

Колонка редактора

Зять мой Вова окончил консерваторию, а затем женился на моей младшей сестре. Через несколько лет ему в глаза бросилась вопиющая несправедливость Бытия: он был УЖЕ женат, а я женат ЕЩЁ не был, хотя и был на пару лет старше его. Думы его были просты: почему мне так хорошо живётся.

Так, по крайней мере, я расценивал его нытьё о том, почему ему так плохо, если мне так хорошо. Мне же всё казалось в другом свете... Мы договорились, и у меня начался консерваторский период. Вова перезнакомил меня, кажется, со всеми, милыми и не очень, но музыкантами.

...Я выдержал два или три года. Это был почти подвиг, поскольку на ухо мне наступил не медведь, а мамонт, и голоса у меня тоже нет. Но к тому времени друзья, знакомые и знакомые моих друзей делали всё возможное для моей женитьбы (может быть, когда-нибудь я расскажу и об этом). Мне надоело сопротивляться, я был почти сломлен.

Но шахматы спасли меня. Над тахтой (моим постоянным «местом жительства») я повесил картонную шахматную доску, поместив на первой линии восемь симпатичных (как мне казалось) коняшек, на которых шифром написал имена: например, Талия означала Таню, а Белладонна – Бэллу.

После этого я дал всем заинтересованным торжественную клятву, что женюсь на той, которая первой доскачет до восьмой горизонтали. От меня на время отстали, с почтением созерцая шахматную доску. Видимо, они не догадывались, что кони могут прыгать вбок и даже назад...

Главный гроссмейстер газеты «Леовит»
Борис Вольфович Пилат

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 её 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 её 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 воспалённую 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.

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.

Здравствуйте, уважаемые читатели!

Вот и пролетело лето, многие вернулись из отпусков, приехали с дачных участков. Кого-то ждёт газета «Леовит» по подписке, для кого-то её брали в аптеках заботливые соседи. Мы рады, что Вы с нами. Надеемся, что за лето Вы улучшили своё физическое состояние, а Ваш моральный дух мы будем стараться поднимать хорошими статьями и акциями в нашей газете.

С удовольствием сообщаем, что в городах Казахстана появились новые аптеки, которые активно работают с продукцией «Леовит» (их адреса Вы найдёте на стр 7). Подробный список аптек смотрите в октябрьском номере газеты.

Ещё одна приятная новость: продукция «Леовит» теперь продаётся в супермаркетах, а также небольших продуктовых магазинах города Алматы (список супермаркетов см. на стр. 2). Ищите и находите знакомые коробочки и баночки на полках магазинов: **энергетический напиток с L-карнитином**, напитки на основе **цикория**, **средства для полоскания горла и полости рта**, а также хит спроса и продаж – **фитоклетчатку «Леовит»**.

Для участников акции по сбору логотипов «Леовит»: розыгрыш призов состоится в начале февраля 2013 года. Пользуйтесь продукцией «Леовит», вырезайте и собирайте логотипы (львят). Условия акции и призы мы объявим в следующем номере

газеты. Если Вы ещё никогда не участвовали в наших акциях, звоните, мы ответим на все Ваши вопросы по тел. (727) 317-69-19.



Не забудьте про новинки 2012 года: **энергетический напиток с L-карнитином, таблетки Фитокальций** (улучшенный вариант Костных), **средство для полоскания полости рта «Свежесть дыхания»**. Спрашивайте в аптеках своего города!

Напоминаем, что все номера нашей газеты, начиная с 2010 года, доступны на сайте: www.leovit.kz.

Уважаемые подписчики газеты на август 2012 года!

В силу стечения обстоятельств мы не выпустили августовский номер газеты, в связи с чем приносим Вам свои искренние извинения. Но мы не хотим, чтобы у Вас остался осадок, поэтому предлагаем следующее:

позвоните по тел. (727) 317-69-19 либо напишите письмо на один из электронных адресов: leovit-editor@yandex.kz, editorleovit2010@rambler.ru, продиктуйте номер своей подписной квитанции и свой адрес – и мы доставим вам:

– либо подборку газет «Леовит» с начала года (семь номеров) плюс каталог,

– либо (при условии, что вы – подписчик с января 2012 года) подборку газет с мая 2010 года плюс каталог.

Причём не имеет значения, где Вы живёте, мы отправим пакет в любой город или посёлок Казахстана.

Внимание! Данное предложение касается только подписчиков газеты «Леовит» на август 2012 года!



Приглашаем Вас на выставки, в которых принимает участие компания «ЛЕОВИТ»

11–13 октября
ХАЛАЛ ЭКСПО АЛМАТЫ
г. Алматы Almaty Towers

1–6 ноября
ОСЕННИЙ СЮРПРИЗ
г. Астана, Конгресс-Холл

19–23 декабря
ЗИМНЯЯ СКАЗКА
г. Астана, Конгресс-Холл

Содержание номера

Почему иностранцы боялись русской бани?.....	2
Как создать приятное первое впечатление.....	3
Откровения бывшей секретарши.....	3
Десять заповедей для родителей.....	5
Давайте будем добрее.....	5
Уроки от Ричарда Баха.....	5
Атеросклероз – просто о сложном.....	5
А вы сегодня «в своей тарелке»?.....	7
Ставим вопрос раком.....	8

Человек бежит по жизни, не жалея ног:
Дом – работа, дом – работа, отбывая срок.

Выходные – передышка, отпуск как привал.
Старость, пенсия, одышка... Ты сюда бежал?

Может, выбрал изначально ты не тот маршрут?
В семь утра подъём, начальник... Все ли так живут?

Кто-то видит солнце, звёзды, почему не ты?
Руководство, производство – не до красоты.

Некогда вздохнуть свободно, каждый день – борьба
За краюху пенсионных. Говоришь: «Судьба».

Может быть, если покорно принимать её,
Душу пичкая снотворным, падать в забытье.

В мыльной пене сериалов радугу искать,
Верить – в старости начало – и спокойно ждать.

Ждать, когда окрепнут ножки у твоих детей,
По протоптанной дорожке им бежать теперь.

Ты для этого родился? И за этим жил?
Счастья ждал, мечтал, учился, верил и любил?

Если нет, тогда, пожалуй, свой замедли бег
И начни свой путь сначала,
НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК!

Оксана Белкина

«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!

Продолжается подписка на газету «Леовит» на 2013 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



Представить Россию без бань трудно. Даже в наши дни, когда распространилась мода на сауны, почти в каждом деревенском дворе или дачном участке есть русская баня, где можно поддать крепкого парку и от души похлестать себя ароматным веничком.

История русской бани древна, о ней упоминал ещё летописец Нестор. Естественно, что с русской баней сталкивались практически все иностранцы, посещавшие Россию. Как правило, русская баня производила на них неизгладимое впечатление, а многих и ужасала. И было чего пугаться – в клубах раскалённого пара раскрасневшиеся мужчины и женщины хлещут себя прутьями, а затем ещё и в снег или прорубь бросаются. Наверное, со стороны это выглядело как изощрённое самоистязание.

Любопытно почитать отзывы иностранцев о банных пристрастиях русских. «И не имеют они купален, но устраивают себе дом из дерева и законопачивают щели его зелёноватым мхом. В одном из углов дома устраивают очаг из камней, а на самом верху, в потолке, открывают окно для выхода дыма. В доме всегда имеется ёмкость для воды, которой поливают раскалившийся очаг, и поднимается тогда горячий пар. А в руках у каждого связка сухих ветвей, которой, махая вокруг тела, приводят в движение воздух, притягивая его к себе... И тогда поры на их теле открываются и текут с них реки пота, а на их лицах – радость и улыбка», – так отзывался о русских банях арабский путешественник Абу-Обейд-Абдаллахала Бекри.

В конце XVII века в свите шведского посла графа Христиана Горна Россию посетил Ганс Айрманн, оставивший записки о и Московии. Вот что его поразило в русском банном мытье: «Они не пользуются, как мы, скребком для очистки нечистоты с тела, а есть у них так называемый веник, он из прутьев берёзы, которые высушивают. Летом, пока веники еще зелёны, их на бесчисленных телегах привозят в города на продажу, каждый хозяин закупает их во множестве и развешивает для просушки. Ими москвиты дают себя хорошенько отхлестать другим. Этот веник предварительно размачивают в тёплой воде, которая у знатных людей бывает проварена с хорошими травами, а затем гладят и растирают ими себя по всему телу вверх и вниз, пока вся пакость не отстанет от кожи. Это они делают столько раз, пока не увидят, что совсем чисты. При этом москвиты имеют в бане особо здоровое обыкновение обливаться ледяной водой с головы до пят, и только после этого они готовы».

