



# ЛЕОВИТ

Газета издаётся с 2010 года

№ 2 (20) февраль 2012 г.

## Колонка редактора

В юности я увлекался шахматами: игрой и композицией. Особых успехов не достиг, разве что играл в юношеской сборной Казахстана. Родители не хотели, чтобы я играл профессионально, и после восьмого класса я ушёл на завод зарабатывать стаж, распрощавшись с профессиональными шахматами.

Как-то к нам в гости зашёл Александр Иосифович Гербстман, замечательный человек, выдающийся шахматный композитор. На тот момент в Алма-Ате вышла его книга «Шахматы на берёзовой коре», и он подарил её мне. Шахматные достижения В. И. Ленина потрясли меня, но папа и Александр Иосифович быстро развеяли иллюзии.

В другой книге, «Рассказы о белом слоне» Гербстман создавал и умело переиначивал литературные сюжеты, вставляя в них шахматные задачи. Шахматные похождения Ноздрёва я запомнил на всю жизнь. И благодаря ему, а также Гербстману я заучил замечательную фразу: «Давненько я не брал в руки шашек».

Эти воспоминания нахлынули на меня, когда по многочисленным просьбам читателей я сел писать эссе о любимой секретарше, которая уже не секретарша, а благородная замужняя дама. Давненько я не брал в руки шашек...

**С шахматным приветом,  
редактор газеты «Леовит»  
Борис Вольфович Пилат**

В последнее время всё больше аптек активно работают с нами. Кто-то просит поставить в аптеке газетные стойки «Леовит», кто-то просит наших представителей постоять в аптеках и рассказать людям о нашей продукции. Мы искренне рады таким предложениям и ищем разные формы сотрудничества!

Некоторые провизоры аптек обеспокоены тем, что мы открыли киоск «Леовит» в микрорайоне «Алмагуль» (г. Алматы), и теперь люди за продукцией не будут приходить к ним. Мы хотим их успокоить. В фирменные киоски приходят только те люди, которые активно принимают продукцию «Леовит», причём сразу несколько наименований, причём курсом. Таких людей не так много. Либо к нам приходят, если препараты не очень популярны в силу специфики болезни (Гепатитные, Противоотёчные).

В силу хронической нехватки времени (если сам или кто-то в семье заболел), люди пулей залетают в аптеку, закупаются и бегут домой. Единицы поедут в киоск за Антипростудным сиропом, Средством для полоскания или Антикашлем. Поэтому ваши покупатели останутся вашими, особенно, если вы отнесётесь к ним с пониманием и закажете какие-то препараты у оптовиков «под них».

Уважаемые покупатели! В связи с большим ассортиментом продукции (более 130 наименований) аптеки физически не в состоянии закупить и расставить у себя всю продукцию «Леовит». Поэтому вы можете попросить провизоров заказать продукцию, оставив свой телефон.

**г. Алматы.** Для жителей микрорайона «Казахфильм»: аптека «Точка» (на рынке возле дома № 24) значительно расширила ассортимент продукции «Леовит» и работает

с каждым покупателем индивидуально. Цены нас приятно удивили.

Не можем не отметить аптеку в медицинском центре Сункар (р-он Развилки, тел. 271-83-42), аптеку «Слава» (р-он Алматы-1, тел. 236-14-88), аптеку «Люка» (Зелёный базар, тел. 234-79-51, 52).

**г. Талдыкорган,** ул. Гаухар-Ана, 84, тел. (7282) 39-51-90, **п. Чилик** (ИП Тавакелова, 8-705-700-62-64), **п. Сарыюзек** (тел. (72840) 31233).

**г. Астана.** Аптека «Авиценна», тел. (7172) 22-75-48, аптека «Центральная», тел. (7172) 57-09-13, 14, 16.

**г. Караганда.** Аптека «Будь здоров», тел. (7212) 51-97-26).

В следующем номере мы постараемся подготовить более свежий и полный обзор по аптекам с хорошей продукцией «Леовит». Звоните нам! Мы будем писать про любую аптеку, которая попросит указать её телефон (предварительно проверив информацию).

Пожилые люди из микрорайонов Орбита, Таугуль, Алмагуль, район КЦДС «Атакент» уже не один год нас очень просили открыть киоск, чтобы им не так далеко было ездить. Новый фирменный киоск «Леовит» на рынке «Алмагуль», бутик № 14 (ул. Гагарина, угол ул. Ескараева) вдоль ул. Гагарина, 10 м ниже остановки, тел. (727) 329-66-07. Дорогие покупатели! Будет работать этот киоск постоянно или нет, зависит только от вас.



## НЕ ВОЗГОРДИСЬ

Смири гордыню – то есть гордым будь. Штандарт – он и в чехле не полиняет. Не плачься, что тебя не понимают, – поймёт когда-нибудь хоть кто-нибудь.

Не самоутверждайся. Пропадёт подточенный тщеславием твой гений, и жажда мелких самоутверждений лишь к саморазрушению приведёт.

У славы и опалы есть одна опасность – самолюбие щекочит. Ты ордена не восприми как почесть, не восприми плевки как ордена.

Не ожидай подачек добрых дядь и, вытравляя жадность, как заразу, не рвись урвать. Кто хочет всё и сразу, тот беден тем, что не умеет ждать.

Пусть даже ни двора и ни кола, не возвышайся тем, что ты унижен. Будь при деньгах свободен, словно нищий, не будь без денег нищим никогда!

Завидовать? Что может быть пошлей! Успех другого не сочти обидой. Уму чужому втайне не завидуй, чужую глупость втайне пожалей.

Не оскорбляйся мнением любым в застолье, на суде неумолимом. Не добивайся счастья быть любимым, умей любить, когда ты нелюбим.

Не превращай талант в козырный туз. Не козыри – ни честность, ни отвага. Кто щедростью кичится – скрытый скряга, кто смелостью кичится – скрытый трус.

Не возгордись ни тем, что ты борец, ни тем, что ты в борьбе посередине, и даже тем, что ты смирил гордыню, не возгордись – тогда тебе конец.

**Евгений Евтушенко**

1970

## Избавиться от кашля!

Кашель – это неперенный спутник холода и слякоти. При воспалении дыхательных путей происходит накопление слизи. В результате в качестве защитной реакции организма появляется кашель, который способствует очищению дыхательной системы.

Когда накопленная слизь становится густой и вязкой, кашлевой толчок не в состоянии ее протолкнуть. И здесь на помощь организму приходят лекарственные травы, оказывающие муколитическое действие.

Казахстанская компания «Леовит» выпускает препарат «АНТИКАШЕЛЬ», в котором содержатся: солодка, пармелия, иссоп, мать-и-мачеха, шалфей, тимьян, имбирь, аскорбиновая кислота.

Активные вещества этих растений подавляют развитие болезнетворных микроорганизмов и вирусов, разжижают мокроту и способствуют ее быстрому выведению.

«АНТИКАШЕЛЬ» от компании «Леовит»:

- активизирует иммунную систему организма;
- содержит большое количество слизистых веществ, которые образуют защитную пленку, выстилающую внутреннюю поверхность дыхательной системы, предохраняя организм от бактерий, вирусов и других факторов, а также оказывает смягчающее действие на воспаленную слизистую оболочку, предотвращая болезненный и приступообразный характер кашля;
- активные действующие вещества способствуют подавлению воспалительного процесса и в результате – уменьшению количества мокроты в дыхательных путях.

«АНТИКАШЕЛЬ» производится на основе высококачественного экологически чистого сырья, произрастающего на территории Казахстана.

Принимать БАД «АНТИКАШЕЛЬ» рекомендуется по 2 таблетки 3 раза в день в течение 10–20 дней, детям до 14 лет – по 1 таблетке 3 раза в день в течение 10–20 дней.

**Форма выпуска:** 10 таблеток; 50 таблеток.  
БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. № 001229

## Прекрасный противовоспалительный детский препарат от «Леовита» – КАШЛИНКА:

- снимает воспаление, подавляет развитие болезнетворных бактерий;
- разжижает и выводит мокроту;
- предотвращает болезненный и приступообразный характер кашля;
- способствует повышению иммунитета.

В составе КАШЛИНКИ – корень алтея, солодка, чабрец, прополис, малина, витамин С. Принимать её можно в комплексе с «Антипростудным» сиропом. БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. KZ.16.01.78.003.E.010169



## ТОЛЬКО ДЛЯ ВАС!

С 29 февраля по 8 марта  
ТОО «Леовит» принимает участие в выставке

## «Весенний сюрприз»

в г. Астана (Конгресс-Холл)  
Приходите 8-00 до 20-00

## Отдел продаж ТОО «Леовит»

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

Алматинской фармацевтической компании требуется мед. представители в г.г. Астана, Павлодар, Семей, Тараз, Усть-Каменогорск, Шымкент.

