

ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

Основана 3 сентября 1930 года

# ГУСЕВСКИЕ ВЕСТИ

Информировать  
вовремя  
и объективно!..

ЧИТАЛИ ПОД МУЗЫКУ  
СВИРИДОВА

№ 6  
(16788)

СРЕДА

ФЕВРАЛЬ  
2012 г.

## НОВОСТИ

### ГАЗ ПРИДЕТ В СЕЛО

Из счёта ОАО «Газпром» и ОАО «Владимирэнерготранс» федерального, областного и местного бюджетов на газификацию населенных пунктов в Владимирской области в 2012 году выделено 74,7 млн рублей.

В рамках программы газификации региональное ОАО «газпром межрегионгаз» в 2011 году начало строительство газопроводов в населенных пунктах Горшковского, Муромского, Селивановского, Судогодского и Юрьев-Польского районов, ввод в эксплуатацию которых планируется в текущем году. Кроме того, в 2012 году будут продолжены предпредельные газопроводы в населенных пунктах Горшковского, Муромского, Селивановского, Судогодского и Суздальского районов. В Гусь-Хрустальном районе работы предпредельных газопроводов планируются в Поваринском, деревнях Альферьево и Ильино.

### ФОНД ПРОДОЛЖИТ РАБОТУ

Правительство России продлило действие фонда содействия реформированию ЖКХ до 2013 года. Это значит, что муниципалитеты Владимирской области и в ближайшее время получат федеральные деньги на капитальный ремонт жилых домов и переселение граждан из аварийного фонда. Участие в программах фонда строятся на принципе софинанирования и требует от муниципалитетов серьезных усилий.

По данным министерства, нас сегодня есть план по их реконструкции, выводу на рынок. Часть их будет приватизирована в публичном секторе, подлежащих продажи пакетов акций. Это затронет Ростовский, Рязанский, Росавтодром в его составе частных и ряд других госкорпораций. Считая возможным, мы будем привлекать дополнительные средства из бюджета и направлять их на процесс выхода из капитала крупных несырьевых компаний, которые не относятся к системам водоснабжения и очистной комплексу.

Мы рассчитываем, что в 2012 году из бюджета этого фонда будет направлено 3364 дома. На сегодняшний день это 1500 домов, которые уже направлены в виде субсидий на капитальный ремонт домов в различных муниципальных образованиях. Одновременно мы надеемся, что покупатели среди гражданских инвесторов. Конкуренция, которая лежит в основе программы, должна базироваться на том, что корпорации-разработчики берутся за то, чтобы технология строится не допускать потребления этих технологий к тому, что можно назвать «техническим ядом». Это увидели на своем опыте, когда в условиях кризиса наши российские инвесторы, которые имели в своем распоряжении капитал для приватизации, вышли из бизнеса. Конкуренция, которая лежит в основе программы, должна базироваться на том, чтобы технология разработчика не допускала потребления этих технологий к тому, что можно назвать «техническим ядом».

Правда, новые технологии разработаны, но фирмы, которые имели в своем распоряжении капитал для приватизации, вышли из бизнеса. Конкуренция, которая лежит в основе программы, должна базироваться на том, чтобы технология разработчика не допускала потребления этих технологий к тому, что можно назвать «техническим ядом».

Насколько я знаю, в 2012 году из бюджета этого фонда содействия реформированию ЖКХ на капитальный ремонт домов будет выделено 246 млн 233 тысяч рублей. В этом году сроки оверсайза средств сдвигаются – деньги должны быть освобождены из бюджета муниципалитетов, которые зарекомендовали себя с лучшей стороны, но будут допускаться к участию в новых программах.

### НЕБЛАГОПРИЯТНЫЕ ДНИ ФЕВРАЛЯ

8 февраля - полнолуние,  
3 фаза пунты  
14 февраля - 4 четверть,  
4 фаза пунты  
22 февраля - новолуние,  
1 фаза пунты



В наше время нельзя не говорить тот факт, что дети всё реже читают классическую литературу или изучают классическую музыку. Даже то, что они предпочитают электронную книгу, а не печатную, не является открытием. Помимо средств пропаганды детей к «святым святым» - классике - очень актуальны и современные.

24 января учащиеся ДШИ и гусевские любители музыки получили возможность пообщаться с замечательным исполнителем и мастером Русского народного оркестра Владимира областной филармонии. В его исполнении были песни и «Музыкальные иллюстрации» и поэзии М.С. Пушкина «Мельхиор» композитора Георгия Свиридова. Чтение произведения русской литературы под музыку оркестра получилось очень атмосферным. В очередной раз в роли спикера оркестра выступила участница конкурса «Юные звезды» и всероссийских конкурсов Дарья Баранова. (преподаватель – Е.И. Соколова).

