

ФИРМА ДЕЛАЕТ... САЛАТ

Оригинальным салатом решила отметить свой 85-летний юбилей агрофирма «Белая Дача» в поселке Котельники. Юбилей известной в России и за рубежом фирмы совпал с 350-летием самого поселка.

По этому поводу на стадионе в сосновом бору было развернуто грандиозное действие, героем которого стал... салат, своим весом и вкусом претендующий на место в Книге рекордов Гиннесса. Но праздник начался не с еды, а с культурной программы. На зеленое поле стадиона под бравурную музыку вышли барышни-барabanщицы. Рядом со сценой готовились к выходу амазонки в нарядах XIX века - из конно-спортивного клуба «Белая лошадь» Люберецкого района. Тут же на маленьких пони восседали юные жокеи в гусарских костюмах. А на сцене в это время отплясывали рок-н-ролл «котят-поварята» самодеятельного ансамбля бального танца.

Водруженный на машину в огромную салатницу из пластика, салат весом в 2703 кг все это время находился в поле зрения публики.

Об агрофирме «Белая Дача», где внедрены самые передовые технологии производства овощей в закрытом грунте, знают многие. Стареющая в стране биологическая лаборатория стала настоящей фабрикой по производству средств защиты растений, позволяющих вот уже десять лет отказываться от химической их обработки. На лажен и выпуск качественной рулонной дернины для газонов.

Внучкой агрофирмы «Белая Дача» является компания «Русские газоны», выращивающая рулонную дернину, которую можно разстилать как коврики. Технология была изобретена 40 лет назад в Канаде, а в России стала осваиваться всего пять лет назад. Теперь фирма смогла на рынке этой продукции, ранее целиком при-



надлежащим импортерам, в 10 раз снизить цену на готовый газон.

В сфере ландшафтного бизнеса и флористики дочерняя фирма «Цветы Белой Дачи» является крупнейшим предприятием на российском рынке. Все виды услуг сегодня переживают настоящий бум. Множество клубов появилось в столице и Подмосковье на площадях, проспектах и парках. Только в этом году агрофирмой было выращено более 12 миллионов штук рассады однолетних цветов более 160 сортов, лучших образцов мировой селекции, цветущих весь сезон крупными и яркими соцветиями. Сейчас «Цветы Белой Дачи» самый крупный партнер Москвы и области по озеленению.

В 33 теплицах общей площадью 50 га ежегодно выращивается 15 тысяч тонн овощей и свежих салатов более тридцати наименований, что составля-

ет около 20 процентов рынка Московского региона. Метод малообъемной технологии, гидропоника, индивидуальное «кормление» растений всеми необходимыми веществами через систему персонального полива, газовая подкормка, биологические методы защиты позволили добиться рекордной урожайности культур (40 кг томатов с квадратного метра) и абсолютной экологической чистоты растений.

На 20 гектарах агрофирмы налажен настоящий конвейер по производству акклиматизированных к нашим условиям лучших образцов декоративного кустика, однолетних и многолетних цветов, деревьев хвойных пород и плодовых ягодных культур.

Татьяна ЧИРКОВА

МАСЛОМ ВОДКУ НЕ ИСПОРТИШЬ

Обычно ягоды облепихи собирают садоводы (вместе с дроздами!) в середине сентября. Однако нынешнее лето изменило действия пернатых: август еще не успел передать эстафету сентябрю, а на ветках остались считанные ягодки. Но кому повезло и кое-что собрать удалось с колючих веточек, хоча дать совет, как запастись целебным маслом облепихи, одновременно не забывая и о праздничном столе, чтобы было чем в холодную зиму согреться.

Промытые и подсушенные ягоды облепихи положить в кастрюлю с широким дном - чтобы ягоды занимали больше половины емкости. Залить плотно крышкой и поставить на средний огонь. Через несколько минут ягоды начнут лопаться, испуская сок и приятный дух. Лучше всего не доводить до кипения, а крышку лишней раз не открывать. В стеклянные простерилизованные банки аккуратно влить сок через ситечко ровно до половины банки и сразу же положить сахарный песок доверху. Все тща-

тельно размешать до полного растворения. Когда сок остынет, перелить его в бутылку с широким горлышком. Смешать из расчета один к одному с водкой. Через несколько часов процесса отделения сверху появится плотное темно-коричневое масло. А дальше дело вкуса: масло снимать или вместе с водкой употреблять, предварительно как следует взбалтывая. Знающие люди подтвердили, что такой напиток ничем не хуже заморского ананасового.