Для цивилизованной Европы, предпочитавшей очищать грязь с себя скребками, запах немытого тела маскировать духами, а для борьбы с насекомыми навешивать под одежду блохоловки, были удивительны банные процедуры русских. То, что у европейцев с телесной чистотой было плоховато, не преувеличение. «Венецианки ходили в дорогих шелках, мехах, щеголяли драгоценностями, но не мылись, а нижняя одежда у них была или чудовищно грязна, или её не было вовсе» – это свидетельство путешественника Марко Поло. А испанская королева

Почему иностранцы боялись русской бани (как Россия научила Европу мыться)



Изабелла Кастильская заявляла, что за всю свою жизнь мылась дважды – при рождении и перед свадьбой.

Иностранцев поражало, что русские и их тянут в баню, считая её чуть ли не обязательным атрибутом общения. Курляндец Яков Рейтенфельс, посетивший Москву практически одновременно с Айрманном, писал, что «русские считают невозможным заключить дружбу, не пригласив в баню и не откушав затем за одним столом».

В это же время в Москве чешский путешественник Бернгард Таннер со спутниками решились по собственной инициативе посетить общественную баню. Получился конфуз. «По принятому у нас обыкновению мы пришли покрытыми, думая, что здесь моются так же как и в наших краях, но с первого же шага заметили разницу; дверь, увидели мы, отворена, окна не заперты, но в бане было все-таки очень жарко. Как увидели москвитяне нас покрытыми, а они безо всякого стыда были голы совершенно – так и разразились хохотом. Прислуги тут нет, банщика и цирюльника тоже, кому надо воды, тот должен был сам спускаться к реке. Мы побыли там немного и ушли сухими, как пришли, поглядев на их способ мыться; как они, вместо того, чтобы тереться, начинали хлестать себя прутьями, орать, окатываться холодной водой. Так же моются, видели мы, и женщины, и тоже голыми бегают взад и вперед не стесняясь».

Кстати, иностранцы дружно отмечали, что в русской бане моются или совместно мужчины и женщины, или же отделения для них разделены только небольшой перегородкой, а окунуться в снег или в речку без стеснения выбегают все вместе. Для них это было настоящей экзотикой. В России же только в 1743 году Сенат специальным указом запретил в торговых банях мыться мужчинам совместно с женщинами. Указ стали соблюдать, но только в крупных городах.

Немало удивляло иностранцев и то, что русские супружеские обязанности связывают с мытьем в бане. Перед свадьбой жених и невеста обязательно мылись в бане, что было продолжением своеобразного «мальчишника» и «девичника», а после первой брачной ночи они уже шли в баню вместе. Этому обычаю долго следовали и российские монархи. Более того, если в обычные дни царю «было угодно спать вместе с царицей», то утром они оба шли в баню, где мылись вместе или раздельно со своими

приближёнными. Любопытно, что по этому принципу бояре сразу же числили, что Лжедмитрий и его супруга явно «не свои для Руси», в баню-то вместе не ходят.

К чести иностранцев, многие понимали, что русские в вопросах гигиены обогнали их на много. Испанец Рибера Санчес, бывший врачом при дворе Елизаветы Петровны, искренне восхищался: «Всяк ясно видит, сколь бы счастливо было общество, если б имело нетрудный безвредный и столь действительный способ, чтоб оным могло не только сохранить здоровье, но и исцелять или укрощать болезни, которые так часто случаются. Я, с моей стороны, только одну российскую баню, приготовленную надлежащим образом, почитаю способною к принесению человеку столь великого блага. Когда помышляю о множестве лекарств из аптек и из химических лабораторий выходящих, приготовленных столькими издвиганиями, и привозимых из всех стран света, то желал я видеть, чтобы половина или три четверти оных, всюду великими расходами сооруженных зданий, превратились в бани российские для пользы общества».

Ему вторит камерюнкер Берхольц, познакомившийся с русской баней в Петербурге. В записках о России он подробно описывает посещение парилки и все банные священнодействия, отмечая, что «по окончании всех этих операций чувствуешь себя как бы вновь рождённым».

Стоит отметить, что многие иностранцы в России приживались, становясь по своим привычкам практически русскими. Естественно, что они привыкали и к русской бане. К XIX веку в крупных городах появились дорогие, богато обставленные бани с хорошей услугой и прекрасными буфетами. Они быстро превратились в своеобразные клубы для людей состоятельных. В Москве такой баней-клубом стали знаменитые Сандуны, где бывал весь цвет российского дворянства и куда с удовольствием стали ходить иностранцы.

Интересно, что иностранцы, долго жившие в России, стали по возвращении на родину строить у себя бани, чем немало изумляли соотечественников. Особенно быстро русская баня «завоевала» Германию. «Но мы, немцы, – писал немецкий врач Макс Плотен – пользуясь этим целебным средством, никогда даже не упоминаем её названия, редко вспоминаем, что этим шагом вперед в культурном развитии обязаны нашему восточному соседу». Бани стали появляться и в других странах, а португалец Антонио Саншес даже издал книгу «Уважительные сочинения о русских банях».

В Европе любят рассуждать о загадочной русской душе и вспоминать великих писателей, философов, танцоров, поэтов, ученых, которых Россия дала миру. Но иногда забывают, что элементарному мытью просвещённую Европу тоже учила Россия.

Я сознательно привел в статье много цитат, чтобы о нашей бане с парилкой и вениками сказали сами иностранцы, прошедшие путь от её неприятия и даже боязни, до восхищения и откровенного копирования.

Владимир Рогоза
www.shkolazhizni.ru

Фиточай «АНТИКАШЕЛЬ»



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

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

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

Фиточай «ИММУННЫЙ»



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

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

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

Фиточай «ВИТАМИННЫЙ»



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

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

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

Супермаркеты города Алматы, имеющие в продаже продукцию «Леовит»

Байтерек	м-он 10, дом 11 а (ул. Шалапина, между ул. Берегового и пр-том Алтынсарина)	Юбилейный	ул. Гоголя, уг. пр-та Абылай хана
Прайм	ул. Саина, уг. пр-та Райымбека	SMALL	ул. Розыбакиева, 75, уг. ул. Сатпаева
АДК	ул. Сатпаева, уг. ул. Брусиловского	SMALL	пр-т Достык, 2, уг. ул. Жибек Жолы
Масато	ул. Джандосова, 162 а, уг. ул. Берегового	SMALL	ул. Шевченко, 123, уг. ул. Муратбаева
Керемет	ВАЗ, «кольцо»	SMALL	ул. Жарокова 281, уг. ул. Байкадамова (Кихтенко)
Керемет	ул. Пятницкого, 15/16, м-он Таугуль	SMALL	м-он Казахфильм, дом 13
Торнадо	ул. Саина, ниже пр-та Абая, м-он 3, дом 20 а	SMALL	ул. Наурызбай батыра (Дзержинского), 115, уг. пр-та Абая
Домашний	ул. Сейфуллина, 510, уг. ул. Кабанбай батыра (Калинина)	SMALL	ул. Рыскулова, 143 (ТЦ Домиллион)
Мади	м-он Орбита-2, дом 92 (ул. Навои, уг. пр-та Аль-Фараби)	SMALL	м-он Самал-2 (бульв. Мендикулова, 98, уг. ул. Жолдабекова)
Орбита	м-он Орбита-3 (ул. Мустафина, уг. ул. Торайгырова (Фрунзе))	SMALL	м-он Орбита-3, дом 1
Кулагер	м-он Кулагер	SMALL	м-он Мамыр-4, дом 197 а
Весновка	ул. Тимирязева	SMALL	ул. Ауэзова, 65, уг. ул. Жамбыла
Век	ул. Наурызбай батыра (Дзержинского), ниже ул. Тимирязева	SMALL	ул. Тимирязева, 16 б, уг. ул. Байтурсынова (Космонавтов)
Столичный	ул. Кабанбай батыра (Калинина), уг. пр-та Абылай хана		

Теперь и в магазинах!

ШКОЛА ЭТИКЕТА

Как создать приятное первое впечатление?



Все мы живём в мире людей. Ежедневно у каждого из нас сотни контактов. По закону «моментальной фотографии» человек оценивает другого за 30 секунд. Вот так – взглянул и всё ясно! И вы так же оцениваете. Чисто механически. Что же таит в себе первое впечатление?

