

ЦЕНТР+

ГОРОД, 16+

ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА №35 2019 г.

WWW.GAZETASCP.RU

ПЕРСОНА

Татьяна Арнтгольц:

«У мужчины должны быть золотые руки» стр. 2

Ваш Финансовый
Помощник

15% и 16%

ДОСТОЙНАЯ ПРИБАВКА

К ПЕНСИИ

v-f-p.ru

8 (800) 707-74-99

ООО «ВФП», ИНН 7703426797, ОГРН 1177746436746. Условия по программам сбережений действительны до 31.12.2019 г.

Подробности на стр. 7

ФИНАНСЫ

**МОЖЕТ ЛИ БАНК
СПИСЫВАТЬ ДЕНЬГИ
ЗА КРЕДИТ
С ЗАРПЛАТНОЙ КАРТЫ**

СТР. 8

В НОМЕРЕ

**ПИСЬМА ЧИТАТЕЛЕЙ,
ГОРОСКОП, СКАНВОРД**

ЛОШАДИНАЯ СИЛА® – ВЫБОР ЗВЁЗД!

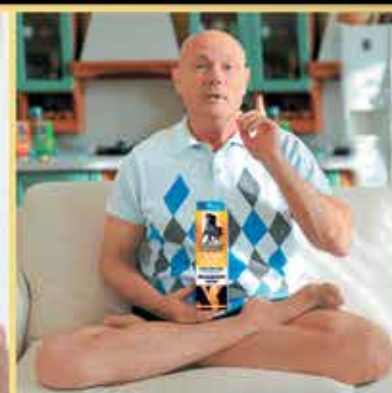


БРЕНД №1 В РОССИИ

6 ЛЕТ ЛИДИРУЕТ НА РОССИЙСКОМ РЫНКЕ
СЫРЬЕ ОТ КРУПНЕЙШИХ МИРОВЫХ ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ

Покупайте в аптеках! www.horseforce.ru

АНЯ БУЗОВА

ОЛЬГА ДАНКА
модель и телеведущаяТАТЬЯНА ВАСИЛЬЕВА
народная артистка РСФСРГЕННАДИЙ МАЛАХОВ
писатель и народный лекарьЕЛИЗАВЕТА ГОЛОВАНОВА
Мисс Россия



Татьяна Арнтгольц: «Я ценю в мужчине трудолюбие, целеустремленность и ум».

Российская актриса Татьяна Арнтгольц второй год является ведущей популярной телевизионной передачи «Жди меня», на днях она вместе с родной сестрой Ольгой вошла в состав международного жюри первого Международного театрального фестиваля романтических и фантазийных спектаклей малой формы «Башня» в ее родном Калининграде.

жизни, их перестают приглашать на съемки и забывают...

– Я как-то перестроилась. Сейчас в моей жизни все гармонично, и я совершенно не боюсь каких-то перепадов, того, что меня куда-то не позвонят, не пригласят и так далее. Я достаточно спокойно и философски отношусь к этим вещам. Я точно знаю, чего не хочу – умереть в одиночестве старой артисткой с миллионном картин и спектаклей. Я свою жизнь представляю по-другому. Мне хочется провести ее в кругу родных, близких, детей и родителей. Хочется смотреть мир, наслаждаться путешествиями,

В ДЕТСТВЕ МЫ БЫЛИ БОЛЬШЕ ПОХОЖИ ДРУГ НА ДРУГА.

– У вас не прекращаются съемки в новых фильмах и сериалах. Накапливается ли при этом усталость?

– Я жила в этом ритме последние, наверное, лет 16–17, со второго курса института. Работала без выходных, без отпусков. А сейчас мне этого уже не хочется. В жизни каждого молодого человека есть определенный период, когда он работает, словно загнанный конь. И все это для того, чтобы в какой-то момент можно было остановиться и начать наслаждаться спокойной жизнью. Возможность путешествовать, читать интересные книги, смотреть хорошие фильмы, ходить в театры, встречаться с друзьями и родителями – все это становится главнее.

– Судя по вашей фильмографии и театральным афишам, вы сыграли более 50 разноплановых, разнохарактерных ролей. Есть чувство удовлетворенности, или еще что-то не сыграно?

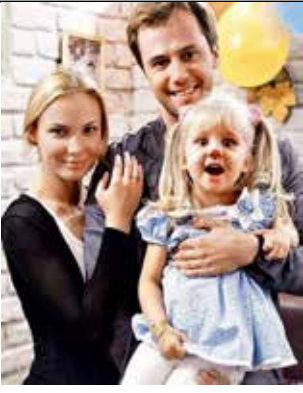
– Я, безусловно, не все сыграла. Особенно в театре. Ввиду своей ответственности я не могу, например, прийти сейчас в какой-то театр и сказать: «Я очень хочу у вас работать. Но я занята до следующего года». Мне не нравится категорически то, что сейчас предлагают в антрепризе, потому что это все, честно, такое порно, в котором мне не хочется выходить к зрителю. Бог его знает! Может, конечно, в моей жизни тоже придет период, когда мне придется просто зарабатывать деньги на жизнь и я пойду участвовать в спектакле «Продавец резинок». Может быть... Я не знаю. Никогда не говори «никогда». Все бывает. Но очень бы не хотелось.

– Если актер или актриса на некоторое время выпадают из светской

жизни, их перестают приглашать на съемки и забывают...

– Я как-то перестроилась. Сейчас в моей жизни все гармонично, и я совершенно не боюсь каких-то перепадов, того, что меня куда-то не позвонят, не пригласят и так далее. Я достаточно спокойно и философски отношусь к этим вещам. Я точно знаю, чего не хочу – умереть в одиночестве старой артисткой с миллионном картин и спектаклей. Я свою жизнь представляю по-другому. Мне хочется провести ее в кругу родных, близких, детей и родителей. Хочется смотреть мир, наслаждаться путешествиями,

– Если актер или актриса на некоторое время выпадают из светской



которые очень люблю. Все это мне интереснее, чем иллюзорная жизнь моих персонажей в кино. Быть актрисой – это простая работа. И точка.

– Вы уже много лет живете в Москве своим домом. А что для вас теперь родительский дом?

– Родительский дом... Место силы. Место, где, приезжая, всегда чувствую себя маленькой девочкой, потому что рядом надежный старший брат и самые лучшие, самые любимые мама и папа.

– Вы с Ольгой – сестры-близнецы. Как-ково это?

– Такие вопросы, как «девочки, а вы сестренки, а вы близняшки или двойняшки, а как вас зовут, а какая между вами разница?» – сопровождали нас всю жизнь. В детстве мы были больше похожи друг на друга, сейчас, мне кажется, стали меньше похожи, а может быть, и вообще не похожи. Когда Ольге плохо, мне тоже плохо.

хо. Когда мне плохо, она чувствует себя точно так же. Ближе ее, честнее и порядочнее у меня нет. Я имею в виду то, что она никогда не предаст. Мы – не артистки. Мы прежде всего – сестры.

– Хотя вас и преследуют однотипные вопросы, но все же... Кто из вас старше? Ощущается ли это в вашей жизни?

– Я на 20 минут старше Ольги. Я всегда чувствую это. И папа с мамой говорили: «Ты старше. Поэтому не должна ее обижать». Я говорила: «Оля виновата...» А папа отвечал: «Ну как она может быть виновата? Она же – маленькая, младшая». Поэтому больше ответственности чувствовала.

– Близнецам обычно всегда дарят одинаковые подарки. Вас это не обижает?

– Нас не обижает то, что нам дарят одинаковые подарки. Нам правда в детстве родители дарили одинаковые подарки, чтобы никого не обидеть... Мы привыкли...

– Хотели бы вы родить близнецов?

– Не знаю... Наверное, скорее, может быть, даже нет.

– Но почему?.. Ведь сейчас для воспитания детей созданы все условия.

– Мама мне как-то сказала: «Таня! В наше время воспитывать детей было сложно потому, что не было ничего. В наше время воспитывать детей сложно потому, что есть все».

Досье



Родилась

18 марта 1982 г. в Калининграде в семье заслуженного артиста РСФСР Альберта Арнтгольца и актрисы Валентины Галич.

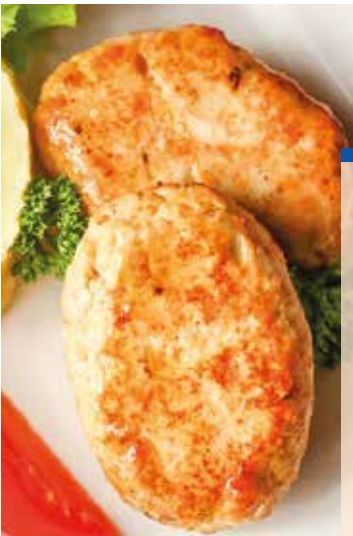


Карьера

Театральный актерский класс калининградского лицея № 49. Высшее театральное училище им. М. С. Щепкина – 2003 г. Театральное агентство «Современный театр антрепризы». Участница телевизионного шоу «Ледниковый период» 2008–2009 гг. Приз за лучшую женскую роль в категории «Театр» XIII Открытого российского фестиваля кино и театра «Амурская осень» в Благовещенске – 2015 г.

Личная жизнь

Иван Жидков – муж, актер (2008–2013 гг.). Мария Жидкова – дочь (15.09.2009 г.).



Названы опасные для здоровья куриные котлеты

Потребление

Чтобы сэкономить на кухне время и энергию, россияне стали чаще выбирать мясные охлажденные полуфабрикаты, в том числе куриные котлеты. Однако не все из них безопасны для здоровья.

Эксперты проверили охлажденные куриные котлеты торговых марок «Петелинка», «Первая свежесть», «Троекурово», «Петровские деликатесы», «МясновЪ» и «О'кей».

В ходе исследования выяснилось, что два образца не соответствуют требованиям безопасности. В продукции марок «Петровские деликатесы» и «О'кей» был выявлен высокий уровень КМАФАнМ (количество мезофильных аэробных и факультативно анаэробных микроорганизмов), он был превышен в пять раз.

При этом в «Петровских деликатесах» были обнаружены бак-

терии группы кишечной палочки, в связи с чем образцы этой марки и бренда «О'кей» сотрудники «Росконтроля» не рекомендуют к покупке.

Содержание антибиотиков, которые призваны остановить рост тестовой культуры микроорганизмов, обнаружилось в котлетах «Первая свежесть», «Троекурово», «МясновЪ» и «О'кей». А в образцах «МясновЪ» также было найдено сравнительно высокое содержание плесеней.

