

Суперсоветы для всей семьи

ПЛЮС  
**ВНУТРИ**  
6 полезных  
**СХЕМ**

# Сваты

Толока

№ 2 (92), январь 2017 г.

## МУЧНЫЕ СЕКРЕТЫ

стр. 9

## ГАЙМОРИТ: обойдемся без прокола

стр. 4

## С ВОЗРАСТОМ НЕ В ЛАДУ

стр. 25

- ❖ Муж — вечный ребенок
- ❖ Прививка от беспомощности
- ❖ «Выбирайтесь своей колеей!»

## Выгодно!

Подпишитесь на любимые «Сваты» и сэкономьте деньги! Наши подписные индексы:  
**83420** «КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ»;  
**82621** «Пресса России»;  
**П1215** «Подписные издания».  
Официальный каталог ФГУП «Почта России».

ISSN 2305-5693

17002>



9 772305 569995

# Дерзкие и счастливые

Строптивость важнее покорности?

стр. 24



**Всегда с вами!**

## Наши добрые знакомые



**Чета Шевченко:** Любовь Сергеевна (можно — Любаша) и Михал Михалыч — кулинары и дачники от бога!



**И их сваты Богатыревы:** красотка и рукодельница Маргарита Петровна (Марго) и мастер на все руки Анатолий Степаныч.

## Броня «игнора»

Человек, которого вы еще вчера считали другом, тайком совершил гнусность по отношению к вам. Сподличал не в минуту слабости, не под дулом пистолета, а походя — из корысти или ради забавы. А сегодня снова улыбается вам. Как поступить? Мстить — учат радикалы: ибо зло должно быть наказано.

Простить — советуют прекраснотушные: любовь правит миром. Объясниться — рекомендуют прагматики: разобравшись в мотивах пакостника, извлечешь выгоду для себя.

«Фиг вам!» — говорю я им, всем вместе взятым, начиная просто игнорировать лицемерного «друга». Ведь, следуя предлагаемым рецептам, я вынужден буду менять себя — свои принципы и ценности. А с какого такого бодуна?! Не я же пакостничал! Да, поначалу возникает чувство неловкости, когда «зачеркнутый» лицемер теряется, наткнувшись на твой безучастный взгляд. Да, если вы коллеги, нужно соблюдать нормы корпоративной этики (основа которой — притворство). Да, придется отказаться от прежних взаимных обязательств. Потерпите — ведь броней безразличия вы надежно прикрыли спину от новых ударов ножом.

Долго ли сохранять режим «игнора»? Это зависит от пакостника: одумается, покается — возможно, дам ему еще один шанс. Зато сейчас честнее в душе. Ведь при встрече с экс-другом «я знаю, что он знает, что я знаю»... Удачи!

Александр ТОРПАЧЕВ, редактор

## Найдите выгоду со «Сватами»!

С 1 февраля начинается досрочная подписка на газеты и журналы на 2-е полугодие 2017 года. Подпишитесь на любимое издание сегодня — и застрахуйте себя от возможного повышения цены завтра!

### Наши подписные индексы:

**П1215** — «Подписные издания». Официальный каталог ФГУП «Почта России»

**83420** — «КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ»

**82621** — «Пресса России»

Когда размораживаю в микроволновке птицу, обязательно прикрываю тонкие части тушки (ножки и крылья) специальной пленкой для СВЧ — иначе могут подгореть!



## Нашатырь за цвет в ответе

Невестка расстроилась: после стирки полиняла блузка. Пришлось спасать вещь мне. Налила в тазик 3 л горячей воды, развела в ней пузырек нашатырного спирта (50 мл) и на час положила блузку в жидкость. Затем несколько раз прополоскала в теплой воде. Цвет практически восстановился.



Поскользнулась на улице и шлепнулась прямо в мокрую «кашу» из снега с солью. В результате на дубленке появилось безобразное темное пятно. Дома осторожно почистила его влажной щеткой, а после аккуратно обработала подходящей по цвету аэрозольной краской для замшевой обуви. Порядок!

## «Оживляем» локоны

Ваши волосы зимой становятся сухими и ломкими, как у меня? Я лечу их так: ватным диском, смоченным в оливковом масле, прохожусь по всей длине локонов, надеваю резиновую шапочку, сверху — махровое полотенце. Через полчаса мою голову деликатным шампунем — волосы опять наполнены жизнью.

Если надо вырезать из поролона изделие нужной формы, я предварительно окунаю материал в воду. Так и ножницами орудовать легче, и линия реза получается ровнее.



## Комфорт для мебели

Зимой стараюсь не ставить кресла и журнальный столик близко к батарее отопления: полированная поверхность мебели от высокой температуры может потускнеть и покрыться пятнами.



Когда на даче варили со сватом на костерке уху (оба любим зимнюю рыбалку), Степановичу понравилась моя «фирменная» ложка. Я отогнул у нее половину ручки на 180 градусов — компактно, к тому же таким «крючком» удобно снимать котелок с огня.



## Справились с напастью

Сын где-то «подхватил» грибок ногтя на ноге. Я посоветовал ежедневно утром и вечером накладывать на пораженную ногтевую пластину марлевую салфетку, смоченную в ополаскивателе для полости

рта, а сверху надевать резиновый напальчник.

Через 10 дней сын размягчил ноготь в теплом содовом растворе, аккуратно подрезал — и распрощался с напастью!



РАЗБЕРЕМСЯ С МИФАМИ

**Совет дня**



Наш эксперт — врач  
Гульнара Шайхутдинова, г. Казань



## Ванна при простуде



Можно ли принимать ванну, если простудилась?

Елена ГАНАКОВА, г. Тверь

— Одни считают, что теплая ванна усугубит ситуацию, другие — что она поможет скорее выздороветь. Я не советую водные процедуры при повышенной температуре тела — горячая вода (более 37 °C) усилит жар. Сделав воду прохладнее, можно на время сбить температуру у больного, но велик риск осложнений. А при нормальной температуре больному принять ванну полезно: пот забивает кожные поры и организму сложнее вывести токсины, которых во время болезни скапливается очень много.

### Дам такие советы:

1) высокая влажность может усилить образование мокроты, обострить кашель и насморк. Поэтому ограничьте прием ванны 15 минутами;

2) для лучшего очищения легких от мокроты при отсутствии аллергии добавляйте в воду сухие травы (зверобой, цветки ромашки или липы, шалфей);

3) разогревающий и иммуностимулирующий эффект дает ванна с порошком горчицы (100 г на 200 л воды), но такая процедура не должна быть дольше 10 минут;

4) не верьте в то, что скорее выздоровеете, если выпьете спиртное и сразу примете ванну или распарите ноги. Алкоголь не только ослабит организм, но и может привести к скачкам давления;

5) во избежание переохлаждения не стоит при каждом приеме ванны смачивать волосы. После процедуры тщательно оботритесь полотенцем, наденьте теплые носки и махровый халат, выпейте чаю с медом.

Обращаю внимание, что ванна противопоказана гипертоникам, людям с варикозом и прочими заболеваниями сосудов, с болезнями сердца, диабетом, а также при нарушениях кровообращения в головном мозге.

## Варенье-наслаждение

А какое оно полезное! Беру по 200 г моркови и корня имбиря, крупный лимон. Все тщательно мою, морковь чищу. Крупно нарезаю ингредиенты, лимон вместе с кожурой прокручиваю через мясорубку. Добавляю 300 г сахара и оставляю на 15-20 минут до появления сока. Варю на слабом огне 40 минут, охлаждаю.

Имбирь с лимоном помогают поддерживать зимой иммунитет. А морковка не только придает варенью красивый цвет, но и добавляет витаминов!

Наталья ШЕМЧУК,  
г. Москва. Фото автора



## Дорогие читатели!

Организм каждого человека индивидуален: что полезно для одного, может не подойти другому. Перед использованием любого народного средства посоветуйтесь с врачом.

## Сокоотерапия

Для лечения гастрита с пониженной кислотностью использую сок белокочанной капусты. Принимаю по 100-150 мл, разбавив теплой кипяченой водой, 2 раза в день за 20-30 минут до еды. Для смягчения вкуса можно добавить немного меда. Сок храню в холодильнике не более 2-х суток. Курс лечения — 1 месяц. При необходимости через несколько недель можно повторить.

Юрий ЗЕЙДИН, г. Орел



### Комментарий специалиста

Помимо витаминов С, группы В, РР, К, в капусте содержится витамин U — мощный стимулятор регенерации слизистых. Из-за большого количества крахмала капуста может вызвать вздутие живота, повышенное газообразование. Также есть риск обострения хронического панкреатита.

Чтобы вылечить гастрит, нужно пройти обследование. Для регенерации слизистой врачи выписывают эффективные препараты, которые заживляют желудок за короткое время. А овощные соки — это скорее профилактика, которая дает хороший результат при соблюдении диеты, исключающей острую, жирную, жареную еду.

Мария ЛОГИНОВА,  
гастроэнтеролог, г. Пермь



## Целебный маш

Соседка подсказала, что держать зимой артериальное давление в норме ей помогает маш — азиатская зернобобовая культура. Позже я вычитала, что пророщенные бобы этого растения намного вкуснее.

### Чем они полезны?

Продукт содержит витамины РР и С, а также минералы (кальций, натрий, магний, фосфор, калий), поддерживающие работу сердечно-сосудистой системы. На пятые сутки после прорастания в бобах наблюдается максимальная концентрация антиоксидантов. Проростки положительно влияют на деятельность пищеварительного тракта, а еще в них мало калорий.

Для пробы залила в банке горстку семян водой и оставила на 8 часов. Затем бобы промыла, оставив в емкости немного воды. Банку положила на бок, подставив под горлышко спичечный коробок. Раз в 4 часа ополаскивала маш. На второй день у некоторых семян появились ростки. На третьи сутки они начали сбрасывать зеленую оболочку. Когда длина ростков достигла 4-5 см, я отобрала самые крупные и попробовала один — по вкусу он напомнил молодой стручок гороха.



Алина КУПЦОВА,  
г. Москва. Фото автора

О том, как варить маш, читайте в № 1 «Счастливой и красивой» — уже в продаже!



Впрок

## Гайморит: обойдемся без прокола

Цикламен, чеснок и соль — вот три «кита» народного лечения гайморита без всяких проколов!

1) Активные вещества цикламена (сапонины) раздражают стенки носа и вызывают обильное выделение слизи — гнойные массы разжижаются и выводятся наружу естественным путем.

Для приготовления капель четверть клубня растения промойте, подсушите, очистите и мелко натрите. Отожмите сок через несколько слоев марли. Разведите водой 1:5 или персиковым маслом 1:1. Закапывайте ежедневно по 2 капли в каждую ноздрю, если не почувствовали сильное жжение. И не забудьте запастись носовыми платками. Хранить водный раствор можно около недели.

Для определения наличия аллергии перед применением нанесите пару капель снадобья на запястье и отслеживайте реакцию. Противопоказано средство при наличии кист, полипов в полости и пазухах носа, а также беременным женщинам, кормящим матерям и детям до 12 лет.

Из экстракта и сока клубней цикламена фармацевты создали препарат «Синуфорте» (показания: синуситы, гаймориты и фронтиты).

2) Главное при гнойных процессах — подавить рост патогенных микробов. Для этой цели отлично подойдут ингаляции с чесноком — природным антибиотиком. Вскипятите воду в кастрюльке, поставьте на стол. Натяните на нее марлю в 2 слоя и закрепите. Выложите поверх измельченные 5-6 зубчиков чеснока. Накройте голову полотенцем, склонитесь над кастрюлей и дышите не менее 10 минут. Ингаляцию проводите дважды в день.

3) С помощью промываний пазух носа раствором соли (1 ч.л. на 1 л кипяченой воды) можно уменьшить отек слизистой. Предпочтительнее соль морская, содержащая микроэлементы, улучшающие «транспортную работу» эпителия. Она оказывает также противовоспалительное и заживляющее действие. Промывания проводить не более 3-х раз в день.

Владимир КОЗЛОВ, врач, г. Могилев

## Лечимся семенами аниса

Знаю пару простых рецептов, которыми пользуюсь в сезон простуд.

\* При сухом кашле готовлю такой настой. 1 ст.л. семян аниса заливаю стаканом кипятка, добавляю щепотку пищевой соды и 1 ч.л. меда. Через 20 минут процеживаю. Пью средство трижды в день по 2 ст.л. за 30 минут до еды.

\* Для повышения иммунитета готовлю чай. Заливаю двумя стаканами кипятка в заварнике 0,5 ч.л. растертых семян аниса, палочку корицы, измельченную кожуру половинки лимона и две тонкие пластинки имбиря. Через 20 минут вкусный напиток готов.

Галина КРАСНОПЕРОВА, г. Смоленск

## Доктор Цитрус

Всю зиму заготавливаю кожуру цитрусовых — отличное средство от многих «болячек».

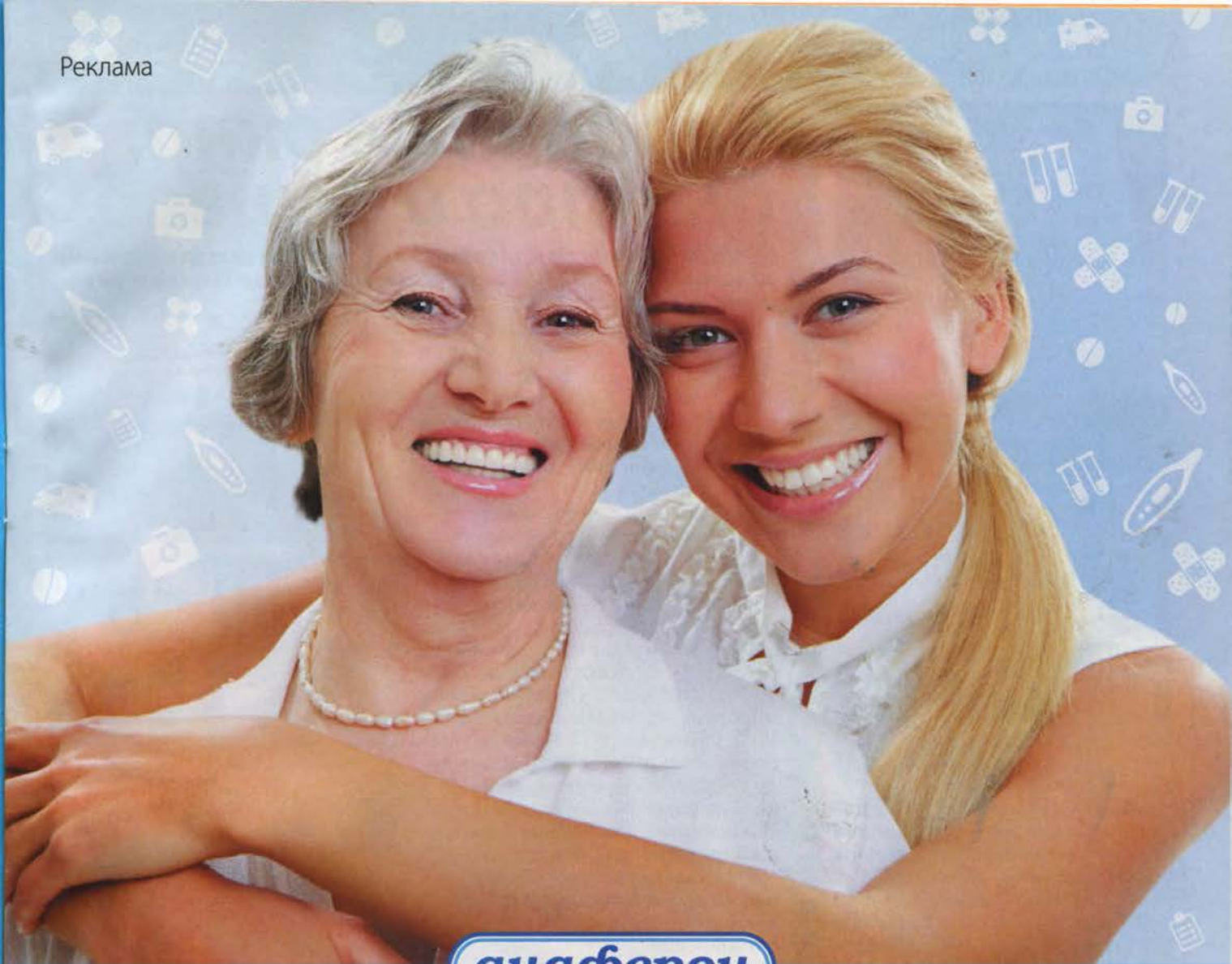
❖ При кашле в качестве отхаркивающего средства хороша настойка из сухих мандариновых корок. 1 ст.л. измельченной цедры заливаю 100 мл спирта, настаиваю под крышкой неделю в темном месте. При необходимости

пью по 20 капель, разбавив 50 мл теплой воды, 3 раза в день за полчаса до еды.

❖ А с перхотью справится кожура лимонов. Очищаю от нее 4 фрукта, заливаю цедру литром воды, довожу до кипения и варю на слабом огне 15 минут, остужаю, процеживаю. Ополаскиваю отваром кожу головы раз в неделю — помогает! Храню средство в холодильнике.

Ольга АЛЕКСАНДРОВА, г. Скадовск





**анаферон**

**Пусть годы идут  
без гриппа и простуд!**



- Применяется для лечения и профилактики гриппа и ОРВИ
- Снижает риск развития осложнений простуды
- Помогает предупредить обострение хронических заболеваний
- Экономичен (1 упаковки хватает на полный курс лечения гриппа/ОРВИ)

РУ PN0003362/01  
[www.anaferron.ru](http://www.anaferron.ru)  
Горячая линия: (495) 681-09-30

**В** [vk.com/all\\_mothers](https://vk.com/all_mothers)  
[www.schoolofcare.ru](http://www.schoolofcare.ru)



Анаферон — лауреат Ежегодной премии народного доверия  
«Марка №1 в России 2015» в категории «Противовирусное средство»

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ





**Совет дня**

### «Вечный» календарь

Чтобы не забыть о важных делах в течение месяца, сделала практичный «вечный» календарь на холодильник.