Мы почти безошибочно устанавливаем пол, возраст, социальную принадлежность, расу. Присмотревшись, можем понять по внешнему виду то эмоциональное состояние, в котором находится человек. Уверенного в себе «выдаёт» осанка, прямой позвоночник, крепкий шаг и открытый взгляд. Загнанного жизнью в угол – опущенная голова, вялая походка и невеселое выражение лица. Заговори с таким – услышишь тусклый, тихий голос. Каждый из вас может продолжить этот список.

Понравиться человеку с первого взгляда – часть профессии людей, связанных с обслуживанием. Клиент – тот человек, который оплачивает твои счета. Если он тебе не доверяет, он так и не станет твоим клиентом.

Так как же понравиться сразу? **У вас не будет второй возможности произвести первое впечатление.** Об этом нужно помнить всегда. Находитесь ли вы дома, выходите ли на улицу, работаете в офисе – в любой момент своей жизни, когда вы среди людей, вас оценивают. Доброжелательный открытый взгляд, уместная улыбка, уверенная походка, одежда «по случаю» и вас уже оценивают адекватно. Если вы работаете в офисе, бизнес-этикет диктует свои правила. Вы – лицо фирмы, её визитная карточка.

«АНТИПРОСТУДНЫЙ»,
«ИММУННЫЙ»,
«ЭХИНАЦЕЯ»

Сиропы для детей и взрослых

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

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

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

СИРОПЫ «ЛЕОВИТ»:

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

Сироп «АНТИПРОСТУДНЫЙ»

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

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

Сироп «ИММУННЫЙ»

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

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

Сироп
«ЭХИНАЦЕЯ»

Оказывает иммуностимулирующее, противовоспалительное, общеукрепляющее действие.

Состав: трава и корни эхинацеи.

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



БАД к пище. Не является лекарственным средством. Рег. уд. № 002355

Общение идёт по трём каналам восприятия – **вербальному, звуковому и визуальному.** Что вы говорите, как вы говорите, и как вы при этом выглядите. Если вы прекрасно выучили приветствие и презентацию, приятно улыбаетесь и поощряете собеседника к продолжению контакта, а сами лихорадочно посматриваете на часы, боясь куда-то опоздать, неконгруэнтность ситуации тут же передастся вашему визави. Чисто интуитивно человеку будет некомфортно. Казалось бы – чего проще – встретились, поприветствовали друг друга, поговорили о том, о сём и разбежались. Что за наука? Так о чём договорились-то? Просто время друг у друга отняли. Первое впечатление нужно создать такое, чтобы с вами опять захотели встретиться, чтобы увидели в вас профессионала, чтобы ваш контракт был успешно подписан. А это уже целое искусство!

Послушайте свой голос, записанный на магнитофон. Нравится тембр, мелодичность и ритмика? Нет? Всё это можно развивать. Начинайте по утрам петь гаммы. Или любимые песни. И настроение себе поднимете, и зададите ритм новому дню, и бронхи прочистите, а голос станет ярче, зазвучит по-новому. Есть ещё отличное упражнение «Тарзан», я его практически каждый день делаю. Ведь голос – мой инструмент. По утрам, после утренних гигиенических процедур вы ненадолго превращаетесь в Тарзана, начинаете бить себя кулаком в грудь и при этом кричать А-А-А-А-А. Весело. Помогает избавиться от ночных пробок в бронхах и легких. Делает голос уверенным и солидным за счёт уменьшения визгливых нот.

Ещё одна составляющая первого впечатления – ваша открытость к общению. Ясный прямой взгляд. Располагающая улыбка. Не хитрая, не высокомерная, не насмешка, не ухмылка, а именно доброжелательная улыбка. Очень легко репетируется перед зеркалом. А если вы научитесь ещё улыбаться голосом, то даже по телефону с вами будет очень приятно общаться. Мягкая улыбка может любой конфликт свести на нет и быстро успокоить собеседника.

Выражение лица может выдать вашу некомпетентность и неуверенность, вашу рассеянность или несобранность, ваше стрессовое состояние. Потому при контакте с клиентами существует три задачи – держать лицо, не потерять лицо и сохранить лицо. Всё так просто! Следите за своей мимикой. Язык жестов может иногда очень красноречиво рассказать о вас. Вы не произнесли ни слова, а вас прочитали, как открытую книгу.

Если в первые минуты знакомства, при создании первого впечатления вам удалось сделать комплимент собеседнику, поставьте себе «пять», вы сумели расположить к себе человека. Щедрее делайте такие устные подарки. Чем больше отдадите – тем больше вернётся. Пусть ваш внешний вид всегда посылает в жизнь только сигналы благополучия и гармонии. Всё у вас обязательно получится!

Жанна Магиня
www.shkolazhizni.ru

Откровения
бывшей секретарши

Продолжение. Начало в № № 2–7

– Как я потом узнал, – начал свой рассказ Риккардо, – племя обитало недалеко от трассы около реки. Рыбы и дичи было достаточно. В изоляции не было необходимости. Этот маленький народ сам избегал контактов с цивилизацией, потому что культом у него был секс. Сеньора, конечно, знает, что мужские стимуляторы широко распространены на Востоке, а теперь и по всему миру. Но племя знало женскую стимуляцию... Я приглянулся одной вдове.

– Вдове? – удивилась я.

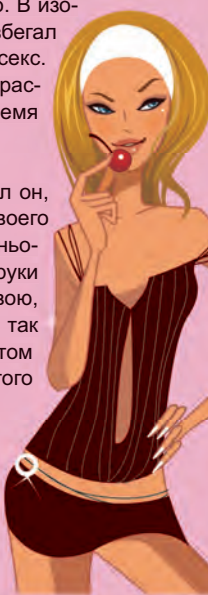
– Молодой вдове. Тогда я был ещё красивее, – вздохнул он, – эдакий художавый идалго на пару веков ушедший из своего времени. Я жевал листья коки и пил какой-то напиток. Сеньора догадывается о моём состоянии... Женщина дала мне в руки длинный лист какого-то растения, затем взяла мою руку в свою, и я провёл этим листом по ее губам. Я делал кое-что ещё. И так повторялось много раз. Нам было хорошо обоим. Она же потом указала мне путь к дороге, дав с собой несколько листов этого растения. Я засушил их. И ношу их всегда в бумажнике.

– Но сеньор женат, – справедливо заметила я.

– Это не для жены. Я не сумасшедший. – Риккардо посерьезнел.

Я знала, что он даст мне это растение и, может быть что-то ещё. Но не боялась.

Продолжение следует.

СРЕДСТВА ДЛЯ ПОЛОСКАНИЯ ГОРЛА,
ПОЛОСТИ РТА И ДЁСЕН 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 «Леовит» – 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 ребёнка. Невысокая цена делает этот препарат доступным широкому кругу потребителей.

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

Форма выпуска: банка 250 г, упаковка 5 кг.

АДРЕСА
ФИРМЕННЫХ
КИОСКОВ
ТОО «ЛЕОВИТ»

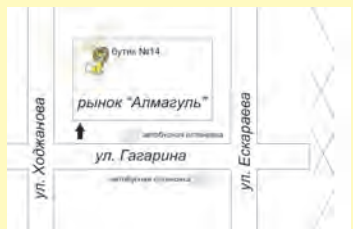
Офис «Леовит»
ул. Нусупбекова, 32,
уг. ул. Маметовой,
вн. 201, пн-пт с 9-00 до
16-45, выходные, сб, вс,
сан. день – посл. раб. день
месяца,
тел. 397-64-08, 14, вн. 201



**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,
пн-сб с 10-00 до 19-00,
вых. - вс
тел.: 329-66-07



АФОРИЗМЫ

- ▣ Самый распространенный глагол к словосочетанию Настоящий Мужчина, применяемый женщинами, – Должен.
- ▣ Многие целуют руку, которую желали бы отрубить.
- ▣ Трудно всё время оставаться человеком – люди мешают.
- ▣ Я в ответе за то, что я сказал, но не за то, как вы это поняли.
- ▣ Кто ищет друга без недостатков, остаётся один.
- ▣ Ты не можешь повторить одну ошибку дважды. Во второй раз это уже не ошибка. Это – выбор.



ЛЕОВИТ

Спрашивайте препараты "Леовит" в аптеках Вашего города!

