

**СРОЧНАЯ
ПЕЧАТЬ до
формата
A3+ 8(909)
690-98-63**

“Слово и дело”

В Добрый ЧАС

vdchpoligraf@mail.ru www.ramgraf.ru

8 (909) 690-98-63, 8 (999) 835-68-55

ЮГО-ВОСТОК ПОДМОСКОВЬЯ

НОМЕР: 25 (1122) октябрь 2024

16+

ПОЛИКАРБОНАТ

Сотовый, монолитный
Профилированный
Для навесов, заборов,
светопрозрачных конструкций.

- ДОСТАВКА • РАЗНЫЕ ЦВЕТА
- БОЛЬШОЙ ВЫБОР В НАЛИЧИИ

8(993)-419-70-71

ЭВАКУАТОР

быстро и надежно



8(916)040-00-40 8(966)040-00-40

РЕМОНТ

холодильников и стиральных машин на дому

- Одни из самых низких цен
- Бесплатная диагностика
- Выезд мастера в удобное для Вас время

Дешевле починить – чем купить!

*-подробности по тел.
8-926-548-59-11

Гарантия до 2 лет
Запчасти напрямую от производителей

50% СКИДКА
Для пенсионеров и ветеранов

Компании ООО «ГазСервис» требуется:

на постоянной основе

- секретарь
- слесарь ВДГО
- газосварщик

Обращаться по телефону:
8-903-626-04-66, Елена Викторовна

ООО «ГазСервис ТО»

(Свидетельство о допуске № 0099.02-2010-5013052968-С-137)

ОКАЗЫВАЕТ СЛЕДУЮЩИЕ ВИДЫ РАБОТ И УСЛУГ:

- Техническое обслуживание, □ монтаж/замена, □ ремонт и пуско-наладочные работы бытового и промышленного газового оборудования.

- Диспетчерская служба 8-905-586-02-42
- Договорной отдел 8-905-586-02-43
- Отдел промышленных котельных 8-903-245-30-67

Специалисты ООО «ГазСервис ТО» будут рады ответить на все интересующие Вас вопросы.

Адрес: МО, п. Кратово, ул. Мира, дом 18
Сайт: газсервис.рф ♦ Почта: gasservisto@mail.ru

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ

профессиональный монтаж любой сложности

- прочность
- влагостойкость
- долговечность
- экологичность
- безопасность
- термоизоляция

Тел.: +7-901-779-09-17 Андрей

КАЛЕНДАРИ на 2025 ГОД

- Разработка дизайна и печать под ключ
- Так же изготавливаем и по Вашим макетам

г. Раменское,
ул. Народное Имение, д.14, 2 этаж
8 (909) 690-98-63
vdchpoligraf@mail.ru

Формат A3 Карманный Квартальный

ЛИКВИДАЦИЯ СКЛАДСКИХ ОСТАТКОВ

Производственная компания **ВекторМет**
ПРОИЗВОДСТВО

КРОВЛИ

ВСЕХ ВИДОВ: (ГОФРОЛИСТ, ПРОФНАСТИЛ, МЕТАЛЛОЧЕРЕПИЦА)

ЗАБОРНЫЙ ПРОФИЛЬ

АДРЕС: МО, г. Раменское, 4-ый км Донинского ш., Полигон,
8-917-567-49-08; 8-915-196-66-86