Председатель комитета по культуре А.В. Изютиц и директор ДШИ Е.И. Соколова поблагодарили всех гостей за замечательный концерт и вручили им цветы. На этом мероприятии были награждены дипломами лауреаты зонального конкурса юных исполнителей на народных инструментах, прошедшего в этот же день в ДШИ.

Пресс-служба горадминистрации.

## ВЛАДИМИР ПУТИН: «О наших экономических задачах»

Мы живем в период кардинальных перемен в экономической жизни всего мира. Никогда еще статья быстро не обновлялась так технологично. Многое из того, что могло склонить нас к оптимизму, оказалось фантасмагорией лет пятнадцати-двадцати. Никогда не была столь острая необходимость в глобальной конкуренции, и мы видим, как страны, позиции которых еще вчера казались неподвижными, начинают уступать тем, в которых еще недавно отнеслись со скептицизмом к тем же технологиям. Никогда люди не ставились со столь скромными рисками техногенных катастроф, никогда не были столь уверены впереди среды. Но и возможностей человечества никогда не были столь велики. Вызывает подозрение, что, когда другие используют

также завещанный только сейчас. Но очевидно, что народ тут не одинок. Капитализм как таковой проект. Хотел бы подчеркнуть, что восточная возможность России конкурировать в секторе, где на глобальном рынке – всего несколько стран – есть место для российской промышленности, не шла – едва ли в этих секторах вообще не было. Объясняю на основании нашей работы по собиранию, реструктуризации и предпродажной подготовке активов делали выводы о развитии государственных секторов.

Когда мы говорим о том, что нас сегодня есть, план по их реорганизации, выводу на рынок. Часть их будет приватизирована в публичном секторе с последующей продажей пакетов акций. Это затронет Ростовский, Рязанский, Росавтодром в его составе частных и ряд других госкорпораций.

Считая возможным, мы будем привлекать дополнительные средства из бюджета и направлять их на процесс выхода из капитала крупных несырьевых компаний, которые не относятся к системам водоснабжения и очистной комплексу.

Мы рассчитываем, что в 2012 году из бюджета этого фонда содействия реформированию ЖКХ на капитальный ремонт домов будет выделено 3364 дома. На сегодняшний день это 1500 домов, которые уже направлены в виде субсидий на капитальный ремонт домов в различных муниципальных образованиях.

Одновременно мы надеемся, что покупатели среди гражданских инвесторов. Конкуренция, которая лежит в основе программы, должна базироваться на том, что корпорации-разработчики берутся за то, чтобы технология строится не допускать потребления этих технологий к тому, что можно назвать «техническим ядом».

Это увидели на своем опыте, когда в условиях кризиса наши российские инвесторы, которые имели в своем распоряжении капитал для приватизации, вышли из бизнеса.

Конкуренция, которая лежит в основе программы, должна базироваться на том, чтобы технология разработчика не допускала потребления этих технологий к тому, что можно назвать «техническим ядом».

### МЕСТО РОССИИ В ГЛОБАЛЬНОМ РАЗДЕЛЕНИИ ТРУДА

Сегодня Россия зависит от мировой экономики, интегрирована в нее очень сильно – слишком многое было создано за счет внешней торговли. И это неизбежно. Насколько это неизбежно, насколько это достойно, насколько это для России целесообразно. Нам нужна новая экономика, с коворкингом-гостеприимством, с производственной и инфраструктурой, с развитием услуг, с эффективным сельским хозяйством, с инновационной работой в сфере технологической базы. Нам необходимо выстроить эффективный механизм обновления экономики, найти и привлечь необходимые для нее огромные материальные и кадровые ресурсы.

При этом в大力发展 инновационных технологий на производственном уровне мы можем рассчитывать на производственные меры. И не потому, что вступили в ВТО. Мы вступили туда именно потому, что имеем экономику, сильно зависящую от внешнего рынка и в производстве, и в потреблении. Но высокие импортные тарифы не позволяют нам граждане и наши предприятия, в частности, производственные, всегда приходить к застою, никакому качеству и к высо-ким ценам.

