

Колонка редактора

Дед мой научил меня своей жизненной философии, которая заключалась в одной простой фразе: «Фи, и мы так можем!». Как-то он рассказал мне о скрипке отца, пропавшей в войну.

– А у меня нет скрипки, – с нарочитой печалью сказал я.

– Так и что? Сделаем, – сказал дед со своей неповторимой усмешкой. И он действительно выстругал две деки. Дальше этого дело не пошло. Но сделал же...

К числу его любимых историй отнесились воспоминания, когда в молодости он занимался мыловарением и контрабандой поставил мыло ко двору Франца Иосифа. Я и верил, и не верил. Но однажды дед сварил мыло (я описал эту историю в одной из своих книг). Его мыло было похоже на застывший кусок моря и пахло тысячью ароматами. Во всяком случае так мне тогда казалось. И я поверил деду.

Сейчас, когда сотни рецептов мыла заполнили Интернет, кажется, что в секретах деда не было ничего необычного, и, всё-таки я вспоминаю жёлтые листы его записей – секреты профессионального мыловара, и иногда мне хочется повторить то, что делал дед и мысленно сказать ему: «Фи, и мы так можем!»...

А в недалеком будущем мы надеемся порадовать вас натуральным мылом от «Леовита».

**Главный «мыловар»
газеты «Леовит»
Борис Вольфович Пилат**

«Розыгрыш призов – это не розыгрыш» –



повторяем мы уже в третий раз. В третий раз за последние полтора года мы провели акцию среди покупателей продукции «Леовит». Напомним: покупатели собирали логотипы минимум на 100 баллов и присылали нам. Мы присваивали каждому конверту номер (если баллов было 200, то два номера, если 300 – три и т.д) и разыгрывали в лотерею. Как подсчитывать баллы, было указано в условиях акции.

5 июля у нас было жарко: много участников и просто гостей, которые не желали расходиться и через два часа после окончания мероприятия, пользуясь случаем, задать накопившиеся вопросы нашим специалистам.

Так случилось, что никого из выигравших первые три приза не было в зале. Тем не менее, никто не мог сказать, что мы нечестно разыгрывали номерки. Как говорят, если на кону стоит машина или квартира, то В следующий раз мы постараемся заснять на видео сам процесс лотереи. А пока – вот наши победители.



Главный приз – стиральную машину (50 000 тг) – выиграла **Интыкбаева Гульнара Интыкбаевна** (г. Алматы).

Второй приз – кухонный комбайн (20 000 тг) – достался **Сидоренко Пелагее Валентиновне** (г. Иссык, Алма-тинская область). Вот уж зря говорят, что один снаряд дважды в одну ворон-

Свежее дыхание облегчает понимание



Тот факт, что человек красиво выглядит и опрятен, но изо рта исходит неприятный запах, может оттолкнуть от него окружающих, создать о нем неприятное впечатление.

Если вы хотите открыто общаться с друзьями и близкими и быть уверенным в себе человеком, необходимо заботиться о свежести дыхания, поскольку этот важный нюанс может подвести в самый ответственный момент.

Существуют некоторые правила, которые требуется соблюдать постоянно.

Самое главное – золотое правило – привычка **всегда** содержать ротовую полость в чистоте:

● дважды в день тщательно чистить зубы и очищать язык от налёта;

● в течение дня после приёма пищи полоскать рот;

● помните, что некоторые продукты помогают бороться с зубным налётом и с неприятным запахом. К этой категории относятся зелень, морковь, орехи, яблоки и продукты, богатые клетчаткой. Эти продукты позволят вам перекусить, утолив голод, и одновременно сохранят дыхание свежим;

● необходимо вовремя лечить все заболевания полости рта, поскольку неприятный запах может возникнуть из-за кариеса или болезни дёсен;

● не забывайте о регулярном очищении кишечника.

Как ни удивительно, одним из самых эффективных средств, ликвидирующих неприятный запах изо рта, являются травы.

Компания «Леовит» разработала и выпустила средство для полоскания полости рта «Свежесть дыхания» на основе экстрактов лечебных трав и мятного масла в комплексе с солью и содой. Основное предназначение этого препарата — борьба с неприятным запахом изо рта наряду с заботой о здоровье зубов и дёсен.

Средство для полоскания полости рта «Свежесть дыхания», оказывает противовоспалительное, антисептическое, дезодорирующее действие, укрепляет дёсны, освежает дыхание, снижает риск развития кариеса.

Это средство содержит натуральные растительные компоненты, не вызывает выделение желудочного сока, не «вынимает» пломбы, не стирает зубную эмаль и не содержит вредных веществ.

Средство для полоскания **«СВЕЖЕСТЬ ДЫХАНИЯ»** имеет удобную, быстрорастворимую форму и использовать его можно несколько раз в день желательно утром и вечером после чистки зубов.

Способ применения: растворить 1 чайную ложку средства в 1/2 стакане горячей воды. Полоскать 3–6 раз в день.



ку попадает. Наш «снаряд» в виде приза попал в одного человека уже второй раз. В декабре уже Пелагея Валентиновна выиграла в нашей лотерее мобильный телефон.

Третий приз – мультиварку (15 000 тг) – мы вручили **Салтыковой Татьяне Васильевне** (г. Алматы).

Поздравляем победителей!

Не зная, стоит ли дарить человеку вторую стиральную машину, и предположив, что он не пользуется кухонным комбайном, мы подарили женщинам сертификаты сети магазинов «Планета электроники» на указанные суммы. На эти сертификаты они смогут приобрести ту технику, которая им наиболее необходима в данный момент времени.

Кроме главных призов были разыграны 15 наборов «Леовит» и 15 футболок с логотипом «Леовит». Нас радует, что география участников акции постоянно расширяется. Это и Усть-Каменогорск, и Караганда, и Кызылорда, и Алматы, и другие города.

Ждите новой акции, собирайте логотипы и **будьте здоровы с Леовитом!**

Содержание номера

Плановая госпитализация в стационар.....	2
Супружеский этикет. Часть 2.....	3
Откровения бывшей секретарши.....	3
Как не оттолкнуть от себя ребёнка.....	5
Уроки бабочки.....	5
Очищаем организм.....	6
Как появилось бисероплетение.....	7
Разговорный казахский легко.....	7-8
Ящик Пандоры.....	8
Космические «очепятки».....	8

ОГЛЯНИСЬ, НЕЗНАКОМЫЙ ПРОХОЖИЙ

Оглянись, незнакомый прохожий, Мне твой взгляд неподкупный знаком.

Может я это, только моложе, Не всегда мы себя узнаём.

Нас тогда без усмешек встречали Все цветы на дорогах земли. Мы друзей за ошибки прощали, Лишь измены простить не могли.

Первый тайм мы уже отыграли И одно лишь сумели понять: Чтoб тебя на земле не теряли, Постарайся себя не терять.

В небесах отгорели зарницы, И в сердцах утихает гроза. Не забыть нам любимые лица, Не забыть нам родные глаза.

Ничто на земле не проходит бесследно, И юность ушедшая всё же бессмертна. Как молоды мы были, как молоды мы были, Как искренне любили, как верили в себя.

Александр Градский

“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 заявки в течение двух рабочих дней.



УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

Открыта подписка на газету «Леовит» на 2012 год! Подписной индекс в Республиканском каталоге АО «Казпочта» – 64388.

• Алматы – 24,13 тг/мес
• областные центры – 25,59 тг/мес

• районы – 28,27 тг/мес

Таким образом, стоимость подписки на 12 месяцев составит в разных регионах Казахстана от 289,56 до 339,24 тг. Можно подписаться на год, полгода, три месяца и даже на месяц.



Отдел продаж ТОО «Леовит»

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



ЛЕОВИТ

ПЛАНОВАЯ ГОСПИТАЛИЗАЦИЯ В СТАЦИОНАР



Основными задачами, определёнными Государственной программой развития здравоохранения «Саламатты Қазақстан» на 2011–2015 годы, являются содействие рациональному использованию лекарственных средств путём развития формулярной системы и предоставление населению и специалистам в области здравоохранения объективной и достоверной информации о лекарственных средствах.

Цель программы: улучшение здоровья граждан Казахстана для обеспечения устойчивого социально-демографического развития страны.

Сегодня Министерством здравоохранения РК уделяется особое внимание качеству и объективности поступающей информации о лекарственных средствах, в связи с чем в 2011 году были открыты Лекарственные информационные центры во всех регионах нашей страны.