Самую высокую оценку получили котлеты из мяса цыплят-бройлеров «Петелинка».

В Москве при детской больнице появится авиабригада

С 1 сентября вертолет авиамедицинской бригады Центра экстренной медицинской помощи и Московского авиационного центра заступит на дежурство при детской городской клинической больнице им. З. Башляевой департамента здравоохранения Москвы.

Подчеркивается, что оперативность вылета вертолетов и быстрая доставка в больницу имеют большое значение для транспортировки детей, пострадавших из-за травм, а также при падении из окна.

Время прибытия медицинского вертолета в любую точку Москвы составляет в среднем 7–10 минут, а в

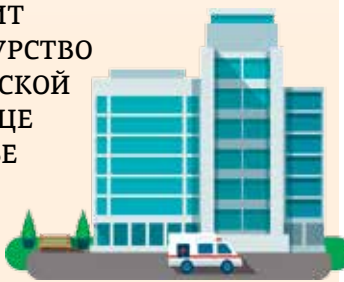
«новую» Москву – 15–20 минут. Дежурство на базе детской больницы в Тушино поможет повысить оперативность оказания экстренной помощи нашим маленьким пациентам. Это первая детская больница, где будет дежурить вертолет.

Среди взрослых стационаров круглосуточное дежурство авиамедицинских бригад организовано при городской клинической больнице им. С. Юдина на юге столицы и в больнице №15 им. О. Филатова на востоке Москвы, – сказал заместитель директора Центра экстренной медицинской помощи, главный специалист Москвы по первой помощи Сергей Гуменюк.



Общество

ВЕРТОЛЕТ АВИАМЕДИЦИНСКОЙ БРИГАДЫ ВПЕРВЫЕ ЗАСТУПИТ НА ДЕЖУРСТВО ПРИ ДЕТСКОЙ БОЛЬНИЦЕ В МОСКВЕ



Товары

Более 25 процентов питьевой воды в магазинах оказалось подделкой

Качественная питьевая вода – основа здоровья и долголетия человека. Выбрать качественную воду бывает непросто, ведь даже вода высшей категории порой не содержит всех нужных для здоровья микроэлементов.

В России вода делится на несколько категорий – первую, высшую и детскую.

Для ежедневного употребления лучше выбирать воду 1-й категории, которая должна быть проверена по 95 показателям. Ее добывают из глубоких подземных скважин, где нет продуктов жизнедеятельности человека, потому в такой воде нет и промышленных отходов. Лучше всего покупать воду высшей категории. Эта вода полезна для жизни.

Но лучшей и самой чистой водой считается вода категории «детская». В ней, к примеру, вообще не должно быть кадмия, потому что он может нанести серьезный вред детскому организму.

Приглашаем на работу в новый гипермаркет в Коммунарке



ГИПЕРМАРКЕТ

ПРИЧИНЫ РАБОТАТЬ В «ГЛОБУС»

- Стабильная зарплата и расширенный социальный пакет (обеды по льготной цене, скидка 10 % на покупки)
- Работа в крупной международной компании
- Работа для всех и каждого; обучение; карьерный рост
- Комфортные условия труда и современное оборудование

Мясной цех:

- Живовщик
- Специалист по разделке мяса
- Формовщик

Ресторан:

- Повар
- Старший повар
- Специалист по производству полуфабрикатов
- Пекарь-кондитер

Пекарня:

- Пекарь
- Кондитер

Рыбный цех:

- Специалист по разделке рыбы
- Специалист по нарезке и фасовке
- Специалист по производству полуфабрикатов

Отдел суши:

- Повар-сушист

Отдел приемки товара и складской логистики:

- Приемщик товара
- Старший смены
- Комплектовщик

Отдел сравнений цен:

- Сотрудник отдела сравнения цен

Отдел Электронной обработки данных:

- Специалист электронной обработки данных

Отдел касс:

- Кассир-специалист
- Кассир стойки информации

Отдел ревизии:

- Специалист ревизионного отдела

Отдел ночной и дневной логистики:

- Старший смены

Отдел Рекламы:

- Менеджер по рекламе

Адрес временного офиса:
ул. Адмирала Руднева, д. 20, 7 этаж
Время работы: 09:00-18:00

Звонок бесплатный
8 800 234 80 20
RABOTA.GLOBUS.RU



ПРИНИМАЕМ СБЕРЕЖЕНИЯ СО СТАВКОЙ

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЕ ВЫПЛАТЫ
КАПИТАЛИЗАЦИЯ ПРОЦЕНТОВ

АДРЕС:
м. «Цветной бульвар»,
м. «Трубная»,
ул. Садовая Самотечная, д. 4

ТЕЛЕФОНЫ:
8 (495) 139-25-67
8 (926) 982-53-97
пн-пт с 9 до 20 ч.,
сб с 10 до 18 ч.

fin-vest.ru

РЕКЛАМА

ВЕСЕМ ВКЛАДЧИКАМ CASH BACK ДО 10% СРАЗУ*

Кредитный потребительский кооператив «Финвест», № 1440 в государственном реестре ЦБ РФ, ОГРН 1195081011245, ИНН 5024193801, свидетельство СРО «ЦКО» № 216. Предложение действует только для членов Кредитного потребительского кооператива «Финвест». Вступительный взнос 100 рублей. Срок сбережения от 1 мес. до 36 мес., сумма от 30 тыс. руб. до 10 млн. руб. со ставкой от 12,75% до 13,05%. Полную информацию об условиях приема сбережений можно узнать по тел. 8 (495) 139-25-67. * Акция действует до 30.09.2019г. Подробности об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения узнавайте по телефону. Сбережения принимаются у граждан РФ с 18 лет без верхнего возрастного предела. При досрочном расторжении договора проценты выплачиваются в соответствии с ключевой ставкой ЦБ РФ на день расторжения.

БЕСПЛАТНАЯ социально-правовая поддержка граждан по г. Москве

- Помощь в составлении юридических документов
- Помощь в выписке из квартиры, без согласия
- Возврат подаренной недвижимости
- Помощь при вступлении в наследство
- Эффективное решение споров между соседями
- Бесплатный прием и консультирование дежурного юриста по всем вопросам

РЕКЛАМА ОГРН 119746014938

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ

8 (495) 128-28-85

Не забывайте, что наряду с правильным, сбалансированным питанием важны также полноценный отдых, умеренные физические нагрузки и прогулки на свежем воздухе.

ли, мед. Кроме того, для утреннего приема пищи также отлично подходят блюда из яиц, мюсли с молоком, хлеб с сыром и сливочным маслом.

ВЫБИРАЙТЕ ПРАВИЛЬНЫЕ СПОСОБЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Отдавайте предпочтение только самым правильным способам приготовления. Минимизируйте жарку и старайтесь варить, тушить, запекать. Такая еда гораздо полезнее. Кроме того, такие способы приготовления практически не вредят полезным свойствам продуктов и сохраняют в их составе все витамины.

ИСКЛЮЧИТЕ ИЗ РАЦИОНА ВРЕДНЫЕ ПРОДУКТЫ

В список запрещенных продуктов, которые не следует предлагать школьнику, входят сладкие газированные напитки, магазинные картофельные чипсы, шоколадные батончики, сосиски, сардельки, вареная колбаса, жирные сорта мяса в жареном виде. И, конечно, не следует приучать ребенка к фаст-фуду. Такая пища богата трансжирами, которые не несут никакой пользы организму.

НЕ ЗАБЫВАЙТЕ ПРО ЗАВТРАК

Завтрак пробуждает организм, запускает метаболизм и все обменные процессы, заряжает энергией и позитивом на весь день.

Для школьников не придумать лучше завтрака, чем каши. Их существует большое множество, так что экспериментируйте и добавляйте новые ингредиенты – фрукты, сухофрукты, орехи, мюс-

сами и фруктами и, конечно же, полезными крупами. Дети также нуждаются в животных и растительных жирах. Они важны для нормальной работы многих органов, а также для крепкого иммунитета и хорошей памяти. Несколько раз в неделю обязательно давайте к столу жирную рыбу, ведь в ней очень много полиненасыщенных жирных кислот омега-3.

ДОБАВЬТЕ БОЛЬШЕ БЕЛКОВ И УГЛЕВОДОВ

Обеспечьте своего школьника мясом, рыбой, молочной продукцией, орехами, цельнозерновым хлебом, ово-

жествами, клетчаткой, витаминами и минералами. Чтобы детки получали все эти ценные и важные вещества, необходимо максимально разнообразить рацион. В нем должны присутствовать абсолютно разные продукты питания – мясо, рыба, фрукты, овощи, крупы, молочная продукция, орехи.

Кроме того, ребенок должен ежедневно выпивать достаточное количество

Правила сбалансированного питания школьника

Молодому организму необходимо помогать справляться с ежедневными умственными и физическими нагрузками. И сделать это могут только родители. Самое важное – это составить грамотный рацион, богатый витаминами и минералами, которые так необходимы детям.

УСТАНОВИТЕ ЭНЕРГЕТИЧЕСКУЮ ЦЕННОСТЬ РАЦИОНА

Калорийность рациона и его энергетическая ценность крайне важны, если речь идет о питании школьника. Грамотное питание обеспечит ребенка энергией, необходимой для хорошей учебы и крепкого здоровья. Поэтому энергетическая ценность рациона должна быть адекватной. Ребенок ни в коем случае не должен потреблять мень-

ше калорий, чем он тратит в течение учебного или выходного дня. В общем, детей от 7 до 11 лет необходимо обеспечить 2350 килокалориями в сутки, а старше 11 лет – 2713 килокалориями.

ОБЕСПЕЧЬТЕ РАЗНООБРАЗНОСТЬ ПИЩЕЙ

Сбалансированное питание – это питание, в котором грамотно сочета-

ПРОСТЫЕ И ГЕНИАЛЬНЫЕ ХИТРОСТИ ДЛЯ УБОРКИ ДОМА

Поддерживать чистоту при помощи подручных средств – оказывается, это легко и быстро. Делимся оригинальными советами, как заставить свой дом блистать за рекордно короткие сроки.

Некоторые хозяйки убирают квартиру с утра до вечера, не подозревая о простых и крайне эффективных способах навести порядок. Мы расскажем вам об этих маленьких хитростях – они помогут содержать дом в чистоте без особых затрат, а также сэкономить море времени.