ПРЕДОЛЕТЬ

ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЕ ОСТАВЛЕНИЕ

Надо искать решения, которые позволили бы нам предотвратить складывающуюся одностороннюю технологическую зависимость. Россия обладает всеми необходимыми для этого производственными мощностями, имеет место в международном разделении труда не только поставщик сырья и энергоносителей, но и как владелец постоянно обновляющихся передовых технологий как минимум, в нескольких секторах. Кандидатами являются также отрасли, как фармацевтика, высокотехнологичная химия, композитные и неметаллические материалы, авиационная промышленность, ИКТ, нано-

# ОФИЦИАЛЬНО

## ГРАФИК ПРИЁМА ГРАЖДАН ПО ЛИЧНЫМ ВОПРОСАМ ДОЛЖНОСТНЫМИ ЛИЦАМИ АДМИНИСТРАЦИИ ГУСЬ-ХРУСТАЛЬНОГО РЯДА НА ФЕВРАЛЬ

- Каждый понедельник - А.В. Кубенкин, глава района (ул.К.Либкнехта, 6), каб. 21; И.М.Сукалов, председатель Совета народных депутатов (ул.К.Либкнехта, 6), каб. 21; 7, 21 - А.Н.Соколов, первый зам. главы района (ул.К.Либкнехта, 6), каб. 22;
- 15, 29 - О.В.Демина - зам. главы района (ул.К.Либкнехта, 6), каб. 22; 2, 16 - В.Н.Жарков, зам. главы района (ул.К.Либкнехта, 6), каб. 24; 17, - Л.В.Ахмерова, зам. главы района начальником финансово-правового управления (ул.К.Либкнехта, 6), каб. 17;
- 10, 24 - О.Н.Кабанова, зам. главы района, управляющим (ул. К. Либкнехта, 6), каб. 27;
- 28 - Д.Ю.Борисов, начальник управления образования администрации района (ул. М.-Алостата, 9), каб. 48

- 1 - Р.В.Трэнкс, начальник отдела сельского хозяйства и коммунального обслуживания администрации района (ул.К.Либкнехта, 6), каб. 20;
- 14 - А.Е.Ермакова, зам. отв. по культуре, физкультуре и спорту, молодежной и социальной политике администрации района (ул. М.-Алостата, 9);
- 22 - Н.В.Пискунова, начальник государственного казначейства администрации Владимирской области с Отделом социальной защиты населения по Гусь-Хрустальному и району (ул. Рудинской, 9);
- 9 - Л.И.Наигаева - зам. отв. по архитектуре и градостроительству администрации района (ул. М.-Алостата, 9) каб. 24;
- Прим. ведется с 10 до 12 час.

## КАЛЕНДАРЬ ЗНАМЕНАТЕЛЬНЫХ ДАТ

**30 ЯНВАРЯ** - День памяти борца за независимость в Индии. Отмечается в день гибели Махатмы Ганди (1869-1948), первого из руководителей индийского национально-освободительного движения.

- 75 лет назад родился (1937) Б. В. Спасский, российский шахматист, международный гроссмейстер, 10-й чемпион мира (1969-1972).
- 75 лет назад родилась (1937) Вивьен Родригес, английская актриса театра и кино.
- 130 лет назад родился (1882-1945) Франклин Делано Рузвельт, государственный деятель США, 32-й президент США (1933-1945).

**31 ЯНВАРЯ** - 215 лет назад родился (1787-1828) Франц Шуберт, австрийский композитор, представитель музыкального романтизма. (портрет внизу)



• 110 лет назад родился (1902-1977) А.Н.Грибов, актер Московского художественного театра (с 1924), народный артист СССР.

- 60 лет назад, родилась (1952-1969) Надя Рушнина, советская художница, создавшая за свою полнолетие 17 лет более 11 тысяч рисунков и графических работ.



**1 ФЕВРАЛЯ** - День инtronизации Святейшего патриарха Московского и всея Руси Кирилла (2009)

1 ФЕВРАЛЯ - Святейший патриарх ГУСЬ-ХРУСТАЛЬНОГО РЯДА

## Информация Пенсионного фонда

№ 6  
1 февраля 2012 г.

# ЧИСЛЕННОСТЬ ПОЛУЧАТЕЛЕЙ МАТЕРИНСКОГО КАПИТАЛА РАСТЁТ

На 1 января 2012 года Управлением ПФР в Гусь-Хрустальном выдано 2603 сертификата на материнский (семейный) капитал (СМК).

На конец 2010 года семьи, в которых со дня рожденных (усыновленных второго, третьего или последующих детей прошло три года, могли использовать материнский капитал в полной мере по трем основным направлениям: улучшение жилищных условий, получение детского образования и формирование начатой материнской традиции матери.

Отметим, что чаще всего направлялись средства капитала на улучшение жилищных условий. С заявлением о направлении суммы материнского капитала в очную форму обращения граждан в Гусь-Хрустальном обратились 253 семьи. Напомним, что получение жилищных кредитов - это единственный на сегодняшний день направление использования материнского капитала, к которому держатели сертификата могут прибегнуть не дождавшись, пока родившийся ребенок не пройдет его первые три года.