Резюме отправлять по e-mail: pharm@eikos.kz

## Содержание номера

Как есть правильно.....	2
Школа этикета. «Ты» или «Вы».....	3
Откровения бывшей секретарши.....	3
И снова о цинории.....	3
Еврейские пословицы и поговорки.....	5
Правила Волшебника.....	5
Разговорный казахский. Легко!.....	7
Вторая жизнь колготок.....	7
Почему мы так говорим: наставить рога...8	8

## Гешефт

1. Какие ещё книги Гербстмана были изданы в Алма-Ате?

2. Кому принадлежит и из какого произведения взята цитата про шашки?

Попробуйте ответить на вопросы, не прибегая к помощи Интернета. Правильно ответившим на вопросы – книга Б. В. Пилата «Ирод Великий» с подписью автора и набор продукции «Леовит». Удачи!

## «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. Доставка по г. Алматы от 5000 тенге бесплатно. Выполнение в течение двух рабочих дней.





## Как есть правильно, или Сколько жуёшь, столько и проживёшь

Многие привыкли всё делать на бегу – всё надо успеть, везде побывать. В числе таких людей и я. Даже поесть нормально, т.е. никуда не торопясь, иногда не успеваешь: проглотил и побежал. Но правильно ли это? Разумеется, нет. Узнав о некоторых осложнениях, к которым такой приём пищи приводит (больные зубы, язва и другие), я стал выкраивать всё-таки время потрапезничать. Кроме того, надо ещё и правильно жевать. О том, как жевать правильно и пойдёт здесь речь.

О пользе тщательного пережёвывания пищи я упомяну по пунктам ниже. Сейчас же просто немного полезной информации.

**Первое.** Тщательно пережёвывая пищу, ты, читатель, увеличиваешь её общую площадь, т.е. взаимодействие твоего обёда и слюны улучшается, что благоприятствует более быстрой и лучшему усвоению пищи.

**Второе,** вытекающее из пункта первого. В слюне содержатся: ферменты, гормоны, биологически активные вещества, витамины В1, В2, В6, В12, С, Н, А, D, Е, К, холин, а также минеральные компоненты: кальций, магний, натрий. Пищеварение, если вы помните, начинается не в желудке, а во рту. Белковое вещество амилаза, содержащаяся в слюне, уже во рту частично переваривает сложные углеводы (к примеру, картофель, крупы, хлеб, сахар) в простые, легко всасываемые потом в кишечнике и желудке.

Если пища хорошо прожёвана и увлажнена слюной, она быстрее продвигается по пищеварительному тракту. Одним этим можно избежать от гастрита или язвы.

Слюна по химическому составу – слабая щёлочь. При жевании слюны выделяется в 10 раз больше, чем в спокойном состоянии. Через слюну фтор, кальций, натрий поступают в эмаль зубов и укрепляют её. Помимо этого, компоненты слюны образуют на эмали зубов защитную плёнку (пелликулу). Если говорить всю правду, то эффект жевательной резинки (защита от кариеса) основан как раз на выработке слюны.

Тщательное пережёвывание способствует похудению. Объясню. При надлежащем пережёвывании уменьшается количество съедаемой пищи. Если вы сосредотачиваетесь только на еде, ваш организм сам точно определит, когда необходимо прекратить есть. Отвлекаетесь – переедаете. Жевание для зубов и дёсен – то же самое, что для мышц тела тренировка в спортивном зале.

**Интересный факт:** при жевании на зубы оказывается очень сильное давление – от 20 до 120 кг в зависимости от вида пищи. Это давление усиливает кровоток в дёснах и зубах, что является хорошей профилактикой пародонтита.

Польза от тщательного пережёвывания пищи:

- 1) улучшается пищеварение;
- 2) лучше удаляются остатки пищи из организма;
- 3) устраняется плохой запах изо рта и повышенное газообразование;
- 4) сохраняются хорошие зубы;
- 5) появляется дополнительная энергия и выносливость;
- 6) усиливается щелочность крови, а значит, и иммунитет;
- 7) нормализуется вес.

В пище должны преобладать фрукты и овощи, орехи, зелень, бобовые, злаковые.

Перед приёмом пищи надо сесть прямо, не напрягаясь. Полностью сконцентрируйтесь на приёме пищи (вспомните поговорку про «глух и нем»). Пережёвывайте каждый кусочек пищи, пока он не превратится в жидкость (понятно, что нудно и долго, но надо). Жевать надо поочерёдно как правой, так и левой стороной челюстей, чтобы нагрузка на зубы распределялась равномерно.

**Не запивайте пищу!** Запитая, она проходит далее по пищеварительному тракту почти не прожёванная, не обработанная слюной. Воду и напитки лучше употреблять через час-полтора после трапезы.

**Интересный факт: средне-статистический человек вырабатывает столько слюны, что её хватило бы на то, чтобы заполнить два больших бассейна.**

Илья Мирошниченко



Мне достаточно много лет.

Естественно, что накопилось много «болячек». Одни очень серьёзные, другие более-менее терпимые. Хочешь, не хочешь, а приходится принимать много лекарств. Не всегда они помогают, поэтому ищу что-то дополнительно.

Так, к примеру, у меня стенокардия и аритмия, перенёс инфаркт. Уже давно я взял «на вооружение» применение аптечной настойки боярышника. Когда же познакомился с продукцией «Леовит», стал лечиться его Экстрактом боярышника. Экстракт оказался эффективнее настойки. Теперь я использую (наряду с рекомендованными врачами лекарствами) именно Экстракт боярышника. Он мне хорошо помогает, облегчая и сокращая приступы (принимаю во время приступа 50 капель экстракта с водой).

Поверив в эффективность и качество БАДов «Леовита», мы с женой стали постоянными покупателями и «пользователями» его продукции. Уже несколько лет мы пользуемся различными препаратами «Леовита» для профилактики и лечения простудных заболеваний, укрепления иммунитета, улучшения памяти и много другого. Только в 2011 году, мы вдвоём приобрели БАДы 16 наименований. Для выбора тех или иных препаратов, мы пользуемся каталогом продукции «Леовит» и её информационной газетой, в них хорошо описаны профилактические и лечебные свойства продукции. При этом, конечно, сравниваем и цены с аналогичной продукцией других производителей БАДов. Продукция «Леовита» дешевле.

Последнее время «Леовит» значительно расширил ассортимент своей продукции. Это нас, покупателей, радует. Мы надеемся, что «Леовит» и в дальнейшем продолжит работу в этом направлении.

С уважением к работникам ТОО «Леовит», Котов Ю. В.

### ОТЗЫВЫ

## ФИТОКЛЕТЧАТКА



Изготавливается из очищенных отрубей пшеницы и овса с добавлением ягод и экстрактов трав. Технология производства фитоклетчатки «Леовит» обеспечивает сохранение всех витаминов, минералов и органических веществ, содержащихся в свежих продуктах. В фитоклетчатке «Леовит» 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 «Леовит». 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 самочувствие и обрести прекрасную форму.

Фитоклетчатка «Леовит» – это готовый к употреблению продукт, который хорошо сочетается с молоком, кефиром, ряженкой, йогуртами. Клетчатка практически не содержит калорий и является идеальным «балластом» для желудка. стакан молочного продукта, отвара, чая, овощного или фруктового сока с добавлением двух столовых ложек клетчатки принесут Вам состояние сытости.

Одновременно вы очистите организм от токсинов, которые приводят к нарушению обмена веществ и, как следствие, избыточному весу.



### ВИТАМИННАЯ

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

### СЛАБИТЕЛЬНАЯ

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

### ПРИ ДИАБЕТЕ

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

### ИДЕАЛЬНЫЙ ВЕС

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

### ЗДОРОВАЯ ПЕЧЕНЬ

**Состав:** оболочка пшеничного зерна, расторопша, кукурузные рыльца, ромашка, шиповник, гореч птичий, овёс.

### ОЧИЩАЮЩАЯ

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

БАД к пище. Не является лекарственным средством.

Спрашивайте фитоклетчатку «Леовит» в аптеках Вашего города!

## АКЦИЯ



С 1 февраля по 1 июля 2012 года компания «ЛЕОВИТ» объявляет **АКЦИЮ** для покупателей

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



Стиральная машина 50 000 тенге



Мультиварка 15 000 тенге



Кухонный комбайн 20 000 тенге



15 наборов продукции «Леовит» по 4 000 тенге

15 футболок «Леовит»



### УСЛОВИЯ АКЦИИ:

1. Баллы, присвоенные каждому наименованию продукции указаны справа. Логотип следует вырезать с небольшим запасом, чтобы было чётко видно, с какой продукции он вырезан. ВНИМАНИЕ! Будут учитываться только целые логотипы.
2. Письма с логотипами на сумму 100 баллов (с пометкой «АКЦИЯ») следует направлять по адресу: ТОО «Леовит», 050016, г. Алматы, ул. Нусупбекова, 32 угол ул. Маметовой. Письма также можно опустить в ящик в киосках «Леовит»: в офисе компании «Леовит», в Универсаме 100, в супермаркете «Торнадо».
3. В письмах просьба указывать Ваш подробный адрес и желательный телефон. В случае выигрыша Вам перезвонят сотрудники компании «Леовит».
4. Розыгрыш призов состоится 5 июля 2012 года в 12–00 часов в офисе ТОО «Леовит» по адресу: г. Алматы, ул. Нусупбекова, 32, угол ул. Маметовой. Розыгрыш будет проводиться открыто, при участии независимых наблюдателей.
5. В акции не имеют права принимать участие сотрудники компании «Леовит» и члены их семей.
6. Призы на момент вручения могут не соответствовать фотографиям, помещённым в листовке, в связи с отсутствием указанного товара в магазинах.
7. Вместо приза вы сможете получить сертификат сети магазинов «Планета электроники» на сумму, эквивалентную стоимости приза. На данный сертификат можно будет приобрести любую другую технику в магазинах «Планета электроники».
8. При наборе 200 баллов шансы на выигрыш увеличиваются в 2 раза, 300 баллов – в 3 раза и т.п.
9. Результаты розыгрыша призов будут опубликованы на сайте [www.leovit.kz](http://www.leovit.kz) и в газете «Леовит».