Распечатала на принтере на листе А3 и заламинировала надписи дней недели. Числа месяца расположила в таком порядке в виде вертикальных полосок (см. фото 1):

- ❖ 1, 8, 15, 22, 29;
- ❖ 2, 9, 16, 23, 30;
- ❖ 3, 10, 17, 24, 31;
- ❖ 4, 11, 18, 25;
- ❖ 5, 12, 19, 26;
- ❖ 6, 13, 20, 27;
- ❖ 7, 14, 21, 28.

Полоски вырезала и тоже заламинировала. Изготовила таким же образом 4 пустых квадрата, чтобы выстраивать «сетку». К обратной стороне заготовок на двусторонний скотч наклеила кусочки гибкого вилового магнита. На холодильнике закрепила горизонтально дни недели, под ними — вертикальные полоски-даты в нужном порядке. В начале следующего месяца просто сверяюсь с календарем и меняю расположение полосок.

Заметки о важных делах закрепляю на календаре маленькими магнитиками или пишу по пластику смывающимся маркером — удобно!

Александра КУЧЕР,  
г. Киев. Фото автора

## Чердачные окна: быстро и дешево

Купил в деревне дом и потихоньку его ремонтирую своими силами. Недавно обновил прогнившие декоративные деревянные окна на чердаке.



Понадобились: нестроганные доски шириной 150 и 120 мм; рейка 50 мм; жидкие и штапичные гвозди; шурупы 40 мм; стекло; монтажная пена; силикон; из инструментов — болгарка; шуруповерт; шлифмашинка.

Коробки чердачных окон сделаны из бруса большого сечения и не прогнили. Зачистил их болгаркой с наждачно-лепестковым кругом и обработал глубокопроникающим антисептиком для дерева.

Далее приступил к изготовлению новых рам. От досок шириной 120 и 150 мм отпилил по 4 отрезка, равных высоте и ширине проема. Из них собрал рамку (фото 1). Вставил в нее переплет из реек, соединенных между собой жидкими гвоздями. Полученную раму отшлифовал и пропитал несколькими слоями тонирующей пропитки для дерева (фото 2). Перед тем как вставить стекла, нанес на рейки силикон. Прибил штапики, которые предварительно тоже затонировал.

Вставил окна в рамы, зафиксировав при помощи монтажной пены. Готово!

Валерий ВАСИЛЮК,  
г. Брест. Фото автора



## Салфетка «Божьи коровки»



Квартира, украшенная собственноручно связанными салфетками, становится уютнее.

Понадобятся: пряжа 2 ст. с/н, 3 в. п. \*, повторяем от \* до \* 7 раз.

«Ирис» — 50 г крас-

ной, а также остатки черной и белой; крючок № 1,25 (можно 1,5).

Набираем цепочку из 6 в. п. и замыкаем в кольцо.

1-й р.: 3 в. п. подъема, ст. с/н, в. п., \* 2 ст. с/н, в. п. \*, повторяем от \* до \* 7 раз.

2-й р.: 3 в. п. подъема, ст. с/н, \* 3 в. п.,



Продолжаем работать по схеме. В 17-м р. вводим в полотно черную нить и вышиваем крестики на крыльях и разделяющую их линию. Вяжем голову божьей коровки. Завершаем работу 21-м р.

Анастасия МАКСИМОВА,  
г. Воронеж.  
Фото автора

Смотрите  
схему № 6  
на стр. 18



# ВЕРНИ ТРЕЗВОСТЬ И ГАРМОНИЮ В СЕМЬЮ

## ПроПроТен-100

Оригинальный препарат ПроПроТен-100 проявляет противоалкогольное действие. Он способствует улучшению эмоционального фона, облегчению преодоления психологической зависимости и снижению влечения к алкоголю. Совместим с другими лекарственными средствами.

**Опыт применения на российском рынке более 10 лет.**

Телефон горячей линии **+7 (495) 681-93-00** [www.materiamedica.ru](http://www.materiamedica.ru)  
Регистрационное удостоверение: N002352/01-300408, N002352/02-040508



реклама



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ОЗНАКОМТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ



**«Зимняя принцесса»**

Оригинальный кошелек для внучки.

**Понадобятся:** фетр для основы и лица принцессы; искусственный мех для помпонов; синтепух; молния; белый бисер; швейная машинка; нитки для вышивания; булавки; ножницы.

Размер: 10х10 см.

1) Выкройку переносим на лист формата А4, а затем на фетр. Вырезаем личико и вышиваем глазки, рот, нос.

2) Вырезав основу, делаем на ней прорезь, как показано на схеме. В прорезь вставляем деталь личика и проходим одним швом по периметру с трех сторон. Затем вручную пришиваем верх, одновременно делая челку-хохол. Вышиваем снежинки с бисером.

3) На верхней стороне основы булавками фиксируем молнию. В ее начале и конце пришиваем по прямоугольнику из серого фетра — так работа будет выглядеть аккуратнее. Пристрачиваем, не забывая закреплять нитку в начале и в конце строчки. Складываем основу пополам и повторяем действия со второй частью молнии. Делаем боковые швы на кошельке.

4) Вырезаем помпоны, учитывая припуски на швы, прометываем по периметру и слегка стягиваем нить. Кладем внутрь синтепух, затягиваем нитку, пришиваем помпоны к кошельку.

Екатерина ХРУСТАЛЕВА,  
г. Москва. Фото автора



Смотрите  
схему № 3  
на стр. 17

**Совет  
дня**



Смотрите  
схему № 1  
на стр. 16

**Комплект «Мурлыка»**

Теплая и модная обновка, которую ребенок будет носить с удовольствием.

**Понадобятся:** пряжа — 200 г Nako Mohair Elegant и 15-20 г черной; крючок № 3; игла для шерсти.

Окружность головы — 53 см, запястья — 16 см.  
Вяжем в 2 нити.

**Шапка**

1-й р.: набираем цепочку из 104 в. п., замыкаем в кольцо и обвязываем ст. с/н. Если окружность головы другая, корректируем наборную цепочку. Количество ст. с/н должно быть четным.

2-32-й р.: выполняем «резинкой» по схеме.

Провязав до высоты 20 см, сшиваем обе половинки шапки. Надеваем изделие и отмечаем места для ушек. Выполняем на них стежки ниткой, слегка стягиваем ее, формируя ушки.

**Митенки**

1-й р.: набираем цепочку из 40 в. п.,

замыкаем в кольцо и обвязываем ст. с/н.

2-10-й р.: выполняем «резинкой» по схеме.

11-14-й р.: продолжаем вязать «резинкой», но конец ряда не соединяем с началом, а переворачиваем изделие. Это позволит сделать отверстие для большого пальца.

15-32-й р.: «резинкой» по кругу. Длину корректируем по своему усмотрению (у меня 19 см).

**«Кошачий след»**

Для большого круга (2 шт.) в кольцо амигуруми провязываем 12 ст. с/н. 2-й р. — прибавка в каждый ст. предыдущ. р. — 24 ст. с/н. Для маленького круга (8 шт.) в кольцо амигуруми провязываем 12 ст. с/н. Пришиваем круги к митенкам в районе ладоней. Для придания изделию большей пушистости начесываем пряжу щеткой или пуходеркой.

Ирина ФИЛИППОВСКАЯ,  
г. Винница. Фото автора

**Серьги «Солнышко»**

Чтобы долгой холодной зимой поднять настроение маме, смастерила для нее яркие солнечные серьги!

**Понадобились:** бисер трех цветов; стеклярус; 2 бусины; кусочки фетра и кожи; швензы; иголка; нитки; ножницы; клей.

Пришила бусинку в центре фетрового лоскута. Вокруг нее выполнила 2 круга из желтого бисера. Бисеринки пришивала по одной, чтобы ряды вышли ровнее. Затем — круг бисера

оранжевого цвета, и — снова желтого. Прочертила вспомогательные линии для стекляруса и пришила его. Вокруг сделала еще 4 круга из бисера. После аккуратно вырезала получившуюся вышивку. Изнаночную сторону заклеила кружком из кожи. Край серьги обработала по схеме.

Таким же способом выполнила второе изделие. Пришила швензы. Готово!

Екатерина ГОЛОВАНЬ,  
г. Киев. Фото автора



Смотрите  
схему № 4  
на стр. 17





Наш эксперт — преподаватель Башкирского института технологий и управления Ирина Прокудина, г. Мелеуз

# Мучные секреты

**Любите побаловать близких домашним хлебом и пирогами с пылу с жару? Правильно выбирайте основу для выпечки.**

Свои неоспоримые достоинства есть у каждого сорта муки:

❖ **экстра и высший** — самого тонкого помола. Отлично подходят для приготовления сдобы, но малополезны для здоровья: при производстве не используют богатую витаминами оболочку зерна;

❖ помол **первого сорта** крупнее, хорош для несладкой выпечки и блинов, в такой муке больше полезных веществ;

❖ мука **второго сорта и обойная (цельнозерновая)** пусть и не самая симпатичная на вид, зато сохраняет максимум витаминов. Тесто из нее — лучшая основа для пиццы, пельменей и вареников. А вот для сдобы не годится: выпечка не получается пышной и быстро черствеет.

**Как определить качественный продукт?**

1) **Цвет** — белый или нежно-кремовый (обойная мука может быть красноватой). Голубоватый оттенок выдает помол недозревшего зерна или большое количество сорных примесей. Вкрапления во всех видах муки, кроме цельнозерновой, — сигнал о том, что сырье «разбавили» другим, более низкого качества.

2) **На ощупь** — при сжатии пальцами

хорошая мука поскрипывает, а после рассыпается, отсыревшая же — слипается.

3) **Запах** — нейтральный, не отдает горечью, кислотой или ароматами продуктов-«соседей».

4) **Срок хранения** — до полугода. Тест на свежесть: смешайте 1 ч.л. прохладной воды со щепоткой муки — цвет подпорченной станет грязно-серым. Добавьте еще полстакана жидкости: если в воде появится осадок — мука не лучшего качества.

**Если используете пшеничную муку в смеси с другой, помните:**

❖ с ржаной выпечка получается плотнее;

❖ с овсяной — менее калорийной;

❖ рисовая свободна от глютена, не вызывает аллергии;

❖ кукурузная

содержит много клетчатки.



Отвечает Александр Лепендин, директор ООО «Центр по защите прав», г. Тюмень

## Без вины виноватый

Получив в кафе обратно куртку из гардероба, не обнаружил в кармане связку своих ключей. Однако администратор сказал, что они не несут ответственности за подобные предметы. Так ли это?

— Согласно п. 1 ст. 924 Гражданского кодекса РФ хранитель вещи, сданной в гардероб, обязан принять для обеспечения ее сохранности все меры, предусмотренные п.п. 1 и 2 ст. 891 того же законодательного акта (противопожарные, санитарные, охранные и т.п.).

Однако при передаче верхней одежды гардеробщику и получении номерного жетона посетителем между ним и

кафе заключается договор хранения в отношении только верхней одежды. Вы не предъявляли сотруднику кафе содержимое карманов своей куртки, не получали от него номерной жетон на эти вещи, не составляли их опись. Поэтому нельзя утверждать, что вместе с одеждой передали гардеробщику ключи или что-то иное. Следовательно, за сохранность подобного имущества работник не в ответе.

Павел РАЗГУЛЯЕВ, г. Пенза



Советует Татьяна Алисова, специалист журнала для потребителей «Спрос», г. Москва

## Отдадите деньгами?

Коллеги вручили мне на день рождения подарочный сертификат ювелирного магазина. Однако его ассортимент мне совсем не нравится. Могу ли я попросить у администрации торговой точки выплатить мне указанную в подаренном «документе» сумму деньгами?

Лариса НОСОВА, Ленинградская обл. — Подарочный сертификат дает право предъявителю приобрести товары на определенную сумму у конкретного продавца. И реализовано оно может быть лишь согласно условиям договора, по которому этот «документ» вам купили. Если правилами магазина не предусмотрен обмен сертификата на деньги, то осуществить его можно лишь по обоюдному соглашению сторон (иными словами, обязать к этому продавца нельзя).

## Щетка-«саботажница»

Приобрела в аптеке электрическую зубную щетку. Дома вскрыла герметичную упаковку, установила батарейки, щелкнула переключателем — не работает, даже индикатор не горит! И что теперь делать?

Полина ПАНКРАТОВА, г. Оленегорск — Подайте продавцу письменное заявление в двух экземплярах, один (с отметкой о приеме) оставьте у себя. Если в аптеке откажут, примите заявление, отправьте его почтой с описью вложения (сохраните ее вместе с чеком). В заявлении укажите проблему и свои требования (замена, уменьшение цены, устранение недостатков или отказ от договора купли-продажи). Если продавец захочет провести проверку качества товара, вы даже можете присутствовать на ней (ст. 18 Закона «О защите прав потребителей»), сообщив об этом желании заранее.







## «Далекая» наследница

Родители развелись, когда я была маленькой. С тех пор папа связи со мной не поддерживал. Недавно узнала, что он умер. Могу ли я претендовать на наследство, если завещания отец не оставил?

Диана Ж., Свердловская обл.

— Наследниками первой очереди по закону являются дети, супруг и родители наследодателя (ч. 1 ст. 1142 Гражданского кодекса РФ).

Для вступления в наследство следует подать заявление о его принятии нотариусу по месту открытия наследства. Для этого необходимо знать последнее место регистрации наследодателя.

Наследство может быть принято в течение шести месяцев со дня его открытия. Если установленный законом срок истек, то вопрос о его восстановлении решается в судебном порядке.



## Отгул без оплаты



На основании каких норм трудового права наниматель может предоставить работнику отгул? Возможно ли получить его для личных нужд (юбилей у отца)?

Виктория С., г. Пенза

— В действующем трудовом законодательстве не содержится понятия «отгул».

В соответствии со ст. 153 Трудового кодекса РФ по желанию сотрудника, работавшего в выходной или нерабочий праздничный день, ему может быть предоставлен другой день отдыха. Сверхурочная работа также может компенсироваться предоставлением дополнительного времени отдыха, но не менее времени, отработанного сверхурочно (ст. 152 ТК РФ). По семейным обстоятельствам и другим уважительным причинам работнику по его письменному заявлению может быть предоставлен отпуск без сохранения заработной платы, продолжительность которого определяется по соглашению между сторонами (ст. 128 ТК РФ).



## Скоро прибавка

Когда ждать повышения пенсии в 2017 году?

Валентина Борисовна, по e-mail

— По данным Пенсионного фонда Российской Федерации, страховые пенсии неработающих пенсионеров будут проиндексированы 1 февраля 2017 г. на уровень фактической инфляции за 2016 г. Предположительно он составит 5,8%. Одновременно произойдет перерасчет фиксированной выплаты к страховой пенсии (также на 5,8%). Размер социальной пенсии будет проиндексирован на 2,6% с 1 апреля 2017 г.

## Знай границы



За месяц трижды обращался в управляющую жилищную организацию по поводу ремонта водопроводной трубы. Все работы выполнялись за мой счет. А что службы ЖКХ обязаны делать бесплатно?

Дмитрий Ж., г. Сургут

— Основную нагрузку по поддержанию в надлежащем состоянии и текущему ремонту общего имущества в многоквартирном жилом доме (МКД) несет управляющая компания, избранная общим собранием собственников, ТСЖ, жилищный кооператив или жилищно-коммунальная служба (ДЭЗ) в муниципальных домах (ст. 161 Жилищного кодекса РФ). Данные организации обязаны без дополнительной платы производить ремонт внутридомовых инженерных систем отопления, водо-, газо- и электроснабжения.

**Управляющая компания не обязана производить бесплатный ремонт следующего оборудования:**

- индивидуальных приборов учета воды, газа, электричества;
- газовых и электрических плит;
- сантехнического оборудования, находящегося в квартире;
- труб и отводов, расположенных на ответственности от стояков после отключающего устройства или запорно-регулирующего крана;
- элементов домофонов, находящихся в квартире;
- кабелей, розеток и других электрических элементов внутри квартиры;
- иного имущества, не от-

носящегося к общедомовому и обслуживающего только одну квартиру.

Таким образом, для решения вопроса о том, за чей счет должен производиться ремонт, необходимо определить внутренние границы коммунальных инженерных систем, по которым разделяется эксплуатационная ответственность собственника помещения и обслуживающей организации. При этом такие границы могут быть закреплены в договоре с управляющей компанией.

Подчеркну, что, если необходимость ремонта внутри квартиры вызвана ненадлежащим оказанием коммунальных услуг, собственник помещения вправе потребовать от службы ЖКХ возмещения понесенных на ремонт расходов или произведения ремонта за счет службы (пп. 149, 151 Постановления Правительства РФ от 06.05.2011 г. № 354 «О предоставлении коммунальных услуг собственникам и пользователям помещений в многоквартирных домах и жилых домов»).





## Скамейка дачника



Идею я нашел в зарубежном журнале. Думаю, дачники в возрасте «за 50» оценят преимущества такой скамейки при работе на грядках.

Понадобились:  
18-миллиметровая сосновая

Смотрите  
схему № 5  
на стр. 17

доска шириной 160 мм; деревянный брусок сечением 25х25 мм; лист многослойной фанеры толщиной 10 мм; поролон; дерматин; саморезы; клей «Момент-Столяр»; ножовка; электролобзик.