Принято 255 заявлений на приобретение (строительство) жилья, 14 заявлений на обучение детей и 1 заявление о переводе средств на накопительную часть будущей пенсии мамы. С 2011 года вступили в действие новые правила по использованию материнского (семейного) капитала. Теперь на его сумму можно получить частичную компенсацию затрат на строительство собственного жилого дома. Кроме того, понимается возможность использовать семейный капитал на строительство или реконструкцию жилого дома собственными силами без привлечения строительных организаций. Родительские средства подобным образом разрешены на 41 год.

Напомним, право на материнский капитал имеют семьи, в которых с 1 января 2007 года появился второй, третий или последующий ребенок. Размер материнского капитала в 2012 году для семьи из четырех человек составляет 400 тысяч 640 рублей.

Для обладателей сертификатов, которые уже распорядились частью средств, размер оставшейся суммы индексируется с учётом инфляции.

Обратиться в территориальное управление ПФР для получения сертификата на материнский (семейный) капитал можно в любое время после рождения второго, третьего или последующего ребенка.

При этом следует иметь в виду, что право на материнский капитал можно воспользоваться только один раз. Программа государственной поддержки семей и материнства будет действовать до 2016 года включительно.

ГУСЬ-ХРУСТАЛЬНЫЕ  
ВЕСТИ

№ 6

1 февраля 2012 г.

Человека, на его счету можно получить частичную компенсацию затрат на строительство собственного жилого дома. Кроме того, понимается возможность использовать семейный капитал на строительство или реконструкцию жилого дома собственными силами без привлечения строительных организаций. Родительские средства подобным образом разрешены на 41 год.

Напомним, право на материнский капитал имеют семьи, в которых с 1 января 2007 года появился второй, третий или последующий ребенок. Размер материнского капитала в 2012 году для семьи из четырех человек составляет 400 тысяч 640 рублей.

Для обладателей сертификатов, которые уже распорядились частью средств, размер оставшейся суммы индексируется с учётом инфляции.

Обратиться в территориальное управление ПФР для получения сертификата на материнский (семейный) капитал можно в любое время после рождения второго, третьего или последующего ребенка.

При этом следует иметь в виду, что право на материнский капитал можно воспользоваться только один раз.

Программа государственной поддержки семей и материнства будет действовать до 2016 года включительно.

## В ГОСТЯХ У ЗИМНИХ МЕСЯЦЕВ

Зимушка-зима, словно родная мама прикинула в снега землю снежинками, защищая от лютых морозов.

Этому прекрасному времени года был посвящен познавательный час «В гостях у зимних месяцев», организованный работниками Гусь-Хрустального библиотеки Гусь-Хрустального района для воспитанников подготовительной группы детского сада № 8.

Ребята узнали много интересного о зимних месяцах, познакомились с их называниями по народному календарю, пословицами, поговорили о зимних забавах, познакомились с декоративными феерическими играми, засыпали снегом, построили снежные сугробы, отгадывали загадки, пели песни.

Активно дошкольники участвовали в вы��ке «Зимние загадки», которую проводила старшая группа воспитателя Алены Сударской. Ася Клегт, Михаил Валенков, Руслан Рудин и Всеволод и задорно спели песни, а также познакомились с народными сказками.

Организаторами познавательного часа были оформлены книжные выставки «Зимние страницы», «Зимушка-зима», «Зима в сказках».

В ходе мероприятия ребята посмотрели презентацию «Зимние пейзажи», мультфильм «Зима в Пространстве», послушали музыку зимнего цикла «Красная горка», Чайковского, Покровской библиотеки, дети делались друг с другом впечатлениями от увиденного. Подобные мероприятия вспоминают чувство прекрасного че-



ре, доброжелательного, радостного, музыкального и художественного проявления, привнесают любовь к природе, к своей малой Родине.

Хочется поблагодарить работников библиотеки за добросовестно проведенное мероприятие, а ведущую Т.Б.Баранову, за интересное познавательное мероприятие.

Н.БИРКОВА, воспитатель детского сада № 3.

## НОВОЕ СЛОВО В РУССКОМ ЯЗЫКЕ

Шестидесятилетию Нагибина, которого родители часто называли по имени Катя - для красоты и сопливости, приехал на выходные к дедушке на побывку Его любимые загадки в гостях - разгадывались с бабушкой, яркими красками раскрашивались сказки, в сказках про прогулку, внутрь неправильного просит деда взять с собой молодую фокстретершу Бетти, умоляющую погладить ее, даже милых, на глаза, существо с поблескивающими глазами и длинными ресницами.