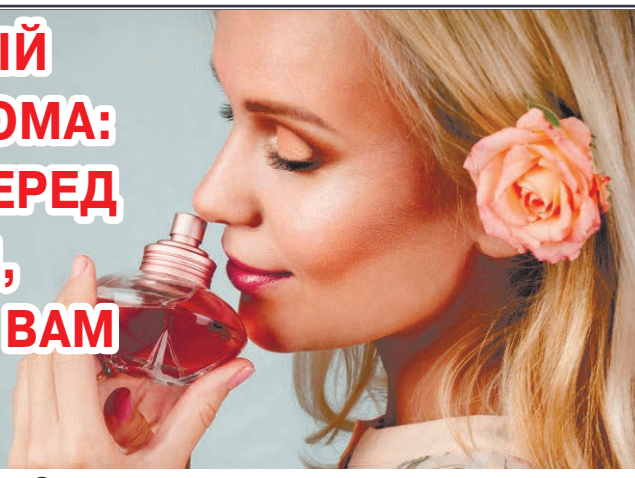
АВИЕЛ ИНТЕРНЕТ ТЕЛЕВИДЕНИЕ

Оставьте заявку на подключение

8 800 222 4677

звонок для Вас бесплатный или на сайте **AVIEL RU**

ПРАВИЛЬНЫЙ ВЫБОР ПАРФЮМА: КАК ПОНЯТЬ ПЕРЕД ПОКУПКОЙ, ПОДОЙДЕТ ЛИ ВАМ АРОМАТ



Шлейф имеет значение. Эксперт поделился бытия-секретами, чтобы вы наверняка могли подобрать свой фирменный аромат.

Порой из-за внушительного ассортимента и обилия рекламных кампаний выбрать правильный аромат, который не надоест сразу после покупки, бывает крайне непросто. Эксперт рассказал, на что можно обратить внимание, чтобы наверняка не ошибиться в выборе.

Парфюмер Катерина Каталани, возглавляющая компанию Floris London, утверждает, что выбор духов — это глубоко личное, поэтому лучший аромат для каждого человека тот, что находит отклик во вкусах и

предпочтениях.

Хотя некоторые могут тяготеть к одному аромату, я верю в силу разнообразия — ваши ароматы должны отражать различные аспекты личности и настроения и вызывать воспоминания.

Помните, что во многом именно от ароматов зависит настроение и самочувствие. Поэтому выбирайте запах, который инстинктивно будет характеризовать именно вас.

ДУХИ, ПАРФЮМ ИЛИ ТУАЛЕТНАЯ ВОДА: ЧТО ВЫБРАТЬ?

Для начала, стоит обратить внимание на то, что именно вы хотите — туалетную воду, духи или парфюм. Основная разница заключается в концентрации: чем она выше, тем качественнее и дороже продукт.

Немного арифметики: духи состоят на 96% из спирта и на 15-30% из ароматической композиции; парфюмерная вода — на 90% из спирта и на 10-20% из ароматической композиции; туалетная вода — на 80% из спирта и только на 4-10% из ароматической композиции.

НЕСКОЛЬКО ВАЖНЫХ СОВЕТОВ ПРИ ВЫБОРЕ АРОМАТА

Хотя при выборе аромата нужно руководствоваться по большей части личными предпочтениями, существует несколько экспертных советов, которые могут помочь определиться.

В парфюмерном магазине всегда пробуйте ароматы на коже, а не на бумажном пробнике. Любой запах раскрывается индивидуально из-за уникальных химических свойств кожи.

Не покупайте парфюм сразу же. Для начала попробуйте его на коже, походите с ним несколько часов, чтобы проверить интенсивность и «долговечность». Не все духи и парфюмы могут создавать долгоиграющий шлейф, а те, что могут, иногда очень быстро надоедают.

Если сомневаетесь в выборе аромата, выберите несколько миниатюр (по 10 или 30 мл) или пробников, чтобы было достаточно времени определиться с тем, что больше нравится.

Кристина Корчанова
vfokuse@mail.ru

NEW!

БЕЗЛИМИТНЫЕ ТАРИФЫ
для юридических лиц!

RAMNET

ИНТЕРНЕТ
и раменские городские телефоны
КОРПОРАТИВНЫМ КЛИЕНТАМ

индивидуальный подход

выгодные цены

подключение от 2-х дней

тел.: 46 5-99-99
(многоканальный)
www.ramnet.ru

ИНТЕРНЕТ И ТЕЛЕФОНИЯ ДЛЯ КРУПНОГО, СРЕДНЕГО И МАЛОГО БИЗНЕСА

СТОИМОСТЬ ЧАСТНОГО ОБЪЯВЛЕНИЯ - 40 РУБЛЕЙ СЛОВО



Частные
объявления

КУПЛЮ

Куплю старинные: иконы и картины от 80 тыс. руб., книги до 1940г., статуэтки, столовое серебро, сервизы, золотые монеты, буддийские фигуры, знаки, самовары, колокольчики, старинные ювелирные украшения, Тел.8-920-075-40-40

ТРЕБУЕТСЯ

Требуются РАЗНОРАБОЧИЕ, предоставляется бесплатное жилье, З/п 100.000- 120.000 руб. (ОКЛАД 75000 руб. + подработки по желанию), З/п без задержек. Метро Котельники, Лыткарино, Люберцы. 8-915-071-88-29 Александр, 8-925-522-52-52 Юрий