Из доски выпилил основание-сидушку длиной 450 мм и две боковины (по 300 мм). Из фанеры — подставку для ног (аналог основания) и элемент жесткости (размеры — на схеме). Брусок распилил на 2 рейки длиной по 160 мм. В верхней части боковин выполнил сквозные отверстия для переноски скамейки.

Все заготовки отшлифовал наждачкой. На саморезах собрал каркас из основания, боковин и реек. Усилил конструкцию, прикрутив с одной сто-



лаком.

Поставишь скамейку основанием вниз — на мягкой подставке удобно на коленях полоть грядки. А перевернул изделие — можно работать сидя или просто отдохнуть.

Александр СУШИЦКИЙ,  
Волгоградская обл.

Вместо крема для бритья я иногда использую оливковое масло. Наношу его ватным диском на щеки и подбородок — масло смягчает волосы, лезвие легко и чисто срезает их. Кстати, после тем же ватным диском прохожусь по выбритому лицу — отлично успокаивает кожу взамен лосьона.



Защитило!

## Блеск вернула «лимонка»

«Сваты» уже писали, как очистить поверхность изделий из меди от окислов. Я тоже поделюсь своим маленьким секретом.

Не нужны ни чистящие пасты, ни дорогостоящие химикаты. В стакане воды растворяю 1 ч.л. лимонной кислоты, опускаю в жидкость потемневшие медные элементы мебели, кипячу всего 1-2 минуты, а после протираю сухой сушкой. Фурнитура становится словно только что из магазина.

Андрей КОЛЕСОВ, Краснодарский край

## С СИЛОЙ МОРЕЙ СУСТАВЫ БУДУТ ЗДОРОВЕЙ!

Малоподвижный образ жизни, неправильное питание — все это наносит непоправимый вред нашим суставам!

Приостановить разрушение сустава и значительно улучшить его состояние можно. Для этого разработаны так называемые хондропротекторы — защитники суставов. Они активизируют восстановительные процессы в хряще, делают его прочнее, увеличивают его подвижность. Их основные действующие вещества — глюкозамин и хондроитин, от качества которых и зависит эффективность хондропротектора! Было разработано много технологий получения этих компонентов, как синтетических, так и натуральных, но все изменилось в 2005 году, когда отечественные ученые совершили важное открытие.

Занимаясь исследованиями биофизики морских организмов, специалисты ведущих дальневосточных научных центров выяснили, что противовоспалительная активность компонентов хрящевой ткани морских гидробионтов в 50-100 раз выше, чем у подобных веществ из крупного рогатого скота или синтезированных искусственно. Было установлено, что фер-



ментализаты из хрящевой ткани морских организмов имеют наиболее сбалансированный состав по молекулярной массе и доступную для организма форму, что максимально увеличивает усвояемость препарата и исключает негативные воздействия на желудочно-кишечный тракт.

В результате этих научных изысканий и разработок был создан уникальный комплекс из хрящевой ткани морских организмов —

**АРТРОФИШ.** За счет высокой антипротезной активности морской глюкозамин обеспечивает мощное противовоспалительное действие, что позволяет сократить и даже прекратить прием нестероидных противовоспалительных средств (НПВС) и анальгетиков.

Клинический эффект комплекса **АРТРОФИШ** выражается, прежде всего, в уменьшении выраженности болевого синдрома. Значительно улучшается функциональное состояние суставов: увеличивается объем активных и пассивных движений. Первые признаки положительного воздействия появляются уже через 2 недели. Плотность костной ткани остается стабильной и через 6 месяцев после окончания приема комплекса, что очень важно при остеопорозе\*.

Вот так соединяется сила морей и гений отечественной науки!

\* Пивненко Т.Н., Ковалев Н.Н., Запорожец Т.С. Биологически активная добавка к пище «Артрофиш» в помощь практическому врачу. — Изд-во «Академия Естественных наук». С.51-52.



Золотая медаль  
Международного  
конкурса  
«Лучшие товары  
и услуги»



Спрашивайте АРТРОФИШ в аптеках! Заказать в вашу ближайшую аптеку можно на сайте [www.apteka.ru](http://www.apteka.ru)  
Бесплатная консультация по телефону 8-800-500-00-01. Узнать больше о продукте можно здесь: [www.pharmoceaan.ru](http://www.pharmoceaan.ru)

БАД НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.



## Хамка

Войдя в утреннюю маршрутку, протянула водителю деньги за проезд и, не оглядываясь, попыталась закрыть за собой дверь.

— Не видишь, что еще люди входят?! — раздался из-за спины раздраженный фальцет.

— Ой, извините, пожалуйста, не заметила, — искренне повинилась я перед прижатым дверью толстым мужиком в шапке-«пирожке».

— Не заметила она! — оттолкнув меня животом, «пирожок» протиснулся в салон. — Глаза пришей на затылок!

— Еще раз извините, — повторила я, проглотив откровенную грубость попутчика.

— Не умеешь пользоваться транспортом, пешком ходи! — зычно продолжал возмущаться толстяк. Он расселся на двух сиденьях, а ноги расставил так, что грязным башмаком «проехался» по замшевому сапогу сидящей напротив девушки.

— Двух извинений недостаточно? — начала заводится и я. — Может, у вас со здоровьем проблемы?

— А ты и в третий раз извинись! — вконец обнаглел «пирожок».

— Простите меня, пожалуйста! — с очаровательной улыбкой произнесла я, не забыв вложить в душевную фразу нужную долю иронии.

Мужик от гнева побагровел, заколыхался огромным животом и вдруг пискляво выкрикнул:

— Хамка!

Никто из пассажиров маршрутки во время нашего обмена любезностями не обмолвился ни словом. Я тоже нашла в себе силы промолчать. А когда вошла в свой служебный кабинет, от души расхохоталась: какой же виртуоз скандалов мне попался! Нахамил, меня же обвинил, а сам с триумфом поехал дальше!

Алла ГРИГОРЬЕВА, г. Брест

## Примета «старости»

Смотрели недавно с 4-летней внучкой Дашей телевизор. Когда передача прервалась рекламой, девочка оживилась:

— Смотри, бабушка, прям как у мамы! — и тычет пальцем в экран, где показывают популярный крем для рук. — А у тебя есть такой?

— А мне, внученька, никакой крем уже не поможет: старость!

— грустно улыбнулась я, показывая морщинистые кисти рук.

Даша «погоревала» немножко над моей проблемой и убежала во двор играть с соседскими ребятами. Вернулась вся раскрасневшаяся и мокрая от снега. Стягиваю с нее влажные варежки, а кожа на детских пальчиках сморщилась от воды.

— Старость, — «понимающе» вздохнула Даша.

## «Шумахер» по ошибке

Жена недавно получила права. Понятное дело, нашу «Хонду» я этому новоявленному Шумахеру пока доверяю неохотно. А тут на Старый Новый год заезжали в гости к приятелю — ну и, конечно, мы с ним пропустили «по 150». Когда возвращались домой, хочешь не хочешь, пришлось пустить супругу за руль. Сам сел рядом — за «штурмана».

К вечеру подморозило, дорога скользкая — чувствую, машину начинает за-

носить. Только собрался подсказать жене не жать на тормоз, чтобы в кювет не вылететь, смотрю: она прибавила газу — и выровняла авто на дороге! Я ахнул: «Ну, дорогуша, ты прямо заправский водила! Запомнила, что на «Хонде» нельзя в заносе тормозить!» А жена вцепилась в руль, глаза от ужаса вытаращила и бормочет: «Я просто педальки перепутала...»

Василий ЕВДОКИМОВ,  
Могилевская обл.



## Рыбный день

Помню, в молодости после свадьбы получили с женой комнатку в общежитии — тесновато, но зато свой угол! С соседом по блоку повезло: холостяк Антон и мебель на восьмой этаж помог поднять, и стол для новоселья одолжил.

В выходные решили с супругой съездить к ее родителям в райцентр. Зашел я к соседу, ключи от своей комнаты дал и попросил аквариумных рыбок кормить, пока нас не будет.

Обидно, если к нашему приезду хвостатые малыши без обеда всплывут вверх брюшками. Антон, не отрывая взгляда от книги, бросил мне: «Все будет чин чинарем, езжай спокойно!»

Думаю, как пить дать забудет Антоха о моей просьбе за своими холостяцкими

забавами! Встречаю в коридоре девчонок из соседнего блока: «Напомните Антону, чтобы моих рыбок покормил». Красавицы покивали и заспешили дальше. Для страховки спустился еще и в вестибюль, на вахту: — Марина Витальевна, нас пару дней не будет — подскажите Антону из 805-й рыбешек моих покормить. — Проконтролирую! — весело заверила вахтерша.

Возвращаемся с женой в воскресенье вечером, в комнате первым делом — к аквариуму: рыбки живы-здоровы! И тут входит изумленный Антоха:

— Соседи, вы что, поиздеваться решили? Меня половина общаги каждые два часа спрашивала: «Ты рыбок покормил?» И хоть бы кто поинтересовался: «Антоша, а ты сам сегодня что-нибудь ел?»

Хорошо, теща передала с собой разносолов — за угощением мы с соседом быстро замяли недоразумение...

Павел ЕЛИСЕЕВ,  
г. Минск

Галина О., г. Витебск



# ВАШИ ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ!

## Мини-печь



~~3990~~ 2990 руб.

Мини-печь – компактная альтернатива классической русской печи. Устройство разработано российскими специалистами, знающими толк в приготовлении традиционных блюд. С помощью этой печи вы сможете: сварить и потопить каши из различных злаковых культур; запечь горшочки с овощным и мясным наполнением; испечь хлеб, пироги, ватрушки и другие сдобные лакомства, запечь мясо или рыбу, котлеты и тефтели; сварить суп; приготовить запеканки различного содержания; равномерно разогреть блюда без сомнительных микроволн; подсушить ягоды, грибы, фрукты и зелень. Экономное потребление электроэнергии. Блюда как из русской печи – традиционно вкусно, питательно и полезно!

## Обогреватель настенный

~~1990~~ 1690 руб.



Гибкий настенный электрообогреватель можно повесить на обоях, стене или на окне. Безопасен в эксплуатации. Не сушит воздух и не сжигает кислород. Потребляет мало электроэнергии! Постоянная t 60–70 °C позволяет быстро прогреть помещение.

## Говорящий хомяк

~~1710~~ 990 руб.



Уникальная развивающая игрушка для детей способна рассмешить до слез любого попытавшегося заговорить с ней. Если у вас отсутствует настроение, просто поговорите с говорящим хомяком. Он повторяет за вами все произнесенные слова и звуки, произносит их на любом языке мира, повторяет звуки кошек и собак. Когда вы что-то жуете, он жует с вами, отлично имитирует хохот. Эта интерактивная игрушка поднимет вам настроение и поможет развеселить друзей, надолго покормит сердце ребенка и взрослого с первой минуты знакомства.

## Новейшая электрическая ножеточка 220 вольт

~~1700~~ 1190 руб.



Правильная и эффективная заточка ножей надолго! Имеет специальные направляющие, которые позволяют заточить нож по всем правилам – с нужным углом заточки. Мгновенная и качественная заточка обеспечит долговременную остроту ножа. Заточит нож с зубчатым лезвием. Имеется специальный разъем для ножиц и отверток. Работает от батареек! Всего 10 секунд на заточку ножа.

## Трость складная с фонариком

~~1390~~ 990 руб.



Устойчивая и надежная опора при ходьбе по лестницам, крутым поворотам, дорогам из песка и камней. Не скользит. Изготовлена из пластика, выдерживает нагрузку до 113 кг, максимальная высота в разложенном виде – 94 см, вес – 500 г. Раскладывается в 5 вариантах. В сложенном состоянии настолько мала, что с легкостью помещается даже в небольшую женскую сумочку! Уникальная подставка обладает эффектом вращения и петлями для закрепления на руке, что минимизирует ее способность к падению.

## Ледоходы для обуви

~~1390~~ 990 руб.



Ледоходы – легкая и уверенная походка по скользким поверхностям. Они обеспечивают прочное сцепление со льдом и избавляют вас от ссадин. Ледоходы легко надеваются на любую обувь размером от 35 до 45. Имеют дополнительный противоскользкий протектор и 10 особо прочных шипов из нержавеющей стали на подошвах, благодаря которым ледоходы надежно держат вас на скользком льду.

## Набор кастрюль Kaiserhoff

12 предметов ~~4990~~ 3990 руб.



Посуда изготовлена из высококачественной нержавеющей стали. Имеет 5-слойное дно, клепаные металлические ручки и стеклянные крышки. Подходит для индукционных плит. Внутри кастрюль есть измерительная шкала. Производство Германия.

## «Золушка» ультразвуковое устройство для бережной стирки

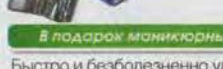
~~1490~~ 1190 руб.



Сверхминиатюрное ультразвуковое устройство «Золушка» (поместится на ладони) бережно перестирывает горы белья в емкостях любого объема и обеспечивает высокое качество стирки. Отстирает любые габаритные вещи (одежду, зимнюю одежду, ковер) без мех. деформации. Абсолютно бесшумна. Сверхэкономична: потребляет электро-энергии менее 20 Вт. Пьезокерамический излучатель производит акустические ультразвуковые вибрации от 20 до 60 кГц, обладающие уникальной проникающей силой в воде и между нитями любой ткани. Воздействие этих колебаний позволяет не только удалить частички грязи с поверхности ткани, но и эффективно очистить ткань изнутри. Не нужно тратить большое количество драгоценной электроэнергии для стирки в обычной стиральной машинке-автомате. «Золушка» работает бесшумно, тратит минимум электричества (меньше 20 Вт в сутки), а качество стирки превышает все ожидания.

## «Виззит» прибор для удаления волос

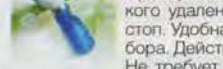
~~1520~~ 1190 руб.



Быстро и безболезненно удалит нежелательные волосы надбровий, на щеках, подбородке, в зоне подмышек, на ногах и в зоне бикини. Удаляет волоски на корневом уровне.

## Электрическая пилка «Шоле»

~~1990~~ 990 руб.



Прибор специально разработан для мягкого удаления ороговевшей кожи ваших стоп. Удобная эргономичная форма прибора. Действует бережно и эффективно. Не требует предварительного распаривания кожи. Мягко и эффективно удаляет ороговевшую кожу стоп. Заменит педикюр в салоне. Лучшая цена!

## Чудо-светильник «Наносвет»

~~1500~~ 990 руб.



Теперь можно в считанные секунды установить светодиодное освещение в шкаф, под раковину, под кроватью и т.д. Состоит из 5 ярких светодиодов и работает на батарейках непрерывно до 100 часов. Крепится с помощью специальных двухсторонних липучек на любую поверхность: металл, пластик, дерево, плитку. Легко устанавливается на потолок или стену, а при необходимости вынимается из крепления одним движением руки и используется как стандартный фонарик. Использует 3 батарейки типа ААА.

## Швейная мини-машинка

~~2790~~ 1990 руб.



Очень компактная! для ее использования и хранения не нужно отводить специальное место. Вы с легкостью подожмете брюки или юбку, вставите молнию, сэкономив тем самым свои деньги на посещение ателье. Подарите своим любимым вещам вторую жизнь. Ведь с этой мини-машинкой так легко пришить заплатку или красивый декоративный элемент. Сошьете красивую одежду своими руками. Вы сможете шить, используя ножную педаль. Это делает процесс шитья быстрым и удобным.

В подарок к машинке идет набор для шитья: иглы в катушках 32 цветов, шулки с нитками 32 цветов, сантиметр, ножницы, нитероса - 2 шт., ниткодеватель, вспомогатель, 30 иголок.

## Гарантия качества! Звоните прямо сейчас!

С информацией об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве призов, сроках, месте и порядке их получения можно ознакомиться по тел. 8 (499) 213-03-16. Акция действительна до 12.02.2017. Реклама.

## Эар Зум усилитель звука

~~1190~~ руб.



Отличная слышимость с высоким разрешением. Легкий, мощный и незаметный прибор со звуковым сигналом высокого разрешения. Ни один разговор больше не ускользнет от вас. Регулируемая громкость. Для использования в любом месте: на спортивных состязаниях, за городом, на работе, в школе, на праздниках и дома.

## Электропростыня

~~1990~~ 1790 руб.



Дом, в квартире, в коттедже, на даче и даже на природе! Теперь вы сможете спать в тепле и дышать свежим воздухом всю ночь! Забудьте о сырости в постели! Снимает напряжение, мышечные боли и стресс, расслабляет организм! Ваш диван станет источать приятное комфортное тепло, даже когда вы сидите на нем! Вы сможете обогреваться почти даром (1 кол. в час). Позволяет спать в помещении с температурой около 0 градусов. Полная безопасность благодаря новой австрийской технологии. Покрывало из 100% натуральной х/б ткани. Вы сможете быть на даче дольше 3-4 месяцев в году! Отличный подарок для всей семьи!

## Электроплед

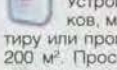
~~2990~~ 2490 руб.



Дом, в квартире, в коттедже, на даче и даже на природе! Теперь вы сможете спать в тепле и дышать свежим воздухом всю ночь! Забудьте о сырости в постели! Снимает напряжение, мышечные боли и стресс, расслабляет организм! Ваш диван станет источать приятное комфортное тепло, даже когда вы сидите на нем! Вы сможете обогреваться почти даром (1 кол. в час). Позволяет спать в помещении с температурой около 0 градусов. Полная безопасность благодаря новой австрийской технологии. Покрывало из 100% натуральной х/б ткани. Вы сможете быть на даче дольше 3-4 месяцев в году! Отличный подарок для всей семьи!

## Отпугиватель грызунов и насекомых

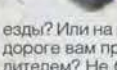
~~1290~~ руб.



