

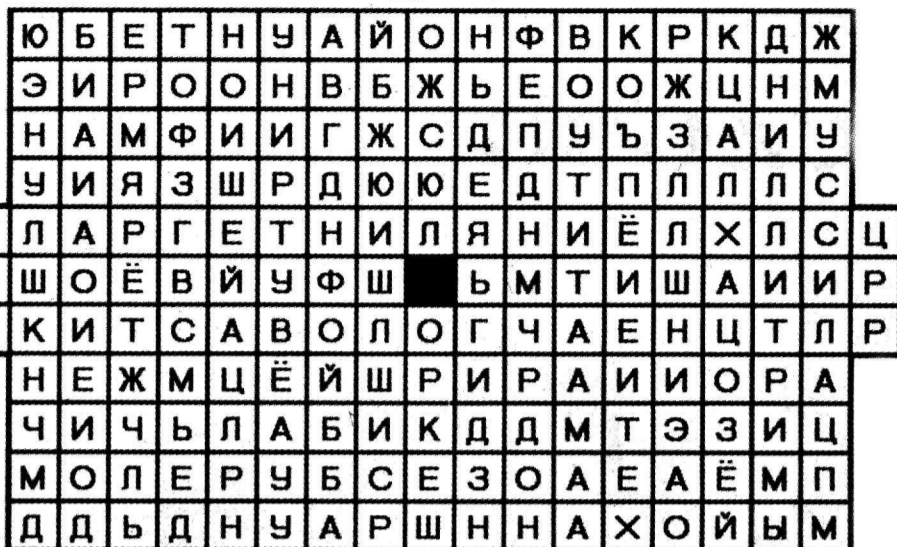
Словесный футбол

КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА

Матч проходит в два тайма. Начинают их с одной из букв вокруг центра поля. Отыскивают ответ на вопрос и зачеркивают карандашом в любом направлении (даже задом наперед). Главное условие: никакое слово не должно «ломаться» внутри себя (т.е. внезапно менять направление). Последняя буква для одного слова служит первой для следующего. И всякий раз, после очередного гола, возвращаются на середину площадки. Гол засчитывают, когда мяч оказался прямо в воротах. Нужно узнать, с каким счетом закончилась встреча. Желаем успехов!!!

ПЕРВЫЙ ТАЙМ:

Предшественник лягушонка – Баскетбольные ворота – Уклонение от выборов, за которое в некоторых странах наказывают штрафом или даже тюрьмой – Красящее вещество в чернике – Кто такой гангстер? – Николай Иванович, разработавший проект летательного аппарата, находясь в тюрьме за покушение на императора Александра II – Что всякий раз предшествует «дню Венеры»? – Именно ее просил открыть личико Петруха из фильма «Белое солнце пустыни» Владимира



Мотыля – Как зовут легендарного бомбардира Круиффа из голландской команды «Аякс»? – Цифры на купюре – Шекспировский герой, поплатившийся за то, что поделился властью – Ручная воспитательная мера для младшего дошкольного возраста.

ВТОРОЙ ТАЙМ:

Математическая «загогулина», частень-

ко помогающая рассчитать площадь сложных фигур – Каким цитрусом опытные хозяйки изнутри натирают курицу перед приготовлением, чтобы ее мясо стало белым и нежным? – Родной город для основателя кальвинизма – Что стало причиной того, что однажды газовая компания отключила газ Томасу Эдисону, а он в отместку изобрел электрическую лампочку? – Медовый цветок, часто обрамляющий клумбы – Киногерой уморительного Пьера Ришара из комедии «Мечтать никогда не поздно» – Три минуты бокса – Правила конных скачек гласят, что... имени беговой лошади не должна превышать восемнадцати букв – Инвалид смысла – Что символизирует белый цвет в Индии? – Что такое подберезовик? – Участок леса, травмированный непогодой.

Ответы на кроссворд, опубликованный 12 марта:

- ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 7. Червонец, в. Пропасть. 10. Живописец. 11. Тяжба. 13. Атлет. 15. Русло. 16. Предлог. 18. Ловушка. 20. Пирог. 21. Эпизод. 25. Раствор. 27. Маникюр. 28. Озеро. 29. Рядно. 31. Отжим. 32. Прапорщик. 33. Листовка. 34. Ансамбль.
- ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Сентябрь. 2. Лонжа. 3. Четверг. 4. Престол. 5. Спица. 6. Этажерка. 9. Список. 12. Бадминтон. 14. Трубочист. 17. Олово. 19. Олива. 22. Памятник. 23. Предок. 24. Любитель. 26. Рогатка. 27. Морщина. 30. Оплот. 31. Океан.