Требуются грузчики на пищевое производство. З/п 5200 руб. / смена. График 2/2. Подработки по желанию. РФ, РБ. Питание, униформа, корпоративный транспорт. Ежедневные выплаты авансов. 8-915-002-20-45

Требуются плотники для сборки бытов, предоставляется бесплатное жилье, З/п 100.000- 150.000 руб., З/п без задержек. Метро Котельники. 8-915-071-88-29, 8-925-522-52-52 Юрий

Требуются сварщики. Изготовление каркасов для бытовок, фермы. ЗП 170.000- 330.000 руб. Бесплатное проживание. Метро Котельники, Лыткарино, Люберцы. 8-925-522-52-52 Юрий, 8-915-071-88-29 Александр

РАЗНОЕ

УТЕРЯНЫ ДОКУМЕНТЫ на имя Юнина Елена Александровна, в г. Раменское, Аттестат выданный в 2004 г. школой МОУ СОШ №19 и диплом о высшем образовании выданный в 2011 г., в г. Люберцы. СЧИТАТЬ НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫМИ

Репетиторство по сольфеджио, преподаватель высшей категории. Педагогический стаж более 40 лет. Помогу выполнить домашнее задание, подготовку к выпускным и приемным экзаменам музыкальной школы. Тел: 8-910-477-12-37

Ремонт стиральных и посудомоечных машин, бойлеров, электроплит. 8-995-222-17-10

Профессиональный монтаж натяжных потолков, любой сложности. Тел.: +7-901-779-09-17 Андрей

Ремонт холодильников и стиральных машин на дому. Низкие цены, бесплатная диагностика. Выезд мастера в удобное для Вас время. Тел: 8-926-548-59-11

ИНТЕРНЕТ
КАБЕЛЬ В КАЖДЫЙ ДОМ

РАССРОЧКА ПОДКЛЮЧЕНИЯ

IP-TV

ЛИЧНЫЙ КАБИНЕТ

НОЧНОЙ ФОРСАЖ

ДОВЕРИТЕЛЬНЫЙ ПЛАТЁЖ

АКЦИИ

ТАРИФ ВЫХОДНОЙ

ПОДАЧА ЗАЯВОК
по телефону: +7(499) 999-01-30
на сайте: www.intronex.ru
e-mail: info@intronex.ru

многоканальный
мобильный офис
+7(906) 797-25-25

ВЫПИЛ?... ПЛОХО?... ПОМОЖЕМ!!!

НАРКОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ
КУПИРОВАНИЕ АЛКОГОЛЬНЫХ ЗАПОВЕВ
www.narcomedcenter.ru

г. Жуковский, ул. Чаадова, д. 51
(926) 530-42-12; (903) 685-93-76; (495) 556-80-13
п. Удельная, ул. Интернациональная, д. 17
(496) 462-24-60; (903) 151-03-81
п. Новохаритоново, Электронизатор, д. 52,
(400м от 14 батальона ДПС)
(496) 464-76-95; (903) 732-05-17

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

Замечательное место! Свежий воздух! Прекрасная природа!

ПРЕКРАСНАЯ РЫБАЛКА
НА ЛЕСНОМ ОЗЕРЕ

Отдохни
от суеты!!!

А также уютная полянка с мангалом и беседкой (200 м от водоёма), домик рыбака и русская баня идеально подойдут для отдыха на природе, Дня рождения, корпоративов.

форель
белый амур
щука
судак
окунь
каarp
сом

Адрес:
Раменский р-н, д. Минино
(до указателя "Рыбалка")
8(909) 166-81-45
8(906) 049-97-38

Круглосуточно!
Круглый год!