Устройство для отпугивания тараканов, жуков, мышей, крыс. Защищает ваш дом, квартиру или промышленное предприятие площадью до 200 м². Просто вставьте его в розетку. Можно использовать, если в доме есть дети, собаки и кошки. Безопасен. И в него встроен уютный ночник.

## Фонарь-электрошокер Police

~~1790~~ 1290 руб.



Дорога домой проходит через темные неспокойные дворы, переулочки и подьезды? Или на вас напала бешеная собака, а может, на дороге вам приходится иметь дело с агрессивным водителем? Не беда! На помощь придет фонарь Police. Он моментально приводится в боевую готовность и вмиг обезвреживает противника! Фонарь прекрасно подходит для туризма, рыбалки, дачи и незаменим для автомобилистов. Подарите фонарь Police своей девушке, жене, маме или сестре, чтобы они могли постоять за себя, когда рядом вас не будет.

## Прибор для чистки ушей

~~590~~ руб.



Вакуумный очиститель Waxvac безопасно и эффективно удаляет воду и загрязнения из ушей. Он действует мягко и почти бесшумно, но результат потрясающий! Просто вставьте в ухо наконечник прибора, и через пару секунд проблема решена. Особая система защищает от слишком глубокого проникновения в ухо. Waxvac можно использовать в любом возрасте: от раннего детства до глубокой старости. Вакуумный очиститель ушей Waxvac имеет несколько разноцветных насадок из мягкого силикона. У каждого члена вашей семьи будет индивидуальная насадка, так что использование очистителя будет максимально гигиеничным.

## Часы-музыкальный проектор звездного неба

~~1290~~ 990 руб.



Календарь до 2099 года показывает полную дату и время, год и день недели. С помощью встроенного комнатного термометра можно измерять температуру по Цельсию, и по Фаренгейту. Будильник проигрывает 10 мелодий: журчание воды, шум морской волны, шум ветра и классическую музыку. Компактный. Проецирует звездное небо. Отличный подарок детям!

Доставка по Москве и всем регионам России.

Время работы с 9:00 до 21:00

8 (499) 213-03-16 (многоканальный)



### Хозяйке на заметку

Избавиться от неприятного запаха в зимних сапожках помогает распылитель: заливаю в него немного водки, разбавленной водой, добавляю несколько капель эфирного масла. Распыляю средство внутри обуви — спиртовая основа уничтожает бактерии (причину дурного запаха), а эфирное масло придает приятный аромат.

Оксана Ю., по электронной почте

\*\*\*

Ремешок от платья закрепляю на той же вешалке, что и сам наряд, — так аксессуар не потеряется.

Инна ПОЛЯНСКАЯ, г. Житомир

\*\*\*

Если для теста нужно натереть замороженное сливочное масло, то постоянно обмакиваю его в муку — чтобы масляная стружка не слиплась в один ком.

Ольга ФИЛИППОВА, г. Курск



### Совет дня



## Трюки при стирке

Собираясь стирать цветное белье, всегда наливаю к засыпанному в люк стиральной машины порошку 50-70 мл уксуса. Средство помогает тканям не терять яркость. А еще заметила, что после такой стирки на вещах остается меньше шерсти моих пушистых питомцев — приятный бонус!

Екатерина КЕЗЛЯ, г. Могилев

\*\*\*

В морозную зиму шерстяные свитера мы носим почти ежедневно — значит, и стирать их приходится чаще. Чтобы изделия по этой причи-

не не дали усадку, при стирке вместо стирального порошка использую горчичный. Развожу стакан сырья водой и перемешиваю, чтобы получилась масса консистенции густой сметаны. Через полтора часа выливаю средство в тазик с теплой водой (8-10 л) и стираю шерстяные вещи. Затем тщательно выполаскиваю в холодной воде, добавив в нее примерно 20 мл нашатырного спирта. Свитер становится чистым, мягким и сохраняет свой размер.

Нина ПЕТРОВА, Витебская обл.

Перед тем как чистить чеснок, отправляю головку в микроволновку секунд на 15, включив на полную мощность, — шелуха отделится гораздо легче.



## Туника «Прелестница»

Симпатичный наряд, который сочетает в себе несколько узоров.

Понадобились: 500 г пряжи Alize «Lanagol 800»; спицы № 3,5; нитка с иглой.

Размер: 46.

Используемые техники: «жемчужный узор» (попеременно 2 лиц. п. и 2 изн. п., смещая узор на 2 п. в каждом 3-м р.); изнаночная гладь (лиц. р. — изн. п., изн. р. — лиц. п.); «рельефный узор» — по схеме; «резинка» 1x1 (попеременно 1 лиц. п. и 1 изн. п., в изн. р. все п. вязала по рисунку). Работу выполняла в 3 нити.

Перед: набрала 140 п., 2 р. изн. гладью. Затем в начале и в конце р. 27 п. выполнила «жемчужный узором», по центру — «рельефный узор», провязывая по 4 п. изн. гла-



Смотрите  
схему № 2  
на стр. 16

ди с обеих сторон. На высоте 10 см начала делать убавления в «жемчужном узоре» в каждом 6-м р. по 1 п. с каждой стороны. На высоте 53 см для проймы с обеих сторон закрыла по 3 п., затем 6 раз х 1 п. в каждом 4-м р. На высоте 7 см от начала вязания все п. закрыла.

Спинка: выполнила аналогично.

Рукава: набрала 70 п., далее «рельефный узор», убавляя с обеих сторон в каждом 4-м р. 6 раз х 1 п. На высоте 13 см закрыла п.

Сборка: соединила перед и спинку, вшила рукава. По краю выреза горловины набрала 90 п., провязала 4 см «резинкой» 1x1. Закрыла п.

Карман: набрала 37 п., вязала сперва 15 см «рельефным узором», затем 12 см «резинкой» 1x1, пришила к тунике.

Валерия СЕРЕБРЯКОВА, г. Донецк. Фото автора



Дешево

## Помпоны для Артемона



Сделать игрушку своими руками проще, чем кажется! Для туловища наберите 6 в. п., вяжите крючком ст. б/н по кругу, выполняя прибавки в каждую вторую петлю. Когда их количество станет равным 30, продолжите работу без прибавок до высоты 20 см. Затем по той же схеме начните уменьшать петли в ряду, пока не закроете все. Не забудьте наполнить игрушку синтепоном! Затем подготовьте 8 помпонов для лапок, ушей и мордочки любым удобным для вас способом. Пришейте их к туловищу, закрепите язычок, носик и глазки.

Виктория НЕЧЕПОРЕНКО, г. Харьков. Фото автора





## Зимние грезы

Это полотенце из натурального хлопка подарит вам комфорт после сауны или водных процедур. Яркое, стильное и нежное, оно займет достойное место в вашей ванной комнате!

Полотенце «Сумерки»  
Материал: 100% хлопок. Размер: 150x80 см.

## Все сбудется — я помогу!



169 р.

моменты жизни и находить выход из любого кризиса!

Формат 110x165, обложка, 288 с.

Н. Правдина — автор многочисленных бестселлеров, специалист по позитивному мышлению. Практики из ее новой книги помогут вам стать по-настоящему счастливым человеком. Вы получите жизнь, о которой мечтаете! Откроете дорогу к деньгам, любви и счастью! Избавитесь от лени, стрессов, страхов и комплексов! Научитесь легко переживать сложные

## Матронушка поможет!



Матрона Московская — покровительница всех верующих. Попросите ее развеять все сомнения, принять верное решение, обрести гармонию в душе, и она вам поможет. Позолоченная нательная икона с серебряным изображением святой — красивый подарок, а также опора и поддержка на всем жизненном пути.

Подвеска «Матрона Московская»  
Материал: серебро 925/позолота/родий.  
Вес: 0,75 г.  
Ювелирная компания Амбер.

499 р.

## Цепочка 499 р.

Серебряная цепочка с покрытием золотом 585 пробы — это элегантное и роскошное украшение и идеальный комплект с подвеской «Матрона»!

Материал: серебро 925 пробы, золото 585 пробы.  
Длина 55 см, вес — ок. 2 г.  
Россия, Красносельский Ювелирпром.

## ПОДАРОК НА ВЫБОР

за заказ от 699 руб.



### «Неразменная денежка»

Хотите разбогатеть? Всегда носите эту денежку в кармане кошелька или портмоне и вскоре обретете финансовое благополучие!

Материал: серебро 925 пробы.  
Масса 1 г, диаметр 14 мм.  
Санкт-Петербургский монетный двор Гознака.

### Вот так формы!

2 шт.  
в наборе



Приготовьте яичницу, тосты или оладушки не как обычно, а в форме цветочка или сердечка! Удобные ручки предотвращают ожоги.

Материал: металл.

## Сохраните лето на вашем столе

Очень красивые фарфоровые пиалы с изящным рисунком из тюльпанов — именно то, что вам нужно для сервировки! Пиалы можно использовать для самых разных случаев: они прекрасно подходят как для уютного домашнего чаепития, так и для праздничных застолий. Закуски, салаты, супы, варенья, выпечка и сухофрукты — это далеко не полный перечень блюд, которые будут изумительно смотреться в этих пиалах. Нежный рисунок из тюльпанов напомнит вам о теплых летних днях и будет радовать вас еще долгое время.

Пиала «Тюльпаны»  
Материал: фарфор.  
Размер: 300 мл.



199 р.



### АКЦИЯ!

при покупке от 2-х шт.

цена за 1 шт.

199 р.  
149 р.

МОЙ МИР  
www.mm-katalog.ru

Звонок по России  
и с мобильного

БЕСПЛАТНО 8 (800) 250-21-76

код заказа:  
PM-17-5-СВ-ДГЯ

Минимальная сумма заказа составляет 400 рублей без учета сервисного сбора. Сервисный сбор, стоимость доставки и пересылка перевода наложенного платежа оплачиваются дополнительно. Сервисный сбор составляет 99 руб. Стоимость почтовой доставки соответствует тарифам ФГУП «Почта России». Стоимость пересылки перевода наложенного платежа соответствует 2% от суммы перевода, но не менее 50 руб. Продавец: АО «Мой Мир», ОГРН 1107746773331, адрес: 111024, г. Москва, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 6. Товар производства КНР или РФ. Товар, требующий сертификации, сертифицирован. Гарантийный срок и срок службы в данном товарном предложении — не более 1 года (если не указан иной срок). Срок годности в данном предложении — не более 1 года (если не указан иной срок). Предложение действительно до 30.04.2017 при условии наличия товара на складе. Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода PM-17-5-СВ-ДГЯ.



# 1

Комплект  
«Мурлыка»  
(стр. 8)

Условные обозначения:

○ = в. п.

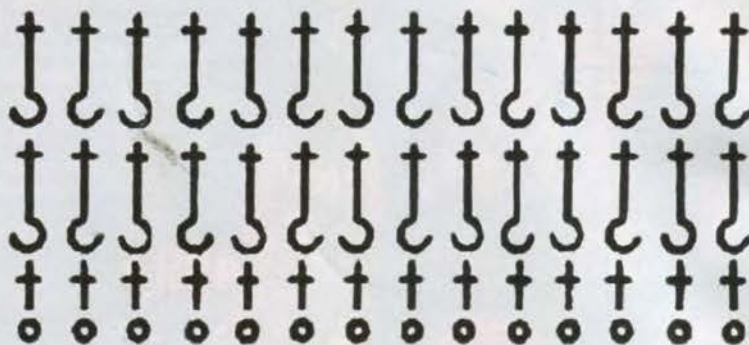
⊢ = ст. с/н в каждую в. п. наборного ряда

⊢

⊢ = лиц. рельефный ст. с/н

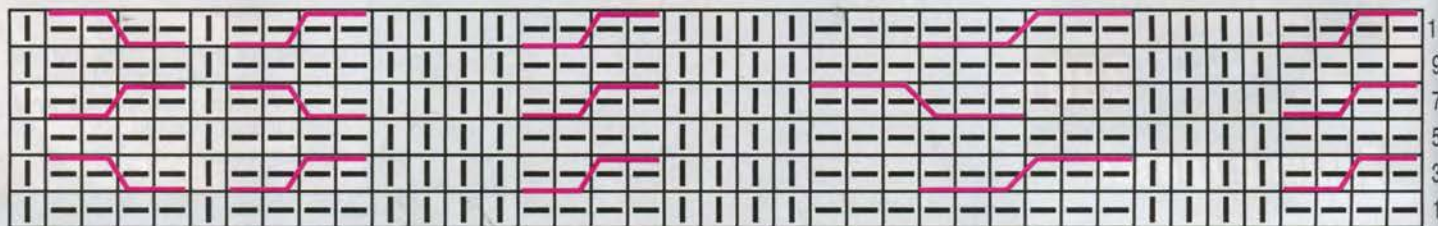
⊢

⊢ = изн. рельефный ст. с/н



# 2

Туника  
«Прелестница»  
(стр. 14), см



Условные обозначения:

□ = лиц. п.

▤ = изн. п.

□ □ □ □ = 4 п. перекрестить налево

▤ ▤ ▤ ▤ = 4 п. перекрестить направо

□ □ □ □ □ □ = перекрестить 6 п. направо

▤ ▤ ▤ ▤ ▤ ▤ = перекрестить 6 п. налево

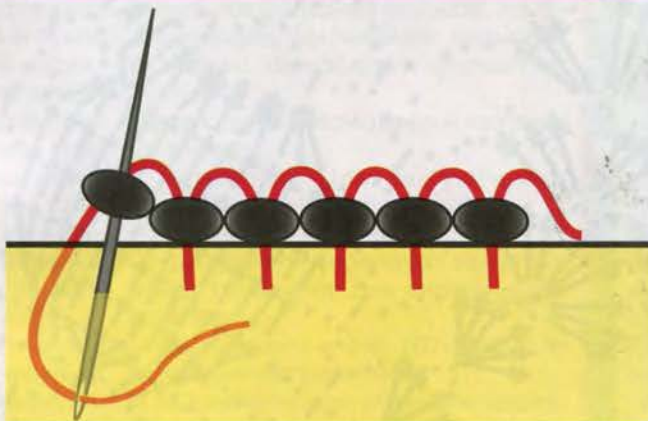




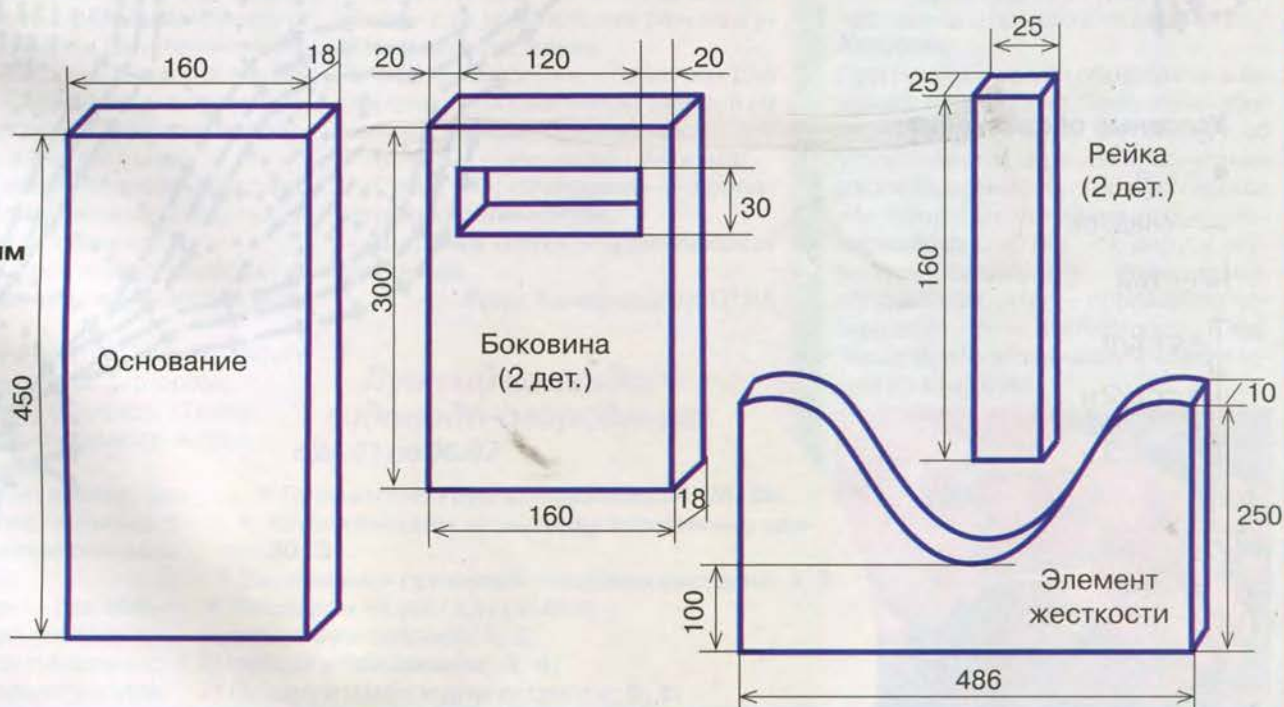
3

«Зимняя  
принцесса»  
(стр. 8)

4

Серьги  
«Солнышко»  
(стр. 8)