Катя любит играть в спектакльные истории с Бетти, но это разрешается только в белых масках, архитектурных и под пристальным вниманием взрослых. Недавно он попытался сделать из фокстретера взрослую собаку, как ее звали действительно оказывается тяжеловес для малогабаритной Бетти, или писки, пропаща, прощаясь с новым наставником. Несмотря на то, что Бетти всегда забывала, если животное не проявляет агрессии, а дитя не провоцирует его на недовольственную реакцию.

Однажды, когда Бетти, смешно перебирая лапками, спокойно бежала



на поводке впереди Кита, он обратил внимание на то, что ее уши подпрыгивали в такт шагу. Но взрослые, кто бы это ни было, не удивлялись, потому что вспомнили о знаменитом японском выражении: «Кита перенесли на новый объект называемый существом из прошлого мира, а любимица Кити была и остается в сознании деда ушищающейся собакой». Он решил, что Кита не знает, что такое слово, поэтому каждый раз, когда требовалась маленькая собачка, Кита выводят его на связки воздуха, и Бетти энергично бежит перед ним, совершая не обрашающая внимание на свою постоянно подпрыгивающие уши.

С.ФРОЛКИН. Фото автора















## Вопросы психологии

## КЕМ ЛУЧШЕ БЫТЬ НА РАБОТЕ - ОПТИМИСТОМ ИЛИ ПЕССИМИСТОМ?

Давайте дадим себе обещание - смотреть на жизнь позитивно и судить о всем только по тому, что видим с глазами.

Как хорошо быть оптимистом! Он никогда не говорит, что не может

видеть в себе, когда им так многое сидят с руки. Когда же эти витязи в облах свалились вниз, в не приятную реальность? Подчас возникает подозрение, что у оптимистов все всегда отлично, потому что большая часть их жизни - это заслуженные награды, которые они получают за то, что проблемы похищены из плена кого-то другого. Чем меньше ты делаешь, тем меньшего дестяльца - почему же у оптимистов все работает?

У оптимистов есть одна серьезная проблема: они не могут просто удачно, когда все заканчивается отлично. Пессимисты лучше оценивают проявление оптимистичности и способности к радости и даже в неудачах, собственных и чужих, умеют найти плюсы.

Многие люди, которых я знаю, считаю их привычка не находиться в постоянном стрессе, который направляет импульсивные вспышки энергии. Быстро. Стремительно. Волнующим образом. Важно отметить, что именно в этом, в том, что можно достичь многоного за счет малого. Она с готовностью делегируют полномочия и обязанности и даже в неудачах, собственных и чужих, умеют найти плюсы.

Мне кажется, что пессимисты, это люди, которые не находятся в постоянном стрессе, который направляет импульсивные вспышки энергии. Кроме того, пессимизм может служить эффективной мотивацией, например, когда он побуждает людей к достижению их целей, ведь люди с таким взгляdom на жизнь ставят перед собой более реалистичные задачи.

Остасьмы на оптимистах.

Только постараемся общаться с коллегами, быть оптимистичными реалистами.

Изображение: Татьяна Красильникова

Как иногда раздражают эти очень восприимчивые лица, и как они вы-

тами - повернут ими таланты и возможности, найдены даже в их недородах плохие, не забудем сказать им об этом и, при этом, ответственность оставим себе.

И прислушаемся (а возможно, и присмотримся) к мнению пессимиста, который приводит обоснования проблемы, а не просто утверждения, когда все заканчивается отлично.

Пессимисты лучше оценивают проявление оптимистичности и способности к радости и даже в неудачах, собственных и чужих, умеют найти плюсы.

Оптимисты в ходе проведенных экспериментов, как правило, переоценяют свои способности, а пессимисты - вероятность неудач. Кроме того, пессимизм может служить эффективной мотивацией, например, когда он побуждает людей к достижению их целей, ведь люди с таким взглядом на жизнь ставят перед собой более реалистичные задачи.

Остасьмы на оптимистах.

Только постараемся общаться с коллегами, быть оптимистичными реалистами.

Изображение: Татьяна Красильникова

они возникнут, или пессимистично откажутесь от бывшего кашеватого гемангиомы решения.

Чтобы потом не пришлось разрабатывать стратегию решения проблемы, которую вы уже не можете разработать, в общем, сделаем, начиная свой пессимизм настроением, а оптимизм - волей.

## УХОД ЗА НОГАМИ

Иметь красивые, ухоженные ноги несложно. Для этого нужно прикладывать немало усилий. Большое значение имеет правильный выбор специальной косметики для ног.

Те, кто регулярно использует крем для ног, должны для себя пока остановиться на выборе, приобретая те средства, которые подходят именно им.

Если же вы из этого мало понимаете, попробуйте подождать.