4

ТОО «ЛЕОВИТ» выпускает продукцию для Вашего здоровья

ЛЕОВИТ



ЦИКОРИЙ

- молотый
- шоколадный
- со сливками



ФИТОКЛЕТЧАТКА

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



- 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
- антигипертонический
- 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
- антигипертонические
- антигипотонические
- антиинсульт
- антикашель
- антиревматические
- антистресс
- антишлак
- антиязвенные
- аппетитные
- апилактин
- бронхоастмин
- витайод
- 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

- антигипертонические
- 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

РОДИТЕЛИ И ДЕТИ

Десять заповедей для родителей от Юлиа Корчака

1. Не жди, что твой ребёнок будет таким, как ты или таким, как ты хочешь. Помогите ему стать не тобой, а собой.

2. Не требуй от ребёнка платы за все, что ты для него сделал. Ты дал ему жизнь, как он может отблагодарить тебя? Он даст жизнь другому, тот – третьему, и это необратимый закон благодарности.

3. Не вымещай на ребёнке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб. Ибо что посеешь, то и взойдёт.

4. Не относись к его проблемам свысока. Жизнь дана каждому по силам и, будь уверен, ему она тяжела не меньше, чем тебе, а может быть и больше, поскольку у него нет опыта.

5. Не унижай!

6. Не забывай, что самые важные встречи человека – это его встречи с детьми. Обращай больше внимания на них – мы никогда не можем знать, кого мы встречаем в ребёнке.

7. Не мучь себя, если не можешь сделать что-то для своего ребёнка. Мучь, если можешь – но не делаешь. Помни, для ребёнка сделано недостаточно, если не сделано всё.

8. Ребёнок – это не тиран, который завладевает всей твоей жизнью, не только плод плоти и крови. Это та драгоценная чаша, которую Жизнь дала тебе на хранение и развитие в нём творческого огня. Это раскрепощённая любовь матери и отца, у которых будет расти не «наш»,

«свой» ребёнок, но душа, данная на хранение.

9. Умей любить чужого ребёнка. Никогда не делай чужому то, что не хотел бы, чтобы делали твоему.

10. Люби своего ребёнка любым – неталантливым, неудачливым, взрослым. Общайся с ним – радуйся, потому что ребёнок – это праздник, который пока с тобой.



О ЖИЗНИ

Давайте будем добрее

Молодая женщина ждала своего полёта в зале ожидания большого аэропорта. Ей предстояло просидеть там достаточно долго, и она решила купить книгу, чтобы приятней провести это время. Дама купила также пачку вкусного печенья, устроилась в удобном кресле в уголке, собираясь спокойно почитать, положив сумку рядом с собой на соседнее свободное кресло. Она не заметила, как на соседнее кресло сел молодой человек и принялся читать газету.

Раскрыв книгу, наша героиня взяла первое печенье из пачки. Вдруг она увидела, что её сосед взял тоже одно печенье. Это разозлило её, но она не сказала ни слова, только подумала: «Хамское поведение! Дать бы ему в лоб за такое нахальство!»

На каждое печенье, что она брала из пачки парень тоже брал одно... Это злило её всё больше, но ей совсем не хотелось поднимать скандал.

Когда в пачке остался последний ломтик печенья, она подумала: «Интересно, что это нахал сделает теперь?..»

А парень взял этот печенье, разделил его наполам, взял половинку себе, а вторую с улыбкой протянул ей...

Это было уже слишком!!! Покраснев от злости,

женщина нервно встала, собрала свои вещи и бросив уничтожающий взгляд в сторону обидчика, покинула «поле боя».

...Уже в самолёте, усевшись на свое кресло, успокоившись, наша героиня решила «навести марафет», открыла свою дамскую сумочку и обнаружила внутри... пачку печенья!!! Полную! Нераскрытую...

Ей стало плохо... Она только теперь поняла, что её печенье оставалось всё время в сумочке, и что она его вовсе не вынимала оттуда! Парень делился с ней своим печеньем, вовсе не обижаясь и не злясь, в то же самое время, когда она думала, что ОНА делит с ним ЕЁ печенье... Но самое страшное в этой ситуации было то, что уже не было возможности объясниться и извиниться перед ним!

Есть четыре вещи, которые невозможно исправить:

- вернуть камень, который уже брошен;
- вернуть слово, что уже сказано;
- вернуть возможность, что упущена;
- вернуть время, которое прошло навсегда...

Уроки от Ричарда Баха



Ричард Бах – поразительный человек, авиатор и писатель, познавший восторг полета в небе и в сверкающем мире собственного воображения. Ему посчастливилось сказать нужные слова в нужное время – и он стал культовой личностью для миллионов. Вот некоторые из этих слов, сплетенных в фразы, помогающие жить:

«Если тебе когда-нибудь захочется найти такого человека, который сможет одолеть любую, даже самую тяжёлую беду и сделать тебя счастливым, когда этого не может больше никто, ты просто посмотри в зеркало и скажи: «Привет!»

«Мы сами создаём окружающий нас мир. Мы получаем именно то, что заслуживаем. Как же мы можем обижаться на жизнь, которую создали для себя сами? Кого винить, кого благодарить, кроме самих себя! Кто кроме нас может изменить её, как только пожелает?»

«В своей жизни мы можем найти оправдание, а можем – здоровье, любовь, понимание, приключения, богатство и счастье. Мы создаём свою жизнь силой своего выбора. Мы чувствуем себя совершенно беспомощными, когда уклоняемся от возможности сделать выбор, когда не хотим строить свою жизнь сами.

«Серая скука, и страх, и злоба – вот причины того, что жизнь столь коротка.

«Мы притягиваем в свою жизнь всё то, о чём думаем.

«Важно не то, проигрываем ли мы в игре, важно, как мы проигрываем и как мы благодаря этому изменимся, что нового вынесем для себя, как сможем применить это в других играх. Станным образом поражение оборачивается победой.

«Неприятности – это ещё не самое плохое из того, что может с нами произойти. Хуже всего, когда с нами Н-И-Ч-Е-Г-О не происходит!

«Очень легко проверить, окончена ли твоя миссия на Земле: если ты жив – она продолжается.

Ричард Бах (Richard Bach), 1936 г. р., известный американский писатель-фантаст, журналист, пилот. Среди произведений – повесть «Чайка по имени Джонатан Ливингстон» («Jonathan Livingston Seagull», 1970), принесшая автору беспрецедентный успех и ставшая национальным бестселлером.

УЛЫБНИТЕСЬ

Диалог Мозга и Желудка

00 ч 00 мин

Желудок (Ж) (протяжно): Я пить хочу, я есть хочу, я издевательств не прошу...

Мозг (М) (назидательно): Через полгода лето, и у тебя – диета!

Ж (вкрадчиво): Блины с яйцом и ветчиной, калорий – минимум, родной!

М (грозно, но с истерическими нотками): Уймись, заткнись, проклятый гад, ведь не блокадный Ленинград!!!

Ж (ядовито): Не понял я – что за угрозы?

Остаться хочешь без глюкозы?

М (раздраженно): Усохни, шантажист бездонный, твои достали закидоны...

Ж (с наигранным фатализмом): Прожжёт меня кислотный сок – пойдём прибор глотать, дружок...

00 ч 30 мин

Ж (с одышкой): Подвинулся, печень... Куда хочешь!!! Иначе не уснём полночи...

М (в бешенстве): Да чтоб тебя понос пробрал! Скажи, зачем ты столько жрал?!!!

Ж (в праведном гневе): А кто отдал ногам приказ, чтоб принесли на кухню нас?!!!

М (обреченно): Ну ладно, ладно, булькай с миром. Но завтра сутки – на кефире!

Из Интернета

Витаминки «Леовит»

ИММУНЧИК

Состав: эхинацея, пармелия, шалфей, чабрец, шиповник, малина, яблочный сок, кислота аскорбиновая, глюкоза.

Оказывает иммуностимулирующее, противовоспалительное, антибактериальное и общеукрепляющее действие, стимулирует обменные процессы при заболеваниях верхних и нижних дыхательных путей, иммунной недостаточности, при переутомлении, избыточных психофизических на грузках, ослабленных состояниях после антибиотикотерапии.

ЭХИНАЦЕЙКА

Состав: эхинацея, кислота аскорбиновая, яблочный сок, глюкоза.