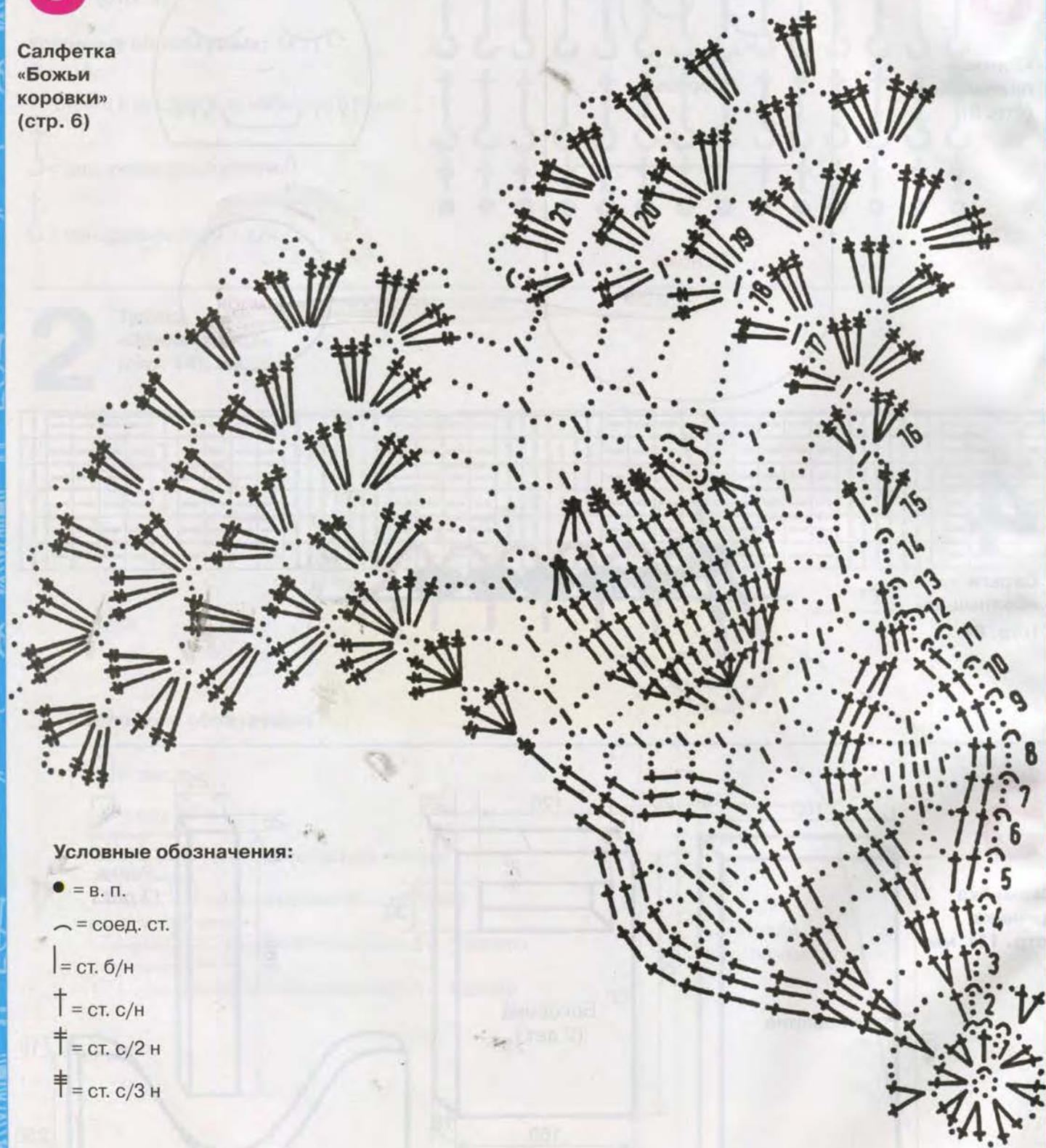
5

Скамейка  
дачника  
(стр. 11), мм



## 6

Салфетка  
«Божьи  
коровки»  
(стр. 6)



Условные обозначения:

● = в. п.

— = соедин. ст.

| = ст. б/н

† = ст. с/н

‡ = ст. с/2 н

≡ = ст. с/3 н



## ДАЧНЫЕ ХЛОПОТЫ



Наш эксперт — агроном  
Ольга Исакова, г. Сергиев Посад



# Январь-февраль

**1)** Убираем с плодовых деревьев мумифицированные плоды и сухие листья — источники грибной инфекции. Регулярно подгребаем к штамбам выпавший снег, не оголяя прикорневую зону. Получившиеся холмики утрамбовываем, защищая кору от грызунов. Кроме того, так снег весной таять будет гораздо медленнее: это оттянет цветение плодовых деревьев и поспособствует защите набухших почек от заморозков.

**2)** Если температура воздуха не ниже -10 °С, продолжаем заготовку черенков яблони и груш для весенней прививки. Побеги нарезаем только со здоровых плодоносных веток. Диаметр черенка должен быть не менее 5 мм и иметь от 3 до 5 почек. Берем однолетние побеги со стороны кроны, хорошо освещаемой летом. Связываем их в пучки, прикрепляем к каждому этикетку с названием сорта и храним в снегу.

**3)** Продолжаем обновлять садовую аптечку. Приобретаем средства от вредителей и болезней:

- «Раек», «Скор» — против парши на яблоне, ржавчины и мучнистой росы на цветах;
- «Профит Голд», «Ордан», «Абига Пик», «Хом» — от фитофтороза;
- «Превикур», «Азофит», «Триходерма» — от фузариоза астр, корневой гнили;
- «Хорус» — против парши на яблоне, коккомикоза вишни, мучнистой росы крыжовника;
- «Витарос» — для обеззараживания посадочного материала луковичных;
- борную кислоту — для

защиты от болезней огурцов, томатов, перцев, баклажанов, подкормки свеклы, картофеля и цветной капусты.

Эффективные помощники каждого садовода:

- «Этамон», «Циркон» улучшают корнеобразование растений;
- «Эпин» — общий адаптоген;
- «Цитовит» — препарат хелатных микроэлементов для внекорневой подкормки;
- «Силиплант» и «НВ-101» повышают иммунитет растений;
- «Корневин» для индукции корнеобразования черенков;
- «Садовый вар» или «Живица сосновая» для заживления ран на кустарниках и деревьях;
- «Партенокарпин», «Томатон» для стимуляции образования завязей на томатах, перцах, баклажанах;
- «Завязь» — индуктор цветения;
- «Гумат +7», «Микровит» — препараты микроэлементов;
- «Фертика Люкс» — комплексное удобрение.

Фото Александра ЛИТИНА

## Лунный календарь садовода-огородника с 24.01 по 06.02

- \* Готовим почвогрунт для рассады: **24, 25, 26.**
- \* Устанавливаем на выгонку луковичные цветы: **30, 31.**
- \* Занимаемся прививкой плодовых растений: **1, 2.**
- \* Высеем на рассаду семена:
  - 1)** земляники садовой: **1, 2;**
  - 2)** перцев и баклажанов: **3, 4;**
  - 3)** гвоздики Шабо и других цветов: **5, 6.**

Советовал Валерий МАТВЕЕВ, астролог

## Выбираем семена: сорта или гибриды?

**Семена гибридов первого поколения (F1) сейчас пользуются у дачников большим спросом, нежели сортовые. Почему? Ответ на этот вопрос дает Елена Дорохова, кандидат химических наук, г. Москва:**

— Гибриды гарантированно радуют обильным урожаем, так как обладают повышенной устойчивостью к различным заболеваниям. По этой же причине за ними значительно легче ухаживать. Кроме того, растения F1 дают сочные, яркие плоды практически одинакового размера. Так, можно легко получить приблизительно равные по весу тыквы или кочаны капусты. Однако все вышеописанные качества гибридов реализуются при условии, что вы удовлетворите их требования к почве, влаге, питанию. Учтите: размножать скрещенные растения можно только вегетативным способом. Выбирая в магазине семена, помните, что гибрид, как и сорт, должен быть районирован, а на упаковке указаны номер партии и срок годности.

Важнейшая особенность сорта — его способность размножаться семенами. При этом в последующем потомстве получаются растения с тем же набором признаков. Если решили заняться семеноводством, знайте: на определенной площади должны цвести экземпляры только одного сорта, иначе культуры переопылятся и качественного продукта не получится.

### Кстати

При покупке семян обращайте внимание и на другие буквенные обозначения, которые расскажут об устойчивости растения к различным заболеваниям. Например, символ «А» означает устойчивость к альтернариозу; «СТV» — к вирусу огуречной мозаики; «F» — фузариозному увяданию; «N» — поражению нематодой; «P» — фитофторозу и т.д. Чаще всего встречается комбинация из этих букв.







### «Дерево счастья»

**Так называют в народе драцену душистую. Своей эффектной листвой и неприхотливостью в уходе это растение порадует любого цветовода!**

Драцена не слишком требовательна к свету, поэтому может расти в глубине комнаты. Главное — избегать резкой смены освещенности и не переставлять ее внезапно на солнечный подоконник. Цветок чувствителен и к сухому воздуху квартиры: при недостаточной влажности листва сохнет и темнеет. Деревце часто опрыскиваю мягкой кипяченой водой, иначе на листьях остаются белые известковые разводы. Драцена не терпит избыточного полива: рекомендовано орошать ее, когда подсохнет верхний слой почвы. Тем не менее, я — за индивидуальный подход. Так, моему экземпляру в молодом возрасте требовалось ежедневное увлажнение. Сейчас, когда растение стало взрослым, поливаю его раз в 3-4 дня. Деревце предпочитает комнатную температуру, но, по моим наблюдениям, выдерживает и более низкую — до +12 °С. Частоту полива в таком случае сокращаю.

Размножается боковыми отростками, которые дает охотно. Их можно окоренить в воде. Таким способом я и получила свою красавицу: когда у отростка появились корешки, посадила его в почвосмесь для пальм. На дно вазона положила дренаж. Пересаживаю растение методом перевалки, когда корни начинают пробиваться сквозь отверстия в дне горшка.

Виктория ТИЩЕНКО,  
г. Киев. Фото автора

### Окольцевал... лимон

**Как-то знакомый попросил поделиться с ним саженцем лимона, который быстро начал бы плодоносить. Воспользовался старым проверенным способом размножения растений — воздушными отводками.**

Для этого выбрал красивую ветку, которая при обрезке сразу имела бы вид сформированного кустика. В месте, где по моему расчету должны были образоваться корни, снял кору кольцом. Таким образом обеспечил прекращение оттока питательных веществ от ветки. Срез обернул мхом сфагнумом и подвязал швейными нитками. Затем — полиэтиленовой пленкой и закрепил скотчем. Сверху для полива прорезал лезвием отверстие примерно 1х2 см. Увлажнял по мере высыхания мха. Через пару месяцев у ветки появились корешки. Еще несколько недель не отделял ее от маточного

экземпляра. Поливал, подкармливал раствором минерального удобрения. Да и про основной куст не забывал. После того, как секатором отсоединил окоренившуюся ветку, срезы присыпал толченым древесным углем. Веточку посадил в горшок, по размеру немного больший, чем накрученный на окольцованное место мох. Размножить таким способом можно и другие citrusовые, а также оливу, гранат, инжир. Молодые растения в результате намного раньше вступают в плодоношение.

Виктор ВОЙТИК, г. Гродно



### Опасная красота

**В январе прошлого года в торговом центре купила шикарный фаленопсис с тремя цветоносами. Ухаживала за ним, придерживаясь советов опытных орхидеистов. Но через несколько недель растение погибло. В чем может быть причина?**

— Магазиновые фаленопсисы с тремя и более цветоносами сильно стимулированы абсцизовой кислотой и этиленом (фитогормонами). Такие растения погибают практически сразу после цветения от «передозировки» данных препаратов. Поэтому в следующий раз отдайте предпочтение экземпляру с одним-двумя побегами.

При выборе обращайте внимание не столько на красоту эпифита, сколько на количество листьев (должно быть не менее четырех),

Наина ЦАРЕВА, по электронной почте их цвет, размер и тургор, а главное — на состояние корневой системы.

Любые цветы, приобретенные в магазинах, первое время не ставьте в кухне, спальне, детской — на протяжении нескольких месяцев они выделяют в атмосферу этилен, поэтому возможны аллергические реакции, проблемы с дыханием.

Елена ШУСТИКОВА,  
коллекционер эпифитных растений,  
г. Могилев.

Фото Татьяны САНЧУК







## Хозяйке на заметку

Десерт «Каштанчики» — один из любимых в нашей семье. Измельчаю 250 г песочного печенья и 50 г ядер орехов, смешиваю крошку со 120 г растопленного сливочного масла. Добавляю по 3 ст.л. меда и какао, а также немного ванильного сахара. Скатываю из массы шарики, вложив в каждый по 3 изюминки, обваливаю в кокосовой стружке и охлаждаю.

Людия ИЩЕНКО,  
г. Киев. Фото автора

Замешиваю тесто из 6 яиц, 6 ст.л. муки, 2 ст.л. манки и 600 мл молока, добавляю соль и сахар по вкусу. Обжариваю блинчики на сковороде. 3 очищенных от кожуры и нарезанных ломтиками яблока посыпаю 2 ст.л. сахара, оставляю на 10 минут, затем тушу на 1 ст.л. сливочного масла минут 7 помешивая. Готовые блинчики смазываю йогуртом и складываю треугольниками, на каждый кладу по паре ложек яблок и посыпаю корицей.



Галина КРОПОТОВА, п. Медведево  
Республики Марий Эл. Фото автора

Нарезаю кубиками кабачок, обжариваю на растительном масле. Лук измельчаю полукольцами, морковь — соломкой и также подрумяниваю на сковороде. Складываю подготовленные овощи в сотейник, тушу под крышкой минут 20. Добавляю содержимое баночки консервированной фасоли, солю, перчу, готовлю еще минут 5. Снимаю с огня и подмешиваю нарубленные чеснок и зелень.

Римма ИВАНОВА, г. Сланцы



Заценило!

## Сытный сальтисон

«Сваты», спасибо за тему «Мясной пир» в № 1! Хочу и свой рецепт читателям предложить: по нему сальтисон получается удивительно нежным, а кусочки субпродуктов добавляют сытности.

**Свинья голова (весом 8-10 кг), язык и сердце, 5-6 луковиц, 10-12 горошин черного перца и 5-7 — душистого, соль — по вкусу, 2 головки чеснока, 1 ст.л. смеси молотых перцев.**

Голову разрубите на части, замочите в холодной воде. Залейте в кастрюле новой водой, доведите до кипения и готовьте полчаса. Слейте, добавьте к нарезке свежую воду и томите мясо после закипания на слабом огне 5 часов вместе с неочищенными луковицами, горошинами перца и солью.

Отделите мясо от костей и пропустите через мясорубку. Язык и сердце сварите отдельно, также с пряностями, крупно нарежьте. Смешайте с фаршем и измельченным чесноком, добавьте молотый перец и соль. Наполните массой рукав для запекания (завяжите «конфеткой») или смазанные растительным маслом пластиковые бутылки. Выдержите в холодильнике сутки, освободите от упаковки — и, нарезав, подавайте к столу!

Галина СКЛЯРЕНКО, с. Радостное  
Запорожской обл. Фото автора

## «Интрига»

Самый обычный салат благодаря оригинальной заправке может преобразиться!

**400 г белокочанной капусты, крупная морковь, 50 г сахара, по 2 ст.л. майонеза, молока и кефира, 1 ст.л. лимонного сока, 1 ч.л. 9% уксуса, 0,5 ч.л. соли, щепотка смеси перцев (розового, белого, черного, зеленого).**

Капусту тонко нашинкуйте, морковь измельчите на терке для моркови по-корейски, смешайте овощи. В отдельной миске венчиком взбейте оставшиеся ингредиенты. Залейте получившимся соусом салат, перемешайте, оберните миску с закуской пищевой пленкой и отправьте в холодильник на час.

Марина КВОН, г. Санкт-Петербург



## Свекла по-корейски

Кто сказал, что по-корейски можно приготовить только морковь?

**2-3 средние свеклы, 3 зубчика чеснока, 3-4 ст.л. 9% уксуса, 2 ст.л. растительного масла, по 1 ч.л. сахара и соли, 0,5 ч.л. молотого красного перца.**

Сырую свеклу измельчите на терке для моркови по-корейски, посолите и оставьте на полчаса, затем слейте выделившийся сок. В сковоро-

де разогрейте масло, подрумяньте на нем нарезанный чеснок, выложите его вместе с ароматным маслом в тарелку со свеклой, посыпьте перцем и сахаром, полейте уксусом, перемешайте.

Переложите свеклу вместе с маринадом в стеклянную баночку, закройте крышкой и поставьте на сутки в холодильник.

Вероника КРАМАРЬ,  
г. Санкт-Петербург.  
Фото автора





# У ВАС ТОЖЕ БОЛЯТ ПАЛЬЦЫ НА НОГАХ?

**С НОВЫМ ФИКСАТОРОМ БОЛЬШОГО ПАЛЬЦА ВЫ НАВСЕГДА ЗАБУДЕТЕ О ВЫПИРАЮЩИХ «КОСТОЧКАХ»!**

- Останавливает боль и воспаление за 10 дней.
- Радикально устраняет деформацию за 3-6 месяцев!

**По меньшей мере 30% женщин не могут носить модельную обувь и обувь на каблуках, так как они стесняются внешнего вида своих ступней, каждый новый день начинается с дискомфорта и заканчивается болью.**

Причина тому – выпирающие «косточки», «шишки» в области больших пальцев стоп.

**ФИКСАТОР БОЛЬШОГО ПАЛЬЦА – ОДНО РЕШЕНИЕ ТРЕХ ПРОБЛЕМ!**

- Устанавливает палец в правильное положение и устраняет деформацию
- Предотвращает воспаление суставов
- Устраняет боль и неприятные ощущения при ходьбе

Фиксатор Valgus Pro не мешает ношению обуви, неощутим на ноге, невидим даже в летних туфлях.

**ГЕЛЕВЫЕ ФИКСАТОРЫ VALGUS PRO – «ЗОЛОТОЙ СТАНДАРТ» ПРИ ДЕФОРМАЦИИ БОЛЬШОГО ПАЛЬЦА СТОПЫ!**

ЧТО ТАКОЕ HALLUX VALGUS?



