

ПРОФИЛАКТИКА

Укрепите ваши кости

20 октября в Ярославле отметили Всемирный день борьбы с остеопорозом. По традиции к этой дате проходят бесплатные приемы и консультации врачей. Приглашенные могли сдать кровь, пройти обследование, прослушать лекцию о пользе правильного питания.



Календарь, выпускаемый по итогам конкурса рисунков.



Забор крови на анализ витамина Д.

Остеопороз — недуг, который делает кости хрупкими, ломающимися даже при незначительном воздействии. Развивается он постепенно и незаметно.

— В нынешнем году мы уделили внимание развитию вторичного остеопороза, который может появиться у людей, принимающих те или иные лекарственные препараты, например,

гормональные средства, — говорит Ксения Белова, заведующая центром остеопороза. — Применяются они достаточно широко, но одно из побочных действий — влияние на структуру костей, снижение ее плотности.

Распространенность остеопороза в России и в мире велика, от него сегодня страдает каждая третья женщина старше 50

лет и каждая вторая после 70 лет. Только в центре остеопороза при больнице имени Соловьева на учете состоят свыше 15 тысяч человек.

Можно ли предупредить развитие болезни? Врачи считают, что можно. Для этого с детства надо употреблять достаточное количество кальция с пищей, чаще бывать на солнышке, регулярно заниматься физкультурой, не курить, не злоупотреблять алкоголем и кофеином.

— Мы рекомендуем есть больше кисломолочных продуктов, рыбу жирных сортов, твердые сыры, — говорит Ксения Белова. — При дефиците витамина D надо обязательно его восполнять, принимая осенью и зимой. Схему приема подскажут врачи нашего центра, предварительно проведя полное обследование.

Людмила ДИСКОВА
Фото Ирины ШТОЛЬБА

ПРОФЕССИЯ – ПЕДАГОГ

В Дзержинском районе чествовали ветеранов педагогического труда. Праздник был приурочен к Дню учителя и посвящен 90-летию образования в Ярославле.



На празднике.

Спасибо вам, учителя!

Бросает осень под ноги идущим ковер из листьев. Идут по осеннему ковру замечательные труженики, спешат на свой праздник. Сегодня чествуют учителя. Радужно принимают ветеранов педагогического труда в администрации Дзержинского района организаторы праздника Татьяна Сорокина, Людмила Зернова, депутаты. Наш праздник невозможно представить без председателя совета ветеранов Великой Отечественной войны Юрия Владимировича Гоголева и председателя совета ветеранов педагогического труда Галины Леонидовны Пиуновой, которая 24 года не просто возглавляет нашу организацию, а спешит на помощь каждому. Всего в организации 1200 учителей.

Поздравить нас пришли дети вместе с талантливым педагогом дополнительного образования центра «Ярославич» Е.А. Дубовик. Дети поют о Родине, о маме, о земле, на которой живут. В зале встретились три поколения: старшее, отслужившее своему делу достойно, молодежь, пришедшая в школу трудиться, и наше будущее — дети. Слова благодарности учителю звучат в каждом выступлении.

Сегодня и другая значимая дата — 90 лет образования в Ярославле. Успехи есть, есть на-

дежда на молодых, что не подведут, что выбрали особую профессию, в которой живут по принципу «Сердце отдаю детям». Вот он в зале, мой любимый учитель. Помню его наказы: быть человеком, делать добрые дела на земле. Спасибо за науку, учитель. Не подведем, вспомним, повзрослеем — выполним. Наступает торжественная минута: чествуют лучших из лучших, учителей, психологов, воспитателей детских садов, директоров школ. Выдают свидетельства о занесении в Книгу почета учителей Ярославля: 11 фамилий, и каждый — целая эпоха из истории нашего образования.

Живи, учитель, не сдавайся. Ты ведь помнишь свой первый урок, когда сказал: «Здравствуйте, дети. Я рад вас видеть» и услышал в ответ: «Мы тоже». Урок состоялся. Живи, учитель, сей разумное, доброе, вечное — твоя профессия сплетена из мужества, терпения и любви к детям, высокого профессионализма, ежедневного гражданского подвига. И понесут по земле твои ученики достойные добрые дела, и тебя не подведут.

Будьте счастливы и всегда здоровы и успешны, учителя. «И пока вертится земля, нужны будут учителя».

Заслуженный учитель
России Л.А. РЫЖКОВА

РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ

Свет школьного двора

По инициативе мэрии сотрудники департамента образования совместно со специалистами МРСК-2 провели ревизию осветительных приборов на территории школ города.