СРОЧНО ТРЕБУЮТСЯ

В поселок Совхоза Раменское, с. Загорново

Повар универсал (помощник повара) в кафе

Пекарь • Бармен-официант

Посудомойщица-уборщица, дворник

Администратор в сауну

Зарплата и график при собеседовании

Тел.: +7-906-724-10-31

ИЗВЕЩЕНИЕ

Кадастровым инженером Трубицыной Еленой Вячеславовной, № 2150 в государственном реестре лиц осуществляющих кадастровую деятельность (почтовый адрес: 140180, М.О., г. Жуковский, ул. Гагарина, д.2, комн. 210, контактный телефон: 8(498) 487-41-22, адрес электронной почты: elena_v63@mail.ru, выполняются кадастровые работы по уточнению местоположения границ земельного участка с кадастровым № 50:52:0020207:140 расположенного: Московская обл., г. Жуковский, ул. Кооперативная, участок 72. Заказчиком кадастровых работ является: Нерсиян Грайр Гегамович, почтовый адрес: Московская область, г. Жуковский, ул. Гудкова, дом 20, кв.251, контактный телефон: 8-903-123-90-41. Собрание заинтересованных лиц по поводу согласования местоположения границ состоится по адресу: 140180, М.О., г. Жуковский, ул. Гагарина, д. 2, комн. 210, «2» декабря 2024 г. в 11-00 ч. С проектом межевого плана можно ознакомиться по адресу: М.О., г. Жуковский, ул. Гагарина, д. 2, комн. 210. Возражения по проекту межевого плана и требования о проведении согласования местоположения границ земельных участков на местности принимаются с «15» ноября 2024 г. по «2» декабря 2024 г. по адресу: 140180, М.О., г. Жуковский, ул. Гагарина, д.2, комн.210. Смежные земельные участки, с правообладателями которых требуется согласовать местоположение границ: кадастровый № 50:52:0020207:139, Московская обл., г. Жуковский, ул.Кооперативная, участок 71. При проведении согласования местоположения границ при себе необходимо иметь документ, удостоверяющий личность, а также документы о правах на земельный участок.

МЕДСЕРВИС
ЛО-50-01-009201
МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

Предрейсовые осмотры

Медицинские книжки • Анализы

Предварительные и периодические медосмотры

Справки ГИБДД

ЧАСЫ РАБОТЫ: 9:00 - 16:30

РАМЕНСКИЙ Р-Н, ПОС. УДЕЛЬНАЯ, УЛ. ИНТЕРНАЦИОНАЛЬНАЯ, Д.17

8(496) 462-19-86
8(903) 151-08-94

ДОМОФОНЫ

Установка, ремонт, обслуживание

8(495)104-70-11

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА

РЕМОНТ СТАРЫХ И НОВЫХ ДОМОВ И ГАРАЖЕЙ

Пенсионерам скидка 30%

8906-059-40-02 Владимир

ВИЗИТКИ
ЛИСТОВКИ

8(909) 690-98-63

ПОЧЕМУ
СВИДАНИЕ В
КИНО — ЭТО
ХОРОШИЙ
СПОСОБ
ПОЗНАКОМИТЬ-
СЯ ПОБЛИЖЕ:
ИССЛЕДОВАНИЕ



Кажется, что поход в кино — это очень банально, однако, согласно исследованию, это действительно может стать хорошим способом познакомиться с кем-то поближе. **КАК ПРОХОДИЛО ИССЛЕДОВАНИЕ**

Команда из Ecole Normale Supérieure в Париже показала 61 паре незнакомцев один и тот же набор видеороликов и проследила за их физиологическими и эмоциональными реакциями, а также за тем, как они относились друг к другу.

Анализ показал, что люди чувствовали себя более связанными, когда могли видеть друг друга во время просмотра видео и когда они оба испытывали сильные эмоции — независимо от того, были ли они положительными или отрицательными.

Исследование показывает, что сильные эмоции могут способствовать установлению социальных связей, заявили исследователи.

Результаты исследования, опубликованные в журнале Royal Society Open Science, гласят: «Делиться эмоциями с другими людьми — широко распространенное явление. В целом, мы обнаружили, что это совместное внимание и эмоциональная напряженность укрепляют социальную связь между незнакомыми людьми».

Опрос YouGov, в котором недавно приняли участие 1686 взрослых жителей Великобритании, показал, что 86% людей считают приемлемым поход в кино на первом свидании. Напротив, 7% считают, что это в основном или полностью неприемлемо.

Интересно, что предыдущее исследование показало, что пары, живущие долго, могут воссоздать свою первоначальную искру, вспоминая о своем первом свидании.

Исследователи также обнаружили, что романтическая ностальгия может способствовать развитию здоровых отношений и помогает людям с большим оптимизмом смотреть в будущее.