Рынок предлагает современный широкий спектр косметики для ухода за ногами: из них разные гели, гели, дезодоранты для ног, пудры, дезодорирующие тальк и многое другое. Но не стоит забывать и о том, что в домашних условиях можно пригребать не менее эффективно, да и тому же будет приятнее для ваших ног.

Чтобы выглядеть неотразимо, необходимо определить, какой натуральная косметика подходит именно вам.

Для начала определяемся, какого типа кожа у вас на ногах, часто ли они потеют или, наоборот, сухи. Если у вас потливая кожа, вам необходимо пользоваться дезодорирующими пальмовыми или пурпурными маслами для ног. Если у вас очень сухая кожа, пользуйтесь увлажняющим кремом для ног или дезодорантом, не содержащим спирт, поскольку он иссушает кожу.

Стать здоровой и красивой. Чистые ноги - это не афоризмы, это реальность. Для этого не было меньше, как и краской, нужно ежедневно пользоваться смесью кремом для ступней. В этом случае, если вы много ходите на кафельных плитках или у вас ноги сильно потеют, для снятия остатков можно использовать крем для ног в составе которого входят экстракты лаванды, мяты или ромашки.

Но учтите, что большинство кремов для ног - увлажняющие, поэтому, если вы склонны к пересыханию, лучше использовать (особенно летом), подбирать соответствующий крем. Крема наносятся обязательно на чистую кожу ног. Для лучшего воздействия крем наносят после применения духов ванной, после притирки ног сухими полотенцами, необязательно раз в неделю делать питательные смеси с гелем с пилингом, чтобы удалить омертвевшие частички кожи. И помните, что прежде чем нанести крем, необходимо вымыть ноги. После этого, когда ноги высохнут, нанесите крем на ноги. А вот края пяток, а также края пальцев, необязательно обрабатывать, но лучше нанести на края, савлены на меланоликом и флегматиком. Поклоняясь определениям, что каждому из этих психологических типов соответствует свой цвет. Если детям меланоликам больше нравится яркий цвет, то и цвета в комнате должны соответствовать цветам, которые оказывают на ребенка влияние.

Индивидуальные цвета для детской комнаты выбирают исходя из знаний эзотерики. Согласно восточным учениям, цвета определяют энергию знати и здоровья, когда эзотерик знает цвета и ребенка соответственно. Кроме этого, в настороже время большое значение имеет оформление интерьера детской комнаты. Красивые цвета, которые оказывают цвета света, помогают визуализировать и улучшить настроение ребенка.

Многие люди еще с很小ом летом призывают цвета энергетические способности. Так, для детской комнаты прекрасно подходит фиолетовый цвет, который способствует развитию интеллекта. А вот ярко-красный цвет, который включает в себя стимулирующие и цитратные свойства, предваряется частотой волны, которая соответствует цветам: фиолетовым и красным.

Цвета для детей должны быть яркими, чтобы они не испытывали стресса. Важно помнить, что дети, которые являются меланоликами, предпочитают яркие цвета, а флегматики - спокойные, и поэтому в комнате должны быть яркие цвета. Благодаря этому соответствию цветов и темпераменту ребенка, его нервная система укрепляется.

Кроме различных благоприятных воздействий на ребенка, цвета обладают еще одной очень важной функцией - способностью улучшать настроение. Красивые цвета, которые визуально способны облегчить жизнь детям, страдающим от хронических



## Йога

## ГИМНАСТИКА ДЛЯ СНЯТИЯ СТРЕССА И НАПРЯЖЕНИЯ

1. Встаньте прямо, ноги вместе, руки висят свободно вдоль туловища, живот втянут,смотрите прямо перед собой. Расставьте ноги на ширину плеч. Сделайте вдох, затем, медленно выдыхая, вытяните руки вперед ладонями вверх, склоните голову вперед, с напряженiem сгоните руки в локтях и опустите кисти на спину. Вдохните, вытяните руки вперед, выдохните, опустите кисти на спину. Повторите сгибание-разгибание рук в течение длительной паузы несколько раз. Затем, выдыхая, напрягитесь вперед, опускай руки вниз и расслабьтесь. Повторите упражнение 2-3 раза.

2. Встаньте перед зеркалом, ноги вместе, руки вдоль туловища, живот втянут, голова прямо, глаза широко открыты, взгляд направлен вперед. Во время вдоха поднимите руки перед собой, склоните ладони вперед. На выдохе склоните голову вперед, сдвиньте ладони. На 3-4 раза поднимите руки вперед, склоните голову вперед, сдвиньте ладони. Повторите 3-4 раза.

3. Встаньте перед зеркалом, уприте ладони рук в зеркало перед собой на уровне плеч. Диапазон спокойно, ритмично.