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



Фитобальзам 10 баллов



Фиточай 10 баллов



Сиропы 5 баллов



Экстракты 10 баллов



СДП 5 баллов



Таблетки №50 5 баллов



Цикорий 7 баллов



Таблетки №10 1 балл



Фитосоль 10 баллов



Фитоклетчатка 100 г – 3 балла 200 г – 7 баллов 1 кг – 25 баллов



Фиточай на травах 5 баллов

На все вопросы по акции мы ответим по телефону 8 (727) 317-69-19 [www.leovit.kz](http://www.leovit.kz)

## «ТЫ» ИЛИ «ВЫ»?

## Школа этикета

Очень часто приходится сталкиваться с ситуацией, когда некоторые люди старшего возраста считают, что могут себе позволить обращаться ко всем младшим на «ты». Не учитывая при этом многих и многих прочих факторов. Мало того, в последнее время среди молодежи распространяется убежденность в том, что «Вы» – это пережиток позапрошлого века, архаизм, анахронизм и свидетельствует «чинопоклонства и иерархичности». Не углубляясь в размышления об иерархичности любого общества, попробуем взглянуть на проблему.

В русской разговорной и письменной речи до XVIII века традиционным было обращение на «ты», которое употреблялось без различия возрастов, сословий и отношений между людьми. После реформ Петра I в русский язык перекочевало немецкое «Вы», встреченное весьма и весьма неодобрительно. Но со временем «Вы» как форма обращения пришло к нам, как и многое другое, пришедшее с Запада, и стало частью и нашей культуры.

«Обращение на «ты» сближает, стирает границы в общении между людьми» – отмечают некоторые противники обращения на «Вы». Однако границы между людьми всегда были и будут. Лично мне очень сложно представить человека, одинаково свободно пускающего всех встречных в свой дом. Так неужели пустить любого и каждого в свою жизнь – проще?

Спорным остаётся вопрос разделения «ты» и «Вы» в Интернете. Так, многие полагают, что интернет всех уравнивает: все – один социальный слой и класс. Возможно, какая-то логика в этом есть. Но вот лично мне очень сложно обратиться к незнакомому человеку на «ты» даже в виртуальном мире. Интересный выход нашли на некоторых форумах, когда при регистрации необходимо указать предпочтительную форму обращения. Что действительно существенно

упрощает общение.

Итак, согласно правилам современного этикета **обращение «Вы» является обязательным в следующих случаях:**

1. независимо от возраста и социального происхождения – в официальной среде и при обращении к малознакомому либо же незнакомому. При этом обращение на «Вы» к человеку, достигшему 25 лет, дополняется именем и отчеством; к тем же, кому от 15 до 25 – чаще всего только полной формой имени;
2. при общении с человеком, встреченным впервые;
3. в общении между сослуживцами, в случае присутствия при этом посторонних лиц;
4. во время делового общения в случае отсутствия неформальных отношений между людьми;
5. к коллегам во время конференции, симпозиума, и т.п., вне зависимости от форм общения с ними в неформальной обстановке;
6. при общении врача с пациентом, вне зависимости от обстоятельств;
7. журналистами во время интервью даже с хорошо знакомыми людьми;
8. при обращении к учащимся старшей и средней школы, что подчёркивает уважительное отношение и отмечает зрелость личности;
9. по отношению к людям старшего возраста – вместе с именем и отчеством;
10. в официальной обстановке даже по отношению к хорошо знакомому человеку.

**Обращение «ты» допустимо:**

1. в семье, что является свидетельством близких отношений. Хотя и сегодня кое-где сохраняется традиция обращения к родителям на «Вы»;
  2. в неофициальной обстановке при обращении к хорошему знакомому, коллеге, другу, к детям;
  3. в школе при обращении к ребёнку до 9 лет.
- Жёстких правил, регулирующих переход с «Вы» на «ты», нет, но практика общения выработала определённые ориентиры. Так:
- Нельзя принимать одностороннее решение о переходе на



Екатерина Кирсанова



## САНГИСЕПТ

от компании «Эйкос-Фарм»

**Показания к применению:**

- фарингит; – тонзиллит;
- катаральный гингивит;
- афтозный стоматит; – пародонтит.

**Способ применения и дозы**

Таблетку держат во рту до полного рассасывания. Для взрослых максимальная разовая доза 4 таблетки, суточная доза 12 таблеток. Для детей старше 6 лет максимальная разовая доза 2 таблетки, суточная доза 6 таблеток.

**Курс лечения** – до исчезновения признаков воспаления (7–10 дней).

**Побочные действия**

Возможны аллергические реакции (зуд, покраснение кожи, сыпь). Очень редко – сухость во рту, неприятные ощущения в области желудка, потеря аппетита, головокружение, сонливость, сердцебиение.

**Противопоказания**

Повышенная чувствительность к компонентам препарата, индивидуальная непереносимость к пчелоужалениям, другим продуктам пчеловодства, бронхиальная астма, экзема, диатез, детский возраст до 6 лет.

**Особые указания**

При развитии аллергических реакций лечение следует прекратить.

Больные сахарным диабетом или больные, находящиеся на диете с пониженным содержанием сахара, должны учитывать, что в каждой таблетке содержится 0,582 г сахара.

**Беременность и лактация.** Применение возможно после согласования с врачом.

**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

РК-ЛС-5-№ 001294 от 29.10.2010 г.



от 06.06.2011 г.

Разрешение № 3028

## Откровения бывшей секретарши

Выйти замуж не проблема, особенно с моими данными, но если рассматривать ситуацию не локально, а так сказать, в общем, то вопросов возникло множество. Весь медовый месяц я предавалась раздумьям и экспериментировала. Даже в свадебном путешествии, о котором я, может быть, расскажу позже, думы не покидали меня.

Любит ли меня муж? На этот счёт сомнений не существовало. А я? Мне казалось, что да, но твёрдой уверенности не было. Наверное, потому, что я была слишком молода.

Кроме того, он являл собой существо иного пола с множеством вредных привычек. И я считала своим долгом избавить мир от его эгоизма. Однажды вечером он сказал, что хочет МЕНЯ, а не мои жуткие

таблетки. Так эта скотина отозвалась о продукции любимого мной «Леовита». Конечно, я его наказала... Кажется, Павлов (а может быть, и не он) сказал, что отказ является действенным средством воздействия на самцов. Учёный был прав.

На третий день мой любимый, глядя на меня глазами телёнка после известной процедуры (процедуры кастрации – ред.), покорно спрашивал чего и в каком количестве он должен выпить. Все 133 препарата «Леовит» аккуратно стояли в специально купленном для них шкафу.

**Внимание, вопрос! Что давала Беатрисс Ричарду в медовый месяц?**

Продолжение следует

## И СНОВА О ЦИКОРИИ

Дорогие друзья, некоторые читатели обращаются к нам с вопросом: почему у нас написано, что напиток с цикорием, в состав которого входит сахар, оказывает сахароснижающее действие? А речь идет именно о самом цикории.

Всё дело в том, что при сахарном диабете II типа (инсулиннезависимом) снижена чувствительность к инсулину клеток, в которых происходит расщепление глюкозы. В результате глюкоза не утилизируется, и её концентрация в крови растёт.

Цикорий же обладает двойным гипогликемическим действием: **во-первых**, активные вещества цикория повышают чувствительность между молекулами инсулина и мембранами инсулинзависимых клеток и способствуют усвоению глюкозы клетками организма.

**ЦИКОРИЙ СО СЛИВКАМИ**

**Состав:** сахар, сухие сливки, цикорий, сухое молоко. Действует успокаивающе на центральную нервную систему, снимает повышенную возбудимость. Стимулирует работу сердца, увеличивая амплитуду и замедляя ритм сердечных сокращений. Оказывает желчегонное, мочегонное, противомикробное, противовоспалительное действие, улучшает обмен веществ, активизирует пищеварение, снижает уровень сахара в крови.