По их словам, воспоминания о том, как вы впервые встретились, поцеловались или отправились вместе в отпуск, могут стать «противоядием» от ежедневных проблем и разочарований — например, споров по поводу работы по дому.

<https://www.techinsider.ru/author/katya-bel/>
Екатерина Бельчикова

ЗАКАЗ ОБЪЯВЛЕНИЙ И СЛУЖБА
РЕКЛАМЫ 8(909) 690-98-63
8(999) 835-68-55

Лиц. ЛО-5-01-001557 от 20.02.2010

ООО «АРИАДНА-Р»

**ЦЕНТР ЛЕЧЕНИЯ
АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ**

- Наркологическая помощь в стационаре и на дому;
- Вывод из запоя;
- Амбулаторное лечение алкоголизма и наркомании;
- Пролонгированное лечение на длительный срок.

Раменское, ул. Зои Космодемьянской 10;
+7 (496) 461-21-30, 8 (925) 926-81-89
Бронницы, ул. Советская, 155;
+6 (946) 466-66-99, 8 (925) 924-60-62

**АНОНИМНОСТЬ
ГАРАНТИРУЕМ!**

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

**ЛИТОС
БРАЕР
ТЕРЕКС
ВОРОТЫНСК
ГОЛИЦИНО
ДОНСКИЕ ЗОРИ
ЖЕЛЕЗНОГОРСК
КОЛЬЦА, БЛОКИ
БРУСЧАТКА
ДОСТАВКА**

**КИРПИЧ
ГАЗОСИЛИКАТ
БОНОЛИТ**

д. Капустино, Шоссейная, д. 7а
Жуковский, ул. Энергетическая, д. 7

+7 916 165-25-52

www.kirpichnyidvorik.rf E-mail: krpdvor@list.ru
Спасибо, что выбрали нас!

**ГРАНИТНАЯ МАСТЕРСКАЯ
«МЕМОРИАЛ»**

Изготовление памятников любой сложности - от элитных до эконом-класса.

- Ручная гравировка портретов, изготовление изображений на стекле, металле и керамике.
- Доставка и установка. Укладка плитки гранитной или тротуарной, бордюры.
- Огромный выбор аксессуаров: вазы, подсвечники, кресты.
- Изготовление оград.

Гибкая система скидок, быстрые сроки исполнения.
Индивидуальный подход к каждому клиенту.

Адрес: МО, г. Егорьевск, переулок Северный, 4б.
8-964-642-39-13

График работы:
Пн-Пт 8.00-17.00, Сб-Вскр 9.00-15.00
memorial-eg.ru
memorial-eg@mail.ru
Возможно оформление заказа в дистанте.
Оформление всех необходимых бумаг при регистрации памятника.

Творческая мастерская "Антураж" приглашает

В нашей мастерской проходят мастер-классы по интересам индивидуально, в группе, а так же по абонементу

- Рисование (живопись, графика)
Дети от 5 лет и взрослые.
- Лепка (пластилин, глина, гончарное дело)
Дети от 5 лет и взрослые
- Декоративно прикладное искусство (роспись по стеклу, по ткани, по дереву)
с 7 лет и взрослые
- Курсы "Кройки и шитья" - с 15 лет и взрослые

Адрес: г.Раменское, ул.Космонавтов, д.40В, здание кафе "Холодок" - вход с торца здания, справа, домофон "Мастерская", 2 этаж
Телефон: +7(925)497-82-03

ГОРОСКОП

На ноябрь



Овен

Ноябрь станет для Овна месяцем взаимовыгодного сотрудничества: не забывайте о проблемах и интересах других людей, и они не забудут о ваших. Если есть личности, упорно не желающие вам содействовать, гороскоп предлагает подкупить доверие таких несговорчивых товарищей красивым жестом, безвозмездной услугой. Лучшее время для налаживания отношений – вторая декада ноября.



Телец

Гороскоп предлагает не ожидать в этот месяц многого в финансовом плане – доходы Тельца вряд ли будут большими, а вот расходов окажется немало, и далеко не все из них будут связаны с чем-то действительно важным. Бандитское нападение на кошелек Тельца могут совершить самые близкие люди – вторая половина, дети, родственники, друзья.



Близнецы

Приподнятое настроение не покинет Близнецы весь ноябрь. Отрывайтесь и ходите на вечеринки, встречайтесь с друзьями, не забывайте об активном отдыхе. Путешествия, освоение новых видов спорта – это то, что принесет в этом месяце не только удовольствие, но и возможность узнать о себе что-то новое, расширить представление о собственных возможностях.