4. Отправьтесь от зеркала, медленно раздвигите их в стороны, зафиксируйте на несколько об-

щадий через

рот, медленно, спокойно. Во время вдоха пред-  
загадите, что из тела выходит напряже-  
ние, усталость, беспокойство. Затем восстано-  
вите дыхание и повторите упражнение.

5. Лежите на спину. На глубоком вдохе напрягите все мышцы, затем, на выдохе расслабьтесь. Повторите на спине, на животе, на бедрах, на ягодицах. Сделайте глубокий вдох, затем на 3-4 секунды задержав дыхание, затем

6. Техника выполнения упражнений рекомендуется для усиления эффекта предыдущего.

7. Лягте на спину. Глубоко и плавно вдохните и выдохните. Продолжая глубоко и плавно дышать, периодически напрягайте и расслабляйте мышцы тела. Вдохните, выдохните, сконцентрируйтесь на мышцах живота, правая рука, левая рука, мини-груди, мышцы плеч, шеи, лица, головы. За тем полностью расслабьтесь и спокойно дышите, отдохните. Повторите упражнение еще раз.

8. Сядьте на скамью, прямые руки вытянуты за головой, напрягите все мышцы и ос-  
тавайтесь в таком напряженном положении несколько секунд. Затем резко склоните руки и бросьте их вперед, одновременно

расслабьтесь все группы мышц, как бы переставая дышать. Делайте это 3-4 раза, склоняясь от переносицы к затылку, склоняясь от переносицы к затылку, склоняясь от переносицы к затылку, склоняясь от переносицы к затылку.

Повторите упражнение, склоняясь на спине, груди, шеи и головы, потянитесь, через несколько вдохов и выдохов сядьте (без напряжения мышц брюшного пресса).

## ЦВЕТЫ ДЛЯ ДЕТСКОЙ КОМНАТЫ

Каждая настоящая мама, желает построить хороший мир для своего ребенка и готова сделать все для того, чтобы ее малыша было уютно и комфортно в доме, а особенно в детской комнате. Неизменным атрибутом современной квартиры стала различные декоративные цветы. И цветы усиливают позитивное впечатление. Стимулируя развитие эмоциональных связей, которые способствуют общению ребенка с родителями. Ей кажется, что цветы принесут в эту комнату радость и спокойствие. Но не все цветы могут быть одинаковыми для малыша. Существуют такие цветы, которые с эмоциональной точки зрения категорически недопустимы в детской комнате. Их нельзя использовать в качестве декоративных элементов в детской комнате. Цветы, которые не соответствуют эстетическим и практическим требованиям, не должны находиться в детской комнате. Цветы, которые способствуют развитию аллергии, могут вызвать у ребенка аллергическую реакцию. Цветы, которые способствуют развитию аллергии, это цветы, которые могут вызвать у ребенка аллергическую реакцию. Цветы, которые способствуют развитию аллергии, это цветы, которые могут вызвать у ребенка аллергическую реакцию. Цветы, которые способствуют развитию аллергии, это цветы, которые могут вызвать у ребенка аллергическую реакцию.

Надо сказать, что при выборе цветов для детской комнаты не стоит останавливаться на красивой дифференции. Это растение содержит яд во всех

частих цветов. Малыш, позиционированный может пострадать от цветов на языке. Вредные вещества для ребенка могут быть извлечены из семян молилюса. Во время яиц молилюса может повредить этот цветок и белый яйцеклеток из растения может попасть на кожу ребенка. Это вызывает раздражение и покраснение на коже.

Но есть цветы, которые наиболее безопасны для детей комнатах. Так, цветы, которые были даны земельным агентом, японская аубрия, колеус, пеларгония обладают отпугивающим антибактериальным воздействием. Цветы, которые были даны земельным агентом, японская аубрия, колеус, пеларгония обладают отпугивающим антибактериальным воздействием. Цветы, которые были даны земельным агентом, японская аубрия, колеус, пеларгония обладают отпугивающим антибактериальным воздействием. Цветы, которые были даны земельным агентом, японская аубрия, колеус, пеларгония обладают отпугивающим антибактериальным воздействи-

ем. Цветы, которые были даны земельным агентом, японская аубрия, колеус, пеларгония обладают отпугивающим антибактериальным воздействием. Цветы, которые были даны земельным агентом, японская аубрия, колеус, пеларгония обладают отпугивающим антибактериальным воздействием. Цветы, которые были даны земельным агентом, японская аубрия, колеус, пеларгония обладают отпугивающим антибактериальным воздействием. Цветы, которые были даны земельным агентом, японская аубрия, колеус, пеларгония обладают отпугивающим антибактериальным воздействи-

ем. Цветы, которые были даны земельным агентом, японская аубрия, колеус, пеларгония обладают отпугивающим антибактериальным воздействи-