Оказывает иммуностимулирующее, противовоспалительное, антимикробное, общеукрепляющее действие, стимулирует обменные процессы, повышает сопротивляемость организма инфекциям и неблагоприятному воздействию окружающей среды при иммунной недостаточности, при лечении вирусных и бактериальных заболеваний верхних и нижних дыхательных путей. При переутомлении, избыточных психофизических нагрузках, ослабленных состояниях.

Форма выпуска: таблетки № 3.

Способ применения: детям от 2-х лет по 1 таблетке 3 раза в день. Взрослым по 2 таблетки 3 раза в день.



ДЕТСКАЯ

Состав: витамин С, шиповник, малина, вишня, глюкоза, сахар.

Форма выпуска: таблетки № 10.

САДОВАЯ

Состав: чёрная смородина, красная смородина, витамин С, глюкоза, сахар.

Форма выпуска: таблетки № 10.

Восполняют дефицит витаминов и микроэлементов в организме, оказывают общеукрепляющее, антиоксидантное, иммуностимулирующее, противовоспалительное, сосудукрепляющее действие при авитаминозах, при повышенной потребности организма в витамине С в период роста, при переутомлении, в период или после перенесённых воспалительных заболеваний дыхательных путей, при повышенном риске развития инфекционных заболеваний.

Способ применения: детям и взрослым по 5–10 таблеток в день.

Форма выпуска: таблетки № 3.

А также: **ВИТАМИНКА АПЕЛЬСИНКА, ВИТАМИНКА ВИШЕНКА, ВИТАМИНКА КЛУБНИЧКА, ВИТАМИНКА МАЛИНКА, ВИТАМИНКА МАНДАРИНКА, ВИТАМИНКА СМОРОДИНКА.**

Домашняя библиотека

Восьмое и Девятое правила Волшебника, или Крупницы мудрости, рассыпанные в книгах Терри Гудкайнда

Восьмое Правило Волшебника:

Будьте достойны победы!

Девятое Правило Волшебника: противоречие в действительности существовать не может. Ни частично, ни полностью.

Верить в противоречие – значит отказаться от веры в существование мира вокруг вас и природы вещей в мире. Нельзя назвать реальным что-то, поразившее ваше воображение, только потому, что вам хотелось бы, чтобы так было. Вера – это способ самообольщения, ловкий трюк, сотворенный со словами и чувствами, основанными на иррациональных понятиях, которые легко выдумать.

Вера – это попытка принудить истину подчиняться прихоти. Проще говоря, это попытка вдохнуть жизнь в ложь, подменить действительность прекрасными пожеланиями. Вера – это убежище дураков, неосведомленных, введенных в заблуждение, не думающих. Всё это не для рациональных людей.

В реальном мире противоречий не бывает. Чтобы поверить в них, ты должен отбросить самое важное, что у тебя есть – здравый смысл. И цена этой сделки – твоя жизнь. При таком обмене ты всегда рискуешь потерять всё, что у тебя есть.

Т. Гудкайнд Восьмое и Девятое правила Волшебника



Атеросклероз – просто о сложном,

или Как защитить и сохранить здоровье и молодость сосудов

Жизнь летит с космической скоростью. Неиссякаемые дела и заботы не дают остановиться и прислушаться к себе. И вот наступает «момент истины», когда проблемы со здоровьем тормозят нас на полном скаку: Стоп, господа, у вас инсульт (инфаркт, сердечная недостаточность или букет других заболеваний, связанных с нарушением работы сосудов). Мы хватаемся за голову, но поздно: приходится пожинать горькие плоды легкомысленного отношения к собственному здоровью. **А ведь в силах почти каждого из нас предупредить развитие этих серьёзных заболеваний.**

Своевременная профилактика и диагностика помогут сохранить здоровье сосудов, а при необходимости – и восстановить его. Как показывает практика нескольких тысячелетий, лучшая профилактика – это здоровый, активный образ жизни. Ведь основными предпосылками развития сосудистых заболеваний являются:

- отсутствие активных физических нагрузок, сидячая или стоячая работа;
- нервное перенапряжение;
- негативные особенности современного питания;
- курение и регулярное употребление алкогольных напитков.

Почему речь идёт именно о сосудах? Дело в том, что сердечно-сосудистые заболевания прочно удерживают первенство среди самых распространенных и опасных болезней двадцатого, а теперь уже и двадцать первого века.

Возникает вопрос: когда нужно начинать заботиться о сосудах?

Чем раньше, тем лучше! Ведь нарушения в работе сердечно-сосудистой системы начинаются ещё до тридцати лет, причём многие люди даже не подозревают, что их недомогания связаны именно с сосудами, и обращаются к врачу, когда болезнь приобретает запущенную форму.

Основная задача кровеносной системы – снабжение клеток организма кровью, обогащённой кислородом и питательными веществами, и выведение с кровью углекислого газа и отработанных продуктов обмена. Поэтому от нормальной работы кровеносных сосудов зависит физическое здоровье любого человека.

Существует множество разных заболеваний сосудов. Все они опасны и должны быть вовремя диагностированы.

К самым распространённым заболеваниям сосудов относится атеросклероз. Он развивается, когда на стенках сосудов откладываются холестериновые бляшки. В этом месте сужается просвет сосудов и замедляется кровоток, что приводит к ещё более активному отложению холестерина. Со временем органы, питаемые этими сосудами (сердце, мозг, лёгкие), получают всё меньше кислорода и питательных веществ. Если повреждается сердечная артерия, появляются стенокардические боли и одыш-

ка, развивается ишемическая болезнь сердца. Нарушение работы сосудов головного мозга сопровождается головными болями, головокружением, обмороками, ухудшением памяти и зрения. **В результате повышается риск инсульта, инфаркта и многих других серьёзных осложнений.**

К сожалению, атеросклероз диагностируется на поздних стадиях заболевания,

поэтому очень важна его профилактика. А это значит, что Вам необходимо:

1. пересмотреть свой рацион питания: постарайтесь употреблять в пищу как можно больше свежих овощей, фруктов, чеснока и чёрной смородины, пейте зелёный чай, используйте в пищу больше растительных жиров, чем животных;
2. максимально увеличить физические нагрузки;
3. после тридцати лет периодически сдавать анализ крови на холестерин.

Этот пресловутый холестерин, который частенько обвиняют во всех грехах, на самом деле бывает «хорошим» и «плохим». Хороший холестерин (липопротеид высокой плотности) играет жизненно важную роль в организме, являясь основой, образующей клеточные стенки. Он находится в клетках головного и спинного мозга, участвует в синтезе витамина D, а у мужчин при его дефиците снижается сексуальная активность. Содержится «хороший» холестерин в растительном масле, в рыбе, в орехах.

«Плохим» холестерином (липопротеиды низкой плотности) очень богаты животные жиры (особенно говяжий и куриный), колбасы. Если в крови содержится много «плохого» холестерина, он начинает постепенно накапливаться на внутренних стенках артерий.

Избавляемся от «плохого» холестерина с помощью препаратов «Левовит»

Фитоклетчатка «Левовит»: «Очищающая», «Идеальный вес», «Слабительная», «Здоровая печень» и «Витаминная»



Фитоклетчатка способствует снижению уровня «плохого» холестерина. Препятствует всасыванию липопротеидов низкой плотности в кишечнике, поглощает их и выводит из организма.

Состав: оболочка пшеничного зерна, овёс, лекарственные травы, ягоды, фрукты.

Л-карнитин от «Левовита»



Обладает многими полезными свойствами, в том числе снижает уровень холестерина в крови и замедляет образование сосудистых атеросклеротических бляшек. Поэтому Л-карнитин явля-

ется средством профилактики атеросклероза и различных сердечно-сосудистых заболеваний.

Состав: L-карнитин (карнипур), рутин, кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар.

Одновременно мы рекомендуем принимать таблетки «Левовит» на основе растительно-витаминного комплекса:

Анти-атеросклеротические

Оказывают выраженное антиатеросклеротическое, сосудотонизирующее действие, улучшают холестериновый обмен в организме и сердечную деятельность.

Состав: чеснок, боярышник, рябина черноплодная, зелёный чай, цветочная пыльца, витамины С, Е, Р, РР, янтарная кислота.



Антиинсульт

Оказывает спазмолитическое, сосудотонизирующее действие, улучшает мозговое кровообращение и кислородное обеспечение мозговой ткани, нормализует деятельность сердечно-сосудистой системы, препятствует тромбообразованию. Значительно улучшает состояние метеозависимых людей при перепадах атмосферного давления.