**Форма выпуска:** банка 150 г.

**ЦИКОРИЙ ШОКОЛАДНЫЙ**

**Состав:** сахар, сухие сливки, цикорий, какао. Стимулирует деятельность мозга, снимает нервное напряжение, повышает общую работоспособность. Защищает организм от негативного влияния свободных радикалов. Нормализует функцию сердечно-сосудистой системы. Улучшает работу почек, печени, желчного пузыря, оказывает противомикробное, противовоспалительное действие, улучшает обмен веществ, активизирует пищеварение, снижает уровень сахара в крови.

**Форма выпуска:** банка 150 г.

**ЦИКОРИЙ**

**Состав:** цикорий. Способствует снижению уровня сахара в крови, оказывает кардиотоническое, успокаивающее, спазмолитическое, мочегонное действие, улучшает секреторную и моторную активность желудка, желчного пузыря, поджелудочной железы и кишечника, улучшает аппетит, обладает противовоспалительными свойствами.

**Форма выпуска:** банка 130 г.

**Способ применения:**

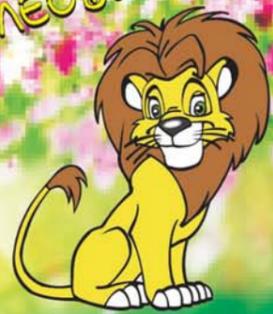
2–3 чайные ложки напитка растворить в 1 стакане кипятка, дать настояться 2–5 минут.





## ТОО «ЛЕОВИТ» выпускает продукцию для Вашего здоровья

### ЛЕОВИТ



- молотый
- шоколадный
- со сливками

ЦИКОРИЙ



ФИТОКЛЕТЧАТКА

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



СРЕДСТВА ДЛЯ ПОЛОСКАНИЯ

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



ФИТОЧАЙ

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



ВИТАМИНКИ

- витаминка апельсинка
- витаминка вишенка
- витаминка клубничка
- витаминка малинка
- витаминка мандаринка
- витаминка смородинка
- витаминка детская
- витаминка садовая
- иммунчик
- проповитик
- эхинацейка



ЭКСТРАКТЫ

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



БАД № 10

- антиатеросклеротические
- антианемин
- антигастрит
- антигеморройные
- антигипертонические
- антигипотонические
- антиинсульт
- антикашель
- антиревматические
- антистресс
- антишлак
- антиязвенные
- аппетитающие
- апилактин
- бронхоастмин
- витаминод
- гепатитные
- Гинкго Билоба
- гипоаллергин
- глазные
- глистогон
- желудочные
- желудочные (щел.)
- желчегонные
- женские
- закрепляющие
- иммунные
- кашлинка
- климаксные
- кожные
- костные
- кровостанавливающие
- лактогон
- мужские
- мумивит
- омолаживающие
- опохмелочные
- панкреатические
- почечные
- печёночные
- похудин
- проповит
- простатические
- предиабетин
- проивоизжоговые
- противовоспалительные
- противоотёчные
- сердечные
- слабительные
- сонные
- сосудистые
- стимулин
- суставные
- успокаивающие
- фитоангин
- фитоантибиотик
- фитогриппин
- фитокандида
- фитокальций
- фитосердечные
- холециститные
- циститные
- чесночные
- желудочные
- желчегонные
- каштан конский
- климаксные
- лактогон
- печёночные
- похудин
- почечные
- противоиожоговые
- пустырник
- родиола розовая
- сабельник
- сердечные
- фитокальций
- янтарная кислота



БАД № 50

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



ФИТОБАЛЬЗАМЫ

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



ФИТОСОЛИ

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



СИРОПЫ

- антипростудный
- иммунный
- эхинацея

## Тонко подмечено

ЕВРЕЙСКИЕ ПОСЛОВИЦЫ  
И ПОГОВОРКИ

- ♦ Старея, человек видит хуже, но больше.
- ♦ Когда не додумывают головой, докладывают карманом.
- ♦ Когда женятся двое разведенных – четверо ложатся в постель.
- ♦ Коня подгоняй, но не кнутом, а овсом.
- ♦ Никому не завидуй: у каждого своя порция горя.
- ♦ Доброе начало — полработы.
- ♦ Злоба превращает умного в дурака.
- ♦ Мир исчезнет не оттого, что много людей, а оттого, что много нелюдей.
- ♦ Хвалят не того, кто заслуживает, а того, от кого зависят.
- ♦ Если ложатся спать с собаками, просыпаются с блохами.
- ♦ Половина правды – целая ложь.
- ♦ Не показывай дураку половину работы.
- ♦ Не надо считать деньги в чужом кармане.
- ♦ Книгу ценят не по обложке, а человека не по галстуку.
- ♦ Старый молодого поймёт, а молодой старого нет.
- ♦ Неспособный выдержать плохое, не доживет, чтобы увидеть хорошее.
- ♦ Лучше мало хорошего, чем много плохого.
- ♦ Лучше укус друга, чем поцелуй врага.
- ♦ Когда человек горячится, он не слышит грома и не видит молнии.
- ♦ И кривыми ногами можно идти прямой дорогой.
- ♦ Никто так не глух, как тот, кто не желает слушать.
- ♦ Хорошего друга узнают в нужде.
- ♦ Когда женщина носит штаны, мужчина стирает подштанники.
- ♦ Никогда не доверяй человеку, который рассказывает обо всех своих проблемах, но скрывает от тебя все свои радости.
- ♦ Лжец обязан иметь хорошую память.
- ♦ Жена ставит на ноги, и жена валит с ног.

### Правила Волшебника, или Крупицы мудрости, рассыпанные в книгах Терри Гудкайнда

**Первое Правило Волшебника гласит:** люди глупы, и, если правдоподобно объяснить, почти все поверят во что угодно. Люди глупы и могут поверить лжи, оттого что хотят верить, будто это правда, или оттого что боятся знать правду. Головы людей полны всякими знаниями и верованиями, большинство из которых ложны, но все же люди в это верят. Люди глупы: они редко могут отличить правду от лжи, но не сомневаются, что способны на это. Тем легче их одурачить.

Продолжение следует.

Т. Гудкайнд Первое Правило Волшебника

## ОТЗЫВЫ

Мы выражаем глубокую благодарность работникам «Леовит» за очень хорошую продукцию. У жены было очень высокое давление, болело сердце, было онемение рук. После курса приёма таблеток **Антигипертензивных, Сердечных, Сосудистых** давление нормализовалось, боли в сердце и онемение рук прошли.

У Вас очень хорошие газета и каталог. Газету мы читаем с первого номера. Выражаем благодарность всей редакции. Хотим выразить свою благодарность работникам отдела «Леовит» в Универсаме – Лидии Ивановне и Татьяне за их доброжелательное отношение к покупателям.

Спасибо, что Ваша продукция доступна по цене, спасибо, что у нас в Казахстане есть такая компания как «Леовит».

С уважением, семья Копытовых

## АДРЕСА ФИРМЕННЫХ КИОСКОВ ТОО «ЛЕОВИТ»

## Офис «Леовит»

ул. Нусупбекова, 32,  
ул. ул. Маметовой,  
вн. 201, пн-пт с 9-00 до 16-45,  
выходные, сб, вс, сан. день – посл.  
раб. день месяца,  
тел. 397-64-08, 14, вн. 201

Киоск «Леовит»  
в Универсаме 100

пр. Жибек Жолы, 67  
ул. 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 «Алмагуль»

ул. Гагарина,  
чуть ниже ул. Ескараева, рынок  
«Алмагуль», бутик № 14,  
ежедн. с 10-00 до 19-00,  
тел.: 329-66-07



## “Умное лекарство”

Янтарную кислоту справедливо относят к так называемым «умным лекарствам»: в абсолютно здоровом организме она повышает защитные силы, помогает приспособиться к неблагоприятным условиям. При малейшем сбое в организме янтарная кислота проявляет высокий восстановительно-оздоравливающий эффект.

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 организма.

## ЯНТАРНАЯ КИСЛОТА:

- является мощной энергетической субстанцией, обеспечивающей энергией каждую клетку организма. Эта энергия используется во всех биологических процессах: для сокращения мышц, передачи нервных импульсов, для деления клеток и т.д. Обеспечивая мозг дополнительной энергией, она облегчает концентрацию внимания, предотвращает переутомление, позволяет легче усвоить новый материал, активизирует память;
- стимулирует клеточное дыхание, доставляет свободный кислород к тканям;
- стимулируя внутриклеточные обменные процессы, янтарная кислота обладает выраженным омолаживающим действием. В связи с этим это вещество входит в состав многих антивозрастных добавок и кремов омолаживающего действия;
- обладает необычайно сильным антиоксидантическим действием. Назначается при различных отравлениях, в том числе мышьяком, свинцом, ртутью и в ряде других случаев;
- нейтрализует действие

радиации, отравляющих веществ и других неблагоприятных факторов окружающей среды. В условиях современной экологии (с учетом того, что мы дышим загрязненным воздухом и получаем с пищей много нежелательных и вредных для организма веществ), янтарная кислота просто жизненно необходима для нормальной полноценной жизни нашего организма;

- обладает способностью предотвращать потерю клеткой ионов калия;
- является природным антиоксидантом, который предотвращает пагубное действие свободных радикалов, защищает клетки организма от перерождения, генетических мутаций, а организм от тяжелых заболеваний и преждевременного старения;
- усиливает лечебное действие лекарств и снижает их побочное действие. В ряде случаев дозу лекарственных препаратов можно снизить, если принимать их в комплексе с янтарной кислотой. Специальные исследования показали, что янтарная кислота практически безвредна для организма при длительном применении;
- во время беременности янтарная кислота облегчает гормональную перестройку организма матери, помогает удовлетворить возросшие потребности её организма в запасах энергии, поддерживает активность иммунной системы. В результате уменьшается риск рождения больного ребенка. А в послеродовый период способствует быстрому восстановлению материнского организма.