Только за 2 месяца 2012 года в Лекарственный информационный центр (далее – ЛИЦ) обратилось более 3,5 тысяч казахстанцев. С декабря 2011 года в стране работает бесплатная служба консультирования населения и медицинских работников по вопросам применения и рационального использования лекарственных средств, зарегистрированных в РК. Телефон: **8 800 080 88 87 (бесплатный звонок по Казахстану).**

Проведенный мониторинг запросов показал, что большинство вопросов от населения связано с применением, стоимостью и приобретением того или иного лекарственного препарата. Нередки вопросы по порядку получения лекарств в рамках гарантированного объёма бесплатной медицинской помощи и правилам направления на плановую госпитализацию. Учитывая, что все эти вопросы связаны между собой Государственной программой развития здравоохранения «Саламаты Қазақстан» на 2011–2015 годы, ЛИЦ совместно с Республиканским порталом бюро госпитализации, предоставляет Вашему вниманию пошаговый алгоритм получения стационарной помощи.

Как известно Единая национальная система здравоохранения (ЕНСЗ), вне-

дрённая в Казахстане с 1 января 2010 года, предоставляет гражданам нашей страны право на самостоятельный выбор – будь то выбор поликлиники, участкового врача или выбор стационара для лечения. Закрепление за поликлиниками происходит примерно раз в год.

При плановом лечении пациент при помощи своего участкового доктора сам решает, в какой клинике он будет получать помощь. Независимо и то, в какой области живёт пациент – он обладает возможностью поехать лечиться в столичные клиники, в больницы других регионов, правда, оплатить проезд он должен будет сам.

Что необходимо знать для плановой госпитализации в стационар

1 шаг. Сначала пациент (то есть Вы) выбирает стационар, в котором желает лечиться.

2 шаг. Затем Вам необходимо посетить лечащего врача в территориальной поликлинике и пройти минимальные обследования.

3 шаг. Участковый врач решает вопрос о наличии показаний к госпитализации совместно с заведующим отделением. Направление для плановой госпитализации должно быть обоснованным.

4 шаг. При наличии показаний к госпитализации, специалист в поликлинике, отвечающий за бюро госпитализации, предоставляет пациенту сведения о том, в каких стационарах необходимого профиля есть свободные места. При этом Вы должны быть заранее подготовлены к тому, чтобы лечь в стационар, то есть Вам необходимо сдать анализы и пройти необходимые обследования.

5 шаг. При наличии свободных мест в выбранном стационаре поликлиника определяет Вам планируемую дату госпитализации.

6 шаг. Сотрудники поликлиники вносят в портал Ваши данные, как нуждающегося в госпитализации. Когда заявка зарегистрирована, Вам автоматически присваивается код госпитализации.

7 шаг. Стационар предоставляет свою дату госпитализации. Он может не согласиться с той датой, которую указала поликлиника, поскольку в больницы поступают не только плановые больные, но и экстренные.

8 шаг. Специалисты поликлиники получают сведения о дате госпитализации из стационара, распечатывают талон госпитализации и отдают его непосредственно Вам.

9 шаг. Вы поступаете в выбранный Вами стационар в указанную им дату

госпитализации, имея при себе направление и талон.

10 шаг. Вы обязаны явиться на госпитализацию в срок, указанный в направлении. В случае возникновения непредвиденных ситуаций (наличие другого острого заболевания, отъезд, отсутствие билетов и т.д.), Вам необходимо своевременно известить своего участкового врача.

Казахстанцы могут узнать о наличии свободных мест в стационарах страны, проверить свою очередь на госпитализацию, если есть код направления, в листе ожидания на сайте: www.bg.eisz.kz.

Стоит отметить, что в листе ожидания не указываются фамилии, здесь необходимо знать код госпитализации, который есть в вашем направлении; это сделано для соблюдения врачебной тайны.

Основные цели внедрения портала

1. Защита прав пациентов в части обеспечения свободного выбора медицинской организации.

2. Обеспечение прозрачности плановой госпитализации в рамках гарантированного объёма бесплатной медицинской помощи.

3. Автоматизация процесса плановой госпитализации с минимальным участием человеческого фактора.

Более подробная информация представлена на сайте www.bg.eisz.kz, а также на сайте ЛИЦ – www.druginfo.kz, в рубрике «Для Пациентов/Что важно знать».

Лекарственный информационный центр предоставляет достоверную информацию о правах граждан на лекарственное обеспечение в рамках гарантированного объёма бесплатной медицинской помощи, о рациональном, эффективном и безопасном применении лекарственных средств, а также о возможных побочных эффектах.

В своей работе специалисты Лекарственного информационного центра используют источники доказательной медицины и базы данных по лекарственным средствам, нормативно-правовым актам в сфере обращения лекарственных средств, предоставляя объективную и достоверную информацию во всех 16 регионах страны.

Звоните! Мы рады помочь всем!

Лекарственный информационный центр

АГФ РГП «РЦРЗ» МЗ РК
г. Алматы, ул. Жандосова, 6,
8(727) 274 34 00,
8 800 080 88 87

(звонок по Казахстану бесплатный)
www.druginfo.kz

ВАШ НАДЁЖНЫЙ ПОМОЩНИК

– КАЛЬЦИЙ



Компанией «Леовит» создан препарат «ФИТОКАЛЬЦИЙ» взамен ранее выпускавшихся таблеток «КОСТНЫЕ». Сбалансированный состав «ФИТОКАЛЬЦИЙ» обеспечивает

легко усваиваемую для организма форму кальция в комплексе с макро-, микроэлементами и биологически активными органическими веществами. Использование в качестве источника кальция карбоната вместо глюконата, позволило увеличить содержание легко усваиваемого кальция до 40 %. В отличие от других кальцийсодержащих препаратов в состав «ФИТОКАЛЬЦИЙ» входят хвощ, кунжут, мёд и лактоза.

«ФИТОКАЛЬЦИЙ» от «Леовита»:

✦ **восполняет дефицит кальция при повышенной потребности в нем организма;**

✦ **способствует укреплению костной системы, помогает укрепить и восстановить минеральную основу зубной эмали, улучшает состояние ногтей и волос;**

✦ **снижает риск развития остеопороза (особенно у женщин в климактерический и постклимактерический периоды);**

✦ **препятствует развитию артрозов, артрозов, остеохондроза;**

✦ **способствует восстановлению костной ткани при переломах;**

✦ **препятствует развитию многих заболеваний, связанных с расстройствами кальциевого обмена и дефицитом кальция: подверженности простудным и аллергическим заболеваниям, анемии, сонливости, болей в суставах, судорог, нарушения роста и др.**

Способ применения: по 1–2 таблетки 2 раза в день. Курс приёма 2–4 недели. При необходимости повторить.

Форма выпуска: 10 таблеток, 50 таблеток.

Спрашивайте в аптеках города!

ФИТОКЛЕТЧАТКА

“ЛЕОВИТ”



Изготавливается из очищенных отрубей пшеницы и овса с добавлением ягод и экстрактов трав. Технология производства фитоклетчатки компании «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.

ЗДОРОВАЯ ПЕЧЕНЬ

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

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

Рег. уд. № KZ.16.01.78.003.E.001772.02.11.

ВИТАМИННАЯ

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

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

Рег. уд. № KZ.16.01.78.003.E.001773.02.11.

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, сенна, курут, слива, солодка, мята.

Рег. уд. № KZ.16.01.78.003.E.002204.02.11.

ПРИ ДИАБЕТЕ

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

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

Рег. уд. № KZ.16.01.78.003.E.002208.02.11.

ИДЕАЛЬНЫЙ ВЕС

Способствует снижению аппетита, быстрому появлению чувства насыщения нормализует вес. Уменьшает всасывание жира, улучшает работу кишечника, детокси-

кационную активность печени и почек, восстанавливает кишечную микрофлору, снижает уровень холестерина в крови.

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

Рег. уд. № KZ.16.01.78.003.E.001772.02.11.

ОЧИЩАЮЩАЯ

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

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

Рег. уд. № KZ.16.01.78.003.E.001772.02.11.

Форма выпуска: 100 г, 200 г, 1 кг

БАД к пище. Не является лекарственным средством.

ШКОЛА ЭТИКЕТА

В июньском номере мы рассказали вам, какие основные «бытовые» ошибки женщин мешают счастливой семейной жизни. Почему супруг перестаёт видеть в вас Женщину, которую он полюбил когда-то. Жёны, которые не читали прошлый номер газеты, – срочно найдите его и прочтите (можно и на нашем сайте). Пока ещё не поздно что-то изменить в поведении – меняйте и меняйтесь. А сегодня поговорим о мужчинах.

