

25.08.2021

стр. 21-29

Объявления
Бегущая строка ТВК-6

стр. 30-44

ПРОГРАММА ТЕЛЕВИДЕНИЯ

ВТОРАЯ ЧАСТЬ

Телефон редакции:

56-15-87

spectr.com.kz

СПЕКТР

ЕРТИС ОНПР
Республика тарихтын айналык сағат

Звон в ушах, плохо слышите?

НАКОНЕЦ-ТО ЗВОН В УШАХ ИСЧЕЗ, И Я СНОВА МОГУ НАСЛАЖДАТЬСЯ ТИШИНОЙ!

Вы тоже слышите шум и звон в ушах, даже если находитесь в тихой обстановке?

Джонни Геллер (Johnny Geller) живет в шведском городе Мальмё и рассказывает свою историю. «До пенсии я много лет проработал в шумной обстановке. Но несколько лет назад заметил, что слух ухудшился. Мне казалось, что я слышал шум даже в тишине. Для меня это было сильным потрясением. Раньше я просто забывал защищать свои уши во время работы. Но сейчас я принимаю таблетки Tone и очень счастлив, что теперь наконец звон в ушах исчез и могу наслаждаться покоем», говорит Джонни.

Открыл таблетки Tone™

«Ослабевший слух и посторонний шум в ушах очень раздражали, так как мешали нормально общаться с семьей, друзьями, слушать радио или смотреть телевизор. Шум не позволял отдохнуть или сосредоточиться, хотя я живу в тихом живописном месте. Однажды прочел статью о скандинавском препарате Tone™ и решил попробовать его. Через некоторое время я заметил, что звон в ушах и раздражающие посторонние шумы гораздо меньше мешают жить полной жизнью и радоваться ей», — продолжает Джонни.

Изменения, связанные с возрастом

Связанное с возрастом ослабление слуха называется пресбикузией (лат. presbycusis). Частые жалобы: трудно понять, когда говорят тихо, и звон в ушах. Люди нередко сталкиваются с изменением слуха, однако их очень утомляет звон в ушах и в голове. Звон становится более интенсивным, если человек нервничает, вечером, в тихой обстановке. Он может ощущаться и ночью. Такие люди часто страдают от беспокойства, смущения, чувства незащищенности и печали, сниженной социальной активнос-



ти. У многих существуют проблемы со слухом, и большинство из них старается скрыть это. Ведь не секрет, что никому не нравятся насмешки людей из-за того, что ты не все слышишь, о чем говорят. По этой причине большинство людей отрицают проблему и утверждают, что у них все, как обычно.

ФАКТЫ

о таблетках Tone™

Tone™ — это оригинальная скандинавская таблетка, в состав которой входят натуральные растительные экстракты, поддерживающие состояние органов внутреннего уха. Рутин и оксирутин из гречихи укрепляют капилляры. Экстракты альпинии и хмеля повышают чувствительность. Ниацин, магний и калий поддерживают хорошее функционирование нервной системы,

восстановили
вают
баланс
электронитов.



Принимайте по 2 таблетки Tone™ каждое утро как минимум 2-3 месяца, чтобы поддержать баланс электролитов и микроциркуляцию в капиллярах слухового органа.

СПРАШИВАЙТЕ

В АПТЕКАХ

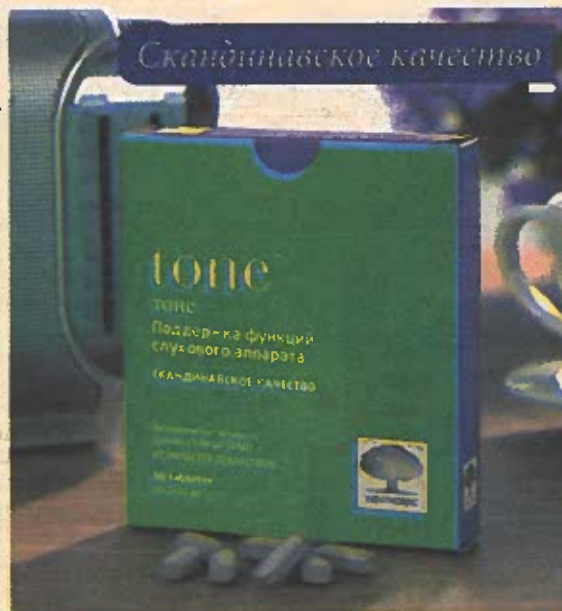
ВАШЕГО ГОРОДА.

Центральная аптека.

ул. Момышулы, 12.