Невинные забавы

Если ваши дети – творческие личности и любят играть с цветными маркерами и карандашами, это может стать настоящей катастрофой для деревянных поверхностей. Но не отчаивайтесь: обычная зубная паста легко удалит разноцветные пятна, не повредив текстуру. А оттереть сделанные карандашом рисунки со стен можно влажной губкой, слегка посыпанной содой.

Чистота – залог здоровья

Разнообразные гели, муссы и лаки для волос накапливаются на зубчиках щеток и гребней, формируя неприятные образования, мешающие расчесыванию. Избавиться от них не составит труда: добавьте в теплую воду несколько капель средства для мытья посуды и хорошенько промойте расческу.

Запах свежести

Как и внутри холодильника или микроволновки, в шкафах может накапливаться неприятный запах. Чтобы избежать этого и сохранить вашу одежду, постельное белье и полотенца свежими и ароматными, сделайте простую вещь: поставьте внутрь коробочку с пищевой содой.

Жиру и пятнам – нет

Чтобы оттереть засохшие пятна жира внутри микроволновой печи, поставьте в нее стакан с водой и выведенным внутри лимоном и разогрейте до тех пор, пока стекло не запотеет. После этого пятна очистятся легко и быстро, и, кроме того, такая процедура убьет неприятный запах.



Новая мягкость

Жесткая вода – главная причина, по которой ваши полотенца становятся ворсистыми, неприятными на ощупь. Борьиться с этим можно и нужно! В таз с как можно более горячей водой влейте стакан 0,25-процентного раствора аммиака (нашатыря) и прополощите – это вернет полотенцам былую мягкость.

Просто блеск

Отмыть до блеска любую поверхность, в том числе кухонную столешницу и бытовую технику как снаружи, так и внутри, поможет простой рецепт: смешайте четыре столовые ложки пищевой соды с литром теплой воды, нанесите смесь на губку – и чудо-средство готово.



Аквачистка ковра

В процессе эксплуатации ковра и ковровые покрытия впитывают в себя пыль, грязь, твердые тяжелые частицы, от которых их избавит только тщательная уборка и качественная чистка. Также ковры имеют свойство накапливать неприятные запахи, бактерии и микробы. В результате всего этого изнашивается и стареет материал. Невозможно очистить ковер или ковровое покрытие с помощью обычного пылесоса. Таким методом вы удалите только 5–10% загрязнений с поверхности. Оставшаяся пыль и грязь постоянно лишают ваш ковер красивого вида. Вот почему необходимо как минимум 2 раза в год делать аквачистку ковров и ковровых покрытий от загрязнений и вредных микроорганизмов, после такой чистки не только улучшается внешний вид, но и значительно улучшается микроклимат в помещении, кроме того, обработка в процессе чистки специальными составами позволяет предохранить ковры от загрязнения в дальнейшем.

РЕКЛАМА

ЮЖНЫЕ ВОРОТА

торговый комплекс

Снова в школу!

Рюкзаки
Канцтовары
Школьная форма
Спортивная форма
Обувь

8 (499) 682-90-90
www.yugnie-vorota.ru
г.Москва 19 км МКАД

Аквачистка ковров

с удалением пятен и запахов!

ДО

ПОСЛЕ

ДО

ПОСЛЕ

Экологически чистые средства

Самая низкая цена в Москве и области

Доставка от 1500 руб. бесплатно!

✓ Сухая химчистка диванов на дому

✓ Стирка пледов и одеял

✓ Химчистка кресел и стульев

✓ Профессиональная чистка мягкой мебели

✓ Чистка офисной мебели

✓ Химчистка колясок и автокресел

Ковер777
Чистота - залог уюта!

kover777.ru

+7 (499) 350-90-32
+7 (916) 21-777-05

Наш адрес:
г. Москва, ул. Новослободская, дом 26, строение 1, оф. 352

Время работы:
пн-пт 9:00-19:00
суббота 9:00-17:00

Как кофе влияет на наш организм

Полезен или вреден?

Напиток, без которого многие уже не представляют своей жизни, кофе не только прочно вошел в рацион питания, но и стал неотъемлемой частью светских бесед и деловых встреч. Тем не менее время от времени можно услышать о результатах очередного исследования с новыми фактами вреда или пользы кофе.

Польза от употребления кофе

Разумное потребление кофеина не только не вредит, но и положительно отражается на работе организма.

В частности, кофе:

- способствует умственной деятельности мозга;
- тонизирует, улучшает настроение, прибавляет сил и энергии;
- устраняет головную боль, мигрень;

является антидепрессантом;

стимулирует память и является профилактикой болезней Паркинсона и Альцгеймера;

снижает вероятность получения цирроза печени, подагры, диабета, проблем с почками;

в чашке черного кофе без сахара 0 калорий.



КОФЕ ЗАНИМАЕТ ВТОРОЕ МЕСТО ПО ПРОДАВАЕМОСТИ СРЕДИ ЛЕГАЛЬНЫХ ТОВАРОВ (НА ПЕРВОМ МЕСТЕ – НЕФТЬ).

Вред от употребления кофе

✗ Зависимость

Несмотря на то, сколько чашек кофе в день вы выпиваете, возникает привыкание к определенной дозе кофе, без которой вы уже чувствуете некоторый дискомфорт. По этой причине, а также из-за чувства удовольствия, которое вызывает кофе, некоторые пытаются приписать кофе наркотические свойства. Однако выброс «гормона счастья» серотонина наблюдается и после употребления шоколада. Очевидно, что отнесение этих продуктов к наркотикам является преувеличением.

✗ Болезнь сердца

Употребление кофе часто связывают с риском развития сердечных заболеваний, в частности ишемической болезни сердца. Людям, страдающим от сердечно-сосудистых заболеваний, употреблять кофе опасно для здоровья.

✗ Повышение давления

Кофе действительно способен повысить артериальное давление, но этот эффект кратковременный. Кроме того, результаты исследований зафиксировали, что в большинстве случаев повышением давления реагируют не привыкшие к кофе люди. У тех, кто на регулярной основе употреблял кофе, повышение давления либо вовсе не наблюдалось, либо было незначительно.

✗ Обезвоживание

Одним из недостатков кофе является обезвоживание организма, при этом человек не всегда ощущает чувство жажды. Поэтому кофеманам следует контролировать количество выпиваемой жидкости и помнить о необходимости дополнительного употребления воды.

Ваш Финансовый помощник: приумножьте свои сбережения!

Вариантов инвестиций много, главное – найти для себя наиболее эффективные. Сегодня для людей пенсионного возраста финансовый супермаркет предлагает альтернативный вариант для денежных инвестиций – новую программу сбережений от ПО «Потребительское общество национального развития» (ПО «ПО-НР»). Для пожилых людей это отличная возможность дополнительного пассивного заработка.

Как известно, формула счастливого долголетия довольно сложна. В нее входит не только активный и здоровый образ жизни, но и грамотное накопление денег. Поэтому сегодня, в период экономической нестабильности, люди преклонного возраста очень бережно относятся к каждому рублю, стараясь правильно распорядиться своими сбережениями. Если и размещают сбережения, то только в надежные программы.

НОВАЯ ПРОГРАММА ПО ОСОБЫМ УСЛОВИЯМ

Выбор инструментов может быть разным и зависит от целей и сроков вложений. На сегодняшний день простой и популярный инструмент – программы сбережений. Где и как можно разместить свои сбережения с большей пользой, для того чтобы открылись реальные перспективы пополнить свой семейный бюджет?

В описании программы «Ваш Финансовый помощник» (ВФП) вам представят новую программу сбережений от Потребительского общества национального развития. Специальная программа на максимально привлекательных условиях предназначена для людей пенсионного возраста, поэтому оформить договор можно будет только при предъявлении пенсионного удостоверения. Программа «Достойная пенсия» предусматривает повышенные процентные ставки – 15% и 16%, при этом размер ставки напрямую зависит от срока размещения денежных средств. К примеру, вы можете разместить денежные средства на год под 15%, на два года – под 16% годовых.

Программа *	Ставка	Мин. сумма	Срок	Пополнение
Достойная пенсия Новинка	15%	50 000 руб.	1 год	от 50 000 руб.
Достойная пенсия Новинка	16%	50 000 руб.	2 года	от 50 000 руб.
Несгораемый %	13,8%	10 000 руб.	1 год	от 10 000 руб.
Несгораемый % Акция	14,5%	50 000 руб.	1 год	от 10 000 руб.
Максимальный %	17%	500 000 руб.	1 год	от 50 000 руб.

Минимальная сумма сбережений – 50 000 рублей, причем на период действия договора можно один раз воспользоваться расходной операцией, то есть снять деньги – не более 50% от размещенных денежных средств, не расторгая договор. Кстати, проценты по договору могут выплачиваться ежемесячно либо капитализироваться.

Конечно, пенсионеры – это особая категория граждан, поэтому и условия для них особенные! Если вы не относитесь к этой категории, не стоит расстраиваться. Вы можете воспользоваться другой программой, к примеру «Несгораемый %», и внести сбережения под 13,8% годовых. Лучше всего всю информацию о предлагаемых программах узнать в описании программы «ВФП» либо позвонить на горячую линию.

ВЕРНОЕ РЕШЕНИЕ

Отметим, что партнер компании «Ваш Финансовый помощник» – ПО «Потребительское общество национального развития» – инвестирует в заведомо прибыльные программы. Так, ПО «ПО-НР» заключило ряд договоров с крупными поставщиками овощей, фруктов и сухофруктов из Таджикистана и Казахстана в гипермаркеты Москвы и Московской области, провело полную реконструкцию базы отдыха «Эльбрус» в Красnodарском крае, открыло сеть мясо-молочных магазинов по стране, инвестирует в кооперативные рынки, и это далеко не весь список инвестиционных программ. Планов по развитию и созданию новых, дающих большую прибыль проектов много, значит, и уверенность в завтрашнем дне у людей пенсионного возраста прибавится.