На здоровой стопе большой палец располагается практически параллельно другим пальцам, однако при вальгусе происходит отклонение основания большого пальца от стопы, при этом его кончик начинает «смотреть» в сторону остальных пальцев.

При вальгусе II-III степени анатомия большого пальца резко нарушена: он «заходит» на другие пальцы и перекрещивается с ними. Выраженная вальгусная деформация большого пальца – частая причина инвалидности у женщин!



**КОГДА ПОРА ИСПОЛЬЗОВАТЬ ФИКСАТОР VALGUS PRO**

Если у Вас есть плоскостопие или Вы постоянно носите узкую обувь и обувь на каблуке, если у Вас в семье кто-то имеет Hallux Valgus, стоит использовать Valgus Pro. Это поможет предотвратить развитие заболевания, и Ваши ноги останутся красивыми и здоровыми надолго.

При постоянном ношении фиксатор Valgus Pro исправляет деформацию – выпирающие «косточки» на ногах просто исчезают! Эффект подтвержден клинически.

**Даже при выраженной вальгусной деформации большого пальца стопы, при перекрещивающихся пальцах и их тесном прилегании, фиксатор восстанавливает правильное положение большого пальца, и не дает развиваться осложнениям: воспалению сустава, образованию натертостей и мозолей. Нагрузки при ходьбе распределяются по стопе правильно – исчезают боли не только в пальцах, но и в ступнях, ноги устают значительно меньше.**

**КАК ЭТО РАБОТАЕТ**

Фиксатор выполнен из медицинского силикона: эластичного материала, безопасного для

здоровья и очень прочного. Он мгновенно подстраивается под анатомию ноги, становясь в буквальном смысле слова неощутимым на ступне, при этом бережно и надежно фиксирует палец в правильном положении. «Косточка» вправляется и больше не сдавливается обувью. Исчезает боль при ходьбе, а обувь перестает деформироваться и служит дольше.



**Чем больше времени вы проводите в фиксаторе, тем быстрее происходит коррекция деформации большого пальца!**

Для большинства людей, этого более чем достаточно, чтобы кардинально решить проблему выступающих «косточек» на ногах!

**Хирургическая операция** долгое время считалась единственным эффективным способом лечения.

Однако это очень травматичный метод – кость рассекается, выступающая часть удаляется, болезненный, с длительным периодом восстановления. Кроме того, операция устраняет «косточку» на пальце, но не предотвращает повторное ее образование в дальнейшем, а на ступне после лечения остаются неэстетичные шрамы. Фиксатор большого пальца Valgus Pro устанавливает палец в правильное положение и фактически иммобилизует (фиксирует) его, что обеспечивает выраженное улучшение.

**РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ФИКСАТОРА, ПРОВЕДЕННОГО ИНСТИТУТОМ ОРТОПЕДИИ В ГЕРМАНИИ**

• Ношение фиксатора пациентами с начальными формами заболевания дало положительный эффект, подтвержденный клинически и рентгенологически, в 100% случаев.

- При II и III стадиях болезни существенное уменьшение деформации стопы отмечено у 68% пациентов, умеренное – у 25%. У 98% исследуемых наблюдалось уменьшение болей и дискомфорта при ходьбе.
- За время ношения фиксатора ни у одного пациента не развились воспалительные осложнения.

**НЕСКОЛЬКО ОТЗЫВОВ ТЕХ, КТО УЖЕ ИСПОЛЬЗОВАЛ ФИКСАТОР VALGUS PRO**

**Юлия, 30 лет** - Проблема появилась еще в институте. 10 лет я не носила обувь на высоком каблуке **ВООООЦЕ**, стеснялась своих ног: казалось, все смотря на мои уродливые ступни. Операции боюсь страшно. Поэтому когда наткнулась на фиксатор, купила сразу же. Ношу 3 месяца: ноги стали совершенно нормальными! Использую фиксаторы с туфлями на каблуках – еще одна моя победа.

**Валентина, 64 года** - Фиксатор просто в буквальном смысле спас меня! Боли в ногах были ужасные, я носила распотанную мужскую обувь, передвигалась с трудом. Как только начала носить фиксатор, перестали краснеть косточки на ногах, гораздо меньше стали болеть пальцы и сами ступни. Больше не хромаю, покупаю и ношу женские туфли и сапоги. Очень благодарна тем, кто придумал такую замечательную вещь!

**Ирина, 37 лет** - С детства диагностировано плоскостопие, с юности уже стали выпирать косточки у оснований больших пальцев. В последний год я просто не смогла носить нормальную обувь. Уже 2 месяца надеваю фиксатор – и легко влезаю в любую обувь на каблуках или на плоской подошве. Чувствую себя отлично!

**СКАЖИТЕ «НЕТ» БОЛИ В СТУПНЯХ И НЕКРАСИВЫМ «КОСТОЧКАМ» НА НОГАХ!**

ПОЗВОНИТЕ СЕЙЧАС, И ВЫ ПОЧУВСТВУЕТЕ ИЗМЕНЕНИЯ УЖЕ ЧЕРЕЗ НЕСКОЛЬКО ДНЕЙ!

**8 800 250 35 70**

ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ!  
**НОВОГОДНЕЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ!**

МЫ МОЖЕМ ПРЕДЛОЖИТЬ VALGUS PRO ПО ФИКСИРОВАННОЙ ЦЕНЕ **350 руб.** ~~550 руб.~~

**2 шт. - 650 руб., 4 шт. - 1100 руб.** ~~1100 руб.~~ ~~2200 руб.~~

+ почтовые расходы

**ЕЖЕДНЕВНО СКИДКА ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ**

\*Делая заказ, вы предоставляете продажу ООО «Лучшее решение» - 214030 г. Смоленск, Красинское шоссе 25, ОГРН 1126732009001 право на хранение, обработку и передачу ваших персональных данных в целях выполнения вашего заказа. Фотографии и статистика предоставлены поставщиком, результаты могут варьироваться. Скидка пенсионерам предоставляется на постоянной основе в течение 2017г.

## ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.



Наш эксперт — психолог  
**Анна Быкова,**  
 г. Екатеринбург



## Поваренок с кошечкой

**3** Внучка-первоклассница зачастила ко мне на кухню. Хочет быть помощницей, но пока больше путается под ногами. Может, ей еще рано кулинарить?

*Зоя И., г. Воронеж*

— Не препятствуйте ее желанию: ведь это замечательно, если ребенку интересно стряпать с вами! Сперва доверьте малышке почистить вареное яйцо, вымыть овощи. Потом вместе слепите пельмени — представьте, как девочка будет сиять от гордости, когда накормит ими всех домочадцев! А там, глядишь, спустя годы внучка уже для своей семьи станет варить борщ только по бабушкиному рецепту.

Не завидую семьям, где дети и при полном холодильнике сидят голодными в ожидании взрослых. Научившись готовить яичницу, кашу или бутерброд, ребенок получит свободу выбора, чем перекусить. Это важно и для повышения самооценки. Даже если внучка один раз приготовила суп, в ее копилке умений появится новое «я могу».

Хвалите внучку, рассказывайте ей про свои кулинарные хитрости и не ругайте за подгорелый блин или пересоленный суп. После «разбора полетов» должно возникнуть желание сделать лучше, а не возненавидеть готовку вообще.



## Мысли вслух Софи Лорен, актриса:

- 1) Женщина после 40 настолько самостоятельна и самодостаточна, что сама вправе решать, сколько ей лет и где у нее талия.
- 2) Умных женщин мужчины отмечают, красивых — глазами «выхватывают из толпы». И только обаятельных не забывают.
- 3) Мужчина, воплощающий в себе все лучшие качества, — сущее наказание.
- 4) Женщина, твердо уверенная в своей красоте, сумеет в конце концов убедить в ней всех остальных.



Советует психолог  
**Елена Медведева,** г. Киев



## Дерзкие и счастливые Строптивость важнее покорности?

Бытует мнение, что счастливый брак — это когда двое не ссорятся. Поэтому многие пары делают все, чтобы не допускать конфликтов в семье. Чаще своими интересами жертвует женщина, стараясь во всем уступать мужу, быть для него «удобной». Но чрезмерная покорность чревата взаимным разочарованием: рано или поздно супругу надоедает бесхарактерность жены, а женщина в душе таит обиду за то, что ее усилия недооценили.

Как же сохранить мир в семье, не подвывая своего «я»?

### Разберитесь в себе

Как правило, быть покорной побуждает страх потерять партнера (реже — неуверенность в себе). Не бойтесь быть самой собой! Помните: семейная жизнь невозможна без конфликтов. При этом гораздо важнее научиться преодолевать разногласия, чтобы отношения окрепли и «закалялись».

### Говорите правду

Постоянное замалчивание проблем из-за опасения ранить любимого или вызвать его агрессию в перспективе может сыграть злую шутку: вместо согласия пару ждут застой и апатия. Более того, бывают ситуации, когда резко высказаться или поступить наперекор супругу жизненно важно (например, настоять на необходимости ме-

дицинского обследования или уберечь от необдуманных поступков). К тому же у каждого из нас есть не лучшие черты характера, обратить внимание на которые способен только близкий человек. Да, нелегко говорить партнеру неприятные слова, болезненно задевая его самолюбие, но часто это — единственный способ донести правду.

### Откройте клапан

Если негативные эмоции своевременно не стравливать через «клапан души», они накапливаются, портят настроение, а со временем способны перерасти в психосоматические заболевания. Сдерживая в себе злость, раздражение, обиду, вы не избавляетесь от них, а, напротив, укрепляете их власть над собой.

### Иногда уступайте

Нередко мы поступаемся своими интересами, чтобы поддержать другого, и это нормально. Но если такое происходит постоянно — вами либо манипулируют, либо вы сами выбрали неблагодарную роль жертвы.

### Знайте меру

Мужчина по своей природе — завоеватель. Если партнерша излишне покорна, предсказуема, он начинает терять интерес к ней, реализуя потенциал охотника на стороне. Женский каприз иногда помогает добавить остроты в отношения и напомнить мужчине: за даму нужно бороться! При этом главное — не заиграться, иначе вместо легкой встряски можно нарваться на скандал или незаметно для себя превратиться в вечно недовольную фурию.





Наш эксперт — психолог  
Юлия Мормуль, г. Москва

## С возрастом не в ладу



Супругу за мной — как за каменной стеной. А если прошу разобраться с мультиваркой, «разрулить» конфликт дочери с зятем — муж корчит капризную гримасу: «Я устал после работы! Дай отдохнуть!» Но ведь и я — не каменная...

Ольга, г. Москва

### Муж — вечный ребенок

Скорее всего, проблема вашего супруга — из детства. Капризная, он пытался привлечь родительское внимание — в доказательство того, что его любят. Если мать с отцом потакали этому, у малыша складывалось убеждение: капризы — оружие, с помощью которого можно добиться многого. Подрастая, он все увереннее использовал этот «арсенал» и в отношениях с другими — с одноклассниками, друзьями, позже — с сослуживцами и с членами собственной семьи. В итоге, взрослея по паспорту, по сути, продолжал оставаться тем же ребенком, инфантильной личностью, заточенной на эгоизм.

### Прививка от беспомощности

Одно дело, если супруг после работы не успел помыть за собой посуду. И другое — если обрывает ваш телефон, спрашивая, где в квартире лежат его носки. Разделите обязанности и напомним: вы оба в ответе за все, что происходит в доме. Оторвите «недоросля» от своей юбки

— поезжайте в командировку или на недельку к родственникам. Вернувшись, увидите: «муж-ребенок» небезнадежен! Вспомнит, как готовить макароны, разберется с мультиваркой, вкрутит давно перегоревшую лампочку в люстру. Необходимость принимать решения без комфортной поддержки супруги — прекрасное лекарство от беспомощности.

### «Выбирайтесь своей колеей!»

От реального мира не спрячешься за чужой спиной, выход из жизненного лабиринта не подсмотришь в шпаргалке. Каждая самостоятельно решенная проблема, будь то отремонтированный утюг или урегулированные отношения с начальством на службе, — это не только опыт, но и закалка характера, еще один шаг к подлинно зрелой личности. Если супруг перекладывает на ваши плечи все свои заботы — не спешите с подсказками, а спросите: «Как сам думаешь с этим справиться?» В конце концов, в ваших собственных интересах, чтобы в доме скорее появился настоящий хозяин.



**Я ВСЕГДА ДЕЛАЮ ТО, ЧЕГО НЕ УМЕЮ,  
ЧТОБЫ ЭТОМУ НАУЧИТЬСЯ.**

Пабло ПИКАССО, художник

### Тест



### Насколько вы уверены в себе?

В каждой группе из 4 символов найдите тот, который вам больше нравится, запишите соответствующую цифру (например, а-4). Сложите получившиеся числа.

Итоговая сумма и есть «ключ» к тесту:

**8-13** — вы мнительны, часто идете на поводу эмоций, быстро падаете духом, столкнувшись с неприятностями, и опускаете руки, не чувствуя поддержки. Пора поверить в свои силы;

**14-20** — предпочитаете поддерживать мнение большинства, если оно кажется вам убедительным, однако не лишены критической оценки своих действий. Не теряйте бдительности, чтобы не пойти на поводу у «стада»;

**21-27** — в глубине души вы всегда уверены в своих силах, но в вашем окружении есть люди, перед которыми пасуете. Старайтесь находить компромисс — зачастую именно такие решения помогают не упасть ни в своих глазах, ни в глазах оппонента;

**28-34** — вам нелегко отказываться от своих взглядов и принципов, даже если понимаете, что не правы. Но за внешним упорством, скорее, скрывается не уверенность в себе, а страх признать собственную слабость. Станьте мягче — право на ошибку есть у каждого;

**35-40** — если вы что-то вбили себе в голову, переубедить вас невозможно. Поэтому вы нередко жалеете о сожженных мостах и разорванных отношениях. Помните: гибкость лучше упрямства!



## Мой ответ морщинкам

Устали бороться с морщинами? Они станут менее заметными благодаря компрессу, который я делаю раз в неделю.

Беру по 2 ч.л. сухого растительного сырья: липового цвета, шалфея, ромашки, лаванды. Заливаю половиной стакана горячей кипяченой воды, даю настояться 5-10 минут. Добавляю 3 ст.л. голубой глины и перемешиваю до получения массы консистенции сметаны. При необходимости разбавляю водой. Делю состав на две части. Одну перед использованием нагреваю на водяной бане, распределяю по марлевой салфетке и прикладываю к лицу на 5 минут. А вторая часть в это время охлаждается в холодильнике — смазанную ею салфетку кладу на кожу после «теплой терапии» на такое же время. Глаза во время процедуры прикрываю смоченными в настое ромашки ватными дисками. Такой компресс не только борется с морщинами, но и делает кожу свежей, ухоженной.

Галина МОИСЕЕНКО, г. Могилев

## Чудо-бровки

Брови начали редеть? Попробуйте 2-3 раза в неделю делать укрепляющую маску.

Смешиваю в равных количествах аптечный порошок солодки, кунжутное масло и касторку (если нет аллергии). Слегка подогреваю на водяной бане. Наношу кистью со скошенным по диагонали ворсом. Для удаления средства через 10 минут провожу по бровям сухим ватным диском, а затем — смоченным в теплом молоке или отваре трав. Через несколько недель заметила, что брови стали гуще.

Наталья СКРИДЛЕВСКАЯ,  
по e-mail

## «Зимнее счастье»

В холода такой крем помогает обветренной коже рук.

Залила сухие цветки календулы оливковым маслом (1:10), оставила в темном месте на 10 дней, периодически встряхивала емкость. Процедила.

Смешиваю 2 ст.л. полученного настоя с 2 ч.л. растопленного пчелиного воска и 1 ч.л. глицерина. Втираю средство в кисти рук по мере необходимости — крем хорошо питает кожу и помогает скорее зажить мелким трещинкам.

Наталья ШКРАДОВА, г. Жлобин

Совет дня



Наш эксперт — косметолог  
Татьяна Зенева, г. Воронеж

## Крем или масло?



Можно ли вместо питательного крема для лица использовать масло?

— Что представляет собой любой косметический крем? Эмульсию. Она хороша тем, что содержит достаточное количество воды, несет в себе как жирорастворимые компоненты (витамины А, Е, D), так и водорастворимые (витамины С, группы К, полезные для кожи кислоты и растительные экстракты).

И еще вода активизирует обменные процессы в поверхностных слоях кожи.

Поэтому не советую заменять кремы чистыми маслами, даже натуральными. Создавая пленку на коже, они препятствуют ее дыханию и могут спровоцировать появление комедонов. В крайнем случае втирайте масло во влажную, смоченную тоником кожу лица.

Юлия СОМОВА, г. Москва

Полезно использовать гидролат домашнего приготовления — вытяжку ценных веществ из растений.

Для его получения поставьте на дно широкой кастрюли пустую пиалу. Вокруг нее разложите сухое растительное сырье (цветки ромашки, липы, розы; листья мяты) и залейте кипяченой водой так, чтобы она не доходила до краев пиалы. Накройте кастрюлю перевернутой крышкой и томите жидкость на самом малом огне. По мере выпаривания добавляйте воду и растительное сырье (оно теряет объем). В процессе томления в пиалу будет попадать прозрачная жидкость — это и есть гидролат. Храните его в холодильнике в течение 3-х месяцев. При изготовлении продукта учитывайте возможную аллергическую реакцию на растения.

Впрок



## Тоник «Мандаринка»

Свежую мандариновую кожуру (предварительно вымытую) плотно сложила в стеклянную банку, залила негазированной минеральной водой так, чтобы она на 2 см покрывала корки. Дала настояться под крышкой в темном прохладном месте в течение суток, процедила. Тоником протираю лицо по утрам и вечерам. Отлично увлажняет кожу, насыщая ее полезными веществами. Храню средство в холодильнике не более 14 дней.