Наталья
ДУБРАВИНА

БОЛЯТ СУСТАВЫ? ЗАМУЧИЛ ОСТЕОХОНДРОЗ?

БОУН - ЭТО ТО, ЧТО ВАМ НУЖНО

- Артриты, артрозы
- Остеопороз (профилактика и лечение)
- Коксартроз
- Отложение солей

БОУН - это экологически чистые компоненты на растительной основе. Не имеет противопоказаний.

БОУН поддерживает опорно-двигательную систему в борьбе с разрушительными заболеваниями суставов. Поставляет в организм питательные вещества для соединительных тканей, устраняет окоченение суставов, возвращает свободу движений.

Мне 64 года, заболеваний - большое количество. Но больше всего меня беспокоила опорно-двигательная система. Врачи ставили диагнозы: начинающийся коксартроз, артрозартрит коленного и голеностопных суставов, остеохондроз, полиартрит. Не буду жаловаться и причитать, кто с этим сталкивался, поймет меня. Люди добрые посоветовали попробовать БОУН. Результат почувствовала уже в течение первых двух недель приема препарата. Прежде всего прошли отеки и воспаления, существенно уменьшились боли и неподвижность суставов, перестали ныть руки, ноги, плечи, без труда приседаю. Неподвижность суставов, перестали ныть руки, ноги, плечи, без труда приседаю. Неподвижность суставов, перестали ныть руки, ноги, плечи, без труда приседаю. Неподвижность суставов, перестали ныть руки, ноги, плечи, без труда приседаю.

Но самое главное - могу заниматься дома по хозяйству, что до этого было очень обременительно.

Листова Е. И., г. Москва, Братово

Если у вас есть эти заболевания, БОУН вам необходим

Звоните 767-08-99 (с 10.00 до 20.00, кр. воскр.)

Скидки льготникам. Звоните, здесь вам помогут.

С улыбкой, в прекрасном настроении, бодрыми и энергичными - такими мы хотим просыпаться каждое утро! Но почему для многих чувствовать себя с утра отдохнувшим остается несбыточной мечтой? Почему быстро заснуть стало огромной проблемой человечества?

чувствие, но и являются плацдармом для развития заболеваний. Патологические процессы в человеческом организме возникают именно во время сна. Это различные инсульты, приступы паники, эпилепсия, мигрени, остановки сердца и дыхания во сне. Если человек не может заснуть бо-

МОЖНО ЛИ УЛУЧШИТЬ СОН?

В итоге, столкнувшись с бессонницей, мы в большом количестве принимаем снотворное, падая в пропасть без сновидений, только затем, чтобы проснуться с головной болью. А без лекарств ощущаем бессилие перед медленной ночной пыткой.

Сон - свойство всего живого. Это тайна, которую мы носим в себе и на протяжении веков пытаемся разгадать. Сон занимает особое место в нашей жизни. Однако, по результатам исследований, 45-50 процентов населения не удовлетворены своим сном. Причины недовольства самые разные - глубина сна, его длительность, а часто и то, и другое вместе. И особенно эта проблема касается пожилых людей. Увеличение физической и эмоциональной нагрузки, накопившиеся с возрастом болезни, неблагоприятная экологическая обстановка приводят к тому, что нарушения сна становятся все больше.

Что происходит во время сна? В чем его лечебные свойства?

Ночью мозг, активно работавший в течение дня, начинает сортировать, перерабатывать, запоминать и анализировать полученную в течение дня

информацию. В нервной системе человека 50 миллиардов нейронов, и во время сна они интенсивно работают. Полноценный здоровый сон, состоящий из сочетания необходимых фаз глубокого и неглубокого сна, с периодами сновидений и нормальной продолжительности дает возможность нашему организму не только отдохнуть, но и восполнить потраченную за день энергию. Во сне мы накапливаем силы, сон - это наша психологическая защита. Не зря говорят: «Здоровый сон - лучший лекарь!».

Какую угрозу для здоровья человека несут нарушения сна?

Любой понимает простую истину: как мы спим, так и живем.