Вы и усталость

ТЕСТ ДЛЯ ВАС

Этот небольшой и очень несложный тест поможет вам понять, не оказались ли вы уже в цепких лапах «бича нашего времени» – синдрома хронической усталости.

Постарайтесь предельно честно, искренне ответить «да» или «нет» на вопросы этого мини-теста. Итак:

1. По утрам при пробуждении вам необходимо дольше обычного «раскачиваться», делая над собой усилие, чтобы включиться в привычную (в том числе и трудовую) жизнь?
2. В разгар работы вы начинаете чувствовать падение ее продуктивности, необходимость напрягаться, прилагать дополнительные усилия для ее качественного выполнения?
3. Вам нужны какие-то «допинги», чтобы хотя бы в рабочее время чувствовать себя в тонусе? (Кофе, крепкий чай...)
4. Вы стали плохо реагировать на перемены погоды, которые вызывают у вас боли в спине, суставах, головные боли, слабость?
5. У вас стали появляться неприятные, порой болевые ощущения в области сердца?
6. У вас начала появляться зябкость кистей рук, стоп?
7. У вас то повышается, то резко снижается аппетит?
8. Вас стали беспокоить какие-то дисфункции, какие-то нарушения деятельности желудочно-кишечного тракта?
9. У вас стали нарастать раздражительность, вспыльчивость, бывают беспричинные эпизоды снижения настроения?
10. У вас появились или участились аллергические реакции?
11. У вас снижается половое влечение?
12. Ваш сон стал прерывистым, беспокойным, поверхностным или вы плохо засыпаете?

ОЦЕНКА:

Если большинство ответов на вопросы, поставленные в этом мини-тесте, оказались положительными, то вам уже пора задуматься о состоянии вашего здоровья! И, конечно же, начинать принимать необходимые меры для того, чтобы не оказаться побежденным хронической усталостью. А потому в течение дня старайтесь хотя бы через 1–2 часа проводить «пятиминутки расслабления»; каждые 2–3 часа делайте 3-минутные разминки; эмоционально подзаряжайтесь; больше гуляйте по вечерам, отдыхайте, спите до 9 часов в сутки.

Евгений ТАРАСОВ, психолог.

РЕКЛАМА

КОМПЬЮТЕР KRAFTWAY: СЛАГАЕМЫЕ НАДЕЖНОСТИ

Скажи, кто твой клиент, и я скажу, кто ты

Увы, это изречение работает в огромном мире потребительской культуры. Когда мы узнаем, какие клиенты отдадут предпочтение данной фирме или данному товару, мы как будто сверяем по ним «свои часы». Делаем выводы о том, стоит ли нам довериться той же самой марке. И отдаем предпочтение продукции той компании, которая находит подход к каждому клиенту, независимо от размеров его бизнеса.

В этом смысле ведущий отечественный производитель компьютерной техники компания Kraftway – яркий пример именно такого подхода к своему клиенту. Здесь не делают потребителя на крупного и мелкого, а делают одинаково большие вложения как в развитие модельного ряда для массового потребителя своей техники, так и в работу, связанную с полным обеспечением крупных корпоративных заказчиков.

Безупречное качество техники Kraftway, инновационный подход компании к проектированию и выпуску новой продукции, продуманный модельный ряд, наличие современных производственных мощностей для оперативного выполнения больших заказов – все это позволило компании завоевать доверие тысяч кли-

ентов по всей стране. Среди них – крупнейшие правительственные и промышленные структуры:

- Министерство по налогам и сборам РФ,
- Министерство финансов РФ,
- Министерство имущественных отношений РФ,
- Министерство экономики РФ,
- Министерство обороны РФ,
- Министерство внутренних дел РФ,
- Министерство транспорта РФ,
- Министерство образования РФ,
- Министерство здравоохранения РФ,
- Государственный таможенный Комитет РФ,
- Государственный комитет РФ по земельным ресурсам,
- Государственный комитет РФ по статистике,
- Пенсионный фонд РФ,
- Правительство Москвы,
- Федеральная почтовая связь,
- Верховный суд РФ,
- Региональные операторы электросвязи холдинга «Связьинвест»,
- Центральный телеграф,
- РАО «ЕЭС России»,
- Магнитогорский металлургический комбинат,
- Сберегательный банк РФ и др.