Супружеский этикет.

Что делать, чтобы быт не загубил семью?

Часть 2

Что нужно делать мужьям, чтобы супруга не перестала видеть в них настоящего мужчину?

1. Помнить памятные даты (не забывать день бракосочетания, дни рождения супруги, родителей и детей).

2. Некоторые обязанности по дому брать на себя (убрать после ужина посуду или вынести ведро один раз в день – не так сложно, да больше и не требуется).

3. Следить за запахом изо рта.

4. Чаще менять рубашки и футболки.

5. Следить за фигурой, ногтями.

6. Благодарить супругу за приготовленную еду, пришить пуговицу, а не воспринимать это как должное.

7. Принимать душ хотя бы один раз в день.



Поведение мужчин как мужей в семьях закладывается ещё с детства – их не всегда воспитывают добытчиками, хорошими отцами и мужьями. Научить сыновей принимать мужские решения, быть уверенными в своих решениях – обязанность родителей.

Марина Городецкая
www.shkolazhizni.ru

8. Хотя бы 15 минут в день уделять каждому вашему ребенку.
9. Спрашивать у супруги о её самочувствии, состоянии – быть внимательным;
10. Иногда стараться быть романтиком.

Чего не следует делать мужьям, чтобы супруга не перестала видеть в них настоящего мужчину?

1. В туалете «ходить мимо» и оставлять это после себя, будто так и должно быть.
2. Оставлять после себя ванную с лужами, раковину с пеной для бритья.
3. Громко издавать разные неприличные звуки (это имеет прямое отношение и к питанию).
4. Бросать использованное бельё, где попало.
5. Сравнить супругу с вашей матерью в пользу мамы.
6. Слушать вашу маму, предпочитая принимать во внимание её мнение в решении всех ваших семейных, личных с супругой, вопросов.
7. Обязанность покупать подарки перекладывать на супругу.
8. Часто позволять себе засиживаться с друзьями допоздна (особенно в выходные).

Энергетический напиток с L-карнитином



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

Напиток «Леовит» с L-карнитином:

- ускоряет сжигание жиров (в том числе подкожного жира – главной причины целлюлита) и приводит к быстрому похудению;
- способствует образованию мышечной массы, а, следовательно, формированию красивой фигуры;
- предотвращает появление мышечных болей при физических нагрузках;
- обеспечивает прилив энергии, повышает физическую выносливость и общую работоспособность;
- препятствует повышенной утомляемости (физической и умственной), способствует быстрому восстановлению;
- стимулирует умственную активность и концентрацию внимания;
- повышает устойчивость организма к стрессам, стабилизирует психику, улучшает адаптационные способности организма к различным условиям;
- улучшает работу сердца и состояние сосудов, стимулирует кислородообеспечение и питание сердечной мышцы;
- снижает уровень холестерина, препятствует образованию холестериновых бляшек на стенках сосудов;
- стимулирует кровоснабжение организма;
- приводит к интенсивному насыщению клеток и тканей кислородом;
- повышает иммунитет, снижает восприимчивость организма к инфекционным заболеваниям;
- оказывает антиоксидантное и антитоксическое действие;
- активизирует процессы пищеварения;
- повышает активность мужских половых клеток.

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

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

Форма выпуска: банка 130 г.

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, мелисса, душица, чёрная смородина, яблоки, зелёный чай.

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

Продолжаем обзор аптек с продукцией «Леовит»

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

г. Алматы.
Аптека ИП «Кармысова», мкр. Шанырак, ул. Жанкожа батыра, д. 394 (в здании жёлтого цвета), тел. (727) 380-87-47.
Аптека «Доктор Плюс», мкр. Айнабулак-1, д. 2, тел. (727) 294-73-92.
Аптека «Точка», мкр. «Казахфильм» (на рынке около д. 24).
Аптека в мед. центре «Сункар» (р-он Развилки, тел. (727) 271-83-42).
Аптека «Слава», р-он Алматы-1, тел. (727) 236-14-88.
Аптека «Люка», Зелёный базар, тел. (727) 234-79-51, 52.

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

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

Талгарский район Алматинской области:
пос. Кызыл-Кайрат
ИП «Батанова», ул. Малькеева, 169, тел. 308-45-01.
пос. Тұздыбастау (бывший пос. Калинина)
ИП «Дудникова», Талгарская трасса, ул. Райымбека, 71.
ИП «Касымова», Курмангазы, 13.

г. Талгар.
«Доктор Айболит», ул. Конаева, 97а, тел. 295-67-20.
ИП «Мурзабекова», ул. Конаева, 122, тел. 295-61-30.
ТОО «Ак-Ниет», ул. Конаева, 87, тел. 295-63-89.
ТОО «Заман-Фарм», ул. Конаева, 98, тел. 388-13-74.
ИП «Прилипка», ул. Конаева, 87а, тел. 2-03-02.
ТОО «Ак-Бота», ул. Конаева, 72, тел. 295-66-51.
ТОО «Тангы Шық», ул. Гагарина, 102-3, тел. 295-67-80.
«Аптека Плюс», ул. Интернациональная, уг. ул. Одесской, тел. 308-33-76.
ТОО «Фармация», ул. Абая, 83, тел. 295-61-92.

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

г. Талдыкорган.
Аптека ИП «Каспакова», ул. Гаухар-Ана, д. 85, угол ул. Биржан Сал («Арбат»), тел. (7282) 39-51-90.
Аптека ИП «Каспакова», ул. Биржан Сал («Арбат»), 102, тел. (7282) 39-04-92.

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

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

УЛЫБНИТЕСЬ

– Должен Вас огорчить, у Вашей дочери венерическое заболевание.
– Что Вы такое говорите?! Где же она могла заразиться? Может в общественном туалете?
– Возможно, хотя там ей было бы крайне неудобно.

– О-о! – говорит доктор, входя в палату. – Сегодня Вы выглядите намного лучше.
– Ещё бы, я строго следовал тому что написано на Вашей бутылочке.
– Чему именно?
– Хранить надёжно запечатанной.

– Доктор, почему у меня такие плохие анализы?
– А сколько вы за них заплатили?
– По две сотни за каждый.
– Э, голубчик, хорошие анализы стоят теперь куда дороже.

Профессор спрашивает студента на экзамене по акушерству:

– Какие вы знаете виды родов?
– Преждевременные, запоздалые, неправильные.
– Подробнее, пожалуйста.
– Преждевременные – за год до свадьбы, запоздалые – через три года после смерти мужа, неправильные – когда вместо жены рождает соседка.

У врача дома засорился унитаз. Вызвал водопроводчика. Он пришел, пару раз стукнул молотком, заменил прокладку, закрутил гайку. Потом говорит:

– Готово, все работает. С вас 2000 тг.
– Как 2000 тг? За пять минут работы? Я нейрохирург, 12 лет учился специальности, но мне за пять минут работы 2000 тг не платят.
– Так это нормально. Когда я нейрохирургом работал, мне тоже не платили.

Сидит доктор на приеме с больной головой после воскресной пьянки. Заходит пациент:

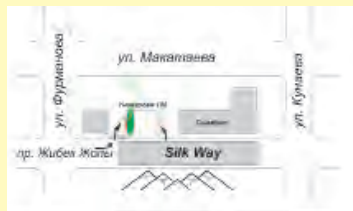
– Доктор, как мои анализы?
Доктор, держась руками за больную голову:
– У вас рак?
– Как, доктор?!!!! Вы же говорили КАМНИ!
Доктор, поднимая на него глаза:
– И под каждым камнем рак!

АДРЕСА ФИРМЕННЫХ КИОСКОВ ТОО «ЛЕОВИТ»

Офис «Леовит»
ул. Нусупбекова, 32,
уг. 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
уг. ул. Фурманова,
пн-сб с 8-00 до 20-00,
вс с 9-00 до 17-00,
тел. 273-43-17



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



Откровения бывшей секретарши

Продолжение. Начало в № № 2–6

Муж улетел. Сеньор Риккардо тут же заказал два билета на остров Пасхи. Как же, он не может позволить даме лететь одной, тем более что у неё нет испанского. Но сначала у него дела в Арике, и он предлагает мне ехать с ним.