Рак

В ноябре гороскоп советует Раку развивать не слишком сильное свое качество – гибкость. Причем путать ее с привычным для представителя этого знака Зодиака хитроумием и изворотливостью не стоит: речь идет о поиске решений, которые устроят всех заинтересованных лиц, а не о варианте, который выгоден в первую очередь Раку. Компромиссы в этом месяце способны принести отличные результаты.



Лев

В ноябре Льву не стоит слишком долго оставаться в праздности: займитесь теми областями своей жизни, которые давно уже ждут перемен. Проседает карьера? Удивите руководство вовлеченностью в рабочий процесс. Не устраивает фигура? Займите скучающих тренеров собственной персоной. Одиноко по ночам? Отправляйтесь на поиски кого-нибудь теплого и уютного.



Дева

Центром вселенной для Девы в ноябре станет ее дом: все мысли будут заняты самыми близкими и любимыми людьми, все деньги потратятся на семью, все радости и горести месяца случатся в родных стенах. Вполне возможно, что Деве в этот месяц придется применить свое умение расставить все по

полочкам, чтобы навести порядок и вернуть спокойствие.



Весы

Весы в ноябре ожидает застой в делах и в большинстве жизненных сфер. Гороскоп советует Весам в этот месяц сосредоточить все свои душевные силы на общении с семьей и близким кругом друзей, разделяя их проблемы и радости. Интересно, что некоторые рабочие вопросы в ноябре Весам удастся решить именно с помощью близких: их удачный совет или связи помогут.



Скорпион

Ноябрь для Скорпиона обещает пройти в стахановском режиме ударного труда и угарного отдыха: превратиться в диванного жителя получится разве что в самом начале месяца, и то ненадолго. Гороскоп обещает, что Скорпион в этот месяц получит множество заманчивых предложений по проведению досуга, и не меньше – по возможностям заработать. Выбрать всё и сразу будет сложно, но Скорпион попытается объять необъятное.



Стрелец

Гороскоп Стрельца на ноябрь говорит о высокой востребованности как специалиста: все усилия принесут хорошие плоды, если не сразу, то в обозримом будущем. Вскоре удастся выбраться из финансовой ямы, в которую увлекли недавние траты. Несмотря на высокую занятость на работе, гороскоп предлагает Стрельцу научиться чему-то новому.



Козерог

Всегда вдумчивый Козерог не должен изменять своим правилам и в ноябре. Не давите торопить себя в принятии решений, обдумывайте каждое действие, взвешивайте каждое слово. Особенно внимательно в этом месяце отнеситесь к документам: не подписывайте не глядя. Гороскоп предлагает проявить осторожность и в отношениях с людьми: рассчитывать в этот период можно только на собственные силы, ждать помощи не стоит.



Водолей

Ноябрь для Водолея должен стать периодом подведения итогов. Наведите порядок в делах – это правило касается как деловой, так и личной жизни. Гороскоп не советует в этом месяце начинать новых проектов, менять работу. Даже отлаженные процессы в ноябре могут давать сбои, Водолей начнет спотыкаться на ровном месте: совершать неожиданные для себя ошибки.



Рыбы

Гороскоп Рыб на ноябрь очень благоприятен для тех, кто ведет активный деловой образ жизни: карьеристов, предпринимателей, увлеченных своей работой людей. Их ждут большие успехи и появление отличных перспектив, особенно это касается последней декады месяца. Можно рассчитывать на поддержку партнеров и руководства. Единственная опасность – люди, с которыми Рыбы общаются удаленно.

goroskop365.ru

СЕЗОН ПЕЧАТИ

- ♦ визитки
- ♦ флаера
- ♦ дипломы

♦ бланки ч/б и цветные

(изготовление макета, можно с вашим макетом)

(999) 835-68-55; (909) 690-98-63; vdchpoligraf@mail.ru

ПРАВДА ЛИ ЗДОРОВЬЕ В ДЕРЕВНЕ ЛУЧШЕ, ЧЕМ В ГОРОДЕ? ВОТ ЧТО ГОВОРЯТ УЧЕНЫЕ!