Однако техника Kraftway способна удовлетворить потребности не только клиентов федерального уровня. Взяв в 2002 г. курс на работу с компаниями среднего бизнеса, Kraftway менее чем за год завоевал прочные позиции поставщика на-

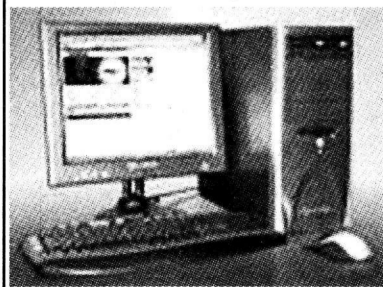
дежного оборудования для этой категории клиентов. Центральный коллектор библиотек, исследовательская компания «Центр инфраструктурных проектов», розничная сеть «Рамстор», аэропорт «Шереметьево», журнал «За рулем», группа компаний «Альстом», и десятки других предприятий по всей стране успешно используют оборудование Kraftway для автоматизации своей деятельности.

Остается согласиться с изречением «Скажи, кто твой клиент...», потому что понимаешь, что те самые (смотри список клиентов выше) просто так свои деньги на ветер не бросают. Качество продукции Kraftway, не раз отмеченное экспертами мирового уровня, и выгодное его соотношение с ценой все больше и больше привлекают внимание индивидуальных пользователей компьютерной техники.

Розничная сеть и сеть сервисного обслуживания компании Kraftway помогает жителям практически любого города России приобрести достойную по качеству и надежную в эксплуатации компьютерную технику. А благодаря компании «Герма», официальному партнеру Kraftway в нашем городе, у магнитогорцев тоже есть возможность приобрести к этой замечательной технике.

Александр БОНДАРЕВ.

Компьютеры Kraftway в Магнитогорске: магазин «Герма», ул. Комсомольская, 20. Тел. (3519) 23-89-77.



ВЫ СМОЖЕТЕ ВОССТАНОВИТЬ СВОЕ ЗРЕНИЕ!

- С перспективной методикой знаменитого доктора Бейтса вас познакомит психолог Редькина Т. А.
- Овладев новыми приемами, вы без напряжения, без усталости, без очков сможете продолжительно работать с книгой, за компьютером. Даже смотреть телевизор с пользой для зрения!
- За время тренинга вы улучшите зрение при катаракте, глаукоме, заболеваниях сетчатки и т.д.
- Вы избежите лишних затрат на лекарство. Сэкономите время на посещение больницы, раскрыв неизведанный запас своего физического и духовного развития.



О РЕЗУЛЬТАТАХ ТАКИХ ЗАНЯТИЙ ГОВОРЯТ ФАКТЫ:

- Ренат, 37 лет, астигматизм, миопия, зрение – 30%, по окончании: зрение – 100%.
- Мадина, 52 года, до семинара: катаракта, сахарный диабет, очки +2 и +4, зрение – 20%, по окончании: зрение – 90%.
- Нина, 64 года, до семинара: дальнозоркость, слезотечение, очки +3, по окончании: зрение – 100%.
- Валентин, 74 года, до семинара: глаукома, перенес операцию в 2001 году, зрение – 50%, по окончании: зрение – 90%.

Вы задумались о здоровье своих глаз? Вы разочарованы предыдущими лечениями, операциями? Мы ждем вас.

Занятие состоится 23 марта по адресу: пр. Ленина, 26, Магнитогорский индустриальный колледж (актовый зал), в 18.00. ВХОД СВОБОДНЫЙ

Учреждение «Спортивный клуб «Металлург-Магнитогорск» объявляет набор в группу ведущие «МС» на обучение. Обращаться: каждый вторник и четверг с 18.00 до 19.00, по адресу: ул. Набережная, 7 (спортивный павильон), каб. 1, т.: 37-49-13, 8-902-607-01-69.

Тренажерный зал «Самсон», ул. Набережная, 7
Новое современное оборудование и низкие цены: фитнес для женщин, бодибилдинг для мужчин, занятия для беременных (утренние группы), индивидуальные программы и консультации по питанию.
Телефон для справок 37-49-13.

«АРКАИФ»
р-н вокзала, через ж/д пути. Надежное преодоление алкогольной зависимости. Прерывание запоев, психокоррекция и лечение неврозов.
Т. 29-11-07.