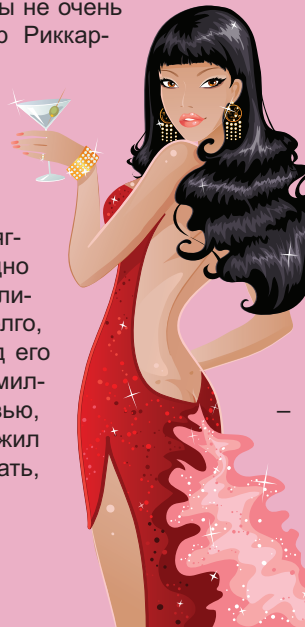
Наша гостиница оказалась в нескольких сотнях метрах от резиденции, где проживал престарелый Пиночет. Часов в шесть Риккардо возвращается, мы идём в ресторан, едим какие-то изумительные морепродукты, пьем белое чилийское вино, вечером сидим в саду. Рука Риккардо всё время сползает вниз с моего животика.

– Только на Пасхи, – говорю я, и мне хочется чего-то необычного.

– В своё время, – как бы не очень к месту начинает сеньор Риккардо, – до того, как я заработал немного денег, я работал вертолётчиком в Колумбии. Любимое дело повстанцев – палить по вертолётам. Меня сбили. Вертолёт сел мягко, и меня подобрало одно племя, не тронутое цивилизацией. Я прожил там долго, довольно долго... – Взгляд его застыл. – И там я познакомился с запрещённой любовью, словно очнувшись, продолжил он. – Сеньора желает знать, что это такое?

Я кивнула...

Продолжение следует.





ЛЕОВИТ

Спрашивайте препараты "Леовит" в аптеках Вашего города!

4

ОО «ЛЕОВИТ» выпускает продукцию для Вашего здоровья

ЛЕОВИТ



ЦИКОРИЙ

- молотый
- шоколадный
- со сливками



ФИТОКЛЕТЧАТКА

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

НОВИНКА!!!

– энергоактив
L-карнитин

Энергетический напиток



СРЕДСТВО ДЛЯ ПОЛОСКАНИЯ ПОЛОСТИ РТА

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

НОВИНКА!!!



ФИТОЧАЙ

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



ФИТОЧАЙ

- антикашель
- почечный
- 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
- антигипертензивные
- антигипотонические
- антиинсульт
- антикашель
- антиревматические
- антистресс
- антишлак
- антиязвенные
- аппетитные
- 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
- фитокаandida
- фитокальций
- фитосердечные
- холециститные
- циститные
- чесночные



БАД № 50

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



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

Сделано в Казахстане

АФОРИЗМЫ

- * Совесть как женщина — даётся только тому, кто может с ней спать.
- * Нет неразрешимых проблем, есть неприятные решения.
- * Праведная жизнь начинается тогда, когда на грешную уже не остается ни сил, ни денег.
- * Жить по уму — значит выбирать по вкусу из того, что по карману.
- * Боролся сам с собой — и был непобедим.
- * Главный недостаток ума — его отсутствие.
- * Кроме чужих неприятностей, в жизни есть и другие радости.
- * Все хотят хорошо провести время, но его не проведёшь.
- * Если жизнь протекает хорошо, значит, она дала трещину.
- * Бойтесь своих желаний — они иногда сбываются.
- * Жизнь уходит так быстро, как будто ей с нами неинтересно.
- * Объявление: «ЛЕЧУ ОТ ВСЕХ БОЛЕЗНЕЙ!». Дописка: «ОТ ВСЕХ — НЕ УЛЕТИШЬ»
- * Не говори о себе плохо — не делай за других работу!
- * Неудача — это разновидность удачи, которая не знает промаха.
- * Если раны посыпать солью, то они дольше сохранятся свежими...
- * Если шеф не прав — значит, либо он не шеф, либо ты не работник.
- * В жизни беспозвоночных нет переломных моментов.
- * Если человек по-настоящему хочет жить, то медицина бессильна.
- * Никогда не будет второй возможности произвести первое впечатление.
- * Хотите избавиться от осадка на душе — не кипятитесь.
- * Только когда возьмешь в долг, понимаешь, что ты очень нужен людям.
- * Слово «нет» по-прежнему остается лучшим противозачаточным средством.
- * Если жена начала воспитывать мужа — значит, она готовит его для новой жены.
- * Главное не откусить, главное — суметь это проглотить.
- * Не пытайтесь утопить свои проблемы в вине — помните: проблемы, как дерьмо — всплывают.
- * Мужчины только делают вид, что не понимают женщин! Им это обходится дешево.
- * Если человек счастлив больше одного дня — значит, что от него что-то скрывают.

РОДИТЕЛИ И ДЕТИ

Как не оттолкнуть от себя ребёнка?



Думаю, нет на свете человека, который хотя бы раз в жизни не общался с детьми. А мамочки и папочки вообще общаются с ними ежедневно. Сегодняшний мир очень жесток по отношению к детям. И если в семье нет взаимопонимания, то ребёнок ищет этого самого понимания вне стен дома. Так и рушатся детские судьбы.

Ребёнок, не нашедший поддержки дома, может попасть в очень нехорошую историю.

Наркотики, алкоголь, бандитизм, проституция... Эти пугающие нормального человека слова должны заставить нас, взрослых, задуматься, как не оттолкнуть от себя ребёнка? Как сделать так, чтобы дети нам доверяли и не искали поддержки на стороне?

К тому, чтобы дети от нас отдалялись, мы идем целенаправленно, уверенными шагами. Знаете, когда мы делаем первый шаг? Когда на просьбу малыша поиграть с ним или в чём-то помочь мы отмахиваемся, оправдываясь нашей занятостью. Как бы мы ни были заняты, на просьбу надо откликнуться. Во всяком случае, его надо выслушать. Иначе впоследствии ребёнок к вам не придет. Он поймет, что он «лишнее звено» и будет искать советы и помощь в других местах. Хорошо, если ему на пути встретится порядочный советчик, а если нет? Хотите ли вы этого? Если нет, обратите на ваше чадо внимание тогда, когда он просит, не отбивайте у него охоту в трудную минуту обращаться именно к вам!

Вы можете возразить: какая же это трудная минута — поиграть или завязать шнурки? Но для совсем маленьких детишек это очень важный момент. Они нуждаются в вашей помощи, значит, им трудно обойтись без вас.

Дети очень хорошо чувствуют фальшь. Если вы пытаетесь рассказать ребёнку о вреде курения, а сами при этом не выпускаете сигарету изо рта, то неужели вы думаете, что он вам поверит? Этим самым разговором вы можете добиться лишь одного — оттолкнуть от себя ребёнка. Он не поверит вашим словам. Более того, ему захочется вам «насолить» за то, что вы его обманываете. И если уж вы сами не безгрешны, то лучше не начинайте нравоучений на данную тему.

А лучше всего честно признайтесь в своей слабости, расскажите о том, что вы по глупости начали курить, же-

МУДРОСТЬ ВЕКОВ

УРОКИ БАБОЧКИ

Однажды в коконе появилась маленькая щель. Случайно проходивший мимо человек долгие часы стоял и наблюдал, как через эту маленькую щель пытается выйти бабочка. Прошло много времени, бабочка как будто оставила свои усилия, а щель оставалась такой же маленькой. Казалось, бабочка сделала всё что могла, и ни на что другое у неё не было больше сил.

Тогда человек решил помочь бабочке, он взял перочинный ножик и разрезал кокон. Бабочка тотчас вышла. Но её тельце было слабым и немощным, её крылья были прозрачными и едва двигались.

Человек продолжал наблюдать, думая, что вот-вот крылья бабочки расправятся и окрепнут и она улетит. Ничего не случилось!

Остаток жизни бабочка волочила по земле своё слабое тельце, свои нерасправленные крылья. Она так и не смогла летать.

А всё потому, что человек, желая ей помочь, не понимал того, что усилие, чтобы выйти через узкую щель кокона, необходимо бабочке, чтобы жидкость из тела перешла в крылья и чтобы бабочка смогла летать. Жизнь заставляла бабочку с трудом покидать эту оболочку, чтобы она могла расти и развиваться.

Иногда именно усилие необходимо нам в жизни. Если бы нам позволено было жить, не встречаясь с трудностями, мы были бы обделены. Мы не смогли бы быть такими сильными, как сейчас. Мы никогда не смогли бы летать.

лая выглядеть взрослее. А вот теперь и рады бы избавиться от этой вредной привычки и чувствуете себя от курения плохо, но не получается — силы воли не хватает. Признайтесь в своей слабости, и ребёнок это поймет. Он верит в искренность, и именно искренность не позволит оттолкнуть от себя ребёнка. Он будет вам доверять, потому что вы говорите правду.