Тел: +7 (7222) 36-10-45

Отпускается без рецепта. Состав: экстракты гречихи, черники, женьшеня, алычи, алоэ, калия, ниацина. Рекомендован по 2 таблетки 1 раз в день во время еды для взрослых и детей старше 11 лет. Противопоказано при беременности, лактации или приеме лекарственных средств, влияющих на свертываемость крови. Препараты Tone™ не употреблять при индивидуальной непереносимости составляющих компонентов. Производитель: New Nordic Manufacturing ApS, Ny Østergade 11, DK-4000 Roskilde, Дания. Представитель, уполномоченный на привлечение инвестиций в Республике Казахстан: филиал ЗАО New Nordic (Нью Нордик) в Республике Казахстан, г. Алматы, Шарипова, 90, оф. 308-4. СопРБ700601003.Е.006710.12.13 от 27.12.2013. выдан: РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ГИГИЕНЫ, ЭПИДЕМИОЛОГИИ И ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ БАД, не является лекарством.



НЕ ОСЛАБЛЕН ЛИ ВАШ СЛУХ?

ДА НЕТ

1. Часто трудно понять слова собеседника.
2. Во время разговора часто переспрашиваю.
3. Некоторые звуки раздражают или навязчивы.
4. Звонит в ушах, иногда кружится голова.
5. Избегаю разговоров с окружающими, так как чувствую себя неловко.

Если вы полностью ответили: хотя бы на три из приведенных утверждений — ваш слух может быть ослаблен.

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС, ЧТОБЫ ПОЛУЧИТЬ БОЛЕЕ ПОДРОБНУЮ ИНФОРМАЦИЮ:

+7 771 993 00 87

+7 771 743 00 89

newnordic.kz

Раскрыта тайна лабиринта в ВКО

Он был построен под Белухой к солнечному затмению 2008 года.

Неподалёку от озера Равновесия над Нижним лагерем у подножья Белухи в Катон-Карагайском районе ВКО выложен большой семиповоротный лабиринт. Его видят многие туристы, но мало кто знает доподлинно историю создания. Лабиринт обрастает легендами: его строители — пришельцы, шаманы, древние люди...

На самом деле он был выложен группой туристов из Санкт-Петербурга в августе 2008 года, накануне солнечного затмения. Иннокентий Людевик-Чернецкий — автор идеи и один из строителей лабиринта — рассказал об истории его создания.

В 2008 году Анна Мирнова задумала поездку на Казахский Алтай, от самой низкой точки Сибири — урочища Киин-Кериш — до самой высокой — горы Белуха. И предложила мне заняться культурной программой. Я увлекался лабиринтами, вот и появилась идея сложить такой в горах. Мы сделали его вместе с отцом, Всеволодом Чернецким — он архитектор, реставратор, который умеет строить дворцы, и альпинист-семибтысячник. Так что у нас был очень удачный консультант, в том числе по ландшафтному дизай-

ну. И группа была интересная, 17 человек с самыми разными умениями и увлечениями — йога, цигун, другие практики. Ребята приносили камни, мы выбирали их по цветам, раскладывали. Сначала, конечно, появилась схема, нужно его нарисовать, уметь это делать. А ещё раньше нужно найти правильное место, ровное, 15,

а лучше 50 метров в диаметре, где есть достаточное количество камней. Потом — сами круги, система кругов, и важно, чтобы они были ровными, это кропотливая работа. Я выложил немало лабиринтов, и каждый раз наступает момент, когда запутываешься при строительстве. Нужно остановиться, расслабиться, и тогда

всё складывается. Очень красивый момент, я научился его узнавать. Мы сложили лабиринт как раз перед солнечным затмением и встретили его вдвоем с отцом возле начала, разведя огонь. До сих пор вспоминаю это время и этот лабиринт с особенной теплотой, — рассказывает Иннокентий.



В мире существует немало загадочных лабиринтов, начиная с того самого, на острове Крит, про который говорится в легенде о Минотавре. Их предназначение до сих пор доподлинно неизвестно. Кто-то загадывает желание, заходя в него, кто-то задаёт вопрос и ищет ответ. Лабиринт под Белухой имеет такое же строение, как критский.

Иннокентий уверен, что в лабиринт нужно заходить по одному:

Он не запутывает человека, а ведёт к чему-то, возможно, к самому себе. Можно дойти до центра, помедитировать, а потом нужно выходить по той же дорожке, используя знания, навыки и ощущения, доступные только тебе. Мне кажется, это путь к узнаванию себя, встреча с собой.

yk.kz