Многие периодически задумываются о переезде в деревню, дабы поправить как физическое, так и психическое здоровье. Но действительно ли жизнь вблизи природы приносит больше пользы? Научные данные указывают на многообразие факторов, влияющих на наше самочувствие и долголетие.

Переезд в деревню часто рассматривают как путь к лучшему здоровью: меньше шума, больше природы, свежий воздух и не такой интенсивный стресс. Однако исследования показывают, что влияние окружающей среды на здоровье человека далеко не однозначно. Учёные, изучающие это влияние, всё чаще указывают на нюансы, делающие ответ на вопрос «где жить лучше?» менее очевидным. Так, городские жители, живущие рядом с парками или зелёными насаждениями, получают массу преимуществ.

Согласно научным данным, зелёные районы в городах снижают уровень шума, помогают очистить воздух и обеспечивают

эволюционного психолога Эмбер Пирсон из Мичиганского университета, виды природы могут служить успокаивающим фоном для вашей нервной системы, перенасыщенной стимуляцией городской среды.

С другой стороны, — хотя жители крупных городов чаще страдают от аллергий, астмы и депрессии, — они реже сталкиваются с ожирением и имеют более низкий риск суицида. Парадоксально, но некоторые научные данные показывают: у городских жителей, особенно у пожилых людей, выше средняя продолжительность жизни по сравнению с сельскими жителями.

Удобства и доступность медицинских услуг в городах, вероятно, играют в этом не последнюю роль.

СЕЛЬСКАЯ МЕСТНОСТЬ И ЕЁ НЕДОСТАТКИ

Жизнь на природе может показаться идеальной, но и у нее есть минусы, — отмечают западные эксперты. Например, в сельской

естественное охлаждение, что важно в условиях глобального потепления.

ЖИЗНЬ В ДЕРЕВНЕ ЛУЧШЕ, ЧЕМ В ГОРОДЕ?

Время, проведенное на природе, снижает артериальное давление, нормализует пульс и способствует выработке «естественных киллеров» — клеток иммунной системы, борющихся с вирусами и раковыми клетками. Так, согласно теории

местности уровень загрязнения воздуха может быть выше из-за сжигания растительных остатков и дров, — как это бывает в Индии и Индонезии. Дым от подобных пожаров также проникает в соседние страны, влияя на качество местного воздуха.

Между тем жители высокогорных районов действительно сталкиваются с меньшим количеством загрязняющих веществ, — однако это идет рука об руку с повышенным риском респираторных заболеваний и высоким уровнем ультрафиолетового излучения.

Вид на воду, как показывают исследования, уменьшает уровень психологического стресса, что объясняется эволюционной привязанностью человека к воде, как к источнику ресурсов и возможности для активности на свежем воздухе.

Исследования показывали: проживание у моря может иметь позитивное влияние на здоровье. Например, британцы, живущие у побережья, имеют лучшие показатели здоровья, чем те, кто живёт в глубине страны, вдали от больших водоемов /

Так, в Европе все чаще запускают проекты по восстановлению заброшенных водоемов, чтобы улучшить качество жизни местных жителей, — а новые исследования помогают понять, какие факторы делают «синие зоны» в городской среде привлекательными и полезными.

КАК ВЫБРАТЬ ЛУЧШЕЕ МЕСТО ДЛЯ ЖИЗНИ?

Стоит помнить, что факторы, влияющие на здоровье, выходят далеко за рамки окружающей среды. К примеру, потеря работы, семейные события и другие жизненные изменения оказывают куда большее влияние на благополучие человека, нежели чем переезд в экологически чистый район, — отмечают западные ученые. Кроме того, доступность работы, школ и медицинских учреждений играют не последнюю роль.

<https://www.techinsider.ru/author/gandrabura/>

Юрий Гандрабура

06 НОЯБРЯ 19:00
ДК САТУРН
ИЕРОМОНАХ ФОТИЙ
РУСЬ - НАЗЫВАЮТ СВЯТОЙ
БНАСТЫ
FOTIY.RU - DK-SATURN.RU

Царевна лягушка
музыкальный спектакль
9 ноября 12:00
ДК «Сатурн»
г. Раменское, ул. Мухоморова, 2
билеты в кассе: (496) 463-20-76
и на сайте: dk-saturn.ru

ДК «Сатурн» г. Раменское
т. (496) 463-20-76 dk-saturn.ru
ФАКТОР 2
Юбилей 25 лет
15 НОЯБРЯ 19:00