Как себя вести, чтобы не оттолкнуть от себя ребёнка, когда он начинает задавать много вопросов? Понятно, что всё знать не может ни один человек. Опять же, не стоит колить и выдумывать всякие небылицы. Если вы не компетентны в каком-то вопросе, не отталкивайте ребенка самым простым ответом: «Не знаю». Можно сказать те же слова, но немножко по-иному: «Я с этим не сталкивался, но пойдём вместе найдем ответ в Интернете. Мне тоже это очень интересно». Ребёнок поймет, что его интересы совпадают с вашими. И уже в следующий раз он поделится с вами, чем-то очень важным для него.

Не просто слушайте ребёнка, но и старайтесь его услышать. По мере взросления ваше чадо, возможно, уже не будет напрямую задавать каких-то вопросов. Но из его рассказов, если их слушать, можно сделать определённые выводы и, в случае чего, направить его по-иному пути.

Очень часто на начальном этапе можно оградить ребёнка от общения с нехорошей компанией. Но, не интересуясь его жизнью, вы вряд ли узнаете что-то, пока не случится нечто плохое. Спрашивая шаблонно «как дела?» и удовлетворившись ответом «нормально» вы допускаете серьёзную ошибку.

Поинтересуйтесь, что ребёнок делал в течение дня? Как поживает его лучший друг? А какой новый наряд надела сегодня Марья Ивановна? Слово за слово, вы сможете узнать много интересного.

Узнав, что ребёнок дружит, по вашему мнению, не с тем, с кем нужно, не говорите ему прямо об этом. Если вы начнете упрекать чадо в неразборчивости и оскорблять его друзей, то тем самым вы можете оттолкнуть его от себя. Мало того, дружба продолжится, только вы не будете об этом знать. А если вы не будете в курсе событий, то это чревато большими неприятностями.

Не занижайте самооценку ребёнка. Не сравнивайте его с соседскими детьми: «А вот Петров стал победителем Олимпиады, а ты...» Вы не добьётесь того, чтобы и ваше чадо стало победителем Олимпиады, а вот ребёнок подумает, что вы его не любите, раз все время придираетесь, и перестанет вам доверять.

Начиная с самого рождения малыша, вы должны быть со ним искренним, терпеливым, где надо строгим, где надо добрым. Но обязательно, при любых обстоятельствах — справедливым.

Не делайте сами того, чего бы вы не хотели, чтобы делал ваш ребёнок. Ведь он, как губка, впитывает всё, а в особенности — ненужное и вредное. Вы должны быть мудрым и тактичным родителем и тогда к подростковому возрасту вам не придётся задумываться над тем, как не оттолкнуть от себя своего ребёнка, потому что вы будете уверены в том, что он вам доверяет и нуждается в общении с вами.

Лера Грозная
www.shkolazhizni.ru

УДИВИТЕЛЬНЫЙ ЦИКОРИЙ



Давайте поговорим о цикории — ведь это необычное растение. Его называют «солнечной травой» за то, что его цветки постоянно поворачиваются к солнцу. А ещё — придорожным стражником, поскольку растёт это мощное многолетнее травянистое растение вдоль дорог. Скажете — сорняк? Так, да не так. Это настоящий подарок природы, который обладает невероятно целебными свойствами. Кроме того, напиток из его корней напоминает вкус кофе. Компания «Леовит» выпустила серию напитков на основе молотого жареного цикория.

Отличительная черта напитков «Леовит» — наиболее усваиваемая форма цикория и невысокая цена продукта в сравнении с зарубежными аналогами. Кроме того, цикорий «Леовит» сохраняет несравнимо больше полезных активных веществ в отличие от его быстрорастворимых аналогов, что обусловлено технологией его приготовления.

Принимать их рекомендуется как в качестве вкусовых полезных общеукрепляющих напитков, так и в лечебно-профилактических целях при заболеваниях сердца, печени, почек, желудочно-кишечного тракта, при сахарном диабете.

Напитки «Леовит» с цикорием:

- стимулируют умственную активность,
- снимают нервное напряжение,
- повышают общую работоспособность,
- улучшают работу сердца,
- оказывают желчегонное, мочегонное, противовоспалительное, регенерирующее действие,
- улучшают обмен веществ, секреторную и моторную активность желудка, желчного пузыря, поджелудочной железы и кишечника,
- способствуют снижению уровня сахара в крови.

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.

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.

Форма выпуска: банка 150 г.

ЦИКОРИЙ

Состав: цикорий молотый.

Способствует снижению уровня сахара в крови, оказывает кардиотоническое, успокаивающее, спазмолитическое, мочегонное действие, улучшает секреторную и моторную активность желудка, желудочного 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.

Спрашивайте в аптеках города!

Домашняя библиотека

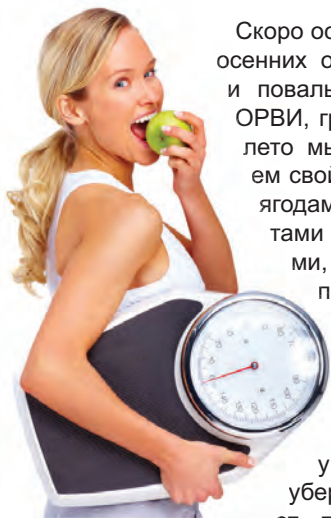
Седьмое правило Волшебника, или Крупицы мудрости, рассыпанные в книгах Терри Гудкайнды

Жизнь — это будущее, а не прошлое. Прошлое может научить нас своим опытом, как лучше поступать в будущем. Оно успокаивает нас, воодушевляет воспоминаниями о деяниях, создаёт основу из того, что уже выполнено. Но живо только будущее. Жить в прошлом — значит принимать только мёртвое. Живя во всей полноте, каждый день создаёшь заново. Люди — рациональные, мыслящие существа и, чтобы сделать разумный выбор, должны пользоваться интеллектом, а не слепой верой в прошлое.

Т. Гудкайнды Седьмое правило Волшебника



Будрость духа, оптимизм – очищаем организм.



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

Почему? Всё очень просто.

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

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

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

Первый этап: «АНТИШЛАК» и «ЯНТАРНАЯ КИСЛОТА»



«АНТИШЛАК»

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

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

«АНТИШЛАК» от компании «Левовит»:

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

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

«ЯНТАРНАЯ КИСЛОТА»



Человеческий организм постоянно нуждается в янтарной кислоте, а при больших физических и умственных нагрузках, стрессах, в условиях тяжелой

экологической ситуации возникает дефицит янтарной кислоты, что приводит к ухудшению работы всего организма.

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

«ЯНТАРНАЯ КИСЛОТА» производства «Левовит»:

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

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

Второй этап: «ГЕПАВИТ с расторопшей» – приводим в порядок печень



«ГЕПАВИТ С РАСТОРПШЕЙ»

Жирная, жареная пища, консерванты, алкоголь, курение, лекарства, токсические вещества, плохая экология. Печень несет на себе колоссальную нагрузку. Все вредные вещества, проходя через печень, преобразуются и выводятся из организма. Необходимо постоянно поддерживать нормальное рабочее состояние этого органа, не дожидаясь первых признаков заболевания печени (боли и тяжести в правом подреберье, отрыжки, изжоги, горечи во рту.)

«ГЕПАВИТ С РАСТОРПШЕЙ» бережно чистит печень и восстанавливает ее нормальную работу. В его состав входят расторопша, бессмертник, кукурузные рыльца.

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

Комплекс трав в составе «ГЕПАВИТА С РАСТОРПШЕЙ»:

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

«ГЕПАВИТ С РАСТОРПШЕЙ» необходимо принимать в целях профилак-

ки воспалительных заболеваний печени, желчекаменной болезни, для улучшения физиологического состояния печени, а так же в комплексе с лекарственными средствами при заболеваниях печени и желчевыводящих путей.

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

Третий этап: «ОМОЛАЖИВАЮЩИЕ» и «ВИНОГРАДНЫЕ КОСТОЧКИ»



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

«ОМОЛАЖИВАЮЩИЕ»

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

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

Совокупность биологически активных веществ, содержащихся в этом препарате:

- оказывает омолаживающее, общеукрепляющее, тонизирующее действие, повышает умственную и физическую работоспособность;
- стимулирует половую и репродуктивную функцию, регулирует гормональную систему;
- стимулирует биохимические процессы, интенсивно обеспечивает клетки энергией, благотворно действует на все системы органов;
- улучшает память и зрение, поддерживает здоровое состояние кожи и волос;
- улучшает тонус и тургор тканей, повышает эластичность стенок сосудов.
- предотвращает неврозы и депрессивные состояния;
- стимулирует процессы кроветворения, снижает количество холестерина в крови;
- нормализует деятельность желудочно-кишечного тракта;
- подавляет действие свободных радикалов в клеточных мембранах.