**Способ применения:**  
по 1–3 таблетки в день. Курс приема 1–2 месяца.



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

## УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

Открыта подписка на газету «Леовит» на 2-е полугодие 2012 года! Подписной индекс в Республиканском каталоге АО «Казпочта» – 64388.

## Внимание!

Подписавшись на газету «Леовит» с января 2012 года мы приносим свои извинения за задержку, которая была по уважительным причинам. Январский и февральский номера газеты будут доставлены вам в конце февраля. В дальнейшем доставка газеты подписчикам будет производиться после 20 числа каждого месяца.

УЛЫБНИТЕСЬ 

В аптеке.  
– У вас есть «АнтиРастолстин»?  
– Нет!  
– А «ЦеллюлитИсчезан»?  
– Нет!  
– А «СамСобойВесПропадан»?  
– Девушка, вам нужен «МеньшеНадоЖрАтидин», «БольшеЗадомШевелин» и «ХлодильникуНеподходин».

Из провинции отец приехал проведать сына-студента. Каково же было его удивление, когда он увидел своего сына бегущим за трамваем.  
– Что ты делаешь, сынок?  
– Экономлю пять копеек.  
– Дурачок! Беги за такси – сэкономишь в сто раз больше!  
\*\*\*  
– Как твоё солнышко? – Да масло в движке надо менять!.. Или ты про Иру?

## Фиточай

## «ПРИ КЛИМАКСЕ»

**Состав:** душица, боярышник, шиповник, барбарис, крапива, каркаде, пион, пустырник, календула.

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

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

Рег. уд. № 002525

## Фиточай

## «ПРИ МАСТОПАТИИ»

**Состав:** боярышник, яблоки, душица, зверобой, шиповник, пион, крапива, чёрная смородина, череда, календула, ромашка, одуванчик, лопух, солодка.

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

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

Рег. уд. № 002860

## Фиточай

## «ГИНЕКОЛОГИЧЕСКИЙ»

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

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

**Показания к применению:** гинекологические заболевания воспалительного характера.

KZ.16.01.78.003.E.002210.02.11

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

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

Бад к пище. Не является лекарственным средством.



**Что же такое простуда и чем она отличается от гриппа?**

**Простуда (ОРВИ)** – это воспаление верхних дыхательных путей, возникающее, как правило, при переохлаждении, особенно при низкой сопротивляемости организма. Тогда вирусы и бактерии, которые иммунитет легко сдерживал, активизируются. Общее недомогание проявляется постепенно, появляется кашель, насморк, а спустя некоторое время – и температура.

**Если же вы «поймали» вирус гриппа** – у Вас стремительно поднимается высокая температура, появляется мышечная и головная боль, озноб, слабость, и затем уже заложенность носа и кашель. Вы можете несколько дней чувствовать недомогание, головные боли.

Если у Вашего ребёнка резко поднялась высокая температура – не теряйтесь и немедленно вызывайте врача. **Внимание! Чем младше ребёнок, тем опаснее и тяжелее протекает грипп.** Особенно внимательно нужно относиться к здоровью детей весной, когда организм после длительного холодного периода находится в ослабленном состоянии.

**Вот несколько советов врача, которые помогут справиться с простудой**

– Если у Вас насморк, лихорадка и слабость, проведите, хотя бы три дня дома в постели. Так Вы легче перенесёте болезнь, гораздо быстрее поправитесь, и значительно снизите риск осложнений. Кроме того, Вы избавите своих сотрудников от риска заразиться от Вас.

– Ни в коем случае не принимайте самостоятельно антибиотики, если не уверены, чем вызвано Ваше недомогание: вирусной или бактериальной инфекцией. **Не существует ни одного антибиотика от вирусов! Кроме того, антибиотики снижают сопротивляемость организма вирусной инфекции.**

– При первых признаках простуды ваша главная задача – хорошо прогреться и усилить иммунитет, чтобы помочь организму справиться с ней. **Запомните, что все прогревающие процедуры, эффективные при простуде (горчичники, растирания разогреваемыми мазями, согревающие ванночки для ног и ванны для тела с горчицей) при высокой температуре категорически противопоказаны! В сочетании с жаром они дают слишком большую нагрузку на сердце.**

– При начинающейся простуде хорошо помогают 10–15-минутные прогревающие ванночки для ног. В таз с горячей водой насыпьте 1–2 ст. ложки порошка горчицы и держите в нём ноги, периодически подливая горячую воду. Затем насухо вытрите ноги, разотрите стопы любой разогреваемой мазью и наденьте тёплые шерстяные носки.

Если ваш ребёнок пришёл с улицы продрогший или с промокшими ногами, не поленитесь проделать с ним эту процедуру. Тогда Вы уже можете быть уверены, что он не заболеет.

– **Если температура не поднимается выше 38°C и самочувствие при этом нормальное – жаропонижающие препараты не принимайте,** иначе Вы снизите иммунную активность организма. Повышенная температура говорит о том, что организм активно сопротивляется инфекции. Прибегать к жаропонижающим средствам нужно в том случае, когда температура поднимается выше 38°C. При этом можно применять жаропонижающие растирания водкой или слабым раствором уксуса.

– При всех простудных и вирусных заболеваниях необходимо обильное питьё (чай, морс из малины, брусники, чёрной смородины, травяные настои и отвары; очень хорош чай из липового цвета или отвар шиповника). С жидкостью из организма выводятся вирусы и их токсины.

– Чтобы справиться с ознобом, наденьте хлопчатобумажное бельё, а на него что-нибудь тёплое. Во-первых, многослойная одежда лучше удерживает тепло, а во-вторых, составляющие такого «гардероба» легко варьировать в зависимости от температуры тела.

– При первых симптомах простуды и насморка через каждые 2 часа полощите горло раствором соли и соды. Также полезно делать полоскания отварами ромашки, шал-

## Скажи простуде «НЕТ!»



фея, календулы и эвкалипта.

– Промывайте нос слабым солевым раствором (1/2 ч. ложки на стакан тёплой воды). С помощью спринцовки или шприца (естественно, без иглы) промывайте по очереди носовые ходы. **При этом нельзя запрокидывать голову назад – стоять нужно прямо над раковиной, наклонив голову набок и вливая под напором раствора в верхнюю ноздрю, чтобы вода выливалась обратно.** Проводить эту процедуру также через каждые 2 часа. Тогда насморк пройдет не через неделю, а через два-три дня.

При насморке и боли в горле рекомендуются ингаляции. Причём в ход идёт как ингалятор с эфирными маслами, так и старый дедовский метод – дышать над кастрюлей с отваром картошки или отварами ромашки, шалфея, эвкалипта, накрывшись с головой махровым полотенцем.

– Перед сном при простуде с насморком подложите под голову дополнительную подушку – это облегчит отток слизи, и насморк с кашлем не будут слишком сильными во сне. Можно просто поднять изголовье кровати.

Накапайте эфирное масло эвкалипта на ватку и положите её где-то неподалёку (можно приколоть к одежде), а на ночь около подушки, чтобы постоянно вдыхать его пары. Эвкалиптовое масло обладает потрясающей антибактериальной и противовирусной активностью, убивая вирусы в радиусе 1–1,5 метров.

– Если во время болезни у Вас или у Вашего ребёнка пропал аппетит, не переживайте. Это защитная реакция организма, который бросает все силы и всю энергию на борьбу с инфекцией, а не на переваривание пищи.

– Во время лечения идеальны такие продукты, как кефир, простокваша, ряженка. Бактерии, содержащиеся в молочнокислых продуктах, помогают бороться с болезнетворными бактериями. Употребляйте такие иммуномодуляторы, как чеснок и лук.

– Если простуда продолжается более недели – не обойтись без лекарств. А вот подобрать и назначить их должен уже врач.

Некоторые относятся к простуде, как к неизбежности, даже не пытаются её лечить, следуя поговорке: «Если простуду не лечить, она пройдет за неделю, если лечить – за 7 дней». Это далеко не так. На самом деле справиться с болезнью можно быстрее, если застать простуду в самом начале и не позволить ей завладеть Вами. Кроме того, на начальном этапе не нужно глотать таблетки, ведь существует много других эффективных способов лечения.