Адреса офисов в Москве:

» **офис «Братиславский»:**
г. Москва, ул. Перерва, дом 39;
» **офис «Дмитровский»:**
г. Москва, ул. Бутырская, дом 86 Б;
» **офис «Савеловский»:**
г. Москва, Петровский-Разумовский пр-д, д. 24, к. 1,
8-800-707-74-99, звонок бесплатный.
v-f-r.ru



* Сбережения принимает потребительское общество «Потребительское общество национального развития» (далее – ПО «ПО-НР») через сеть офисов Общества с ограниченной ответственностью «Ваш Финансовый помощник» (далее – ООО «ВФП»). Максимальная сумма сбережения с учетом пополнений – 1 400 000 руб. по программе «Несгораемый %» (процентная ставка 13,8% годовых и 14,5% по акции «Увеличь свой доход»); 500 000 руб. по программе «Максимальный %» (процентная ставка 17% годовых) и «Достойная пенсия» (процентная ставка 15% годовых сроком размещения 1 год и 16% годовых сроком размещения 2 года). Пополнение возможно в течение всего срока действия Договора. Расходные операции по выплате части сбережения предусмотрены один раз в течение срока действия Договора по программам «Несгораемый %» и «Достойная пенсия», но не более 70% от суммы Договора по программе «Несгораемый %» и не более 50% от суммы Договора по программе «Достойная пенсия» на момент оформления расходной операции. Расходные операции по программе «Максимальный %» не предусмотрены. Проценты подлежат выплате в первый день календарного месяца, следующего за отчетным, в течение всего срока действия Договора наличными в кассе либо на карту любого банка. По программе «Достойная пенсия» предусмотрена капитализация. При досрочном расторжении Договора Пайщик обязан возместить ПО «ПО-НР» в следующем порядке: если истребуемая сумма до 50 000 руб. (включительно), то Пайщик уведомляет ПО «ПО-НР» за 7 рабочих дней; если истребуемая сумма свыше 50 000 руб., то Пайщик уведомляет ПО «ПО-НР» за 37 рабочих дней. При досрочном расторжении Договора проценты рассчитываются по ставке 0,1% годовых исходя из фактического срока займа, если денежные средства находились у Заемщика менее 90 дней по программам «Несгорае-

мый %», «Максимальный %» и «Достойная пенсия» (срок размещения 1 год). Если денежные средства находились у Заемщика более 90 дней, то проценты рассчитываются по ставке, указанной в Договоре по программе «Несгораемый %» и «Достойная пенсия» (срок размещения на 1 год) и по ставке 7,25% годовых по программе «Максимальный %». При досрочном расторжении Договора проценты рассчитываются по ставке 0,1% годовых исходя из фактического срока займа, если денежные средства находились у Заемщика менее 180 дней, и по ставке, указанной в Договоре, если денежные средства находились у Заемщика более 180 дней по программе «Достойная пенсия» (срок размещения 2 года). Предложение действует только для Пайщиков ПО «ПО-НР». Размер паевого взноса для вступления в члены ПО «ПО-НР» – 100 руб. единовременно, 1000 руб. – ежегодный минимальный паевой взнос в течение всего срока действия Договора. Обслуживание Пайщиков ПО «ПО-НР» (http://v-f-r.ru) обеспечивает ООО «ВФП» (https://v-f-r.ru) на основании Договора оказания услуг, заключенного между ПО «ПО-НР» и ООО «ВФП». Деятельность ПО «ПО-НР» регулируется Законом РФ от 10.06.1992 №5085-1 «О потребительской кооперации (потребительских обществах, их союзах) в Российской Федерации». Финансовые риски ПО «ПО-НР» застрахованы в ООО СК «Орибита», лицензия СИ № 0326 от 26.02.2018 г., договор № ФР-19/433020-06/03.04.2019 г. Программа партнера ПО «ПО-НР», ИНН 7704/432503, ОГРН 1187746258239, ООО «ВФП», ИНН 7703426797, ОГРН 1177746436746. Условия по программам сбережений действительны до 31.12.2019 г. Условия акций действительны до 31.10.2019 г. Подробнее об услугах и условиях их получения, информации об организаторе акции, правилах ее проведения, по тел.: 8-800 707 74 99, звонок бесплатный. Реклама.

РАЗВИТИЕ
финансовая группа
www.finrazvitie.com

СБЕРЕЖЕНИЯ ЗАСТРАХОВАНЫ
накредитованное
потребительское
общество взаимного
страхования

13,05%

КАПИТАЛИЗАЦИЯ
СБЕРЕЖЕНИЙ

8(495)225-85-23
8(499)753-53-77

м. Белорусская, 4-й Лесной пер., 4

КПК «Финансовая Группа РАЗВИТИЕ» привлекает денежные средства от своих клиентов на основании договора поручения на оказание услуг по привлечению денежных средств. Кредитный потребительский кооператив «Финансовая Группа РАЗВИТИЕ», ИНН 9710013106, ОГРН 1167746557901, Член СРО «СОДЕЙСТВИЕ» (Свидетельство №458 от 04.03.2019г.). Сбережения принимаются в сумме от 50 000 руб. до 5 000 000 руб., сроком от 3 мес. до 2 лет. Процентная ставка зависит от срока размещения, подробности по телефону (495) 225-85-23. Вступительный взнос – 2000 руб. Подробную информацию можно узнать на www.finrazvitie.com и по телефону: (495) 2285823. Часы работы по понедельникам-пятницам с 10:00 до 18:00 РЕКЛАМА

«ВИТА» Центр Психологии из СПб.

Достаточно всего одного сеанса, чтобы переключить организм в режим естественного похудения, похудеть до нужного Вам веса и сохранить достигнутый результат. И это без изнуряющих тренировок и голодовок; напротив, при регулярном питании и соблюдении несложных правил здорового образа жизни! Автор концепции – известный петербургский врач Сергей Петрович СЕМЕНОВ.

ЛИШНИЙ ВЕС
(пенсиям льгота 50%)

пристрастие К СПИРТНОМУ

mcvita.ru
vita-ap.ru

Seansы проводит С.П.Семёнов

30-летний опыт успешной работы

1 всего сеанс

(495) 211-40-66

Круизный флот РУСЬ

г. МОСКВА, м. «КИТАЙ-ГОРОД», ул. Маросейка, 9/2, стр. 1;
м. «БЕЛЫЕВ»», ул. Профсоюзная 93а, оф. 9; 8(499)705-68-28;
8-800-100-81-75 доб. 382, 361; «РОДНАЯ РУСЬ» и «РУСЬ ВЕЛИКАЯ»
www.flotrusich.ru

09.09.2019-20.09.2019
от 49 245 р.

«О ДИВНЫЙ ОСТРОВ ВАЛААМ» МОСКВА-УТЛИЧ-ПЕТРОВЗОВДСК-КИЖИ-ВАЛААМ-САНКТ-ПЕТЕРБУРГ-СТАРЛА ЛАДОГА-СВИРСТРОЙ-МЫШКИН-МОСКВА

21.09.2019-30.09.2019
от 23 490 р.

«АЙ ДА КАЗАНЧКА» МОСКВА-КАЛАЗИН-УТЛИЧ-ЯРОСЛАВЛЬ-Н. НОВГОРОД-КАЗАНЬ-ЧЕБОКСАРЫ-ЧКАЛОВСК-ПЕС-КОСТРОМА-МОСКВА

30.12.2019-06.01.2020
от 42 990 р.

«КАЛИНИНГРАДСКИЙ НОВЫЙ ГОД» МОСКВА (Ж/Д или АВИА)-КАЛИНИНГРАД-БАЛТИЙСК (КРЕПОСТЬ ПИЛЛУ)-ПОС. ЯНТАРНЫЙ (ЯНТАРНЫЙ КОМБИНАТ)-ПОС. ПРИОЗЕРЬЕ-ПОС. ЛЕСНОЕ (КОРШКА КОСА-ДИОНА ЭФ)-ПОС. РЫБАЧИЙ-МОСКВА

29.04.2020-22.05.2020
от 91 200 р.

«КАЛЮЖНЫЙ БЕРЕГ КРЫМА» МОСКВА-УТЛИЧ-КОСТРОМА-Н. НОВГОРОД-КАЗАНЬ-САМАРА-СТАРОЧЕРКАССКАЯ (ТУР ПО КРЫМУ: КЕРЧЬ, ЯЛТА, СЕВАСТОПОЛЬ)-РОСТОВ-НА-ДОНУ-ВОЛГОГРАД-САРАТОВ-ЧЕБОКСАРЫ-ЯРОСЛАВЛЬ-МОСКВА

12.05.2020-22.05.2020
от 41 300 р.

«В ПРЕКРАСНОЕ ДАЛЕКО» МОСКВА (Ж/Д)-ВОРОНЕЖ-РАМОНЬ-ПАВЛОВСК-СТАРОЧЕРКАССКАЯ (6990 р.)-РОСТОВ-НА-ДОНУ-ВОЛГОГРАД-САРАТОВ-ЧЕБОКСАРЫ-ЯРОСЛАВЛЬ-МОСКВА

12.05.2020-26.05.2020
от 40 200 р.

«БЕЛАЯ РЕКА - ПЛАНЕТА АРКАИМ» МОСКВА-УТЛИЧ-ЯРОСЛАВЛЬ-СВИЯЖСК-КАЗАНЬ-река БЕЛАЯ-АГИДЕЛЬ (3 ДНЯ: УФА-МАГНИТОГОРСКИЙ-АРКАИМ-ПАРК «АТАМ»)-ЧЕБОКСАРЫ-Н. НОВГОРОД (ДИВЕЕВО)-ЧКАЛОВСК-КАЛАЗИН-МОСКВА

23.05.2020-11.06.2020
от 93 000 р.

«КОМУ-ТО АРХАНГЕЛЬСК И ПИТЕРА НОЧЬ» МОСКВА-УТЛИЧ-СТАРЛА ЛАДОГА (В. НОВГОРОД)-О. ВАЛААМ-СОРТАВАЛА («РУСКЕЛАА»-Г. ЙОЗНСУ, ФИНЛЯНДИЯ)-О. КОНЕВЕЦ-САНКТ-ПЕТЕРБУРГ-КРЕПОСТЬ ОРЕШЕК-СВИРСТРОЙ-ПЕТРОВЗОВДСК (ВОТТОВААРА)-КИЖИ-СОСНОВЕЦ (О. СОЛОВКИ (2 ДНЯ))-АРХАНГЕЛЬСК (2 ДНЯ)-ПОВЕНЕЦ-МОСКВА

12.06.2020-18.06.2020

«ФИНСКИЙ ВАЛААМ» МОСКВА-УТЛИЧ-КУЗИНО-О. ВАЛААМ-СОРТАВАЛА («РУСКЕЛАА-Г. ЙОЗНСУ, ФИНЛЯНДИЯ)-О. КОНЕВЕЦ-САНКТ-ПЕТЕРБУРГ - от 30 400 р.

18.06.2020-27.06.2020
от 48 500 р.