ДВОРЕЦ КУЛЬТУРЫ «САТУРН»
НАРОДНЫЙ КОЛЛЕКТИВ «ТЕАТР ОПЕРЕТТЫ»
Оперетта зажигает огни
Главный режиссер
Заслуженный работник культуры МО
ВЛАДИМИР ГАЛКО
Режиссер-постановщик
ОЛЬГА ГАЛКО
Музыкальный руководитель
АЛЕКСЕЙ КИРИЛЛОВ
ЮБИЛЕЙ 65 лет!
16 НОЯБРЯ 16:00
Билеты в кассе и на сайте DK-SATURN.RU 12+

Дуэнья
Р. Шеридан
17 ноября начало в 18:00
Дмитрий ВАРШАВСКИЙ
Александр ГАЙДУЛИН
Александр ВЕЛЕСКОВИЧ
Максим МАЛЬЦЕВ
Ольга НЕМОГАН
Олеся ЖЕЛЕЗНЯК
Семён СТРУТАЧЁВ
Александр КЛЮКВИН
8 (496) 463-20-76 [купить билет](https://www.techinsider.ru/author/gandrabura/) DK-SATURN.RU

БИЛЕТЫ БЕЗ КОМИССИИ BILETTE.RU
22 НОЯБРЯ ДК САТУРН 19:00
г. Раменское
Мария АРОНОВА **Борис ЩЕРБАКОВ**
СВОБОДНАЯ ПАРА
тел. +7 (496) 463-20-76 DK-SATURN.RU
TICKETLAND.MTC [ИЗДАТЕЛЬСТВО](https://www.techinsider.ru/author/gandrabura/) [KAZAKH.RU](https://www.techinsider.ru/author/gandrabura/)

ДК Сатурн
23.11 12:00
Принцессы и Злодеи
Шоу-мюзикл для всей семьи
Билеты на кассе и в Ф.У. +7(496)463-20-76
и на сайте: DK-SATURN.RU

28 НОЯБРЯ ДК «Сатурн»
г. Раменское т. (496) 463-20-76 dk-saturn.ru
СМЕХОТЕРАПИЯ
ИГОРЬ МАМЕНКО
Продолжительность спектакля 1 час 40 мин. без перерыва
art-concert.ru

29.11 19:00
ДК САТУРН
ENIGMA
ANDRU DONALDS
С СИМФОНИЧЕСКИМ ОРКЕСТРОМ

30 ноября (сб) – ДК «Сатурн», 18.00
ИМЕНИ А.В. АЛЕКСАНДРОВА
АКАДЕМИЧЕСКИЙ АНСАМБЛЬ
ПЕСНИ И ПЛЯСКИ
РОССИЙСКОЙ АРМИИ
ИМЕНИ А.В. АЛЕКСАНДРОВА
25 АРТИСТОВ – 65 КОСТЮМОВ – ЖИВОЙ ЗВУК
СВАДЬБА В МАЛИНОВКЕ
Билеты на сайте DK-SATURN.RU
Тел. кассы: +7(496) 463-20-76

В Добрый ЧАС

Учредитель: ООО "ПОЛИ-ГРАФ"

Газета "В Добрый час" зарегистрирована в
Московском региональном управлении Комитета РФ по печати.
Рег. № а-5398.
Перепечатка материалов запрещена без согласования с редакцией.
Рукописи не возвращаются и не рецензируются.
Газета распространяется бесплатно.

Адрес издателя и редакции: г.Раменское, ул. Народное Имение, д.14

ИО Главный редактор: Беляев Р.В.
Компьютерная верстка: Беляев Р.В.
Тираж 30000 экз. Подписание по графику в печать 31.10.2024 в 9.00
Фактически 31.10.2024 в 15.00 Дата выхода в свет 31.10.2024 в 17.00
Отпечатано в ООО «Типография «КП - Москва»
141407, МО, г.Химки, Нагорное ш., д.2, корп.9, пом.А
Ответственность за достоверность информации, содержащейся в рекламных
объявлениях, и номера телефонов несут рекламодатели.

Зак. № 5021

1 2 3 4

Тел.: 8(909) 690-98-63, (496) 467-99-20. E-mail: vdchpoligraf@mail.ru www.ramgraf.ru