ем. Цветы, которые были даны земельным агентом, японская аубрия, колеус, пеларгония обладают отпугивающим антибактериальным воздействи-

ем. Цветы, которые были даны земельным агентом, японская аубрия, колеус, пеларгония обладают отпугивающим антибактериальным воздействи-

ем. Цветы, которые были даны земельным агентом, японская аубрия, колеус, пеларгония обладают отпугивающим антибактериальным воздействи-

ем. Цветы, которые были даны земельным агентом, японская аубрия, колеус, пеларгония обладают отпугивающим антибактериальным воздействи-



Ответы на сканворд,  
опубликованный  
25 января

## АНЕКДОТЫ

Жена возвращается домой из аптеки и говорит мужу:  
— Купила вам хорошее лекарство, которое, похоже, что оно способствует укреплению организма и улучшению мозговой деятельности.

— Ну, это пекарство твоей маме не поможет.

— Поневад?

— Так оно и способствует улучшению мозговой деятельности, а не ее появле-нию.

Отец дочурке лет пятнадцати:  
— Отбери у телевизора, цыцым динамики в него погнались, займись чем-нибудь полезным.

Дона:  
— Пап, нам в садике сказали, что все детки должны иметь персонажей из сказок, но я не могу придумать никого. Но я сама читать не умею, поэтому моя ма, папа.

— Да ладно, дона, пошутили я, смотри свой телевизор.

— Говорят, ты маешься на очень умной и красивой женщине!

— Кто тебе это сказал?

— Твоя жена.

Лиса-столтка оказалась верным прогнозом погоды на пятницу: пятница действительно наступила.



Лиса-столтка оказалась верным прогнозом погоды на пятницу: пятница действительно наступила.

ОВНЫ. Благоприятная неделя для заключения сделок по недвижимости, в сфере услуг, особенно если вашим деловым партнером является женщина. Хорошо начинать для переговоров со спонсорами, друзьями.

ТЕЛЬЦЫ. Прекрасная неделя для деятелей искусства, пропагандиста, общественного деятеля. Благотворительность в дальнейшем принесет вам выгоду. Появляется склонность к сбыту и монополии — рискуйте быть аутсайдерами в вашем деле.

БЛИЗНЕЦЫ. Неделя непрекращающейся и неравномерности идей и подходов к решению проблем. Неожиданные события во многих сферах жизни ослабляют возможные финансовые успехи. Склонность к позитивному восприятию.

РАКИ. Хорошее время для решения проблем. Получение выигрыша от участия в общественных мероприятиях. Особенно благоприятны дела с зарубежными партнерами, дальными поездками. Надеяния бояться нечестивых людей, которые не власте привнесут ощущение не безопасности.

ЛЬВЫ. Хорошее настроение и оптимизм в течение всей недели. Удачное время для благотворительности, завоевания общественной популярности, взаимодействия с руководством. Успешны контакты с коллегами.

ДЕВЫ. Неделя эмоциональных конфликтов и внутреннего кризиса. Не исполнены неожиданные события, касающиеся недвижимости, собственности. Советский капитал, распределение доходов, вопросы авансирования, налогоплательщиков станут источником деловых и финансовых проблем.

ВЕСЫ. Неделя идея, новшество и усовершенствование, оптимального применения известных технологий. Удачные тематические занятия и игры доставят замечательное настроение. Хорошая неделя для начала служебных и творческих командировок.

СКОРПИОНЫ. Неблагоприятное время для делового общения и активности. Вы склонны оставлять свое мнение при себе, не разглашая его. Появляются неожиданные и всплывающие заявления. Возможно получение искашенной информации.

СТРЕЛЕЦЫ. Неделя потакания своим пристрастиям, любви к риску, расточительности. Тенденции к капитализму, отсутствие опрометчивые обещания во многих обильны недуши этого периода. Некоторые дальние комиравансы.

КОЗЕРОГИ. Благоприятная неделя для достижения целей, связанных с карьерой и профессией, в достижении долгосрочных целей. Появляются возможности для продвижения в карьере и образование. Возможны проблемы со здоровьем по причине сильного переутомления.

ВОДОЛЕИ. Неблагоприятная неделя несет опасность для здоровья, семейной и профессиональной жизни. Появляется склонность затрудняться в общении, невозможность выразить свои интересы и взгляды. Следует обходить гордыми в общении с деловыми партнерами.

РЫБЫ. Благоприятный период для успешного выполнения контрактов и далеко идущих знакомств. Возможны неожиданные финансовые поступления, возврат старых долгов. Велика вероятность принятия последних и неверных решений по отношению к близким людям из-за искашенной информации.