### Народные рецепты для лечения простуды

От простуды поможет чай с имбирем и мёдом. Натрите 1/4 стакана имбиря на тёрке, добавьте в стакан мёда. Добавляйте в чай по 1/2 ч. л. этой смеси.

Вскипятите стакан молока. Небольшую головку лука натрите на мелкой тёрке, залейте кипящим молоком и хорошо размешайте. Дайте настояться 10 минут, затем выпейте в тёплом виде в течение получаса.

- Размешайте в стакане горячего молока 1 ст. л. мёда и выпейте в течение дня в 2 приёма.
- 1 ст. л. сухих плодов или листьев малины заварите 1 стаканом кипятка и настаивайте 20 минут. Пейте по 1 стакану горячего настоя 2 раза в день (применять как потогонное средство).
- 1 ст. л. мёда, 1 ст. л. сливочного масла, 1 ст. л. малины (протёртой с сахаром) размешать в стакане горячего молока, добавить 0,5 ч. л. соды и выпить на ночь. Приготовить смену белья, так как предстоит обильное потовыделение. Детям этот коктейль готовится с половинной дозой компонентов на стакан молока.
- 1 ст. л. цветков липы заварить в 1 стакане кипятка, настаивать 20 минут, процедить и добавить 1 столовую ложку мёда. Пить по 1/4–1/2 стакана. Применение мёда усиливает потогонное действие, поэтому настоем желательнее принимать на ночь.
- Делать ингаляции над отваренным картофелем. В кастрюлю с водой положить картофельную кожуру, варить и дышать над паром в течение 10 минут. Процедуру при простуде проводить ежедневно 1–2 раза в сутки до излечения. Маленьким или ослабленным детям не применять!

### Несколько довольно простых правил, которые помогут избежать ОРВИ

- ◆ Хорошим барьером на пути инфекции являются оксолиновая мазь, марлевая повязка или маска. Они защищают Вас и ребёнка, но не забудьте: только в течение 2–3 часов.
- ◆ С целью профилактики заболевания гриппом и ОРВИ очень важно ограничить контакты с больными людьми, это особенно касается детей. Желательно избегать мест большого скопления людей.
- ◆ Полезны продолжительные прогулки на свежем воздухе.
- ◆ Для повышения иммунитета рекомендуется принимать витамин С (аскорбиновая кислота), который оказывает общеукрепляющее и иммуностимулирующее действие. Витамином С богаты цитрусовые (лимоны, апельсины, грейпфруты, мандарины), много его и в квашеной капусте.
- ◆ Чеснок и лук – доступные и незаменимые средства профилактики инфекции в период эпидемии. Ежедневно съедайте 1–2 зубчика чеснока, лучше вечером.
- ◆ К дополнительным мерам профилактики относятся полоскание горла и промывание носа, особенно, если вы контактировали с больными людьми.

**И не забывайте, что – Ваше здоровье в Ваших руках!**

Мама одной маленькой девочки прислала нам письмо, в котором рассказала, что её малышка никак не может полоскать горло. И вот какой простой выход они нашли: ребёнку на грудь надевают непромокаемый фартук, она наклоняется над ванной и мама из спринцовки под напором снизу вверх орошает ей горло раствором. Эффект замечательный! Кстати, в качестве раствора они используют «Средство для полоскания полости рта и горла с шалфеем, ромашкой и календулой» компании «Левовит». Мама малышки говорит, что теперь советует это средство всем своим знакомым.

### К ВРАЧУ СЛЕДУЕТ ОБРАЩАТЬСЯ В ТОМ СЛУЧАЕ, ЕСЛИ:

- насморк и кашель не проходят через три-четыре дня
- горло сильно болит дольше трёх дней
- в горле появились гнойные налёты
- появились трудности при дыхании
- появились боли в грудной клетке
- температура выше 39°C
- появились боли в лобной и глазной частях, которые усиливаются при наклонах, поднятии тяжестей или кашле
- появилась рвота

### Фитосоль «От простуды»

Простудными заболеваниями мы часто заболеваем, проморозив руки и ноги. Запомните несколько простых правил:

- в дождливую и сырую погоду надевайте обувь не с пришитой, а «литой» подошвой – ноги не будут промокать;
- зимнюю обувь желательнее покупать на платформе или на толстой подошве – ноги не будут промерзать;
- обычно, зимнюю обувь выбирают на 1–1,5 размера больше истинного размера ноги под носки). Если обувь вам жмёт, ноги будут мёрзнуть;
- обязательно носите тёплые перчатки.

А если вы или ваши дети всё-таки промёрзли (либо при первых признаках простуды), прогрейте 8–10 минут руки и ноги в горячей воде с фитосолью «От простуды» от «Левовита» (2–3 ст. л. на 5 л воды). Вытрите насухо, на ноги наденьте хлопчатобумажные носки. Вы получите прекрасную возможность избежать простуды или ускорить процесс выздоровления. Скажите простуде: НЕТ!

**Фитосоль «От простуды»** – эффективное противовоспалительное и согревающее средство при простуде и переохлаждении, препятствующее развитию простудных заболеваний у взрослых и детей.

**Состав:** горчица, красный перец, ромашка, шалфей, чабрец, эвкалипт, липа, малина, природная соль, сода, крахмал.

Рекомендуется в качестве ванночки для ног и рук.



### СРЕДСТВА ДЛЯ ПОЛОСКАНИЯ ГОРЛА, ПОЛОСТИ РТА И ДЕСЕН ОТ КОМПАНИИ «ЛЕОВИТ»

Каждый из нас регулярно испытывает боль в горле. Порой это недомогание проходит самостоятельно, но иногда боль становится мучительной, сигнализируя о развитии серьёзных осложнений.

В качестве основного местного лечения заболеваний горла, полости рта и дёсен, рекомендуется принимать полоскания антисептическими средствами. Наиболее безвредные и деликатные помощники в борьбе с вирусной и микробной инфекцией, обосновавшейся в горле и полости рта – это, конечно же, соль, лекарственные травы и прополис.

Серия средств для полоскания горла и полости рта компании «Левовит» – прекрасная и эффективная помощь в лечении простудных и воспалительных заболеваний горла, полости рта и дёсен.

Средства для полоскания полости рта:

- «С прополисом»,
- «С шалфеем, ромашкой и календулой»,
- «С эвкалиптом»,
- «С мумиё»,
- «С корой дуба»,
- «С морской солью»



Комплекс биологически активных веществ, содержащихся в этих средствах, оказывает местное противовоспалительное, антисептическое, ранозаживляющее, вяжущее и смягчающее действие, уменьшает чувство саднения и першения в горле.

Преимуществом этих препаратов является их «местный» характер действия, т.е. они могут быть использованы беременными и кормящими мамами без риска нанесения вреда здоровью ребенка. Невысокая цена делает этот препарат доступным широкому кругу потребителей.

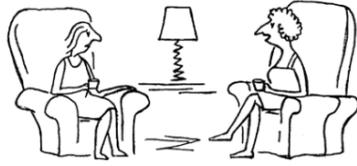
Поверьте, что гораздо проще несколько раз в день прополоскать горло и рот или научить этому ребенка, чем впоследствии проводить долгую и далеко небезобидную терапию ангины, фарингитов, тонзиллитов, стоматитов, гингивитов.

**Форма выпуска:** банка 250 г, упаковка 5 кг.

## Разговорный казахский. Легко!

## 2. Сіздің атыңыз кім? (Как Вас зовут?)

- Сіздің атыңыз кім?  
(Ваше имя кто (какое)?)
- Менің атым Маргарита Константиновна.  
(Мое имя Маргарита Константиновна.)
- Сіздің үйіңіз қай-да?  
(Ваш дом где?)
- Менің үйім Алматы-да.  
(Мой дом в Алматы.)
- Сіздің бала-лар-ыңыз қан-дай?  
(Ваши дети какие?)
- Менің бала-лар-ым қайыр-ым-ды және ақыл-ды.  
(Мои дети добрые и умные.)



- Сенің атың кім?  
(Твое имя кто (какое)?)
- Менің атым Рита.  
(Мое имя Рита.)
- Сенің үйің қай-да?  
(Твой дом где?)
- Менің үйім Астана-да.  
(Мой дом в Астане.)
- Сенің сіңлің қандай?  
(Твоя младшая сестра какая?)
- Менің сіңлім жас және әдемі.  
(Моя младшая сестра молодая и красивая.)

- Сендердің ат-тар-ың кім?  
(Ваши имена кто (какие)?)
- Біздің ат-тар-ымыз Тамара және Шәміл.  
(Наши имена Тамара и Шамиль.)
- Сендердің үй-лер-ің қай-да?  
(Ваши дома где?)
- Менің үйім Жамбыл-да, он-ың – Шымкент-те.  
(Мой дом в Жамбыле, его – в Шымкенте.)
- Сендердің дос-тар-ың қан-дай?  
(Ваши друзья какие?)
- Біздің дос-тар-ымыз сабыр-лы және байсал-ды.  
(Наши друзья спокойные и солидные.)

