение, лекарства, токсические вещества, плохая экология.

Печень пропускает через себя все вредные вещества, где они преобразуются и выводятся из организма. Чтобы «держать удар», она должна обладать сверхсилой выносливостью. Не дожидаясь первых признаков заболеваний печени (боли и тяжести в правом подреберье, отрыжки, изжоги, горечи во рту), необходимо постоянно поддерживать её нормальное рабочее состояние. Ведь многие заболевания печени на начальных стадиях протекают бессимптомно.

Казахстанская компания «Леовит» предложила новый способ защиты, бережной чистки и восстановления нормальной работы печени с помощью препарата «ГЕПАВИТ С РАСТОРОПШЕЙ».

В его состав входят: расторопша, бессмертник, кукурузные рыльца.

Содержащийся в расторопше силимарин – это единственное известное на сегодняшний день природное соединение, защищающее клетки печени и восстанавливающее её функции.

Комплекс трав в составе «ГЕПАВИТА С РАСТОРОПШЕЙ»:

- осуществляет биологическую защиту печени от токсического воздействия лекарственных средств, от разрушительного влияния алкоголя, неблагоприятных факторов загрязненной окружающей среды и других негативных факторов;

- является прекрасным средством для чистки печени;

- снижает вязкость желчи, нормализует желчевыделительную функцию печени;

- восстанавливает клеточные стенки печени;

- улучшает общее состояние и работу печени.

«ГЕПАВИТ С РАСТОРОПШЕЙ» принимается в дополнение к основной лекарственной терапии при заболеваниях печени и желчевыводящих путей, в том числе при хронических гепатитах, холециститах, циррозе печени, токсических поражениях печени, после холецистэктомии), а также в целях профилактики воспалительных заболеваний печени, желчекаменной болезни и для улучшения физиологического состояния печени.

Способ применения: по 1–2 таблетки 3 раза в день в течение 1 месяца

БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. №3442



Говорим по-русски правильно

Сегодня мы продолжаем говорить о числительных, потому что, как выяснилось, эта тема актуальна для многих.

Склонение дробных числительных

В дробном числительном 3/7 3 – это числитель, количественное числительное, 7 – знаменатель, порядковое числительное. При склонении дробных числительных изменяются обе части: числитель склоняется как целое число, а знаменатель – как прилагательное во множественном числе.

И. п. три седьмых
Р. п. трёх седьмых
Д. п. трём седьмым
В. п. три седьмых
Т. п. тремя седьмыми
П. п. (о) трёх седьмых

Склонение собирательных числительных оба-обе

муж. и ср. р. жен. р.

И. п. оба обе
Р. п. обоих обеих
Д. п. обоим обоим
В. п. оба обе
Т. п. обоим обоими
П. п. (об) обоих (об) обеими



В следующем номере читайте о склонениях числительных полтора, полтораства, а также об употреблении мягкого знака в конце и в середине числительных.

В рамках проекта «Живая связь времён» ОБЩЕСТВЕННЫЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ФОНД «ОТКРЫТАЯ ШКОЛА» И ГДБ ИМ. С. БЕГАЛИНА ПРИ ПОДДЕРЖКЕ ФОНДА ПЕРВОГО ПРЕЗИДЕНТА РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН ОБЪЯВЛЯЮТ КОНКУРС «БАБУШКИНЫ СКАЗКИ»

«Бабушкины сказки» – это конкурс сказок собственного сочинения. В нем могут принять участие бабушки (настоящие и будущие), сочиняющие сказки на казахском и русском языках.

Миссия конкурса – укрепление межпоколенных связей, привлечение внимания к сказкам как к мощному воспитательному инструменту, первому «университету», формирующему родной язык.

Для участия в конкурсе необходимо выслать:

1. Заявку, которая содержит следующие сведения:

- Ф.И.О. автора, город (или село, район, область), для работающих - должность, место работы;
- контактный телефон, почтовый индекс и адрес;
- небольшую информацию о себе, об опыте использования сказок в воспитании внуков;
- фотографию с внуками.

2. Одну или несколько сказок собственного сочинения на русском или казахском языках на электронный адрес ООФ «Открытая школа» o.shkola@rambler.ru, указав тему письма – «Бабушкины сказки». Сказки должны быть набраны в текстовом редакторе Word, кеглем шрифта 12 пт с одинарным межстрочным интервалом.

Сроки проведения: 1 апреля – 1 июля 2011 г.

Подробности на сайте www.open-school2011.narod.ru

Лучшие сказки будут опубликованы в сборнике «Бабушкины сказки», который выйдет в августе 2011 года



УЛЫБНИТЕСЬ 😊

Еврей спорит с греком, чья культура древнее.

— У нас при археологических

раскопках нашли медный провод, —

говорит грек. — Это доказывает, что

у нас уже в доисторические времена

был телеграф!

— Ну и что? — спокойно отвечает

еврей. — У нас перелопатили все окрестности Иерусалима и Яффы и нигде не нашли ни одного кусочка провода. Значит, у нас уже тогда был беспроводный телеграф!

Как реагируют женщины разных национальностей, когда внезапно вернувшийся муж застаёт их с любовником? Француженка говорит:

— Пьер! Присоединяйся к нам!

Немка говорит:

— Фриц! Но ты же должен был прийти в 19 часов 48 минут?

Русская кричит:

— Ваня! Только не по голове! Я завивку сделала.

А еврейка удивляется:

— Хаим, это ты? Тогда кто это рядом со мной?

УЧРЕДИТЕЛЬ ТОО «ЛЕОВИТ».

Газета зарегистрирована в Министерстве культуры и информации РК.

Свидетельство о постановке на учет средства массовой информации

№ 10802-Г от 10.03.2010 г.

Адрес редакции: г. Алматы, ул. Нусупбекова, 32. Тел.: (727) 317-69-19

E-mail: leovit-editor@yandex.kz, editorleovit2010@rambler.ru

Газета отпечатана в типографии «Бизнес-Информ».

г. Алматы, ул. Толе би, 108. Тел.: 293-09-09

Заказ № 10217 Тираж 50 000 экз.

Претензии по качеству принимает типография.

Печать офсетная. Объем 2 п. л.

Претензии по качеству печати принимает типография.