Способ применения: по 1–3 таблетки 3 раза в день в течение 30 дней. После перерыва курс приема можно повторить.



«ВИНОГРАДНЫЕ КОСТОЧКИ»

Одновременно с «ОМОЛАЖИВАЮЩИМИ» желателен прием экстракта или таблеток «ВИНОГРАДНЫХ КОСТОЧЕК» производства компании «Левовит».

Содержащиеся в них активные вещества:

- обладают мощным анти-

оксидантным, нейтрализуют свободные радикалы;

- замедляют процессы старения (в первую очередь, старение кожи), сохраняют структурную основу тканей – коллаген;
- повышают эластичность и тонус сосудов, укрепляют сердечную мышцу, оказывают антиатеросклеротическое действие;
- стимулируют циркуляцию крови;
- повышают иммунную устойчивость организма.

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

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

ФИТОКЛЕТЧАТКА «ЛЕОВИТ»

Рекомендуем в период очищения организма принимать фито клетчатку «Левовит»: на первом этапе «Очищающую», на втором «Здоровую печень». Это повысит эффективность очищения организма и ускорит его.

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

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

Как применять? Можно разводить водой, можно добавлять в каши, супы, кефир, компот, сок. **Как часто и в каких количествах?** Выберите для себя удобный график сами. Это может быть 1 ч. л. три раза в день с каждым приёмом пищи. Возможно, вам понравится заменить завтрак фито клетчаткой с ряженкой. Или положите в суп 2 ст. л. фито клетчатки, и тогда хлеб вам будет не нужен. Всё зависит от вашей фантазии, но главное – регулярность, если вы хотите увидеть результат.

Фиточай «ОЧИЩАЮЩИЙ»

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

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

Состав: рябина черноплодная, барбарис, зелёный чай, ревеня, кукурузные рыльца, спорыш, хвощ, мята, крушина, сенна, имбирь, куркума, лавровый лист.

Разговорный казахский. Легко!

7. Сіз қой етін жақсы көресіз бе? (Вы баранину любите?)

Мясо бывает:
қой еті – баранина
тауық еті – курятина
сиыр еті – говядина
жылқы еті – конина
шошқа еті – свинина



– Қандай керемет иіс! Сіз дәм-ді тағам (Какой чудесный запах! Вы вкусную еду пісір-іп жатыр-сыз ба? варите?)
– Иә. Мен бес-бармақ-ты жаса-п жатыр-мын. (Да. Я бешбармак делаю. Сіз қой ет-і-н жақсы көр-е-сіз бе? Вы барана мясо любите?)
– Біл-ме-й-мін. Еш-қашан тат-ып көр-ме-ді-м. (Не знаю. Никогда не пробовал.)
– Ойпырым-ай! Әдетте Сіз қандай ет-ті же-й-сіз? (Как же это?! Обычно Вы какое мясо едите?)
– Сиыр ет-і-н және шошқа ет-і-н же-й-мін. (Коровы мясо и свиньи мясо ем.)
– Сіз-ге жылқы ет-і ұна-й ма? (Вам лошади мясо нравится?)
– Иә, өте ұна-й-ды. (Да, очень нравится.)

– Бұл маған ұна-п тұр. Осы тағам қалай ата-ла-ды? (Это мне нравится. Эта еда как называется?)
– Суши. Бұл жапон тағам-ы. (Суши. Это японская еда.)
– Бұн-ы не-ден істе-у-ге бол-а-ды? (Ее из чего сделать можно?)
– Балық-тан және күріш-тен. (Из рыбы и из риса.)
– Мен балық-ты өте ұна-т-а-мын. Ал сен? (Я рыбу очень люблю. А ты?)
– Мен балық-ты жақсы көр-ме-й-мін, маған (Я рыбу не люблю, мне куыр-ған тауық ет-і ұна-й-ды. жареное куриное мясо нравится.)
– Сен-ің жақсы көр-етін тағам-ың қандай? (Твое любимое блюдо какое?)
– Мәнті шығар. (Манты, пожалуйста.)

Выучите глаголы:
пісіру – варить
куыру – жарить
көру – видеть
жақсы көру – любить
ұнау – нравится
ұнап тұру – нравится
ұнату – любить
тату – пробовать на вкус
татып көру – пробовать на вкус
жеу – есть, кушать
ішу – пить, есть

Выучите устойчивые словосочетания

тағам (пища, еда):
тағам құны (стоимость блюда)
жақсы көретін тағам (любимое блюдо)
тағам тату (попробовать)
тағамхана (закусочная)
дәмді тағам (вкусная еда)

тамақ (пища, еда):
ертеңгі тамақ (завтрак)
түскі тамақ (обед)
кешкі тамақ (ужин)
салқын тамақ (холодная еда)
ыстық тамақ (горячая пища)

ас (пища, еда):
ас болсын! (приятного аппетита!)
ас ішу (есть, кушать)
құрғақ ас (еда всухомятку)
асхана (столовая)
қонақ асы (званный обед)

РУКОДЕЛИЕ

Как появилось искусство бисероплетения?



«Фея тихо плакала, Сидя на травинке. Рассыпаясь, падали Бисером слезинки».

Может быть, так появился бисер? Хотя археологические находки говорят о том, что его делали ещё четыре тысячелетия лет назад в Древнем Египте. Научившись делать стекло, египтяне стали изготавливать «фальшивый жемчуг» – бисер. Непрозрачное стекло, которое для этого использовались, по-арабски называлось бусра или бусер. Отсюда и название – «бисер».

Ещё более древние находки археологов указывают на то, что первым ювелирным изделием человека были три бусины, сделанные из раковин моллюсков. Также бусины изготавливались из натуральных материалов: камней, зубов, зёрен, костей. Нанизывали их на травинку, на конский волос, а по прошествии веков – на нитку и леску.

И во все времена эта кропотливая работа делалась для того, чтобы себя необычно украсить. Ниточки из бисера вплетались в волосы, ими расшивали одежду, головные уборы и обувь, надевали на руки, ноги, шею.

В Эфиопии такие изделия назывались чале, в Индии – хар, в Болгарии и Молдове – згарды и гарданы, в Беларуси – горлячки и пляценки, в Украине – сыплянки, в Узбекистане – зебигардан, в Литве – каролинес, а в России – ожерелки, гайтаны, цепочки и фенечки.

Делались эти изделия в основном из стекла. Однако этот материал не сразу стал доступным. Секреты производства стекла строго охраняла Венецианская республика. Мастера

стеклоделы пользовались большими привилегиями, но за разглашение секретов стеклоделия по закону им грозила смерть.

А вот во Франции впервые стали делать бисер из золота и серебра.

В России в кустарных мастерских тоже стали изготавливать бисер. Искусство бисероплетения у нас называлось низанием. По украшенному бисером наряду судили о достатке семьи: «Чем богаче невеста, тем богаче у неё убор».

В 19 веке бисер стал необыкновенно популярен и в деревнях, и в помещичьих усадьбах. Бедная девушка зарабатывала рукоделием на хлеб, а богатая дама коротала время. Крестьянки низали, плели, делали ожерелья бусы, вышивали сарафаны, воротнички, пояса. Светские дамы, горожанки считали признаком хорошего воспитания мастерство в рукоделии. Богатые модницы часто обращались в женские монастыри за тем, чтобы монахини расшили их одежду. Ведь в женских монастырях рукоделие было непозволительно и уникально. Здесь готовилось убранство церкви, расшивались одеяния для священнослужителей и иконы. Неповторимая техника и секреты рукоделия в монастырях собирались и хранились веками.

Удивительно, что прикоснуться к этой тайне – к искусству бисероплетения – желают многие современные барышни. Создавать маленькие шедевры из бусинок-слезинок стало вновь популярно. Бисер сейчас достать легко, материал этот недорогой, а смотрятся изделия из него оригинально и подчеркивают индивидуальность владелицы. Главное – немного времени, элементарных навыков и, конечно же, огромной фантазии!