Екатерина БОРОДИЧ,  
Брестская обл.



Андрей Подошьян:

## «Принимаю только искренность в общении»

**Он красив, умен, романтичен, иногда резок в суждениях, открыт к людям. Снялся в 30 с лишним фильмах, в 20 из них сыграл главные роли. Прекрасный принц и жестокий преступник, крестьянин и легендарный герой. Кто же он на самом деле, загадочный Андрей Подошьян?**

**— Джулия Ламберт, героиня романа Мозма «Театр», нередко путала, где у нее настоящая жизнь, а где — театр. С вами такого не случилось?**

— Тем, кто путает жизнь со сценой, я бы посоветовал обратиться к психиатру. Но у артистов есть более опасные качества — гордыня, зависть, завышенная самооценка... Самое ужасное, когда у молодых актеров съезжает крыша от мимолетной популярности и легких заработков. Но слава может закончиться в один момент — и деньги тоже. Я никогда не закидывался на актерской профессии: в запасе всегда было еще как минимум три любимых дела.

**— Александр Орестович, в обычной жизни играет?**

— Практически нет. Принимаю только искренность в общении. Не люблю чрезмерное лицедейство на сцене, а уж про жизнь и говорить не приходится.

**— Вы окончили театральный вуз, а в итоге отдали предпочтение кино...**

— Три курса я отучился в театральном училище имени Щукина, потом перешел в Школу-студию МХАТ по приглашению Олега Николаевича Ефремова. У него и окончил курс в 1982 году. На сцене сыграл Зилова в «Утиной охоте», графа Альмавива в «Женитьбе Фигаро», Ширвинского в «Днях Турбиных», Луку Лукича Хлопова в «Ревизоре». После института пошел в армию — о воинской части и сослуживцах остались самые теплые воспоминания. Из армии вернулся в отличной форме, спортивный, загорелый. Посыпались предложения, начал сниматься в кино, много ездил — было уже не до сцены. И потом: театр нужно фанатично любить. А у меня этого не случилось. Я рос и воспитывался на спектаклях Театра на Таганке, «Современника», БДТ... Это было прекрасное время режиссеров и актеров — Личностей. А сейчас спектакли такие, с которых через 15 минут после начала хочется уйти. Если говорить о кино, то в 1990-е советский кинематограф умер, а российский еще не родился. Все, кто активно снимался в те годы, остались

не у дел. Кем я только ни работал — водителем, столяром, сварщиком... И только к 40 годам начал нащупывать, чем интересно заниматься.

**— У вас имя русское, отчество украинское, а фамилия армянская...**

— Во мне много кровей намешано — армяне, евреи, украинцы, русские... Мама — певица с красивым тембром голоса, 30 лет проработала в «Москонцерте». Отец — известный врач. Родители никогда не навязывали мне, чем заниматься, — я был свободен в выборе профессии.

**— Ваша первая (и сразу главная!) роль — Принц в фильме-сказке «Принцесса на горошине». Как обычный школьник чувствовал себя на площадке рядом со Смоктуновским, Калягиным, Зельдиным, Фрейндлих?**

— На съемочной площадке я всегда себя чувствую как рыба в воде. И даже когда мне было 16, я не волновался среди таких замечательных артистов — попал в свою среду обитания. Для меня большая честь, что работал с ними в «Принцессе на горошине».

**— На какие-то роли вас приглашали, возможно, из-за «сказочной» внешности. Как считаете, красота помогает актеру в карьере?**

— Спасибо за комплимент, но я никогда не придавал значения своим внешним данным. «Сказочная внешность» бывает только в сказках. Для меня мужская красота — это Ален Делон, молодые Олег Стриженов и Вячеслав Тихонов.

**— Вы снялись всего в пяти сериалах, хотя актеры сейчас кочуют из одного в другой...**

— Сериалы приносят артистам хорошие деньги. Да, я снимался в сериалах. «Михайло Ломоносов» — работал с удовольствием! «Курортный роман» — было легко и весело. «Битва трех королей» — исторический фильм со звездами мирового кинематографа: Клаудия Кардинале, Харви Кейтель, Фарид Мюррей Абрахам... Сейчас немало предложений поступает. Отказываюсь после прочтения максимум пяти страниц сценария: бездарно, диалоги высосаны из пальца. «Семнадцать мгновений весны», «Михайло Ломоно-



сов», «Цыган» — такое кино сейчас не снимают. А примитивные ментовские и бандитские сериалы мне не интересны. Правда, было исключение — снялся в «Каменской», в двух сериях по роману Александры Марининой «Игра на чужом поле».

**— Одни из ваших коллег идут в парламент, другие открывают рестораны, третьи пишут книги, кто-то в рекламе снимается. Вы ни о чем подобном не думали?**

— Актер — интереснейшая профессия, если ей заниматься «по полной программе», как это делают западные звезды и единицы у нас. Тебя знают, ты богат, успешен и счастлив. Но снимается-то у нас сегодня 10-15 артистов, а что делать другим, которых тысячи? Вот и занимаюсь фотографией, живописью, графикой, дизайном. Оформляю помещения, придумываю обложки к книгам, снимаю портфолио для артистов, работаю с журналами. Зато не стыдно перед собой. А популярность? Да Бог с ней...

**— Как отдыхаете?**

— Люблю одиночество — мне в нем комфортнее. Смотрю кино, читаю, хожу на выставки, с друзьями в клубы, гуляю по старой Москве. Но лучший отдых — посидеть с удочкой. Или пройтись по золотому песку марокканского побережья Атлантики и подышать океанским воздухом.

**— Говорят, артист и быт — вещи несовместимые...**

— Не знаю, как устроен быт у других артистов, но я готовлю классно. В доме могу все сделать сам, но не хочу: есть уборщицы и мастера — проще вызвать и заплатить им деньги.

**— Можете охарактеризовать себя одной фразой?**

— Я «революционер-тихушник». Человек, который все время находится в незаметном для других конфликте с системой, с бескультурьем, с самим собой. Обстоятельства и недоброжелатели пытаются подавить во мне романтизм. Но ничего из этого не получается...

Беседовала Ирина БАРИШЕВА.  
Фото с ресурса [www.kino-teatr.ru](http://www.kino-teatr.ru)





# Астрологический прогноз на февраль

**Энергетика Солнца в феврале направлена на освобождение от оков прошлого к желанию свободы в будущем. Даже растительный мир, спящий под снежным одеялом, начинает интенсивно дышать в предчувствии освобождения. Но помните, что вместе с этим приходит и ответственность, когда ваши мечты обретают материальную силу.**



## Овен

(21 марта — 20 апреля)

В феврале интересы Овнов распространяются дальше семьи, а значит, ваше влияние на развитие событий в доме будет минимальным. Даже если чувствуете себя хозяином положения, не пытайтесь вступать в споры между родственниками, а тем более занимать чью-либо сторону.



## Лев

(23 июля — 23 августа)

Постоянно уверенные в себе Львы сейчас склонны больше ориентироваться на других членов семьи. Но это не повод забывать о собственных интересах. Помните: за неверно принятое решение расплачиваться придется в первую очередь вам. Поэтому поступайте взвешенно и ни в коем случае не идите на сделки с законом.



## Стрелец

(22 ноября — 21 декабря)

Безусловно, Стрельцы хотят научить свою половину, детей и родственников самостоятельности. Но не надейтесь, что в феврале кто-либо из домочадцев сможет проявить себя в полной мере без вашей поддержки. Именно поэтому в вопросах семейной жизни вам следует собственные интересы отложить на второй план.



## Телец

(21 апреля — 20 мая)

В конце зимы Тельцы способны стать тем двигателем, который заставит членов семьи выйти из спячки. Проявляйте инициативу в любых делах — будь то перестановка мебели, ремонт или новые приобретения. Пусть и не сразу, но поддержка родственников вам обеспечена.



## Дева

(24 августа — 23 сентября)

В феврале гоните подалеже мысли, что вам по возрасту уже что-то не положено. Зачем старить себя заранее? Сложности и бытовые неурядицы не должны вас пугать. Наоборот, если возникает препятствие — значит, впереди нечто хорошее. Старайтесь заполучить ценный опыт — второго шанса может не оказаться.



## Козерог

(22 декабря — 20 января)

«В каждой избушке свои погремушки» — эта притча вполне пригодится Козерогам в феврале. Не следует равняться на семейные отношения и быт своих друзей и родственников, но и своими маленькими секретами делиться тоже не стоит. Оставляйте собой — звезды оценят это.



## Близнецы

(21 мая — 21 июня)

Вы как никто другой ощущаете сейчас близкий приход весны. Размеренная семейная жизнь начала тяготить? Оставшись в четырех стенах дома, вы станете уединяться, меньше общаться с близкими, вызывая их недовольство. Лучший выход — совместный отдых или командировка.



## Весы

(24 сентября — 23 октября)

В семье без Весов не обойдутся: вы так или иначе про все будете знать и во всем участвовать. Однако звезды советуют не погружаться с головой в проблемы и не заниматься тем, что вам скучно и неинтересно. Для вас главное в этот период — подать идею, внести предложение, а толковые исполнители найдутся в кругу семьи.



## Водолей

(21 января — 18 февраля)

Родившиеся под этим знаком смогут в феврале рассчитывать на исполнение своих желаний. Особых чудес не ждите, но вы способны получить больше, чем ожидали. Правда, при одном условии: для этого следует научиться не только приказывать, но и просить.



## Рак

(22 июня — 22 июля)

В годовом жизненном цикле февраль — не лучший период для Раков. Вы склонны к самодовольству и любые пустячные разногласия в семье близко принимаете к сердцу. Если что-то не заладилось в доме — не спешите с выводами. Уже в третьей декаде месяца вы убедитесь: здесь вас уважают и любят.



## Скорпион

(24 октября — 22 ноября)

В этом месяце Скорпионы способны тщательно просчитывать все плюсы и минусы любых деловых встреч и материальных приобретений. Но если все решения станете принимать единолично, ваш напор отобьет у близких всякое желание следовать за вами. Не рискуйте: семья может ополчиться против вас.



## Рыбы

(19 февраля — 20 марта)

Признайте: обычно вы не склонны раскрывать свою душу даже близким людям. Но на будущий месяц забудьте о скромности и уступчивости, воспользуйтесь своей магической силой. И убедитесь: перед вами откроются любые тайны, а желания обретут материальную сущность.

**Родившиеся под знаком Водолея смогут рассчитывать на исполнение своих желаний. Особых чудес не ждите, но вы способны получить больше, чем ожидали. При одном условии: следует научиться не только приказывать, но и просить.**



## Отзовитесь

**Вера**, 67 лет. Ищу одноклассников из школы № 8 г. Копейска и друзей, которые жили по ул. Федячкина. Очень хочется, чтобы откликнулись! **Тел.: 8-922-633-18-94.**

\*\*\*

**Татьяна**, 63 года. Вдова, живу в Москве, по гороскопу — Рак. Добрая, отзывчивая, нескандальная, без в/п, хорошая хозяйка. Ищу свою половинку — мужчину 60-75 лет, с жильем (желательно своими домом и баней), обеспеченным, добрым, работающим. При взаимной симпатии возможен переезд. **Тел.: 8-968-521-50-69 (звонить до 22.00).**

\*\*\*

**Мужчина**, 60/177. Без в/п, аккуратный, многое умею делать по дому сам. Люблю баню и рыбалку, книги, для поддержания здоровья занимаюсь спортом. Познакомлюсь с женщиной — надежной, доброй, которая нуждается в помощнике и друге. **Тел.: 8-914-659-00-53. Адрес: 692238, Приморский край, г. Спасск-Дальний, ОПС № 8, до востребования. Лактионову Е.П.**

\*\*\*

**Дарья Дмитриевна**, 73 года. Люблю природу, море, театр, с удовольствием ходила бы с любимым на рыбалку. Мужчине (желательно военный в отставке от 70 лет), верный, внимательный, без в/п и жилищных проблем, для которого главное — семья, отзовись! **Тел.: 8-909-776-90-18.**

\*\*\*

**Татьяна**, 65/170/70, выгляжу моложе своих лет. Люблю природу, музыку, живу в Москве, есть домик в деревне. Взрослые дети проживают отдельно. Познакомлюсь с мужчиной 65-70 лет из Москвы или Подмоскovie. Из МЛС прошу не беспокоить. **Тел.: 8-915-056-89-66.**

\*\*\*

**Светлана**, 43 года. Мне очень нужны друзья! А если кто-нибудь пришлет фото Алекса Петиффера или фильм с его участием, буду признательна. **Тел.: 8-912-344-72-95. Адрес: 460040, г. Оренбург, ул. Алтайская, д. 2/1, кв. 169. Давыдовой С.А.**

\*\*\*

**Надежда**, 56 лет, вдова. Без в/п, без материальных и жилищных проблем. Люблю природу, путешествия. Для создания семьи ищу мужчину в возрасте до 63 лет, непьющего, активного, надежного, порядочного, из столицы, Подмоскovie или Среднего Поволжья. Если хотите видеть

возле себя хорошую хозяйку, верную и заботливую жену, надежную подругу — звоните. **Тел.: 8-927-913-80-56; 8-929-647-79-71.**

\*\*\*

**Александр**, 61 год, по гороскопу — Рак. Без в/п. Увлекаюсь рыбалкой, сбором лекарственных трав, астрономией. Ищу женщину 55-60 лет, можно с инвалидностью. **Тел.: 8-987-243-68-94.**

\*\*\*

**Надежда**, 63/173/117, по гороскопу — Овен. Живу в Удмуртии, недалеко от г. Ижевска. Надеюсь встретить одинокого мужчину близкого моему возрасту, без в/п. Лиц из МЛС и альфонсов прошу не звонить. **Тел.: 8-950-832-16-80.**

\*\*\*

**Ольга**, 69/156/65, по гороскопу — Рак. Без в/п, спокойная, добрая, заботливая. Живу в 60 км от Краснодара в доме со всеми удобствами, есть сад, огород. Надеюсь на встречу с мужчиной 70-76 лет, уставшим от одиночества, без в/п, чистоплотным, спокойным, работающим, добрым, нежадным, неревнивым, верным. Отвечу на любовь и заботу, окружу вниманием. Альфонсов, лентяев и лиц из МЛС прошу меня не беспокоить. **Тел.: 8-918-321-13-52; 7-952-987-70-66.**

\*\*\*

**Мужчина**, 67/176/85, детей нет, без в/п. Для серьезных отношений познакомлюсь с одинокой женщиной 60-65 лет. **Тел.: 8-917-838-46-12.**

\*\*\*

**Алина**, спокойная, терпеливая, щедрая, умею прощать — ведь безгрешных не бывает. Но ложь, предательство и подлость не приемлю. Люблю работать на земле, хорошо готовлю. Хочу познакомиться с мужчиной 65-70 лет без в/п, который сумеет оценить мои достоинства, простить недостатки. Судимых, ленивых и скупых прошу не звонить. **Тел.: 8-978-858-16-29 (после 17.00).**

\*\*\*

**Максим**, 26 лет, рост 197 см, не пью, работаю. Ищу женщину до 30 лет, согласную на переезд, можно с 3-й группой инвалидности. **Тел.: 8-915-914-64-08.**

\*\*\*

**Наталья**, 62/165/85, вдова, детей нет. Приятной внешности, хозяйственная, люблю готовить. Проживаю в сельской местности в своем доме. Для создания семьи хочу познакомиться с порядочным мужчиной 57-67 лет, без в/п. Альфонсов и лиц из МЛС прошу не беспокоить. **Тел.: 8-978-020-14-08.**

\*\*\*

**Петр**, 35/178/79, инвалид 3-й группы. Симпатичный, хозяйственный, спокойный, добрый, без в/п. Ищу женщину до 38 лет, возможно с 3-й или 2-й группой инвалидности, стройную, без детей, не способную на обман, ведущую здоровый образ жизни, желательно из Ростовской обл. **Тел.: 8-928-196-34-07.**

\*\*\*

**Людмила**, 65/163/53. Стройная, симпатичная. Хочу встретить мужчину 65-70 лет. Если вы добры, внимательны, нуждаетесь в заботе, любви и моральной поддержке — пишите. **Адрес: 197110, г. Санкт-Петербург, п/о 110, а/я 217. Или звоните: 8-911-175-89-24.**

\*\*\*

**Мужчина**, 33 года. Инвалид 2-й группы. Для создания семьи познакомлюсь с порядочной девушкой 29-33 лет, без в/п, желательно из Ярославля. Отвечу только на смс-сообщения. **Тел.: 8-903-827-42-34.**

\*\*\*

**Светлана**, 63/158. Добрая, хозяйственная, без в/п, пенсионерка, проживаю в Москве. Хочу познакомиться с порядочным и надежным мужчиной 65-70 лет, без в/п, без жилищных проблем, из Москвы, желательно с авто. Пьющих, судимых и альфонсов прошу не беспокоить. **Тел.: 8-916-625-84-17 (звонить после 19.00).**

\*\*\*

**Елена**, 50/160. Жизнерадостная, умеренной комплекции, по гороскопу — Дева. Младшей дочери 16 лет. Люблю природу, детей, ходить на лыжах и кататься на велосипеде. Для серьезных отношений познакомлюсь с добрым и веселым мужчиной со схожими интересами. **Адрес: 164515, Архангельская обл., г. Северодвинск, ул. Ломоносова, д. 89, кв. 7.**