«АРХАНГЕЛЬСКИЙ ЭКСПРЕСС» САНКТ-ПЕТЕРБУРГ-КРЕПОСТЬ ОРЕШЕК-СВИРСТРОЙ (ВОТТОВААРА)-КИЖИ-БЕЛОМОРСК-О. СОЛОВКИ-АРХАНГЕЛЬСК-ПОВЕНЕЦ (ВУЛКАН ТИРВАС)-МАНДРОГИ-САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

18.06.2020-27.06.2020
от 48 500 р.

«АРХАНГЕЛЬСКИЙ ЭКСПРЕСС» САНКТ-ПЕТЕРБУРГ-КРЕПОСТЬ ОРЕШЕК-СВИРСТРОЙ (ВОТТОВААРА)-БЕЛОМОРСК-АРХАНГЕЛЬСК (2 ДНЯ)-ПОВЕНЕЦ (ВУЛКАН ТИРВАС)-МАНДРОГИ-САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

09.07.2020-20.07.2020
от 55 800 р.

«НА БЕЛОЕ МОРЕ К ДИВНЫМ ОСТРОВАМ» САНКТ-ПЕТЕРБУРГ-КРЕПОСТЬ ОРЕШЕК-КИЖИ-СОСНОВЕЦ-О. СОЛОВКИ (3 ДНЯ)-ПОВЕНЕЦ (ВОТТОВААРА)-СТАРЛА ЛАДОГА (В. НОВГОРОД)-САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

20.07.2020-01.08.2020
от 60 450 р.

«АРХАНГЕЛЬСКИЙ КРАЙ» САНКТ-ПЕТЕРБУРГ-КРЕПОСТЬ ОРЕШЕК-КИЖИ-БЕЛОМОРСК-О. СОЛОВКИ (2 ДНЯ)-АРХАНГЕЛЬСК (2 ДНЯ СЕВЕРОВДВИНСК)-ПОВЕНЕЦ (ВОТТОВААРА)-О. ВАЛААМ-КОНЕВЕЦ-САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

01.08.2020-15.08.2020
от 69 750 р.

«АРХАНГЕЛЬСК - МОРСКИЕ ВОРОТА АРКТИКИ» САНКТ-ПЕТЕРБУРГ-КРЕПОСТЬ ОРЕШЕК-СТАРЛА ЛАДОГА-КИЖИ-О. СОЛОВКИ (2 ДНЯ)-АРХАНГЕЛЬСК (2 ДНЯ СЕВЕРОВДВИНСК)-О. КИЖИ-ПОВЕНЕЦ (ВОТТОВААРА)-ПОС. НЕФТЕБАЗА (КАРГОПОЛЬ)-МЫШКИН-МОСКВА

12.09.2020-21.09.2020
от 48 900 р.

«К КРЫМСКИМ БЕРЕГАМ» МОСКВА-ЯРОСЛАВЛЬ-КОСТРОМА-Н. НОВГОРОД-КАЗАНЬ-САМАРА-ВОЛГОГРАД-СТАРОЧЕРКАССКАЯ (ТУР ПО КРЫМУ: КЕРЧЬ, ЯЛТА, СЕВАСТОПОЛЬ)

22.09.2020-10.10.2020
от 66 000 р.

«ГДЕ ВЕРШИ СТРОИЛ РУССКИЙ ЦАРЬ» МОСКВА (Ж/Д)-ВОРОНЕЖ-РАМОНЬ-ПАВЛОВСК-СТАРОЧЕРКАССКАЯ (6990 р.) - «УЕЗДЫ ПЕРМСКОГО ГУБЕРНИИ» СТАРОЧЕРКАССКАЯ-РОМАНОВСКАЯ-ВОЛГОГРАД-САРАТОВ-САМАРА-ЕЛАБУГА-ЧАЙКОВСКИЙ-ПЕРЬ (ПАНИА ЯМА, НЕВЬЯНСК, НИЖНИЙ ТАГUIL, ВЕРХОТУРЬЕ)-БЕРЕЗНИКИ (2 ДНЯ: СОЛИКАМСК, НЫРОБ)-КАЗАНЬ-ЧЕБОКСАРЫ-Н. НОВГОРОД-ЯРОСЛАВЛЬ-МОСКВА

РАНЕЕ БРОНИРОВАНИЕ НА 2020 г. - СКИДКИ 18%

Белый медведь
ТОМАТОЛОГИЯ

СОВРЕМЕННАЯ СТОМАТОЛОГИЯ МОЖЕТ БЫТЬ ДОСТУПНОЙ. ПРИХОДИТЕ И УБЕДИТЕСЬ!

Цены для предъявителя купона:

- ✓ **консультация ВРАЧА БЕСПЛАТНО!**
- ✓ **Лечение кариеса «под ключ» – 2 900 руб.**
- ✓ **Металлокерамическая коронка – 3 900 руб.!!!**
- ✓ **Цермикоциркониевая коронка – 9 900 руб.**
- ✓ **Полный съемный акриловый протез «под ключ» – 12 000 руб.**
- ✓ **СУПЕРАКЦИЯ! Бюгельный протез «под ключ» – 24 100 руб.**
- ✓ **Установка имплантата Alpha Bio (Израиль) «под ключ» – 16 000 руб.**
- ✓ **Удаление твердых зубных отложений ультразвуком (2 челюсти) – 1 500 руб.**

ЛЕТНЯЯ АКЦИЯ

ВНИМАНИЕ!!!

АКЦИЯ ПРОДЛЕНА ДО 20 СЕНТЯБРЯ!

Предъявителю СКИДКА:

10%

на лечение на ортопедию

На все виды работ предоставляется ГАРАНТИЯ

8 (495) 286-7440

8 (495) 778-7200

м. «Лермонтовский проспект», Октябрьский проспект, д.1, корп.1 (200 м от метро)

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ

www.medvedent.ru
000 «Белый медведь», Лич. ПО-50-01-008510

Банк списал деньги с зарплатной карты – законно ли?

При возникновении просрочек по займу сразу же возникает вопрос: «А может ли банк списать с зарплатной карточки долги по кредитам?». Ведь тогда заемщик сразу же лишается средств к существованию. Но финансовые эксперты уверяют, что полное списание зарплаты – незаконно.

В КАКИХ СЛУЧАЯХ ВОЗМОЖНО СПИСАНИЕ СРЕДСТВ С ЗАРПЛАТНОЙ КАРТЫ?

Заемщик, который из-за финансовых трудностей не может регулярно погашать ежемесячные кредитные платежи, может заметить списание средств с дебетовой зарплатной карты. Это возможно, если:

- зарплатная карта и сам кредит оформлены в одном банке. Например, существуют зарплатные карты, эти же банки выдают кредиты населению. При этом есть пункт в кредитном договоре, предусматривающий списание

средств с дебетовой карточки в счет уплаты кредитного долга;

- банк для взыскания с заемщика долга обратился в суд, и постановлением судьи разрешено списывать средства с карты клиента.

КАКИЕ ДЕНЬГИ НЕ ПОДЛЕЖАТ СПИСАНИЮ?

Не все заемщики знают, что даже по решению суда не могут списываться:

- больше 50% от суммы, зачисляемой на счет зарплаты (это предусмотрено ст. 99 Закона об исполнительном производстве);

- любые социальные выплаты – детские пособия, материнский капитал, алименты.

Проблема в том, что деньги могут зачисляться на один и тот же счет.

И в банке могут не интересоваться происхождением денег, а просто списывать их в счет погашения долга.

В таком случае необходимо написать письменное заявление в банк с требованием прекратить списание социальных выплат, а также обратиться в прокуратуру – специалисты надзорного органа проведут проверку и удостоверятся в соблюдении закона.

Если деньги по-прежнему арестованы незаконно, вам

нужно сделать следующее: прийти в отделение банка, где вы обслуживаетесь, и взять выписку по своему счету.

С ней обратиться к судебному приставу, он сделает распоряжение о том, чтобы субсидии и «детские» деньги были возвращены вам.

БАНК НЕ ВПРАВЕ САМОСТОЯТЕЛЬНО СПИСЫВАТЬ ДОЛГИ ПО КРЕДИТУ

ЧТО ПРЕДПРИНЯТЬ В СЛУЧАЕ СПИСАНИЙ?

Очень часто заемщики не читают полный экземпляр кредитного договора, а потому списание зарплаты становится полной

Разумнее всего не судиться с банком, а постараться договориться с ним. По крайней мере, всегда есть шанс уменьшить сумму списания средств.

неожиданностью. Что можно сделать, чтобы не лишиться своего дохода?

- Договориться в банке о реструктуризации задолженности, что позволит снизить ежемесячный платеж. В таком случае на погашение займа будет уходить не 50% зарплаты, а 20–30% от дохода. Но выплачивать кредит тогда предстоит дольше;

- можно написать заявление на имя руководителя или главного бухгалтера предприятия с просьбой о выдаче зарплаты на руки;

- можно также обратиться в суд, чтобы попытаться воспрепятствовать списанию денег с зарплаты.



СПРАШИВАЛИ? ОТВЕЧАЕМ!

ВОПРОС – ОТВЕТ

Я ОЧЕНЬ ЛЮБЛЮ ЗАНИМАТЬСЯ С ЖИВНОСТЬЮ, ХОТЬ И ГОРОДСКОЙ ЖИТЕЛЬ, И ПОТОМУ ПОСТОЯННО ЖИВУ В ДЕРЕВНЕ, ПОСЕЩАЯ СТОЛИЦУ НАЕЗДАМИ. ОТ ТАКИХ ЖЕ, КАК Я, ЛЮБИТЕЛЕЙ УСЛЫШАЛ, ЧТО КОГДА-ТО С ВИВАТОНОМ ЭКСПЕРИМЕНТИРОВАЛИ В СЕЛЬСКОМ ХОЗЯЙСТВЕ. ЭТО ПРАВДА? И КАКОВЫ РЕЗУЛЬТАТЫ?