— Сейчас главная задача — выявить и составить список неисправных приборов освещения, а также установить объемы работ по их восстановлению. Самые распространенные неисправности — это отсутствие ламп накаливания и воздушных кабелей. После завершения осмотра пришкольных территорий будет составляться смета для проведения необходимых работ, — пояснила заместитель директора



Фото Ирины ШТОЛЬБА

департамента образования мэрии Елена Иванова. По ее словам, объем работ по восстановлению освещения оценивается, по предварительным подсчетам, в два миллиона рублей.

Анатолий КОНОНЕЦ

АППАРАТ «БИМАГ» – ВАШ ДОМАШНИЙ ДОКТОР!

Мучаюсь давлением и суставами больше 35 лет. На таблетки уже надежды нет. Можете ли посоветовать какое-нибудь средство, которое помогает? Но недорогое — пенсия маленькая. Спасибо.

М.С. СТЕПАНОВ,
75 лет, г. Ярославль

Представьте, что где бы вы ни находились: дома, на работе, в саду, с детьми или внуками, вы носите с собой крохотного доктора. В любое время вы можете заказать своему мини-доктору подходящее для вас лечение. И представьте, что этот доктор всегда свободен для вас и никогда не грубит. Вряд ли вы в жизни встретитесь с таким миниатюрным доктором, но есть кое-что, не уступающее ему. Знакомьтесь, биополярный «Бимаг» от ученых Санкт-Петербурга! Он нормализует давление при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, в том числе при гипертонии. Ведь даже у гипертоников с многолетним стажем давление, как правило, приходит в норму. Применяя в лечебных целях данный прибор, вы можете быстро избавиться от болей в суставах и спине при заболеваниях опорно-двигательного аппарата. При расстройствах нервной системы — таких как нарушение сна, хроническая усталость — аппарат «БИМАГ» рекомендован к использованию. Да, благодаря тому, что наука отсеяла весь мусор, и появился удивительный прибор... который действительно РАБОТАЕТ! «Бимаг» разработан на методике применения разделенных потоков магнитных полей, которую успешно при-

менял Парацельс еще в XVI веке. Но современная медицина шагнула намного дальше, и теперь «Бимаг» может быть использован при ряде серьезных заболеваний, таких как гастрит, гипертония, ангина и др. «Бимаг» решает в том числе так называемые мужские вопросы: импотенция, простатит, аденома предстательной железы. Методика применения «Бимага» насчитывает более 30 недугов.

ВОТ ОФИЦИАЛЬНЫЕ ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ «БИМАГА»:

— заболевания опорно-двигательного аппарата: остеохондроз, радикулит, болезни суставов, артрит, артроз, вывихи;
— заболевания сердечно-сосудистой системы: гипертония, ишемия, стенокардия, вегетососудистая дистония, варикозное расширение вен, сердечный приступ, постинсультное состояние;
— неврологические, нервно-психические расстройства: головные синдромы, постоянные голов-

ные боли, стрессовые состояния, неврозы, нарушения сна, хроническая усталость;

— заболевания желудочно-кишечного тракта: гастриты, колиты, язвенная болезнь печени и желчного пузыря;

— заболевания мочевыделительной и половой систем: импотенция, простатит, аденома предстательной железы;

— заболевания ЛОР-органов: ангина, хронический бронхит, аллергия и многие другие заболевания.

Действие «БИМАГА»

«Бимаг» работает таким образом, что даже если вы лечите только гипертонию, то попутно за счет улучшения переноса кислорода клетками вы можете избавиться от заболеваний опорно-двигательной системы. Два магнитных потока «БИМАГ» дадут вам тот лечебный эффект, который в данный момент вам требуется. Знакомство с ним позволит сказать: «Я рад, что приобрел «Бимаг»».

ВЫСТАВКА-ПРОДАЖА «БИМАГА» СОСТОИТСЯ 4 ноября с 10 до 11 часов в ДК Всероссийского общества слепых (ул. Рыбинская, д.51)

Цена «БИМАГА» 2200 рублей.

По многочисленным просьбам покупателей - цена для ИНВАЛИДОВ И ПЕНСИОНЕРОВ 990 рублей + каждому покупателю книжечка о магнитотерапии в подарок*

Успейте приобрести «Бимаг» по специальной цене, так как скоро ожидается повышение цены.

Тел. 8 (922) 975-27-37

*Акция действительна на момент проведения выставки. Организатор акции ИП Вецель А.В. Количество ограничено. Подробности по тел. 8(922) 975-27-37

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