Ольга Кулакевич
www.shkolazhizni.ru

Автор: Елена Романенко

Сөздік – Словарь 7

1. иіс запах; керемет иіс чудесный запах.
2. дәм вкус; дәм-ді вкусный.
3. тағам еда, пища; дәм-ді тағам вкусная еда.
4. пісір-у варить, печь; пісір-іп жатыр-сыз ба? Вы варите?; пісіріп-у вариться; пісіріп-ген вареный; пісір-етін выпекающий.
5. бесбармақ бешбармак (национальное блюдо); бес пять, бармақ большой палец.
6. ет мясо.
7. қой баран, овца; қой ет-і баранина (досл. баранье мясо).
8. сиыр корова; сиыр ет-і говядина.
9. жылқы лошадь, конь; жылқы ет-і конина.
10. тауық курица; тауық ет-і курятина.
11. шошқа свинья; шошқа ет-і свинина.
12. көр-у видеть, смотреть, считать (кем-л., чем-л.); жақсы көр-у любить (досл. хорошим считать); жақсы көр-етін любимый.
13. тат-у пробовать на вкус; тат-ып көр-у пробовать на вкус (досл. попробовав смотреть); еш-қашан тат-ып көр-ме-ді-м никогда не пробовал.
14. ойпырым-ай! боже мой!, ну надо же!, эмоциональное междометие, выражающее удивление, изумление, негодование.
15. әдет привычка; әдет-те обычно.
16. же-у есть, кушать; мен же-й-мін я ем (обычно); мен же-п тұр-мын я ем (сейчас).
17. іш-у 1) пить; су іш-у воду пить; 2) есть; тамақш-у есть.
18. ұна-у нравиться; бұл оған ұна-ма-ды это ему не понравилось; Сіз-ге ұна-й ма? Вам нравится?
19. ұнат-у любить, симпатизировать; мен балық-ты ұнат-а-мын я рыбу люблю; мен балық-ты ұнат-па-й-мын я рыбу не люблю.
20. ата-у называть.
21. атал-у называться; бұл қалай атал-а-ды? это как называется?
22. бұл это; бұн-ы это (вин. п.).
23. не что; не-ден из чего; не-ден істе-у-ге бол-а-ды? из чего сделать можно?
24. балық рыба; балық-тен из рыбы.
25. күріш рис; күріш-тен из риса.
26. қуыр-у жарить; қуыр-ған жареный.
27. мәнті манты.
28. шығар вероятно, наверное, пожалуй.
29. нан хлеб; ақ нан белый хлеб; қара нан черный хлеб.
30. сүт молоко; май-лы сүт жирное молоко.
31. қаймақ сметана.
32. ұн мұқа, мучной.
33. май масло, жир; сары май сливочное масло;
34. өсім-дік май-ы растительное масло.
35. қант сахар, сахарный.
36. бал мед; мұз лед; бал-мұз-дақ мороженое.
37. жұмыртқа яйцо.
38. қамыр тесто.
39. кеспе лапша.
40. қымыз кумыс.
41. шұбат шубат.
42. су вода; минералды су минеральная вода; су-сын напиток.

Грамматикалық шолу – Грамматический обзор 7

-нан/-нен	-дан/-ден	-тан/-тен
ұн-нан (из муки) шырын-нан (из сока)	май-дан (из масла) бал-дан (из меда) су-дан (из воды) жұмыртқа-дан (из яйца) қамыр-дан (из теста)	балық-тан (из рыбы) ет-тен (из мяса) қаймақ-тан (из сметаны) күріш-тен (из риса) сүт-тен (из молока)
-атын/-етін, -итын/-итін, -ма-итын/-ме-итін		
жеу (есть, кушать) ішу (пить) пісіру (варить, печь) келу (быть пригодным) жұмыс істеу (работать) көру (видеть) жақсы көру (любить) болу (быть, стать, существовать) тұру (стоять, жить) жүру (ходить) отыру (сидеть)	же-итін азық-түлік (съестные припасы) іш-етін су (питьевая вода) құймақ пісір-етін таба (сковорода для блинов, досл. блины пекущая сковорода) аудар-у-ға кел-ме-йтін сөйлем (непереводимое (для перевода непригодное) предложение) жұмыс істе-ме-йтін күн (нерабочий день) көр-етін адам (зрячий человек, досл. видящий человек) жақсы көр-етін адам (любимый человек) бол-ма-итын шарт (неосуществимые условия) тұр-атын жер-і (место жительства, досл. проживающее место) жүр-етін жол (дорожка для ходьбы, досл. ходящая дорога) отыр-атын орын жоқ (негде сесть, досл. сидячего места нет)	

Причастия на -атын/-етін, -итын/-итін, -ма-итын/-ме-итін можно образовывать не от всех глаголов, поэтому старайтесь запоминать встречающиеся устойчивые словосочетания.

«АНТИТАБАК» Компания «Леовит» создала натуральное средство «АНТИТАБАК», которое поможет курящему человеку преодолеть никотиновую зависимость или снизить количество потребляемых сигарет до желаемого минимума. Если же вы не собираетесь расставаться с сигаретой, то, принимая «АНТИТАБАК», вы очистите ваши лёгкие и избавитесь от кашля курильщика.

В состав входят экстракты целебных трав (аира, имбиря, солодки, иссопа, девясилы, чабреца, кардамона, шалфея, рябины черноплодной), витамины Р и С, никотиновая кислота. Сбалансированный растительно-витаминный комплекс помогает снизить негативное воздействие табачного дыма на организм.

«АНТИТАБАК»:

- оказывает общеукрепляющее, антиоксидантное действие, защищает организм от негативного воздействия табака;
- способствует очищению лёгких от скопления слизи, мокроты и токсических веществ, улучшает функцию бронхов;
- укрепляет стенки сосудов, восстанавливает их эластичность и тонус, нормализует проницаемость сосудов, стимулирует микроциркуляцию, снижает ломкость капилляров, что особенно важно для курильщика;
- благодаря комплексу активных веществ, содержащихся в девясиле (инулину, сапонам, органическим кислотам, селену, витамину Е), стимулирует тканевое дыхание, способствует насыщению тканей кислородом.
- оказывает сосудорасширяющее действие, нормализует деятельность сердечно-сосудистой системы и функциональное состояние коры больших полушарий мозга;
- позволяет снизить потребность организма в никотине, содержащемся в сигаретах и выйти из состояния зависимости от курения.

Способ применения БАД «АНТИТАБАК»: рассасывать по 1 таблетке по мере возникновения желания курить. При острой потребности в курении дозировку можно довести до 10 таблеток в сутки. В целях профилактики кашля курильщика принимать по 2 таблетки 3 раза в день. Курс приёма 1 месяц. При необходимости повторить.

БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. № 002359.





Жаттығулар – Упражнения 7

- 7.1 Задайте по несколько вопросов на каждый приведенный ответ. Например:
Ответ: – Жоқ, мен он-ы жақсы көр-ме-й-мін , мен жылқы ет-і-н жақсы көр-е-мін.
Вопросы: – Сен сиыр ет-і-н жақсы көр-е-сің бе?
– Сіз тауық ет-і-н жақсы көр-е-сіз бе?
– Саған шошқа ет-і ұна-й ма?
1) – Иә, өте ұнат-а-мын.
– ?
– ?
– ?
2) – Анда-санда (иногда) /ылғи (всегда) /еш-қашан (никогда) же-й-мін/же-ме-й-мін.
– ?
– ?
– ?
3) – Анда-санда (иногда) /ылғи (всегда) /еш-қашан (никогда) іш-е-мін/іш-пе-й-мін.
– ?
– ?
– ?
7.2 Найдите соответствия:
1) Кеспе-ні не-ден істе-у-ге бол-а-ды? А Ұн-нан және жұмыртқа-дан.
2) Борщ-ты не-ден істе-у-ге бол-а-ды? В Жұмыртқа-дан және сүт-тен.
3) Қамыр-ды не-ден істе-у-ге бол-а-ды? С Ет-тен және қамыр-дан.
4) Балмұздақ-ты не-ден істе-у-ге бол-а-ды? D Күріш-тен және ет-тен.
5) Бесбармақ-ты не-ден істе-у-ге бол-а-ды? E Сорпа-дан және көкөніс-тен (овощи).
6) Палау-ды (плов) не-ден істе-у-ге бол-а-ды? F Қамыр-дан және сорпа-дан (бульон).
7) Омлет-ті не-ден істе-у-ге бол-а-ды? G Сүт-тен және қант-тан.
7.3 Дополните диалоги подходящими выражениями и выучите их наизусть:

1	A: Саған қоян ет-і (заичатина) ұна-и ма? B: A: Әдетте сен қандай ет-ті же-й-сің? B: A: Жақсы көр-етін тамағ-ың қандай? B: A: Ал жақсы көр-етін сусын-ың қандай? B:	3	A: B: Анда-санда іш-е-мін. A: B: Жоқ, он-ы жақсы көр-ме-й-мін. A: B: Қымыз шығар. A: B: Жоқ, ұнат-па-й-мын.
2	A: Сен шұбат-ты іш-е-сің бе? B: A: Не-ге? B: A: Сен балық-ты ұнат-а-сың ба? B: A: Сен суши тат-ып көр-ді-ң бе? B:	4	A: B: Иә, өте ұнат-а-мын. A: B: Сорпа-дан және көкөніс-тен. A: B: Жоқ, ұнат-па-й-мын. A: B: Ол дәм-ді емес.