Александр Чечкин, 61 год

Виватон в сельском хозяйстве Татарстана, например, давно уже используется и дает очень хорошие результаты, хотя эксперименты еще проводятся. Например, «по благословению матушки игуменьи Феодилы», – цитирую протокол об одном результате, – локальное производственное испытание препаратов серии «Виватон» проводилось на 150 курах-несушках, цыплятах от трех кур-наседок, на трех индоутках, двадцати цесарках, паре павлинов, фазане со сломанным крылом (многие птицы заболели (задохались)), на четырех дойных коровах, трех нетелях и четырех телятах, пяти свиноматках, двух хрюках, двадцати боровых, девяти цыплятах, восьми овцах, двух баранах подсобного хозяйства Казанского женского монастыря Тверской и Кашинской епархии РПЦ МП и подворья «Глебова Богоявленская женская пустынь», которым один раз утром в корм подмешивалось от 10–15% не полностью выветренного от нашатыря жома «Виватон», а в воду для питья на целый день добавлялось 10% выветренного от нашатыря натурального экстракта «Виватон» по авторским методическим рекомендациям академика, генерального директора научно-производственного объединения «Виватон» А. М. Савёлова». Начался этот эксперимент в декабре прошлого года, а в конце февраля уже подвели его итоги: куры-несушки стали нестись до двух раз в день, яйца стали более крупными и прият-

ные на вкус, три курицы-наседки вывели на 30% больше цыплят – 100% от насиживаемых яиц. Падежа цыплят не случилось. Все козы стали давать примерно на 25% больше вкусного молока, дойные коровы – на 20%, не болеют маститом. Это далеко не полный список всех результатов, зафиксированных в соответствующем протоколе.

ПРОШЛОЙ ЗИМОЙ К КОНЦУ ДНЯ НАЧАЛИ ПОВАЛИВАТЬ ИКРЫ НОГ, А ЛЕТОМ ЭТИ БОЛИ СТАЛИ ПОЯВЛЯТЬСЯ ВСЕ ЧАЩЕ, НЕ РЕДКО НОГИ ЕЩЕ И НЕМНОГО ОПУХАЛИ. ИЗ-ЗА ЧЕГО ЭТО ПРОИСХОДИТ, И КАК С ЭТИМ БОРЬТЬСЯ?



Елена Пигулевская, 47 лет

Боли в ногах – первые предвестники варикозного расширения вен. Обувь на каблуках, шпильки туфель, особенно при длительном ношении, только усугубляют ситуацию. Соответственно, советую не злоупотреблять каблуками и использовать гель для ног «Виватон», чтобы снять отеки и состояние перегрева. Кроме того, рекомендую приобрести и употреблять желе с пектином. Гель наносится на стопы, сильно проминая кожу и мышцы, поднимаясь от стопы до коленей и выше, обрабатывается каждый палец. Используется при этом препарат в большом количестве, вплоть до половины тюбика. Людям с серьезными проблемами со здоровьем рекомендую наносить средство для пробы в малом количестве, постепенно увеличивая его использование. Страдающим аллергией и сахарным диабетом применять гель можно только после консультации со специалистом в нашем центре по адресу: Пречистенский переулок, 12 во все дни недели с 9:00 до 21:00, записавшись на консультацию по телефону 8 (495) 691-5555. Присылайте мне вопросы о том, как улучшить свое здоровье или здоровье близких, на электронный адрес: info@gazetacp.ru.

На вопросы читателей о своих секретах долголетия отвечает действительный член семи академий, генеральный директор объединения «Виватон», автор уникальной методики комплексного подхода к процессу оздоровления организма человека и всего живого в целом Александр Савёлов-Дерябин.

На правах рекламы

ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ: КАК С НИМИ БОРотьСЯ!

Во-первых, не ешьте лекарства горстями! У всех лекарств есть побочные действия, и нередко мы лечим одно, а страдаем другое. От антибиотиков – микрофлора, от обезболивающих – печень и так далее.

Препарат «ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА» получают из морской травы, выращенной в экологически чистых акваториях Японского моря. Там ее предварительно сушат и отправляют в Санкт-Петербург на основное производство. При этом ее не обрабатывают ни химически, ни термически. Затем на разработанном и произведенном в России оборудовании ее еще больше сушат без какой-либо химии, в том числе ультразвуком до порошкообразного состояния и расфасовывают. Получается экологически чистый природный сорбент без какой-либо химии.

Порошок «ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА» весьма напоминает некогда распространенные в России сухие соки и напитки, напоминавшие сиропом «Просто добавь воды!». Он так же хорошо и быстро растворяется в горячей воде, имеет вкус натурального разведенного яблочного сока, а потому приятен и полезен детям и взрослым.

Порошок «ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА» выпускается с обозначением 30% и 60%. Это не значит, что первый хуже второго. Цифра показывает процент содержания

фракций, от которых зависит сорбционная активность в крови. Компоненты порошка действуют и в пищеварительном тракте, и проникают в кровь. Ни один сорбент не обладает такими качествами. При этом «ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА» не разрушается ферментами благодаря уникальному сахару – апиозе. А пектин в его составе образует гель, который на слизистой связывает и обволакивает все яды. Поэтому базовый «Зостерин-Ультра» 30% снимает прямо со слизи-

стых и выводит наружу токсичные вещества, пищевые аллергены, продукты жизнедеятельности микробов, продукты воспаления, быстро улучшая общее состояние. То есть он работает по большей части в пищеварительном тракте, а в крови – только на 30%. «ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА» 60%, помимо работы в пищеварительном тракте, способен выводить яды из крови. Поэтому он больше полезен при обострениях аллергий, острой интоксикации или отравлении.

ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖКТ

Симптомы:
отрыжка, вздутие живота, тошнота, рвота, тяжесть в желудке, понос.



ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА СОРБЕНТ

- Способствует нормализации стула.
- Нейтрализует раздражающие компоненты желчи, избавляя от изжоги и отрыжки.
- Выводит токсины из ЖКТ и крови.
- Защищает слизистую желудка, убирая жжение и тяжесть

www.zosterin-ultra.ru
Спрашивайте в аптеках!



Реклама.

ВАМ ПОЧКИ ИЛИ ПЕЧЕНЬ?

Вы когда-нибудь держали на ладошке сразу три лечебные таблетки? А пять?

А теперь представьте, что в вашей руке лежат печень, почки, сердце – органы, на которые эти таблетки оказывают побочное действие.

Захотите ли вы в таком случае выпить хотя бы одну?

И действительно, мы часто сталкиваемся с тем, что, пытаясь помочь, например, желудку, мы наносим вред почкам или печени.

А что делать, если помогать нужно и желудку, и печени, и всему организму в целом?

«ЗОСТЕРИН-УЛЬТРА» – препарат комплексного действия.

Помогает при аллергии, гастрите, интоксикации, очищении крови.

Натуральный, безопасный, для всей семьи!

«Зостерин-Ультра» – в помощь организму!

www.zosterin-ultra.ru

8 (812) 495-68-22

8 (911) 925-67-47

ФЕДЕРАЛЬНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ СЛУЖБА

- Спишем ваши кредиты и долги
- Уменьшим платежи по кредитам
- Спишем долг по закону 127-ФЗ
- Проведем реструктуризацию долга
- Объединим кредиты в один
- Сохраним ваше имущество
- Решим проблемы с коллекторами и звонками служб взыскания
- Взыщем долги в вашу пользу по вкладам

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

ОПЫТНЫЕ ЮРИСТЫ И АДВОКАТЫ

ВСЕ ОТРАСЛИ ПРАВА

РЕАЛЬНАЯ ПОМОЩЬ!

8 (495) 215-17-77

www.2151777.ru

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.



Вдоль Яузы создадут парк длиной 30 км

Власти планируют создать здесь единое рекреационное пространство с различной инфраструктурой – экотропами, пешеходными мостами через речку, местами для отдыха, а также детскими и спортивными площадками. В ходе работ будет максимально сохранена природная среда, а также проведено дополнительное озеленение с учетом местной флоры. Проектом благоустройства предусмотрено развитие не-

ТЕРРИТОРИЮ
ВДОЛЬ ЯУЗЫ НА СЕВЕРО-
ВОСТОКЕ ПЛАНИРУЕТСЯ
БЛАГОУСТРОИТЬ –
ЗДЕСЬ ПОЯВИТСЯ
НОВЫЙ ПАРК.

скольких крупных рекреационных зон у реки. Большая зона отдыха появится рядом с

метро «Медведково» на месте недостроенного горнолыжного комплекса. Здесь создадут спортивную зону со стадионами, тренажерами и другой необходимой инфраструктурой. Рядом с Певческим полем появятся сцена и амфитеатр, новые скамейки, экотропа и смотровые площадки на холмах. Дорожки вдоль реки отремонтируют, вдоль них установят новые скамейки и освещение.

Бассейны с подогревом установят на набережной Северного речного вокзала

Новое общественное пространство будет расположено в южной части набережной. Также здесь обустроят павильон, в котором разместят душевые кабины, раздевалки с сейфовыми ячейками, санузел, зону выдачи полотенец и кассовый блок. Помимо бассейнов, на набережной появятся спасательная станция у воды, кафе и танцевальная площадка с диджейским пультом. Набережная и площадь у вокзала будут выполнены в едином стиле. Основная тема концепции – река. Для отделки планируется использовать натуральные материалы и цвета – белый, серый и бежевый. Летом остекление павильонов будет складываться в гармошку, образуя общее пространство.

НОВОЕ ПРОСТРАНСТВО
РАССЧИТАНО
НА 200 ЧЕЛОВЕК
И РАЗМЕСТИТСЯ В ЮЖНОЙ
ЧАСТИ НАБЕРЕЖНОЙ.



Самый привлекательный район Москвы нашли за МКАД

Первое место в рейтинге районов Москвы, где чаще всего ищут варианты жилья, заняла Некрасовка. На втором месте Пресненский район, далее следуют Марьино, Южное Бутово и Выхино-Жулебино. В рейтинге районов для фактического проживания первое место занял район Марьино, на втором месте Некрасовка, далее Южное Бутово, Выхино-Жулебино и Гольяново. Самыми дорогими районами Москвы эксперты назвали районы Якиманка, Хамовники, Арбат, Замоскворечье и Тверской. Средняя цена квадратного метра в этих районах колеблется от 416 до 525 тысяч рублей.