Выучите  
вопросительные  
местоимения:

кім – кто  
қай – какой  
қалай – как  
қандай – какой  
қайда – где, куда

қай – какой (про место или время действия):  
қай жерде – в каком месте  
қай кезде – в какое время

сравните

қандай – какой (про качество, признак чего-л.):  
қандай кітап – какая книга  
қандай жұмыс – какая работа

## Копилочка

СОВЕТЫ ПО ПРИМЕНЕНИЮ  
СТАРЫХ КАПРОНОВЫХ  
ЧУЛОК И КОЛГОТОК  
(ОКОНЧАНИЕ)

## При ремонте

♦ Плотно набиваем в просверленное отверстие обрезки чулка, втыкаем туда раскалённый заранее гвоздь, вытаскиваем. Получаем расплавленный канал, в который затем вколачиваем, ввинчиваем, что гвоздь, что шуруп, что винт, что болт. Точно так же можно укрепить в старой мебели расшатанные шурупы. Особенно в мебели из ДСП. Здесь полезно всю массу капрона хорошенько прогреть паяльником и только потом выплавлять канал для шурупа.

♦ Каплями расплавленного капрона легко склеиваются пористые и ворсистые материалы. Капрон легко плавится, но и быстро схватывается, поэтому работать надо быстро. Пробуем нарастить капронном стоптанный каблук, залатать подметку – даже если из резины. Разогреваем паяльником до мягкости нужное место, и паяльником же втираем в него кусочки капронового шнура. Так, наращивая слой слоем, доводим вещь до кондиции. Следите за тем, чтобы капроновый расплав не попал на руки.

♦ Используйте большие куски капрона вместо сита для просеивания сыпучих и процеживания текучих материалов и продуктов.

♦ Каждый, кто хоть раз держал в руках кисть, легко догадается, для второго раза оставшуюся и постоявшую краску придётся процеживать. Образовавшаяся плёнка с налипшей пылью мешают работе. Накройте банку куском чулка и набирайте краску на кисть прямо сквозь это «обратное» сито.

## Квартира требует забот

♦ В ванной комнате открылась течь? Освободите место соединения сифона с фановым патрубком. Замесите на воде до густоты сметаны горсть цемента. Хоро-



шенько искупайте в этой жиже капроновый чулок обмотайте им пострадавшее сочленение. Накладывайте повязку без складок, плотно и не туго. Остатками раствора заглавьте неровности. Когда «муфта» слегка подсохнет, пройдитесь по ней мокрой кистью или тряпкой – для красоты. Соединение будет прочным.

## На садово-огородном участке

♦ Шнурами, нарезанными из чулка можно надёжно подвязывать всё, что нужно подвязывать. А крупные растения и деревья – целым чулком. Капрон не гниёт, не провисает и служит годами. Нарезаем чулок сверху до следа (след отрезаем) по спирали длинной полосой при ширине 1–2 см. Полоса сама свернётся в шнурок, ваша задача – смотать его в клубок.

♦ Обмотайте свои молодые плодовые насаждения чулками или колготками до высоты 70–80 см. Между витками спирали оставляйте зазор в 5 мм. Пусть Ваш будущий вишнёвый сад дышит спокойно – ни заяц, ни какой другой грызун не покусятся на кору деревьев.

Всё найдено на просторах Интернета  
Ваша Хозяйка

\* Только в Казахстане продаётся более 17 000 000 пар колготок в год.

\*\* Практически во всех случаях колготки необходимо выстирать перед «употреблением».

Автор: Елена Романенко

## Сөздік – Словарь 2

1. Сіз Вы; Сіздің Ваш.
2. ат имя; ат-ыңыз Ваше имя; ат-ың твое имя.
3. кім? кто?
4. Сіздің атыңыз кім? как Вас зовут? (досл. Ваше имя кто?); сенің атың кім? как тебя зовут?
5. менің атым мое имя.
6. үй дом; үйіңіз Ваш дом; үйің твой дом.
7. қай? какой?; қай-да? где?
8. Сіздің үйіңіз қайда? где Вы живете? (досл. Ваш дом где?); сенің үйің қайда? где ты живешь?
9. менің үйім мой дом.
10. Алматы Алматы; Алматы-да в Алматы.
11. қан-дай? какой?
12. қайыр добро; қайыр-ым доброта, отзывчивость; қайыр-ым-ды добрый, отзывчивый.
13. және и, союз.
14. ақыл ум; ақыл-ды умный.
15. Астана Астана; Астана-да в Астане.
16. сіңлі младшая сестра (для сестры); сіңлі-ң твоя младшая сестра; сіңлі-м моя младшая сестра (см. Приложение 5).
17. жас молодой, юный.
18. әдемі красивый, прекрасный.
19. сен-дер-дің ат-тар-ың ваши имена.
20. біз-дің ат-тар-ымыз наши имена.
21. сен-дер-дің үй-лер-ің ваши дома.
22. Тараз-да в Таразе; Шымкент-те в Шымкенте.
23. сен-дер-дің дос-тар-ың ваши друзья.
24. біз-дің дос-тар-ымыз наши друзья.
25. сабыр спокойствие, терпение, сдержанность; сабыр-лы спокойный, терпеливый, сдержанный; сабыр-сыз беспокойный, нетерпеливый, несдержанный.
26. байсал спокойствие, уравновешенность, солидность; байсал-ды спокойный, уравновешенный, солидный.
27. зор большой, огромный.
28. бай богатый; бай-лық богатство.
29. күш сила, мощь; күш-ті сильный; күш-сіз слабый.
30. әл сила, мощь; әл-ді сильный, зажиточный; әл-сіз слабый, малоимущий.
31. тол-у наполняться, полнеть; тол-ық полный, упитанный, толстый.
32. арық худой, тощий, сухопарый.
33. еңбек труд; еңбек-шіл трудолюбивый.
34. ерін-у лениться; ерін-шек ленивый.
35. көңіл настроение, душевное состояние; көңіл-ді веселый, радостный; көңіл-сіз невеселый, грустный.
36. бақыт счастье; бақыт-ты счастливый; бақыт-сыз несчастный.
37. әділет правдивость, справедливость; әділет-ті честный, справедливый, правдивый; әділет-сіз нечестный, несправедливый.
38. ажар цвет лица, внешний вид; ажар-лы симпатичный, красивый; ажар-сыз невзрачный, некрасивый.

## Грамматикалық шолу – Грамматический обзор 2

біз (мы)	біз-дің жан-дар-ымыз (наши души)	біз-дің тән-дер-іміз (наши тела)	өз-іміз (мы сами)
сендер (вы)	сендер-дің жан-дар-ың (ваши души)	сендер-дің тән-дер-ің (ваши тела)	өз-дер-ің (вы сами)
Сіздер (Вы)	Сіздер-дің жан-дар-ыңыз (Ваши души)	Сіздер-дің тән-дер-іңіз (Ваши тела)	өз-дер-іңіз (Вы сами)
олар (они)	олар-дың жан-дар-ы (их души)	олар-дың тән-дер-і (их тела)	өз-дер-і (они сами)

-лы/-лі, -ды/-ді, -ты/-ті, -сыз/-сіз, -шыл/-шіл, шек

ақыл (ум)	ақыл-ды (умный)	ақыл-сыз (глупый)
сабыр (выдержка)	сабыр-лы (терпеливый)	сабыр-сыз (нетерпеливый)
қайырым (доброта)	қайырым-ды (добрый)	қайырым-сыз (бессердечный)
күш (сила)	күш-ті (сильный)	күш-сіз (слабый)
әл (сила, мощь)	әл-ді (сильный, зажиточный)	әл-сіз (слабый, малоимущий)
әділет (справедливость)	әділет-ті (справедливый)	әділет-сіз (несправедливый)
бақыт (счастье)	бақыт-ты (счастливый)	бақыт-сыз (несчастливый)
ажар (внешний вид)	ажар-лы (красивый)	ажар-сыз (некрасивый)
еңбек (труд)	еңбек-шіл (трудолюбивый)	сыз-формы не существуете
жас (молодость)	жас (молодой)	сыз-формы не существуете
зор (превосходство)	зор (большой, огромный)	сыз-формы не существуете
еріну (лениться)	ерін-шек (ленивый)	сыз-формы не существуете
байсал (спокойствие)	байсал-ды (уравновешенный)	сыз-формы не существуете
әдемілік (красота)	әдемі (красивый)	сыз-формы не существуете

## У Вас проблемы с памятью?

## Это значит, что «ГИНГКО БИЛОБА»

## – Ваш препарат

ВНИМАНИЕ! На фармацевтическом рынке Казахстана появился отечественный препарат, улучшающий мозговую деятельность – экстракт «ГИНГКО БИЛОБА» от компании «Леовит».

Гингко билоба – древнейшее дерево нашей планеты. Оно произрастало на Земле около 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 «ГИНГКО 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 «ГИНГКО 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 приёма повторить.