Вся жизнь человека подчиняется определенному биологическим ритмам сна и бодрствования. Если этот ритм нарушить, возникнет инсомния - расстройство сна. И чем больше мы пренебрегаем сном, тем больше ослабляем жизненные силы организма. Мы думаем, что причина наших недомоганий простуда или инфекция, но не стоит забывать про сон. Нарушения сна не только ухудшают наше само-

чувствие, но и являются плацдармом для развития заболеваний. Патологические процессы в человеческом организме возникают именно во время сна. Это различные инсульты, приступы паники, эпилепсия, мигрени, остановки сердца и дыхания во сне. Если человек не может заснуть бо-

лее 15 минут - это уже симптом.

Возникает вопрос - можно ли улучшить сон? Конечно!

Существует большое разнообразие фармакологических препаратов. К ним относятся современные снотворные лекарства и успокоительные средства. Однако среди снотворных необходимо выбирать те, которые не вызывают привыкания, а также могут без вреда для здоровья приниматься с другими лекарствами. Также известно, что снотворные нельзя принимать более 2-3 недель подряд из-за возможных побочных действий.

В настоящее время врачи отдают предпочтение не лекарствам, а мягким успокоительным средствам на основе экстрактов российских целебных трав. Они абсолютно безопасны, не содержат спирта, совместимы с любыми лекарствами и не вызывают привыкания. Также их можно принимать в перерывах между приемами снотворных лекарств.

Современные успокоительные средства способны вернуть вам не только здоровый сон, но и хорошее самочувствие, и бодрость на весь день.

Елена БЫТРОВА



www.mergalba.ru

МОРФЕЙ® и БАЮ-БАЙ®

ПОСКОРЕЕ ЗАСЫПАЙ!

Вы снова долго не могли заснуть, и все равно проснулись ни свет ни заря? Чувствуете себя разбитой, вялой и пошаливает сердце?

Часто причиной такого состояния является отсутствие полноценного здорового сна. Подобные неприятности не только у Вас - плохо спит половина человечества. А ведь сон - свойство всего живого. Во сне организм не только отдыхает, но и пополняет жизненные силы. Любой понимает простую истину: как мы спим, так и живем. Нарушения сна не только ухудшают самочувствие, но и приводят к патологическим процессам в организме человека во время сна. Это мигрени, приступы паники, инсульты, случаи остановки сердца или дыхания во сне.

Что же мы делаем, когда нарушается сон? Чаще всего принимаем снотворные лекарства, которые помогают заснуть, но не способствуют здоровому сну. Мы лишь на время забываемся в коротком сне, в потом все повторяется сначала. Также известно, что снотворные препараты нельзя принимать более 2-3 недель подряд из-за возможных побочных действий. Более того, они несовместимы со многими лекарствами.

Что же делать? Современная медицина рекомендует для нормализации сна мягкие успокоительные средства на основе экстрактов целебных трав. Наиболее известными среди них - капли «Морфей» для взрослых и «Баю-бай» для детей. Запатентованная рецептура включает экстракты пустырника, боярышника, пиона, мяты, душицы. Капли не содержат эвробоя, известного своей несовместимостью с сердечными препаратами, и валерианы, которая на взрослых и детей может действовать возбуждающе. Многолетняя клиническая апробация в Научном центре восстановительной медицины и Российской детской клинической больнице подтвердила, что капли значительно улучшают сон, он становится крепким и долгим, повышается работоспособность и настроение.

Микадром РФ только капли «Морфей» и «Баю-бай» разрешены детям, что является лучшей гарантией отсутствия побочных эффектов, привыкания и сонливости. Капли не содержат сахара и спирта, совместимы с любыми лекарствами. Высокая эффективность препаратов обеспечивается капельной формой, поскольку легкое и быстрое усвоение происходит уже в ротовой полости.

Капли «Морфей» нужно принимать как для нормализации сна, так и в период «лекарственной паузы», т.е. когда необходимо делать перерыв при приеме лекарств. А капли «Баю-бай» будут полезны детям для адаптации к учебным нагрузкам.

В эффективности препаратов «Морфей» и «Баю-бай» убедились сотни тысяч россиян.

Спрашивайте в аптеках и книжках «Товары для здоровья», «Аптека 36,6», «Старый Лекарь», «Аптека доктора Сталетова», «Чудо-доктор», «Галерея Генсал» и в других аптеках города.

Теперь капли в новой красной упаковке. Цена около 70 рублей.

Москва: (095) 786-34-00, 105-51-40. Горький филиал (085) 101-44-54. Доставка по Москве: 737-93-93