BARKLI
МЕДОВАЯ ДОЛИНА
МАЛЕНЬКАЯ, ЗАТО СВОЯ
495 021-89-91
Новая Москва, Крёкшино
ОТ **2,6** МЛН Р
СТУДИЯ

КВАРТИРЫ В МОСКВЕ
ОТ **4,5** МЛН РУБ.
495 **241 92 90**
А101
Застройщик ООО «А101». Предложение ограничено. Проектные декларации на сайте a101.ru

ПРИГЛАШЕНИЕ
НЕДВИЖИМОСТЬ 2019
ОТ ЛИДЕРОВ 26 – 29 СЕНТЯБРЯ
ГОСТИНЫЙ ДВОР
Москва, ул. Ильинка, 4
Время работы | чт-сб 11:00 - 19:00
вс 11:00 - 18:00
ЯРМАРКА ЖИЛОЙ НЕДВИЖИМОСТИ
КЛЮЧЕВОЙ ПАРТНЕР РГ-DEVELOPMENT
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ПАРТНЕР ФОРУМА Группа Эталон
ОФИЦИАЛЬНЫЙ ПАРТНЕР ФОРУМА Л С Р 25 ЛЕТ
Акции и скидки до 20%
Бесплатные консультации
Ипотека от всех банков
Оценка недвижимости
#недвижимостьотлидеров
www.exporealty.ru
Приглашение действительно на 1 лицо. Дает право бесплатного входа во время работы выставки

ЛУЧИ ЖИЛОЙ КОМПЛЕКС
НОВЫЙ КОРПУС
КВАРТИРЫ С ОТДЕЛКОЙ
2-комнатные от **7,9** млн Р*
Жилой комплекс «Лучи» располагается в трёх минутах ходьбы от станции метро «Солнцево» в окружении 4-х парков. Здесь есть всё необходимое для комфортной жизни: кафе и пекарни, супермаркеты и магазины, салоны красоты, детские сады и школы. Закрытые безопасные дворы, игровые и спортивные площадки, корты для футбола, баскетбола и волейбола — здесь создано всё для активного и счастливого детства. Жилой комплекс «Лучи» идеально подходит для семей с детьми любого возраста, ведь здесь имеются все условия для их гармоничного и безопасного развития, и каждый ребёнок найдёт для себя интересное занятие.
300 м до метро «Солнцево»
Благоустроенные дворы: детские игровые и спортивные площадки
Подземная парковка и кладовые помещения
4 парка рядом
2 школы и 4 детских сада
Квартиры с отделкой
luchi.moscow
+7(495) 181-43-02
ЗАСТРОЙЩИК АО «ЛСР. НЕДВИЖИМОСТЬ-М». ПРОЕКТНАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ НА САЙТЕ НАШДОМ.РФ. *НАЧАЛЬНАЯ ЦЕНА НА КВАРТИРЫ (ЖИЛЫЕ ПОМЕЩЕНИЯ – ОБЪЕКТ ДОЛЕВОГО СТРОИТЕЛЬСТВА). КОЛИЧЕСТВО КВАРТИР ОГРАНИЧЕНО И МОЖЕТ БЫТЬ ИСЧЕРПАНО ДО МОМЕНТА ОКОНЧАНИЯ ДЕЙСТВИЯ ПРЕДЛОЖЕНИЯ. ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЕЙСТВУЕТ С 01 ПО 30 СЕНТЯБРЯ 2019Г. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ПУБЛИЧНОЙ ОБЕРТОЙ.

(495) 181-11-64 самолет
самолет DEVELOPMENT
СПУТНИК
м. «Строгино»**
КВАРТАЛ С ОТДЕЛКОЙ
ОТ **28** МЛН Р
ЦЕНЫ ДЕЙСТВУЮТ С 1 ПО 30 СЕНТЯБРЯ 2019 ГОДА. ПРОЕКТНАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ НА САЙТЕ SPUTNIKSTY.RU. ЗАСТРОЙЩИК ООО «БУХТА ЛЭНД». *АПАРТАМЕНТЫ. **МЕТРО «СТРОГИНО» – БЛИЖАЙШАЯ СТАНЦИЯ МЕТРО К РЕКЛАМИРУЕМОМУ ОБЪЕКТУ. ЦЕНЫ В РУБЛЯХ

(495) 324-44-12 самолет
самолет DEVELOPMENT
ТОМИЛИНО
м. «Котельники»*
КВАРТИРЫ С ОТДЕЛКОЙ
ОТ **22** МЛН Р
ЦЕНЫ ДЕЙСТВУЮТ С 1 ПО 30 СЕНТЯБРЯ 2019 ГОДА. ПОДРОБНОСТИ И ПРОЕКТНАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ НА САЙТЕ TOMILINOSAMOLET.RU. ЗАСТРОЙЩИК ООО «САМОЛЕТ – ТОМИЛИНО». *СТАНЦИЯ МЕТРО «КОТЕЛЬНИКИ» – БЛИЖАЙШАЯ СТАНЦИЯ МЕТРО К РЕКЛАМИРУЕМОМУ ОБЪЕКТУ. ЦЕНЫ В РУБЛЯХ

МЕЛОДИЯ ЛЕСА

РЕКЛАМА

жилой комплекс построен

ФРЕШ ЦЕНА

на евроТРЕШКИ 66 м²

3,9

млн руб.

2 км от Зеленограда

группа компаний
САПСАН — 1991 —

495 266-84-00

melody-lesa.ru

*Застройщик ООО «Жилой квартал». Проектная декларация и условия акции — на сайте www.melody-lesa.ru. Срок действия акции — с 1 июня по 30 сентября 2019 года.

КВАРТИРЫ

ЖК «БАТАРЕЙНЫЙ»

г. Лобня, МО

• монолитно-кирпичный дом

• условия продаж обсуждаются

www.po-rekonstrukcija.rf

+7 (926) 009-03-91

737-44-37

ОТ

3,13

МЛН РУБ.

Публичная декларация размещена на сайте www.po-rekonstrukcija.rf

НОВЫЕ

ИЗУМРУДНЫЕ

СТАРТ ПРОДАЖ

НОВЫХ КОРПУСОВ

от 3

млн. руб.

495 032 02 02

ИЗУМРУДНЫЕ ХОЛМЫ

Группа Эталон

Застройщик АО «Эталон-Солнечный». Подробности и проектная декларация на www.etalon-solnecny.ru

ЖК «ОТРАДНЫЙ»

г. Мытищи

КВАРТИРЫ С ОТДЕЛКОЙ!

ИНВЕСТ СТРОИ

(495) 182 82 82

www.jk-otradny.ru

ПЛЮС НА ПЛЮС ДАЕТ... МИНУС?

И как правильно оценить собственную ситуацию

Правильно оценить ситуацию с жильем помогут специалисты старейших агентств недвижимости Москвы.

(Продолжение. Начало см. в публикации за 2018 и 2019 гг. на сайте в архиве газеты www.gazetacp.ru)

Ольга Саукитенс, «Московское Агентство Недвижимости»: На ожиданиях вступления в силу с 1 июля поправок к 214-ФЗ столичная недвижимость подорожала. Вторым фактором роста цен долгое время являлось повышение ипотечной ставки. Поэтому те, кто хотел успеть вложить деньги в недвижимость, это сделали. Но теперь, после глобального удовлетворения спроса, может случиться сеновой «откат», и рост цен квадратного метра может уйти в минус.

Но это лишь логические рассуждения. А мы — практики. Мы работаем с людьми каждый день, лично принимаем участие в решении комплексных их реальных проблем. Вместе высчитываем расходы на жизнь и на выплату ипотеки. Смотрим на доходы семьи глазами не банковского клерка, а опытного риелтора. Бывает обидно за людей, которые не обратились за советом к риелторам и попали в трудную ситуацию. Приходит-

ся «вытаскивать» сделку и буквально спасать квартиру или деньги.

Что касается продаж. Люди думают, что достаточно разместить рекламу в интернете, и покупатели начнут звонить и смотреть. И показывают квартиру почти каждый день, но никто не покупает, а лишь агенты приходят и предлагают свои услуги. Почему? Потому что объявление подал не профессионал, а «частник». Аккаунт профессионала всегда находится выше, его объявления всегда в приоритете, на первой странице. Профессионал более оперативен и компетентен и всегда распознает мошенников.

О нотариусах. Нотариальные сделки не гарантируют отсутствие неприятностей! Конечно, нотариус делает запросы об отсутствии обременений, запретов, банкротстве, дееспособности. Но он не запрашивает архив, он делает сделку по сегодняшним документам. А в истории квартиры могут

содержаться очень неприятные моменты, которые в дальнейшем повлекут расторжение сделки. Есть очень много моментов; грамотный агент всегда знает, что может вытекать из того или иного документа. Ведь каждая сделка в агентстве проходит несколько проверок, прежде чем договор купли-продажи будет подписан сторонами. Каждая сделка досконально обсуждается и изучается, и только после этого принимается решение о допуске к регистрации. Такая система защиты позволяет проводить сделки максимально безопасно.

О законах. Благодаря сильной юридической поддержке Агентство всегда в курсе изменений в законодательстве и того, какие изменения влекут за собой те или иные новеллы законодателя. Таким образом, Агентство всегда на шаг впереди других участников рынка, тех же частных риелторов, что помогает оперативно принимать те или иные решения в пользу клиента.

МОСКОВСКИЕ АГЕНТСТВА НЕДВИЖИМОСТИ

ВЫРЕЗАЙТЕ ОБЪЯВЛЕНИЕ - ПОЛУЧАЙТЕ СКИДКУ В АГЕНТСТВЕ!

ЧЛЕНЫ МОСКОВСКОЙ АССОЦИАЦИИ РИЕЛТОРОВ. ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ РИЕЛТОРСКИЕ КОМПАНИИ. ДОБРОСОВЕСТНОСТЬ СДЕЛОК ОБЕСПЕЧИВАЮТ ТРЕТЕЙСКИЙ СУД, КОМИТЕТ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЯ.

ПРОДАЖА ПОКУПКА ОБМЕН СОПРОВОЖДЕНИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ

компания www.ogni.ru

МОСКОВСКИЕ ОГНИ

основана в 1993

ПОКУПКА, ПРОДАЖА ПРЯМЫЕ ОБМЕНЫ

(495) 925-11-59

м. «Китай-город» 1 мин.п.

основано в 1991

МОСКОВСКОЕ АГЕНТСТВО НЕДВИЖИМОСТИ

www.moscow-realty.ru

НОВОСТРОЙКИ от ЗАСТРОЙЩИКА: Федеральная Система бронирования

ПРОДАЖА, ПОКУПКА, ОБМЕН профессиональная база объектов (495) 797-20-50

Офис на Арбате: Плотников пер., д.20/21, м. «Смоленская» (синяя)

Неделя открытых дверей со 2 по 7 сентября с 10 до 20 ч.

основана в 1990

Муэль

СКОРОСТНОЙ МЕТОД ПРОДАЖ СРОЧНЫЙ ВЫКУП.