УЛЫБНИТЕСЬ

КОСМИЧЕСКИЕ «ОЧЕПЯТКИ»

1. Упражнения выполняются на тренажёпах
2. Потные слои атмосферы
3. Электромагнитные потехи (помехи)
4. Повреждение анала связи
5. Сосут Дюара (сосуд)
6. Микрогробитация (микрогравитация)
7. Антенна ментового диапазона (метрового)
8. Похерить напряжение (померить)
9. Пердельное значение (предельное)
10. Шкурман экипажа (штурман)
11. Специалист по помёту (полёту)
12. Заместитель иректора по научной части
13. Пограммист
14. Перезагрызка компьютера
15. Писковод (дисковод)
16. Запрашиваемые Вами компоненты уже отравлены (отправлены)
17. Рассыковка (расстыковка)
18. Эксперимент проведён негавно (недавно)
19. Благопоглотитель (влагопоглотитель)
20. Центробежный засос (насос)
21. Нахальные установки (начальные)
22. Экипажу ыбло предложено...
23. Анализ криви (крови)
24. По запросу врага экипажа (врача)
25. Вставить штифт в пропезь (прорезь)
26. Патрон бля очистки воздуха (для)
27. Последняя мудификация
28. Всеобъеблюющий отчёт
29. Мачальная стадия полёта
30. Писк программных вирусов (поиск)
31. Сопля двигателей малой тяги (сопла)
32. Кислородная магисраль
34. Балдон с кислородом (баллон)
35. Переходная обрита
36. Корчмовой стыковочный узел
37. В негерметичном объёбе
38. Серийный помер (номер)
39. Космическая нафигация

Материал с сайта
www.yaplakal.com

Витайод

Восполнить недостаток йода в организме



Нехватка йода часто является скрытой причиной заболеваний практически всех органов и систем нашего организма. Ухудшение памяти и внимания, снижение интеллекта, частые головные боли, повышенная утомляемость, нервные срывы, низкий уровень гемоглобина, при котором лечение препаратами железа не дает результата – это всё проявления йодной недостаточности. Недостаток йода вызывает снижение функции щитовидной железы, нарушение в работе иммунной системы, частые инфекционные и простудные заболевания. Тяжелыми последствиями йодной недостаточности являются бесплодие, невынашивание беременности, нарушение формирования репродуктивной системы у подростков, отставание в росте и развитии у детей. Население всего Казахстана страдает йододефицитом. Даже потребление йодированных продуктов (соли, хлеба и др.) не решает этой серьезной проблемы.

«ВИТАЙОД» восполняет дефицит йода в организме, стимулирует секреторную деятельность щитовидной железы, способствует нормализации обмена веществ, благотворно влияет на физическое, умственное и психическое развитие, стимулирует защитные силы организма.

Препарат «ВИТАЙОД» производится на основе йодистого калия, рябины черноплодной, пустырника и шиповника.

В отличие от других йодсодержащих препаратов «ВИТАЙОД» от компании «Леовит» содержит легкоусвояемую форму органически связанного йода, содержащегося в черноплодной рябине, который в комплексе с йодистым калием более интенсивно поглощается организмом и активно включается в структуру гормонов щитовидной железы, выполняя своё прямое назначение.

Содержащийся в шиповнике и пустырнике селен также способствует более активному усвоению йода организмом и включению его в биохимические процессы.

Шиповник, черноплодная рябина и пустырник восполняют недостаток таких микроэлементов, как кобальт, медь, молибден и др., которые играют важную роль в профилактике развития эндемического зоба.

«ВИТАЙОД» является надёжным средством профилактики йоддефицитных состояний, а также успешно применяется при лечении заболеваний, обусловленных дефицитом йода. Производится на основе высококачественного, экологически чистого, сертифицированного сырья. Значительным преимуществом препарата является его низкая цена, которая делает препарат доступным для широкого круга потребителей.

Способ применения: рекомендуется детям по 0,5 таблетки, взрослым по 1 таблетке, беременным по 2 таблетки в день в течение 1,5 месяцев.

БАД к пище. Не является лекарственным средством.

Практика перевода 7

- | | |
|--------------------------------------|----------------------------------|
| 1) Какой прекрасный запах! | |
| 2) Вы вкусную еду готовите? | |
| 3) | Мен бесбармақты жасап жатырмын. |
| 4) | Сен тауық етін жақсы көресің бе? |
| 5) Никогда не пробовал. | |
| 6) Как же это?! | |
| 7) Обычно ты какое мясо ешь? | |
| 8) | Саған жылқы еті ұнай ма? |
| 9) | Бұл маған ұнап тұр. |
| 10) Это блюдо как называется? | |
| 11) Его из чего сделать можно? | |
| 12) | Балықтан және күріштен. |
| 13) Мне жареная рыба очень нравится. | |
| 14) | Маған пісірілген балық ұнамайды. |
| 15) Какое твоё любимое блюдо? | |
| 16) Какой твой любимый напиток? | |
| 17) | Анда-санда ішемін. |
| 18) | Ешқашан жемеймін. |
| 19) Непереводимое предложение. | |
| 20) Место жительства. | |
| 21) | Құймақ пісіретін таба. |
| 22) Нерабочий день. | |
| 23) | Отыратын орын жоқ. |
| 24) Питьевая вода. | |
| 25) | Палауды неден істеуге болады? |
| 26) Я молоко никогда не пью. | |

Учебные пособия Елены Романенко
в книжных магазинах Казахстана
и в интернете на www.salamatsyza.kz

ПОЧЕМУ МЫ ТАК ГОВОРИМ

Ящик Пандоры. Когда великий титан Прометей похитил с Олимпа и передал людям огонь богов, отец богов Зевс страшно покарал смельчака, но было поздно. Обладая божественным пламенем, люди перестали подчиняться небожителям, научились разным наукам, вышли из своего жалкого состояния. Ещё немного – и они завоевали бы себе полное счастье...

Тогда Зевс решил наслать на них кару. Бог-кузнец Гефест вылепил из земли и воды прекрасную женщину – Пандору. Афина подарила ей прекрасные одежды, Афродита дала неотразимую прелесть, а Гера – ум, хитрость, лживость и красноречие. Одали Пандору и другие боги (отсюда и её имя: Пандора по-гречески значит «всеми одаренная»). Зевс подослал её к двери дома титана Эпитемея – брата Прометей. Эпитемей, увидев Пандору, долго не размышлял и предложил ей руку и сердце.

На свадьбу Зевс подарил Пандоре сосуд, в котором были заключены все людские пороки, беды, несчастья и болезни, предупредив, что лучше бы ей туда нос не совать. Но любопытная Пандора, несмотря на запрет, открыла его, и все бедствия, от которых сегодня страдает человечество, распространились по земле. Только одна Надежда осталась на дне сосуда.

Выражение «ящик Пандоры» имеет значение: источник несчастий, великих бедствий.

ХОЧУ ВСЁ ЗНАТЬ

ВИСОКОСНЫЙ ГОД

С 1 января 45 года до н. э. римский диктатор Гай Юлий Цезарь ввёл календарь, который был основан на том, что астрономический год примерно равен 365,25 суток (365 суток и 6 часов). Этот календарь был назван **юлианским**. Для того, чтобы выровнять шестичасовое смещение, был введён високосный год. Три года считалось по 365 суток, а в каждый год, кратный четырём, добавлялись одни дополнительные сутки в феврале.

В римском календаре дни считались по отношению к последующим календам (первый день месяца), номам (5-й или 7-й день) и идам (13-й или 15-й день месяца). Так, день 24 февраля обозначался как ante diem sextum calendas martii («шестой день перед мартовскими календами»). Цезарь постановил добавлять к февралю второй шестой (bis sextus) день перед мартовскими календами, то есть второй день 24 февраля. Слово «bis sextus» перешло в русский язык как «вискос». Февраль был выбран как последний месяц римского года. Первым високосным годом стал 45 до н. э.

Источник: Википедия