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

Несомненным преимуществом экстракта «ГИНГКО 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





## Жаттығулар – Упражнения 2

- 2.1 Найдите ответы на вопросы, используя **Грамматический обзор 2**.
- 1) Сен-ің ата-ана-лар-ың қан-дай? A Тол-ық және көңіл-ді.
  - 2) Он-ың ата-сы қай-да? B Үлкен (большой) және бақыт-ты.
  - 3) Сіз-дер-дің бала-лар-ыңыз қан-дай? C Үй-інде.
  - 4) Он-ың үй-і қан-дай? D Көңіл-сіз.
  - 5) Сен-ің мектеб-ің қай-да? E Байсал-ды және әділет-ті.
  - 6) Он-ың жағдай-ы қан-дай? F Арық және әл-сіз.
  - 7) Сен-ің шеше-ң қан-дай? G Алматы орталығ-ы-нда. (В центре Алматы.)
  - 8) Сіз-дің отбасы-ңыз қан-дай? H Жас және бақыт-ты.
  - 9) Сен-дер-дің мектеп-тер-ің қан-дай? I Бақыт-сыз және әл-сіз.
  - 10) Он-ың тән-і қан-дай? J Ерін-шек және сабыр-сыз.
  - 11) Олар-дың жан-дар-ы қан-дай? K Ақыл-ды және әдемі.
  - 12) Он-ың бақыт-ы қай-да? L Мектеп-те.
  - 13) Сіз-дің көңіл-іңіз қан-дай? M Еңбек-шіл және сабыр-лы.
  - 14) Сен-ің дос-ың қан-дай? N Жаңа (новый) және жарық (светлый).
  - 15) Сен-дер-дің дос-тар-ың қан-дай? O Жұмыс-ың-да.
  - 16) Он-ың сіңлі-сі қан-дай?

2.2 Дополните диалоги подходящими выражениями и выучите их наизусть.

1 A: Сен-ің ат-ың кім? B: ..... A: Сен-ің үй-ің қай-да? B: .....	5 A: ..... ? B: Өте қызық. (Очень интересная.) A: ..... ? B: Үлкен және ажар-лы.
2 A: Сіз-дің үй-іңіз қай-да? B: ..... A: Ол қан-дай? B: .....	6 A: ..... ? B: Жұмыс-ы-нда. A: ..... ? B: Сұлу және ақыл-ды.
3 A: Он-ың ата-сы қан-дай? B: ..... A: Он-ың ана-сы қан-дай? B: .....	7 A: ..... ? B: Институт-ы-нда. A: ..... ? B: Көңіл-ді және қайыр-ым-ды.
4 A: Сен-ің мектеб-ің қай-да? B: ..... A: Ол қан-дай? B: .....	8 A: ..... ? B: Жарық. (Светлая.) A: ..... ? B: Күш-ті және жас.

## Почему мы так говорим

**Наставить рога (разг.)** – оскорблять, задевать честь, достоинство кого-нибудь, соблазнив его жену, возлюбленную, склонив её к измене. Выражение это известно во многих европейских языках. Происхождение оборота спорно. Вот некоторые версии происхождения фразеологизма:

- 1) заимствовано из немецкого. Жены древних германцев, провожая мужей на войну, надевали им на голову шлем с рогами – на языке женщин это означало снарядить мужа в поход и остаться свободной;
- 2) из мифа об Актеоне, который подсматривал за купающейся богиней Дианой и за это был превращен ею в оленя;
- 3) в немецком императорском указе 1427 г. запрещается пребывание в армии с женой; преступивший этот запрет должен был носить рога;
- 4) византийский император Андроник Комнин (1183–1185) разрешал мужьям женщин, с которыми он имел любовные связи, охотиться в его зверинце. На воротах таких людей выставлялись олени рога.

## УЛЫБНИТЕСЬ

### ОБЪЯВЛЕНИЯ

- Замучаю до смерти любую организацию – письменно, по телефону, а также лично. Пенсионер И. И. Тел. 738-79-48.
- Ремонт автомобилей по фотографии. Тел. 529-47-68.
- Подключение стиральных машин к Интернету. Тел. 527-43-87.
- Учу жить по средствам. Дорого. Тел. 730-98-31.
- Платная стоянка в углу для непослушных детей. Тел. 638-79-87.
- Дулевое участие. Наша дуля в вашем деле! Тел. 487-35-68.
- Облагораживание надписей в подъездах, лифтах. Тел. 986-654-23.
- Для свадьбы! Генерал, адмирал, маршал авиации с усами. Имеются так

же свадебный солдат, прапорщик-балатур. Тел. 659-37-87.

- Врезка дверных глазков в полы, стены, косяки. Тел. 735-97-98.
- Скажите своим сынкам «ДО СВИДАНИЯ!» Новые супербезопасные грабли! Рукоятка выполнена из пенополиуретана и отделана поролоном. Теперь вы можете смело наступать на свои грабли круглосуточно! Тел. 404-80-34.
- Продаю мёд в натуральной упаковке (улей, пчела). Тел. 943-27-14.
- Самые дешёвые путевки на юг – у нас! Впервые в Крым – в товарных вагонах! Вы платите только за кипяток. Туристическое агентство «PARADISE-EXPRESS Unlimited». Тел. 238-84-23.
- Вы молоды, здоровы и энергичны? ГИБДД г. N-ска приглашает вас получить перспективную специальность ОПЕРАТОРА МАШИННОГО ДОЕНИЯ! Тел. 912-39-34.

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.

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 № Тираж 60 000 экз.  
Претензии по качеству принимает типография.

## Практика перевода 2

- 1) Как Вас зовут? .....
- 2) Меня зовут [Елена]. .....
- 3) ..... Сіздің үйіңіз қайда?
- 4) ..... Менің үйім Алматыда.
- 5) Ваши дети какие? .....
- 6) Мои дети добрые и умные. ....
- 7) ..... Сенің досың қандай?
- 8) ..... Ол әділетті және сабырлы.
- 9) Его друг какой? .....
- 10) Он ленивый и слабый. ....
- 11) ..... Оның сіңлісі қандай?
- 12) ..... Ол жас және көңілді.
- 13) Твоя мама какая? .....
- 14) Она добрая и красивая. ....
- 15) ..... Сенің әкең қандай?
- 16) ..... Ол күшті және еңбекшіл.
- 17) ..... Сенің мектебің қайда?
- 18) ..... Алматы орталығында.
- 19) Его душа какая? .....
- 20) Светлая и счастливая. ....
- 21) Его руки какие? – Сильные. ....
- 22) ..... Оның тәні қандай? – Толық.
- 23) Его положение какое? .....
- 24) Его положение грустное. ....
- 25) Мое счастье дома. ....
- 26) Ваша семья какая? .....

Учебные пособия Елены Романенко в книжных магазинах Казахстана и в интернете на [www.salamatsyza.kz](http://www.salamatsyza.kz)

## СПАСЕНИЕ ОТ СТРЕССА

### – «АНТИСТРЕСС»

Проблема психических расстройств в настоящее время приобретает всё большую актуальность. Все негативы современного общества отражаются на психике человека. Социальная неустроенность, проблемы с работой, семейные неурядицы и другие стрессовые ситуации приводят к возникновению таких аффективных расстройств, как повышенная раздражительность, утомляемость, напряжённость, беспокойство. И как следствие – снижение работоспособности, нарушения сна, резкие смены настроения, головная боль.



Как же помочь себе в этой ситуации? Как предотвратить появление этих нарушений и справиться со своими проблемами?

Сегодня медицина располагает широким перечнем транквилизаторов и антидепрессантов, которые, как известно, имеют противопоказания и побочные эффекты. В отличие от них препараты на основе растительных и минеральных компонентов не вызывают привыкания организма и не оказывают побочного действия.

К числу таких препаратов относится «АНТИСТРЕСС», созданный и выпускаемый компанией «Леовит» – крупнейшим казахстанским производителем биологически активных добавок на основе минеральных компонентов и высококачественного растительного сырья, произрастающего в основном на территории Казахстана.

«АНТИСТРЕСС» имеет уникальный состав, который обеспечивает его высокую эффективность: цветочная пыльца, мелисса, душица, родиола розовая, имбирь, янтарная кислота, аскорбиновая кислота, витамин Е, глюконат кальция.

«АНТИСТРЕСС» снимает психоэмоциональное напряжение, нормализует настроение, снижает утомляемость, восстанавливает работоспособность, улучшает качество сна, повышает умственную и физическую активность, улучшает память.

Препарат «АНТИСТРЕСС» рекомендуется применять в качестве профилактического и вспомогательного средства при стрессовых нагрузках, психическом и физическом переутомлении, в том числе при лечении фобии экзаменов, посттравматическом стрессовом состоянии, а также при появлении симптомов раздражительности, тревожности, резкой смены настроения, расстройств сна, и др.

**Способ применения:** по 1–3 таблетки 3 раза в день перед едой.

Значительным преимуществом «АНТИСТРЕССА» от компании «Леовит» является его низкая цена, которая делает препарат доступным для широкого круга потребителей.

БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. № 001213