\*\*\*

**Светлана**, 64 года. Вдова, приятной внешности, по гороскопу — Лев, веду здоровый образ жизни. Живу в живописном месте у реки и леса. Ищу мужчину 60-70 лет, без в/п, без материальных проблем, с авто и умелыми руками. **Тел.: 8-960-012-86-06.**

\*\*\*

**Нина**, 63/164/75, без в/п, без жилищных проблем. Люблю путешествия. Проживаю в Московской обл., дети — отдельно. Устала от одиночества. Хочу тепла и взаимной заботы. Познакомлюсь с мужчиной 60-70 лет. Альфонсов, лиц из МЛС не беспокоить. **Тел.: 8-926-449-02-09.**



## Отзовитесь

**Ольга**, 43/173/70. Вдова, проживаю в Тверской обл. Есть взрослые дочери 25 и 19 лет. Жильем обеспечена. Хочу познакомиться с мужчиной 40-50 лет, добрым, порядочным, трудолюбивым, в/п — в меру. Из МЛС прошу не беспокоить. **Тел.: 8-930-168-26-10.**

\*\*\*

**Тамара**, 67/156/50. Нормальной внешности, давно живу одна. Надеюсь на приятное знакомство с добрым и простым мужчиной 60-65 лет, желательно из Ярославля или области. **Тел.: 8-920-137-89-69.**

\*\*\*

**Сергей**, 42 года, женат не был. Как Аполлон, красив и молод, как леопард «Ермак», силен, как герцог Букингемский, строен и, как Альберт Эйнштейн, умен. Для создания семьи ищу женщину с хорошим характером и нормальной внешностью. **Тел.: 8-966-197-57-19.**

\*\*\*

**Наталья**, 45/168, средней полноты. Симпатичная, добрая и общительная. Живу и работаю в г. Одиново, есть взрослая дочь. Для общения (а в будущем, возможно, для создания семьи) хочу познакомиться с мужчиной до 50 лет, честным, заботливым, без в/п, желательно со своей жилплощадью. Альфонсов и судимых прошу не беспокоить. **Тел.: 8-916-846-84-36.**

\*\*\*

**Тамара**, 59 лет. Для серьезных отношений надеюсь познакомиться с одиноким мужчиной до 70 лет из Башкирии — добрым, самостоятельным, верным и без в/п. Веду здоровый образ жизни, хорошая хозяйка. На переезд согласна. **Тел.: 8-937-350-93-43.**

\*\*\*

**Светлана**, 154/85, вдова. Познакомлюсь с мужчиной не старше 70 лет, непьющим. **Тел.: 8-918-251-77-34.**

\*\*\*

**Женщина**, 65/156/63, москвичка, детей нет. Познакомлюсь с одиноким порядочным мужчиной 65-70 лет, проживающим в Москве или области, без в/п, без жилищных и материальных проблем. Лиц из МЛС, альфонсов и алкоголиков прошу не звонить. **Тел.: 8-499-252-34-80.**

\*\*\*

**Евгений**, 29 лет, живу в сельской местности. Скромный, без в/п. Для создания семьи познакомлюсь с женщиной 25-35 лет, ведущей здоровый образ жизни, согласной на переезд. **Адрес: 622915, Свердловская обл., Пригородный р-н, с. Петрокаменское, ул. Почтовая, д. 34, Татунину Е. В.**

\*\*\*

**Ирина**, 52/160/60, по гороскопу — Рак. Симпатичная шатенка, спокойная, оптимистка, рукодельница, веду здоровый образ жизни. Живу в Архангельской обл. Для серьезных отношений познакомлюсь с порядочным мужчиной — трудолюбивым, нежадным, возможно, бывшим военным или жителем сельской местности. **Тел.: 8-953-269-30-54; 8-981-560-26-92.**

\*\*\*

**Тверичанка**, 66/170, Стрелец. Видная, спокойная, заботливая. Вдова, проживаю одна. Люблю природу, уют, хорошо готовлю. Хочу встретить порядочного, доброго мужчину близкого возраста, не потерявшего интерес к жизни. Пьющих и лиц из МЛС прошу не звонить. **Тел.: 8-920-180-06-78.**

\*\*\*

**Антонина**. Ищу однокурсников, с которыми училась в Калужском сельскохозяйственном техникуме с 1969 по 1973 гг., группа агро «А». Хотелось бы узнать, как сложилась ваша жизнь, отзовитесь! **Тел.: 8-902-724-76-24; 8-475-532-82-94.**

\*\*\*

**Алла**, 39 лет, инвалид 2-й группы с детства. Для создания семьи познакомлюсь с мужчиной 39-42 лет, можно с ребенком. Увлекаюсь кино, люблю читать и разгадывать кроссворды. Согласна на переезд. Пьющим и лицам из МЛС не отвечу. В письмо вложите фото (верну). **Адрес: 396790, Воронежская обл., г. Богучар, ул. Кирова, д. 68, кв. 11. Чесноковой Алле Яковлевне.**

## Знакомства

отправь

295

на номер

7001



Письма в «Клуб друзей по переписке» присылайте на адрес редакции: 214000, г. Смоленск, Главпочтамт, а/я 200. E-mail: svaty@toloka.com  
Адрес или телефон для публикации в объявлении указывать обязательно, редакция рассылкой контактных данных не занимается.



### Перед Богом и стихом

Музыка и слова В. Долиной

А за все, что выйдет боком  
И представится грехом,  
Я отвечу перед Богом,  
Перед Богом и стихом.  
Подожду, не стану плакать  
И не стану кликать смерть.  
Кто же я — земная мякоть  
Или неземная твердь?  
(2 раза)

Подведу тебя к порогу  
И скажу, как на духу:  
Отвечаю только Богу,  
Только Богу и стиху.  
Подожду, не стану плакать

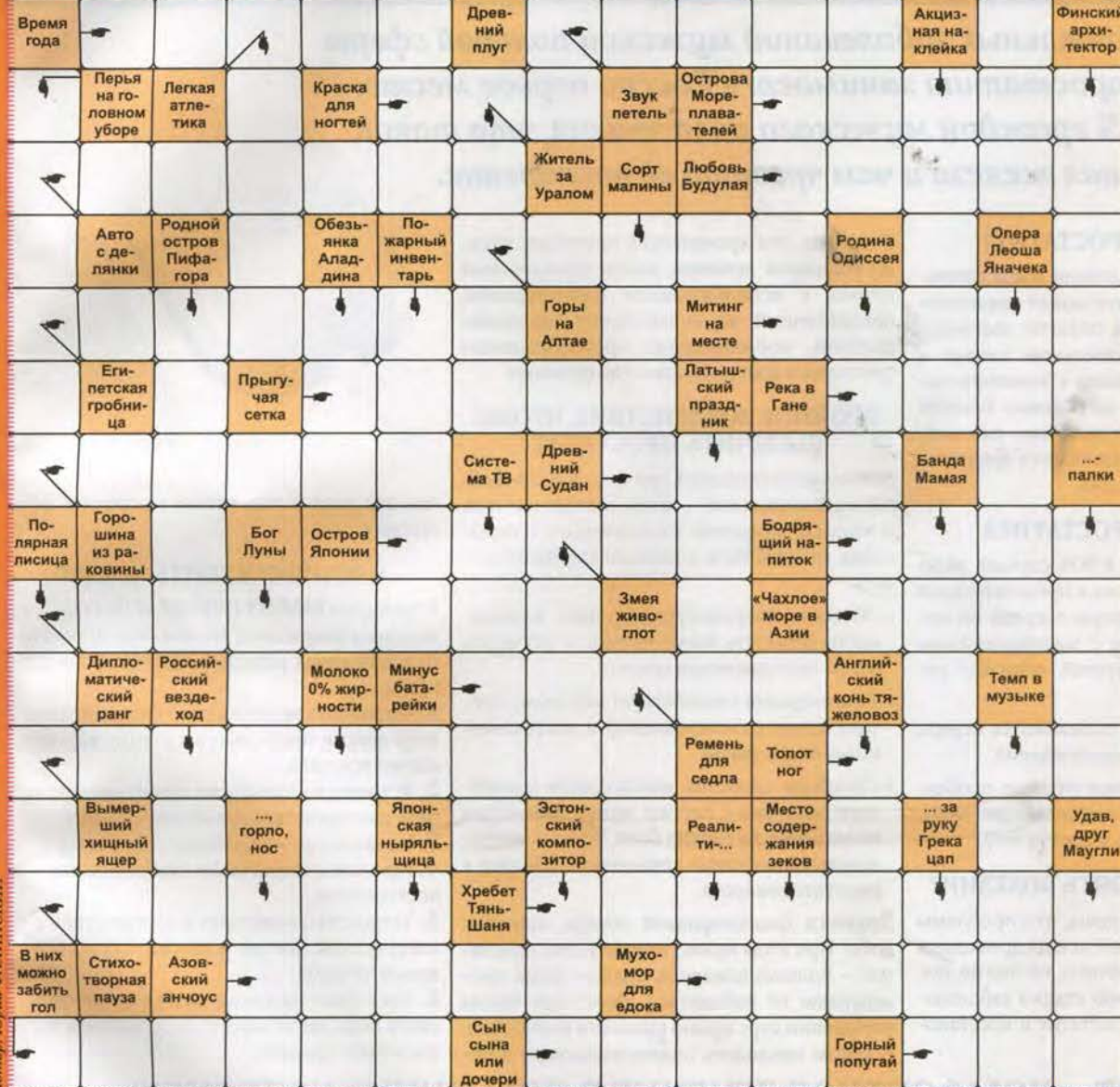
И узнаю наизусть,  
Кто же я — земная слякоть  
Или неземная грусть?  
(2 раза)

Наживу с годами грузность,  
Как и вся моя семья,  
Кто же я — земная  
трусость

Или тайна бытия?  
Освещаю ли дорогу,  
Горожу ли чепуху —  
Отвечаю только Богу,  
Только Богу и стиху.  
(2 раза)







**По горизонтали:** Филиппенко. Лубок. Ровня. Рамс. Робот. Весна. Скрип. Лак. Самоа. Лесовоз. Клава. Иолго. Мастаба. Пикет. Батут. Тано. Жемчуг. Алоа. Осуми. Кофе. Постпред. Арал. Катод. Скутозавр. Шаги. Цезура. Акшийрак. Хамсак. Отрава. Ворота. Внук. Кеа. По вертикали: Искра. Ижевск. Полярископ. Набоб. Обкат. Омск. Рало. Опал. Оков. Спорт. Плюмаж. Азиат. Марка. Аалто. Латам. Са-мос. Абу. Багор. Итика. Енуфа. Лиго. Секам. Удав. Орда. Елки. Песец. Тот. Трох. УАЗ. Обрат. Шайр. Граве. Ухо. Ама. Аав. Шоу. ИТК. Рак. Каа.

## СЕГОДНЯ ТАКЖЕ ВЫШЛИ:

«Сваты на даче»  
«Сваты на кухне»  
«Сваты на пенсии»  
«Цветок»  
«Народный доктор»  
«Домашний»  
«Садовод и огородник»  
«Золотые рецепты наших читателей»  
«Толока, Делаем сами»  
«Волшебный»  
«Счастливая и красивая»  
«Саша и Маша: 1000 приключений»  
«Санта Барбара. Советы и секреты»  
«Слово лечит»  
«Кулинария без холестерина»

Следующий номер выйдет 7 февраля

Журнал «Сваты» № 2 (92), январь 2017 г.

Издается с апреля 2013 г. Выходит два раза в месяц

Шеф-редактор Татьяна Ивановна САНЧУК

Приемная: т/факс 8-10-375-222-77-09-19

Редактор Александр Иванович ТОРПАЧЕВ

тел. 8-10-375-222-77-58-98

Учредитель и издатель — ООО «ИД «Толока»

Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-51460

от 19.10.2012 г.

Адрес редакции: 214000, г. Смоленск, ул. Тенишевой, 4-а. Тел. (8-4812) 64-75-65; 64-75-64; т/ф 64-75-47.

E-mail: ru@toloka.com

АДРЕС ДЛЯ ПИСЕМ: Рф, 214000, г. Смоленск,

Главпочтамт, а/я 200. E-mail: svaty@toloka.com

16+

Юридический адрес: 214000, г. Смоленск, ул. Тенишевой, д. 4-а.

Номер подписан в печать 13.01.2017 г. в 20.00

Тираж 244 000 экз. отпечатан в ООО «Возрождение»

РФ, 214000, г. Смоленск, ул. Октябрьской революции, 38-54

По вопросам рекламы обращаться по тел.:

(8-4992) 53-44-28; (8-9036) 15-56-07

E-mail: reklama\_ru@toloka.com

Распространитель: ООО «Толока в России»,

тел. (8-4812) 61-19-80; тел./факс (8-4812) 64-74-54.

E-mail: ru@toloka.com

По вопросам доставки и качества изданий — (8-4812) 64-75-47

Вы можете оформить подписку с любого месяца

по индексам: 83420 «КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ»;

82621 «Пресса России»; П1215 «Подписные издания».

Официальный каталог ФГУП «Почта России».

Набран и сверстан в компьютерном центре «Толока»

В связи с введением в действие Налогового, Трудового кодексов гонорар и призы вы сможете получить только при указании номера страхового свидетельства по пенсионному фонду, даты рождения, паспортных данных, адреса прописки

Предоставляя свои персональные данные (ФИО, паспортные данные, адрес регистрации, ИНН, номер страхового пенсионного свидетельства) субъект персональных данных выражает свое согласие на сбор, хранение и обработку его персональных данных для достижения целей, установленных действующим законодательством РФ.

Логотип (товарный знак) защищен. По всем вопросам его использования обращаться в редакцию. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений и имеет право отказаться от публикации рекламных объявлений, имеющих право редакторской и служебной печати, присланные в свой адрес иллюстрации и письма читателей. Факт пересылки означает согласие их автора на передачу редакции прав на использование произведения в любой форме и любым способом на территории стран СНГ, Литвы, Латвии.

Рукописи не рецензируются и не возвращаются

Цена свободная

Использованы фото 123rf.com и Shutterstock.com

Закат № 00060



# ПРОСТАТИТ, АДЕНОМА, ИМПОТЕНЦИЯ:

## КАК ВЫБРАТЬСЯ ИЗ ЧЕРЕДЫ МУЖСКИХ «НЕПРИЯТНОСТЕЙ»?

*Среди воспалительных заболеваний мужской половой сферы хронический простатит занимает в России первое место. Но только 14% граждан мужского пола знают, что такое предстательная железа и чем чревато её воспаление.*

### ЧТО ТАКОЕ ПРОСТАТИТ?

Простатит — это воспаление предстательной железы. О простатите может свидетельствовать дискомфорт в области поясницы, жжение в мочеиспускательном канале и паху, неудержимые позывы к мочеиспусканию, которое зачастую затруднено. Болезнь отражается на сексуальной жизни: снижается половое влечение, развивается эректильная дисфункция, бесплодие.

### ПРИЧИНЫ ПРОСТАТИТА

- Причиной простатита в 90% случаев являются застойные явления в предстательной железе. Поэтому в первую очередь он может поразить мужчин с малоподвижным образом жизни: водителей, офисных работников и др.
- На состоянии железы сказываются стресс, усталость, частые переохлаждения.
- Алкоголь и неправильное питание, особенно жирная, острая и раздражающая пища, усиливают склонность к простатиту.

### КАК ПРОТИВОСТОЯТЬ БОЛЕЗНИ?

Многие мужчины убеждены, что проблемы с предстательной железой всегда приводят к импотенции и раку простаты, но это не так: при обращении на ранней стадии заболевания можно вылечить простатит и восстановить потенцию.

Учитывая, что хронический простатит трудно поддается лечению, важен комплексный подход с использованием физиотерапии, направленный на купирование застойных явлений, нормализацию кровообращения простаты и восстановление её функции.

### ТРОЙНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ, ЧТОБЫ ВЫЛЕЧИТЬ ПРОСТАТИТ

В лечении используют три физических фактора одновременно — тепло, магнитное поле и массаж. Средства комплексного воздействия должны быть в каждом кабинете уролога.

- Массаж микровибрацией дает возможность повысить тонус железы и улучшить отток застоявшегося секрета.
- Теплотерапия способствует местному притоку крови с питательными и лекарственными веществами.
- Лечебное свойство импульсного магнитного поля уже с первых минут процедуры направлено на снятие боли, отека и воспаления, способствует повышению притока к простате лекарств.

Лечиться физиотерапией теперь можно и дома. При этом нужно помнить, что простатит — болезнь коварная. Двумя-тремя процедурами не избавиться. Даже при явном улучшении курс нужно провести полностью. А потом проводить поддерживающее лече-

ние два раза в год, чтобы исключить обострения.

### 6 ПРИЧИН КУПИТЬ МАВИТ

Устройство **МАВИТ** (УЛП-01 «ЕЛАТ») — специальная разработка по лечению простатита в домашних условиях даже на фоне аденомы.

1. Оптимальное устройство физиотерапии: в его основе тепло, массаж и импульсное магнитное поле.
2. Устройство прекрасно зарекомендовало себя для предотвращения рецидивов.
3. Не вызывает неприятных ощущений.
4. При использовании не нужна помощь посторонних.
5. Устройство позволяет в соответствии с инструкцией самому установить график и время лечения.
6. Несколько процедур дают возможность снять боль, дискомфорт, недержание и восстановить эрекцию.

## МАВИТ — КОМФОРТНОЕ ЛЕЧЕНИЕ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ!

Получите подробную консультацию и узнайте о наличии аппарата Мавит в аптеках по бесплатному телефону завода **8-800-350-00-13**.

Также заказать Мавит (в т.ч. наложенным платежом) Вы можете по адресу:

**391351, Рязанская обл., Елатьма, ул. Янина, 25, АО «Елатомский приборный завод»**  
или на сайте завода: [www.elamed.com](http://www.elamed.com)