Состав: цветочная пыльца, боярышник, валериана, витамины С, Е, Р, корица, имбирь, гвоздика, калий, магний, сахар.



Сосудистые

Укрепляют стенки сосудов и капилляров, повышают их тонус и эластичность, улучшают проходимость сосудов, стимулируют микроциркуляцию.

Состав: рябина черноплодная, чеснок, лист брусники, душица, имбирь, рутин, кислота аскорбиновая, глюконат кальция.

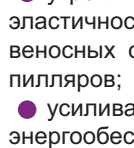
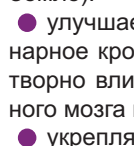
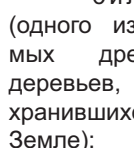


Экстракт и таблетки Гинкго билоба

Гинкго билоба относится к наиболее популярным и хорошо изученным лекарственным растениям. Экстракт листьев Гинкго билоба

(одного из самых древних деревьев, сохранившихся на Земле):

- улучшает мозговое и коронарное кровообращение, благотворно влияет на работу головного мозга и сердца;
- укрепляет, восстанавливает эластичность и прочность кровеносных сосудов и стенок капилляров;
- усиливает кровоснабжение и энергообеспечение мозга;



● стимулирует поступление кислорода к головному мозгу и к сердечной мышце;

● снижает вязкость крови, предотвращая тромбозы мозговых и коронарных сосудов;

● стимулирует обмен веществ в клетках головного мозга;

● активизирует умственную деятельность, память, обучаемость и устойчивость к стрессу.

Экстракт Гинкго билоба производства компании «Левовит» рекомендуется принимать для улучшения памяти и внимания, для стимуляции речевых функций и умственных способностей, при нарушениях мозгового кровообращения, при атеросклерозе сосудов головного мозга и сердца, при повышенной возбудимости, внутричерепном давлении.

Экстракт Гинкго билоба является средством профилактики сосудистых заболеваний. На основе экстракта выпускаются таблетки Гинкго билоба, которые более адаптированы для детей и людей, управляющих автотранспортом.

Все вышеперечисленные препараты прекрасно сочетаются и взаимно дополняют друг друга, не оказывая побочного действия.

Учитывая то, что пациентам, страдающим атеросклерозом и сосудистой патологией, необходимо длительное лечение, препараты «Сосудистые», «Антиатеросклеротические», «Антиинсульт», экстракт и таблетки «Гинкго билоба» необходимо принимать одновременно с лекарственными препаратами, которые должен назначить Ваш лечащий врач.

В целях же профилактики эти средства можно принимать самостоятельно и в течение длительного периода времени.



КОНСКИЙ КАШТАН – ЗДОРОВЬЕ ВАШИХ ВЕН

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

Каштан конский – это растение, которое создано и предназначено природой для защиты и восстановления венозных сосудов.

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

- укрепляют стенки вен, улучшают состояние венозных клапанов;
- стимулируют кровоток;
- понижают вязкость крови, препятствуют образованию тромбов;
- оказывают веноотонизирующее, противовоспалительное, противоотечное действие;

● снижают чувство тяжести, боли и жжения в венах.

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

Способ применения экстракта: по 12–15 капель перед едой 3 раза в день; наружно – в виде растираний. Курс приёма 30 дней. При необходимости через 20 дней повторить.

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

Спрашивайте препараты компании «Левовит» в аптеках города!

БАД к пище. Не является лекарственным средством.

ОТЗЫВЫ

Честно признаюсь, что не очень-то доверяла вашей продукции. Опять эти БАДы! Хотя несколько лет я пользовалась солью с мумиё и прополисом для полоскания горла. Но вот с возрастом (мне 68 лет) стали болеть голеностопные суставы, да так, что боялась упасть, так стреляло в области щиколоток. Моя хорошая знакомая, которая знает Ваш ассортимент и принимает, говорит: «А вы пропейте Суставные и Сабельник». Запаслась я таблетками и полный месяц пила по 2 таблетки 3 раза в день.

А потом я уехала в другой город и забыла и про таблетки, но, главное, про боли. Полтора месяца меня совсем не мучили боли в голеностопных суставах. Сейчас боли стали появляться. Это сигнал к тому, что надо возобновить лечение. Здорово, что в них нет химии, а для меня ещё важно, что не надо заваривать и отцеживать травы, поэтому меня устраивает таблетированная форма.

Бородина Л. В.

У моего мужа начались проблемы с ногами. Ноги просто внезапно начали болеть, особенно по ночам. Врач выявил проблемы с сосудами, назначил таблетки, в которых побочных действий указано больше, чем лечебного эффекта. Это мы отметили сразу. По моему настоянию муж начал принимать Сосудистые от «Левовита». Очень сомневался, помогут ли? Ведь это просто травы... После долгих препирательств согласился пить по 2 таблетки 3 раза в день, я за этим строго следила.

О чудо, ноги перестали болеть через две недели; ночью мы стали спать спокойно. Правда, муж до сих пор не верит, что ему помогли именно Сосудистые, хотя больше ничего не принимал. Спасибо!

Ольга



Разговорный казахский. Легко!

8. Сіз оны сүйесіз бе? (Вы ее любите?)

- Сен не-ге же-ме-й отыр-сың?
(Ты почему не ешь?)
- Дәм-ді емес пе?
{Вкусно ↔ не} ?)
- Мен аш емес-пін.
(Я {голодный ↔ не}.)
- Сен бақыт-сыз бол-ып көр-ін-е-сің.
(Ты несчастным (являясь) выглядишь.)
- Саған не бол-ды?
(С тобой что случилось?)
- Мен бір қыз-ды кездес-тір-ді-м, бірақ оны-мен таныс-у-ға ұял-а-мын.
(Я одну девушку встретил, но с ней познакомиться стесняюсь.)
- Сен он-ы сүй-е-сің бе?
(Ты ее любишь?)
- Біл-ме-й-мін. Мен әлі-ге дейін сен-ім-ді бол-ма-й-мын.
(Не знаю. Я пока еще (до сих пор) уверенным не являюсь.)
- Ол сұлу ма, ақыл-ды ма?
(Она красивая, умная?)
- Ол өте келіс-ті және сымбат-ты қыз. Көз-і үлкен
(Она очень симпатичная и стройная девушка. Ее глаза большие и де қап-қара.
черные-пречерные.)
- Шаш-ы ұзын да толқын-ды. Ол ән сал-ған-ды және биле-ген-ді
(Ее волосы длинные и волнистые. Она поет и танцевать)
- жақсы көр-е-ді. Қысқа айт-қан-да, ол Шакира өте сияқты.
любит. Короче говоря, она на Шакиру очень похожа.)
- Мұндай бол-са не-ге ойла-н-а түс-іп жатыр-сың?
(В таком случае, почему, думая, останавливаешься (раздумываешь?)?)
- Менін-ше, оған ақша өте ұна-й-ды.
(По-моему, ей деньги очень нравятся.)



Вывучите глаголы:
көріну – выглядеть
кездесу – встречать
танысу – знакомиться
ұялу – стесняться
сүю – любить
ән салу – петь
билеу – танцевать
ойлану – обдумывать
түсу – останавливаться
зерігу – скучать
жуу – мыть
аталу – называться

- Мен зеріг-іп жатыр-мын.
(Я скучаю.)
- Сен қол-ың бос-тық-тан зеріг-іп жатыр-сың.
(Ты от своих рук незанятых (от безделья) скучаешь.)
- Саған бір нәрсе-мен шұғылдан-у керек.
(Тебе чем-нибудь заняться надо.)
- Мысалы?
(Например?)
- Теледидар көр-у немесе ыдыс-аяқ-тар-ды жу-у.
(Телевизор посмотреть или посуду помыть.)
- Мен теледидар көр-ген-ді онша ұнат-пай-мын.
(Я телевизор смотреть не очень-то люблю.)
- Ыдыс-аяқ-тар-ды жу-ған артық.
Посуду помыть лучше.)

Продолжаем обзор аптек с продукцией «Леовит»

г. Астана

Сеть аптек ГИППОКРАТ

Аптека «Нур-Әділ», ул. Мустафина, 2/7, мини-маркет Джарда

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. Шанырақ, ул. Жанкожа батыра, д. 394 (в здании желтого 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 «Ақ-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 «Ақ-Бота», ул. Конаева, 72, тел. 295-66-51.

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

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

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

г. Караганда.