НОВОСТРОЙКИ. ЭФФЕКТИВНАЯ АРЕНДА

ВСЕ ВИДЫ ОБМЕНА. РАССЕЛЕНИЕ (495) 777-80-67

БОЛЕЕ 27 ЛЕТ КОМПЕТЕНТНОГО РЕШЕНИЯ ЖИЛИЩНЫХ ПРОБЛЕМ

УЗНАЙТЕ ЦЕНУ ВАШЕЙ КВАРТИРЫ!

Хотите продать или обменять квартиру, но не знаете, с чего начать? Узнайте, за сколько можно продать Вашу квартиру. Специалисты АН «Кутузовский проспект» занимаются продажей и обменом квартир в Москве и Московской области с 1991 г. и готовы поделиться своим опытом по телефону +7 (499) 348-19-83. Звоните в АН «Кутузовский проспект» и узнайте, как продать или обменять квартиру на самых выгодных условиях. Выбирайте квартиры в **НОВОСТРОЙКАХ** Москвы и Московской области от наших партнеров-застройщиков **БЕЗ НАЦЕНОК!**

28 ЛЕТ НА РЫНКЕ! КУТУЗОВСКИЙ ПРОСПЕКТ

+7 (499) 348-19-83

www.kutuzov.ru

АГЕНТСТВО

БЕСТ НЕДВИЖИМОСТЬ

8 (495) 925-75-04

www.495-9256601.ru

ПРОДАДИМ ВАШУ КВАРТИРУ

ЗА 6 НЕДЕЛЬ

ИЛИ ВЫКУПИМ

ЗА 95% ОТ РЫНОЧНОЙ ЦЕНЫ

И БУДЕМ ПРОДАВАТЬ САМИ!

Все операции с недвижимостью:

• аренда

• продажа

сертификат № РОСС RU РПР ТОС 77.0230

НOMEWAY

недвижимость

КВАРТИРЫ, КОМНАТЫ

ПРОДАТЬ, КУПИТЬ, СДАТЬ

499 481-88-88

СтройЛит

КАЧЕСТВО ЗА РАЗУМНЫЕ ДЕНЬГИ!

Строим из любых материалов быстро и добротно от котлована «ПОД КЛЮЧ»

В наличии своя техника!

АКЦИЯ!

ПРИ ЗАКАЗЕ РАБОТ С МАТЕРИАЛАМИ ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 15%

• ДОМА • КОТТЕДЖИ

• ПРИСТРОЙКИ • ГАРАЖИ

• БЕСЕДКИ • БАНИ

ВЫПОЛНЯЕМ ОТДЕЛЬНЫЕ ВИДЫ РАБОТ:

КРОВЛЯ, ФУНДАМЕНТ, ЗАБОРЫ, НАРУЖНАЯ И ВНУТРЕННЯЯ ОТДЕЛКА, БЛАГОУСТРОЙСТВО, ПРОЕКТНЫЕ РАБОТЫ, ВИНТОВЫЕ СВАИ

МОБИЛЬНЫЙ ОФИС – В ЛЮБОМ МЕСТЕ, В ЛЮБОЕ ВРЕМЯ!

8 (800) 600-14-34

Звонок по России бесплатный

РЕКЛАМА

*Подробности о текущих акциях уточняйте по тел. 8 (800) 600-14-34

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕСТАВРАЦИЯ

ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКИ 20%

ДОМОВ, ДАЧ, БАНИ ПОД КЛЮЧ

ГАРАНТИЯ СРОКОВ И КАЧЕСТВА

Установка каминов, печей

Внутренняя отделка

Художественная ковка, изготовление и установка

Изготовление и установка беседок

Кровельные работы

Кладка кирпича, газобетон, пеноблоков

Заливка фундамента, отмосток и их реставрация

Ландшафтный дизайн

СТРОИТЕЛИ - ГРАЖДАНЕ РФ

ПРИСТУПАЮТ К РАБОТЕ В ТЕЧЕНИЕ 24 ЧАСОВ

8 (930) 033-55-55

Квартиры в Москве

4,5% ИПОТЕКА

А101

Реклама. 214-ФЗ. Застройщик ООО «А101». Ипотеку с процентной ставкой 4,5% годовых предоставляет АО «Россельхозбанк» при страховании жизни и здоровья (генеральная лицензия №43345). Минимальный первоначальный взнос от 50%. Срок кредитования до 5 лет. Полный список страховых компаний, подробности и условия предоставления ипотеки и проектные декларации на сайте www.a101.ru

495 241 92 90

«СОФОРА + ВИТАМИНЫ ДЛЯ СОСУДОВ»

Основная цель реабилитации после инсульта – помочь мозгу восстановить кровообращение. Проходит этот длительный процесс в несколько этапов, включая медикаментозное лечение и оздоровительные мероприятия, такие как, приём витаминных комплексов, лечебную физкультуру, массаж и физиотерапию.

Среди витаминной группы, необходимой больному инсультом, выделяют комплекс витаминов В, С, Е, Р.

Зачем нужны витамины

Первый очевидный ответ на этот вопрос – восстановление мозговой, двигательной и когнитивной функций. Ни один биохимический процесс в организме не проходит без участия витаминов, в том числе и метаболизм в головном мозге, нужный для создания новых клеток – нейронов. И вторая причина, почему нужны витамины, – не допустить повторного инсульта. Специальные вещества, способные нейтрализовать вредное воздействие на организм свободных радикалов, так называемые антиоксиданты, содержатся в витаминах. Их регулярное применение способно предотвратить рецидив заболевания. Теперь о каждой витаминной букве по порядку.

В Витамины этой группы получили говорящее название – «витамины для мозга». Они активно участвуют в переработке питательных веществ и энергообменных процессах. Нормализуют

артериальное давление и улучшают кровообращение в пораженных участках мозга. В6 и В12 участвуют в регенерации нервных тканей. Что съесть, чтобы получить: отруби, семена пшеницы, грецкие орехи, горох, брокколи, спаржу, шпинат, рыбу.

С Второе название – аскорбиновая кислота. Выстраивает барьер на пути проникновения в организм болезнетворных бактерий. Восстанавливает сосуды, делает их эластичными. Очень нужен гипертоникам, так как быстро снижает артериальное давление. Что съесть, чтобы получить: цитрусовые, облепиху, черную смородину, киви, цветную капусту, помидоры, яблоки, шиповник, картофель, квашеную капусту.

Е Сильный антиоксидант. Ежедневное применение снижает риск повторного инсульта. Не допускает кислородного голодания клеток головного мозга, тем



самым предотвращая их омертвление. Если в организм не поступает достаточное количество этого витамина (суточная доза 10 г), может развиться раскоординация движений. Что съесть, чтобы получить: орехи, овсяную крупу, сою, зелень, говяжью печень, оливковое масло, яйца, молоко, морскую рыбу.

Р Главный витамин на защите капилляров – объединяет группу флавоноидов. Увеличивает эластичность капилляров, уменьшает их проницаемость. Отвечает за нормализацию состава крови, участвует в процессе восстановления клеток головного мозга после нарушения кровообращения.

Как достичь баланса

На первый взгляд может показаться, что добиться помощи витаминов в сложном процессе реабилитации несложно. Есть перечень витаминов, есть знания об их благотворных свойствах, и есть список продуктов,

в которых они содержатся. Достаточно есть эти продукты в нужных для организма количествах. И вот тут мы сталкиваемся со сложностями. Как высчитать количество, необходимое только вашему организму с

учетом степени заболевания, как умуудриться за день съесть столько продуктов и желательнее в сыром виде, чтобы все полезные вещества сохранились. А если у вас на какой-то продукт аллергия? Составить четко сбалансированное по числу минералов, витаминов и микроэлементов ежедневное меню очень сложно. В этом случае лучше прибегнуть к готовым сбалансированным витаминно-минеральным комплексам. Их состав разрабатывался учеными на основании многих исследований в области поражений головного мозга и результатов его восстановления. Улучшить мозговое кровообращение, продлить молодость Ваших сосудов, поддержать оптимальный уровень витаминов и микроэлементов поможет специальный фитоактивный витаминно-минеральный комплекс «Софора + витамины для сосудов», – целебные свойства растений сочетаются в нём с необходимыми для питания мозга веществами.



«Софора + витамины для сосудов» восполняют недостаток витаминов группы В, витаминов С и Е, минералов цинка и селена.



Обеспечивают потребность организма в наиболее значимых для сердечно-сосудистой системы витаминах (С, Е, В2, В6, В12, РР), а также в фолиевой кислоте и микроэлементах (магнии, цинке, марганце, меди, хrome и селене), помогают нормализовать холестериновый обмен. Фитокомплекс «Софора + витамины для сосудов» – это не только витамины и минералы: в его состав включены лекарственные растения – софора японская, гинкго билоба и чеснок, общепризнанные средства для укрепления сосудов, в том числе и капиллярных, улучшения памяти и профилактики сосудистых заболеваний. Недорогая цена и швейцарское качество – фитоактивный витаминно-минеральный комплекс «Софора + витамины для сосудов».

Спрашивайте в аптеках города!

СОФР RU.77.99.32.003.E.002315.02.15 от 04.02.2015
Биологически активная добавка к пище.

Произведено ООО «СОИК». www.soik.ru Тел. в Москве: (499) 161-91-41, (499) 161-91-46

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ РЕКОМЕНДУЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ С ВРАЧОМ

Продукция, проверенная временем



Фиточай «ЛЕГОЧНЫЙ ТРАВНИК»

Свидетельство о гос. регистрации
RU.77.99.88.003.E.012446.12.14 от 18.12.2014 г.

Применяется в качестве дополнительного средства при простудных и бронхолегочных заболеваниях. Оказывает выраженное отхаркивающее, бактерицидное и противокашлевое действие.

В одной пачке – 20 фильтр-пакетов по 2 г (40 г).

НПП «Здоровье нации» тел.: 8 (499) 724-58-67, WWW.ZN-FITO.RU

г. Москва, Научный пр-д, д. 10, офис 206. ОГРН 1037700090097



Фиточай «ФИТОГИПЕРТОН»

Свидетельство о гос. регистрации
№ RU.77.99.88.003.E.011543.12.14 от 02.12.2014

Фиточай «Фитогиперто́н» способствует снижению уровня давления, уменьшению головных болей, улучшению сна и настроения, снятию раздражительности. В состав фиточая входит семь видов лекарственных растений.

В одной пачке – 20 фильтр-пакетов по 2 г (40 г).

**Спрашивайте
фиточай
в аптеках
вашего города.**

Перед применением
ознакомьтесь
с инструкцией.

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