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

г. Кызылорда

Аптека «Аура», ул. Желтоқсан, 23/2, ПК «Алтын Орда», тел. (7242) 27-24-39

г. Талдықорган

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.

г. Шымкент

Аптека «Ауыз», ул. Володарского, 2 а (находится между старым автовокзалом и городской поликлиникой № 4, перейти через дорогу), тел. (7252) 53-86-85

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

Автор: Елена Романенко

Сөздік – Словарь 8

1. бақыт счастье; бақыт-ты счастливый; бақыт-сыз несчастный.
2. көр-у смотреть, видеть; көр-ін-у выглядеть, казаться; сен бақыт-сыз бол-ып көр-ін-е-сің ты выглядишь несчастным (досл. ты, несчастным являясь, выглядишь).
3. бол-у быть, случаться, совершаться; саған не бол-ды? с тобой что случилось? (досл. тебе что было?)
4. кездес-у встречаться; кездес-тір-у встречать; мен бір қыз-ды кездес-тір-ді-м я одну девушку встретил.
5. таныс-у знакомиться.
6. ұял-у стесняться; оны-мен таныс-уға ұял-а-мын я с ней познакомиться стесняюсь.
7. сү-ю (корень сүй) любить (про людей), сен он-ы сүй-е-сің бе? ты ее любишь?
8. әлі пока, пока еще; әлі ерте пока рано.
9. дейін до, послелог; әлі-ге дейін до сих пор.
10. сен-у верить; сен-ім доверие; сен-ім-ді уверенный; сен-ім-ді бол-у уверенным быть; мен сен-ім-ді бол-ма-й-мын я не уверен (досл. я уверенным не являюсь).
11. келісті красивый, приятный.
12. сымбат фигура, осанка; сымбат-ты стройный; келісті және сымбат-ты симпатичная и стройная.
13. қара черный; қап-қара черный-пречерный (для усиления признака берется первый слог прилагательного, и к нему прибавляется буква п).
14. ұзын длинный.
15. толқын волна; толқын-ды волнистый.
16. ән песня.
17. сал-у 1) класть; тамақ-қа тұз сал еду посоли (досл. в еду соль положи); 2) вспом. гл.; ән салу петь.
18. би танец; би-ле-у танцевать.
19. қысқа короткий, коротко.
20. айт-у говорить, сказать; айт-қан сказавший; қысқа айт-қан-да короче говоря.
21. сияқты похожий, похоже; ол Шакира сияқты она на Шакиру похожа; сен Шакира сияқты-сың ты на Шакиру похожа.
22. мұндай так, такой; мұндай бол-са в таком случае (досл. так если есть).
23. ойла-у думать; ойла-н-у обдумывать.
24. түс-у слезать, останавливаться; ойла-н-а түс-іп жатыр-сың? ты почему раздумываешь? (досл. почему, думая, ты останавливаешься?).
25. зеріг-у скучать; зерік-тір-у наскучить, надоесть; зерік-тір-етін жұмыс скучная работа; зерік-тір-етін іс скучное занятие.
26. бос свободный, пустой; бос-тық незанятость, безделье; қол-ың бос-тық-тан зеріг-іп жатыр-сың ты от безделья скучаешь (досл. от твоих рук незанятости ты скучаешь).
27. нәрсе что-нибудь, ничего; бір нәрсе что-нибудь.
28. шұғылдан-у заниматься.
29. керек надо; саған бір нәрсе-мен шұғылдан-у керек тебе чем-нибудь заняться надо.
30. мысал пример; мысал-ы например.
31. ыдыс-аяқ(тар) посуда.
32. жу-у мыть; ыдыс-аяқ-тар-ды жу-у керек посуду помыть надо.
33. онша не очень-то; последующее слово используется в отрицательной форме; онша ұнат-пай-мын не очень-то люблю; онша алыс емес не очень-то далеко.
34. артық лучше, лучший; ыдыс-аяқ-тар-ды жу-ған артық лучше уж посуду помыть (досл. посуду помывший лучше).

Грамматикалық шолу – Грамматический обзор 8

-ған/-ген, -қан/-кен		-атын/-етін, -йтын/-итін
көр-ген қызық (испытанное удовольствие)	істе-ген жақсы-лық (сделанное добро)	ойлан-ған қылмыс (задуманное преступление)
ойлан-ған қылмыс (задуманное преступление)	шық-қан жері (отправная точка)	түсін-бе-ген жауап (непонятный ответ)
Мен	Сен	Сіз
Ол	Біз	Сендер
Сіздер	Олар	
сөйлес-кен-ді (поговорить) оқы-ған-ды (читать) тау-ға шық-қан-ды (в горы отправляться) спорт-пен айналыс-қан-ды (спортом заниматься) музыка-ны тыңда-ған-ды (музыку слушать) дәм-ді тамақ іш-кен-ді (вкусно покушать) теледидар көр-ген-ді (телевизор смотреть) биле-ген-ді (танцевать) ән сал-ған-ды (петь) көп жұмыс істе-ген-ді (много работать) ұзақ ұйықта-ған-ды (долго спать) тамақ жаса-ған-ды (еду готовить)		жақсы көр-е-мін. жақсы көр-е-сің. жақсы көр-е-сіз. жақсы көр-е-ді. жақсы көр-е-міз. жақсы көр-е-сіңдер. жақсы көр-е-сіздер. жақсы көр-е-ді.

Иммунные разбудят внутренние силы Вашего организма



Для многих людей лёгкая простуда зачастую оборачивается многочисленными осложнениями, несмотря на то, что человеческий организм обладает мощными защитными свойствами для борьбы с инфекцией. Однако стрессы, недосыпания, бесконтрольный приём лекарственных средств (в том числе антибиотиков) и другие негативные факторы снижают активность иммунной системы. Как же повысить устойчивость организма к воздействию вирусной и бактериальной инфекции и предотвратить сопутствующие осложнения?

Многолетний опыт применения растений, подтвержденный современными научными данными, позволил казахстанской компании «Леовит» создать БАД «ИММУННЫЕ», а для детей – препарат аналогичного действия «ИММУНЧИК». Это прекрасные иммуностимулирующие средства, применяемые в составе комплексной терапии при инфекционных заболеваний дыхательных путей, а так же в качестве профилактической терапии при вторичных инфекциях (хроническом бронхите, тонзиллите, фарингите, ларингите, рините, синусите, отите и т.п.)

«ИММУННЫЕ» производятся на основе эхинацеи, солодки, родиолы розовой, корицы, имбиря, витамина Е, сульфата цинка и цветочной пыльцы.

Способ применения: по 1–3 таблетки 3 раза в день. Курс приема 30 дней. При необходимости чрез 3 недели повторить.

Форма выпуска: таблетки № 10.



ПОЧЕМУ МЫ ТАК ГОВОРИМ

А вы сегодня «в своей тарелке»?

Французское слово «*assiette*» имеет сразу несколько значений: *тарелка, настроение и состояние*. В начале XIX века один молодой человек, делая перевод французской пьески, фразу «Приятель, ты не в духе» ошибочно перевёл как «Ты не в своей тарелке».

Александр Грибоедов, бывший заядлым театралом, не мог пройти мимо столь блистательного ляпа и вложил безграмотную фразу в уста Фамусова: «Любезнейший! Ты не в своей тарелке. С дороги нужен сон».

С лёгкой руки Александра Сергеевича эта фраза обрела смысл и прижилась в русском языке в новом значении, о котором и не подозревают французы.



Жаттығулар – Упражнения 8

8.1 Ответьте на вопросы по образцу, используя Грамматический обзор 8 и глаголы в скобках:

– Сіз тау-ға шық-қан-ды жақсы көр-е-сіз бе?

– Жоқ, мен тау-ға шық-қан-ды онша ұнат-па-й-мын, мен диван-да жат-қан-ды жақсы көр-е-мін.

(Нет, я в горы ходить не очень-то люблю, я на диване лежать люблю.)

1) – Сен спорт-пен шұғылдан-ған-ды ұнат-а-сың ба?

– Жоқ, , мен (оқу).

2) – Сіз музыка-ны тыңда-ған-ды жақсы көр-е-сіз бе?

– Жоқ, , мен (ән салу).

3) – Оған тамақ жаса-ған-ды ұна-й ма?

– Жоқ, , оған (дәмді тамақ ішу).

4) – Саған көп жұмыс істе-ген-ді ұнай ма?

– Жоқ, , маған (ұзақ ұйықтау – долго спать).

8.2 Составьте как можно больше различных словосочетаний:

ұзын (длинный) қысқа (короткий)
сұлу (красивый)
ақылды (умный) сымбатты (стройный) қара (черный)
келісті (красивый, подходящий) толқынды (волнистый)
таныс (знакомый) сенімді (уверенный, надежный)
сары (русый) көк (голубой, зеленый) қызыл (красный) дәмді (вкусный) ақ (белый)

алма (яблоко) шай (чай)
сақал (борода)
қыз (девушка) әйел (женщина)
жер (место)
шаш (волосы) кеңес (совет)
ауыз (рот)
мұрын (нос) жігіт (парень) сөз (слова)
қала (город) көз (глаза)
жол (путь, дорога)

8.3 Дополните диалоги подходящими выражениями и выучите их наизусть:

1	A: Сен немен шұғылданғанды жақсы көресің? B: A: Ал кітап оқығанды ұнатасың ба? B: A: Сен қазір қалай кітапты оқып отырсың? B:	4	A: B: Спортпен және билермен. A: B: Жоқ, онша ұнатпаймын. A: B: Осы өте зеріктіретін іс еді. (Это очень скучное занятие есть).
2	A: Сіз қашан демаласыз? B: A: Сіз тым көп жұмыс істейсіз. B: A: Сіз тағы (еще) не істегенді ұнатасыз? B:	5	A: B: Жоқ. Неге мұндай сұрақ бересің? A: B: Мен емтиханға дайындаламын. A: B: Иә, өте ұнатамын.
3	A: Сен неге жемей отырсың? B: A: Саған не болды? B: A: Сен оны сүйесің бе? B:	6	A: B: Мен аш емеспін. A: B: Мен зерігіп жатырмын. A: B: Мен оқығанды ұнатпаймын.

УЛЫБНИТЕСЬ



Ставим вопрос раком

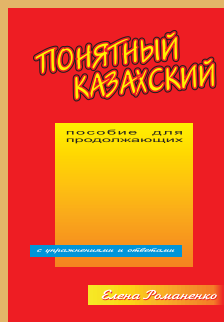
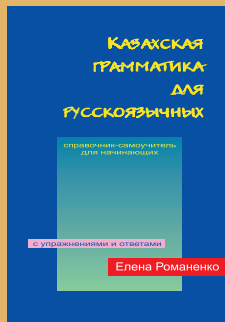
Небольшая подборочка фраз иностранцев, работающих в российских фирмах

- * Не надо валяться дураками.
- * Не надо тянуть резинку.
- * Не надо накачивать на меня бочки.
- * Я сижу на порошковой бочке.
- * Извини, не могу говорить, у нас зоопарк сегодня (запарка).
- * У меня волосы на дыбе стоят.
- * Я слышал крайним ухом.
- * Слушай, какой контракт! Они должны целовать наши попы.
- * Только давайте так, чтобы не было палки с двумя концами.
- * Ужас, сплошные нервотряпки.
- * Я, как мишка колапса, как на синей конфете (мишка косолапый).
- * Всё у вас тут закроется медным тазом.
- * Дорогой, я могу тебе заехать в любое место.
- * Я стою перед вилкой дороги и не знаю, куда ехать.
- * Знаешь, ты меня не держи как дурак, я всё это тоже понимаю.
- * Я не успеваю, потому что у меня два уха и один рот.
- * Если так, то я поставлю вопрос раком.
- * Ой, привет, рад тебя слышать, слушай, я только что вернулся из туалета, ещё вода на руке.
- * Пиши: «Благодарим и имеем честь попасть в мир Вашего зрения».
- * Что такое шалаш с мылом? (С мылым рай и в шалаше).
- * Я сижу здесь один, без друга, как старый дедушка, брошенный на танцах.
- * Пиши: «Мы сидим в полной попе и просим Вашего содействия».
- * Ты – деловой огурец.
- * Последний смех останется за нами.
- * Давай отдельно – муха-муха/котлета-котлета.
- * Он там всех знает – он там Вася-Вася.
- * Ты мне скажи, это будет «чистый» тендер или какая-нибудь маханация?
- * Странно, у нас сегодня очень большой затИх, до боли.
- * Я им прямо сейчас пишу письмо-хотелку (письмо о том, что мы заинтересованы в приобретении).

Выходит 1 раз в месяц на русском языке
Главный редактор Пилат Б. В. Выпускающий редактор Смирнова Е. А. Дизайн и вёрстка Тян К. В., отдел рекламы Баратов Э. Я.
За достоверность рекламной информации ответственность несёт рекламодатель. Мнения, высказанные в публикуемых материалах, могут не совпадать с мнением редакции. Любое использование материалов, в том числе путём перепечатки, допускается только по согласованию с редакцией.

Практика перевода 8

- 1) Ты почему не ешь?
 - 2) Я не голоден.
 - 3)
 - 4)
 - 5) Я одну девушку встретил.
 - 6) Я с ней познакомиться стесняюсь.
 - 7) Ты ее любишь?
 - 8)
 - 9)
 - 10) У нее большие черные глаза.
 - 11) У нее длинные волнистые волосы.
 - 12)
 - 13) Она на Шакиру очень похожа.
 - 14)
 - 15) Ей деньги очень нравятся.
 - 16) Мне скучно.
 - 17)
 - 18)
 - 19) Я читать не очень-то люблю.
 - 20) Уж лучше посуду помыть.
 - 21)
 - 22) Я люблю вкусно поесть.
 - 23)
 - 24) Я не люблю долго спать.
 - 25)
 - 26) Я много думать не люблю.
- Сен бақытсыз болып көрінесің.
Саған не болды?
Мен әліге дейін сенімді болмаймын.
Ол өте келісті және сымбатты қыз.
Ол ән салғанды және билегенді жақсы көреді.
Мұндай болса неге ойлана түсіп жатырсың?
Сен қолың бостықтан зерігіп жатырсың.
Саған бір нәрсемен шұғылдану керек.
Мен тауға шыққанды жақсы көремін.
Мен көп жұмыс істегенді ұнатамын.
Сен оқығанды ұнатасың ба?



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

Природа лечит ваши суставы

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

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

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

САБЕЛЬНИК обладает замечательными целебными свойствами:

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

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

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

БАД к пище. Не является лекарственным средством.



ХОЧУ ВСЁ ЗНАТЬ



ответ и подумайте, что за «фишка» скрывается в этом предложении? «The quick brown fox jumps over the lazy dog».

Для людей, незнакомых с английским языком, сообщаем, что в русском языке аналогичная фраза звучит так: «Съешь ещё этих мягких французских булок, да выпей же чаю».

Ответ

Первая фраза содержит все 26 букв латинского алфавита, применяется для проверки правописания или шрифта. Вторая фраза содержит все 33 буквы русского алфавита. Общее название таких фраз – панграмма.

Панграмма используется как правило, чтобы увидеть все буквы алфавита сразу. Для этого составляют предложение, слова которого содержат все буквы алфавита языка, на котором оно пишется. Очень часто, видя панграмму, читатель не понимает её смысла, пытаюсь уловить логику предложения. Но её может там и не быть вовсе, а, точнее, смысл заключается в том, чтобы получить представление обо всех буквах языка.

Для начала закройте листком бумаги или рукой

- * Экс-граф? Плюш изъят. Бьём чуждый цен вхош! Из журнала «Наука и жизнь»
- * Эй, жлоб! Где туз? Прячь юных съёмщиц в шкаф. По преданию, придумана профессором комбинаторики Санкт-Петербургского государственного университета.
- * – Любя, съешь щипцы, – вздохнёт мэр, – кайф жгуч.

И напоследок ещё несколько панграмм, (в них также присутствуют все 33 буквы русского алфавита, но некоторые встречаются по два и более раза).

- * Южно-эфиопский грач увёл мышь за хобот на съезд ящериц.
- * Государев указ: душегубцев да шваль всякую высечь, да калёным железом по щекам этих физиономий съездить!
- * Официально заявляю читающим: даёшь подъём операции Ы! Хуже с ёлкой Бог экспериментировать.
- * Здесь фабула объять не может всех эмоций – шепелявый скороход в юбке тащит горячий мёд.
- * Однажды съев фейхоа, я, как зацикленный, но-стальгирую всё чаще и больше по этому чуду.

СОБСТВЕННИК ТОО «ЛЕОВИТ».
Газета зарегистрирована в Министерстве культуры и информации РК. Свидетельство о постановке на учёт 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.
Петензии по качеству принимает типография.