Календарь «ММ»

27 Января Воскресенье

Восх. 8.33. Зах. 16.52. Долгота дня 8.18.

Дата: День снятия блокады Ленинграда. Международный день памяти жертв холокоста. Международный день без Интернета.

Слово дня: Лизинг – долгосрочная аренда имущества для предпринимательских целей с последующим правом выкупа.

Совет дня: *Не пытайтесь объять необъятное.*

28 Января Понедельник

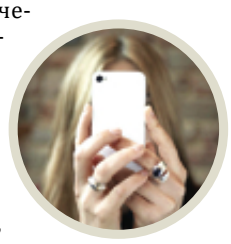
Восх. 8.31. Зах. 16.54. Долгота дня 8.22.

Дата: Международный день защиты персональных данных (конфиденциальности).

Слово дня: Метросексуал – современный мужчина, придающий большое значение своей внешности (физическая форма, одежда, аксессуары), тратящий значительное время и деньги на совершенствование своего внешнего вида и образа жизни.

Совет дня: *Будьте осторожны, могут возникнуть сложности, касающиеся работы и денежной сферы.*

Это интересно. Гаджеты и старение



Эксперты предупреждают: увлечение гаджетами может стать причиной дряблости кожи и обвисания щёк. Кроме того, оно приводит к появлению других признаков старения, таких, как морщины на лице, шее и мешки под глазами. Данный синдром учёные назвали tech neck. По словам специалистов, у людей, которые часто наклоняются над своими электронными устройствами, повышен риск появления морщин. Ещё неудобное положение при написании текстовых сообщений вызывает боль в спине, шее, плечах, головную боль, онемение, покалывание и боли в руках.

Если человек часто нагибается вперёд, происходят изменения в позвоночнике, сухожилиях, мускулатуре. Поза становится неестественной. Также при частом использовании гаджетов сокращаются мышцы шеи. Медики советуют людям реже пользоваться электронными устройствами.

29 Января Вторник

Восх. 8.29. Зах. 16.56. Долгота дня 8.27.

Дата: День изобретения автомобиля (133 года).

Слово дня: Фастфуд – быстрое питание, блюда быстрого приготовления.

Совет дня: *Не демонстрируйте своё превосходство в чём бы то ни было.*

Астропрогноз с 28 января по 3 февраля

Не пренебрегайте собственными интересами

Овен (21.03–20.04)

Эмоционально-психическое состояние Овнов не на высшем уровне. Организму мало энергии. Поэтому не планируйте важных и больших дел. Занимайтесь привычной работой, не требующей серьёзных усилий. А ещё лучше взять на это время отпуск или хотя бы на пару дней сменить обстановку.

Телец (21.04–20.05)

Тельцы, обратите внимание на финансовые дела. Возможно, придётся пересмотреть семейный бюджет и значительно сократить траты на развлечения и удовольствия. Несколько сгустятся тучи и на работе – постарайтесь не опаздывать, не отлынивайте от своих прямых обязанностей.

Близнецы (21.05–21.06)

У Близнецов пришло время, чтобы хорошо заработать. Но от новых заманчивых предложений, которые могут поступить в данный период, лучше отказаться. К тому же денежная удача ожидается в том, что досконально изучено. Если что-то пойдёт не так, не сдавайтесь. Все ваши усилия окупятся.

Рак (22.06–22.07)

Раки, приведите себя в боевую профессиональную форму. Предстоит много деловых встреч, которые позитивно отразятся на карьерных делах. Будьте требовательны и к себе, и к другим. Не сомневайтесь в своей правоте, в любой ситуации действуйте решительно, но в рамках закона.

Лев (23.07–23.08)

Привычный распорядок жизни Львов могут нарушить непредвиденные обстоятельства, связанные с дальними родственниками. Кроме этого, потребуется предельная осторожность при использовании электрических приборов и управлении автомобилем. От ваших опрометчивых действий могут пострадать другие.

Дева (24.08–23.09)

Девы рискуют попасть в плен чувственных и любовных переживаний. Держите себя в руках и постарайтесь не терять головы. Она пригодится для работы, которой ожидается много, и сделать её никто, кроме вас, не сможет. Поэтому не расслабляйтесь, мобилизуйте все силы и настраивайтесь на деловой лад.

Весы (24.09–23.10)

Энергии Весов достаточно, настроение прекрасное и физическое самочувствие тоже. И всё же будьте чуть осторожнее в словах, мыслях и поступках. А чтобы не переоценить свои силы и возможности, заранее и чётко продумывайте план действий во всём. Найдите время напомнить о себе давним друзьям.

Скорпион (24.10–22.11)

Более всего Скорпионов будут занимать деньги и любовь. Причём и в одном, и в другом может несказанно повезти. Для этого нужно выполнить лишь два условия: включить режим строгой экономии и позволить окружающим людям быть самими собой. Никого не критикуйте и не судите строго.

Стрелец (23.11–21.12)

Стрельцы, прислушивайтесь к своему самочувствию. При первых признаках простуды или любого другого недомогания принимайте срочные меры. Поделитесь частью домашних обязанностей с близкими людьми, не усердствуйте в работе – есть риск переутомления, что негативно скажется на здоровье.

Козерог (22.12–19.01)

Начинать какие-либо серьёзные дела Козерогам пока не стоит. Воздержитесь от активной деятельности, по возможности ограничьте контакты и постарайтесь ни с кем не конфликтовать. Хорошо бы ещё несколько снизить планку требований к деловым партнёрам и коллегам.

Водолей (20.01–19.02)

Водолеям остаться в стороне от рабочих проблем или отмолчаться в личных вопросах не получится. Как бы ни складывались обстоятельства, твёрдо отстаивайте свою позицию и не пренебрегайте собственными интересами. В начале февраля следите за расходами, но не покупайте товары со скидкой.

Рыбы (20.02–20.03)

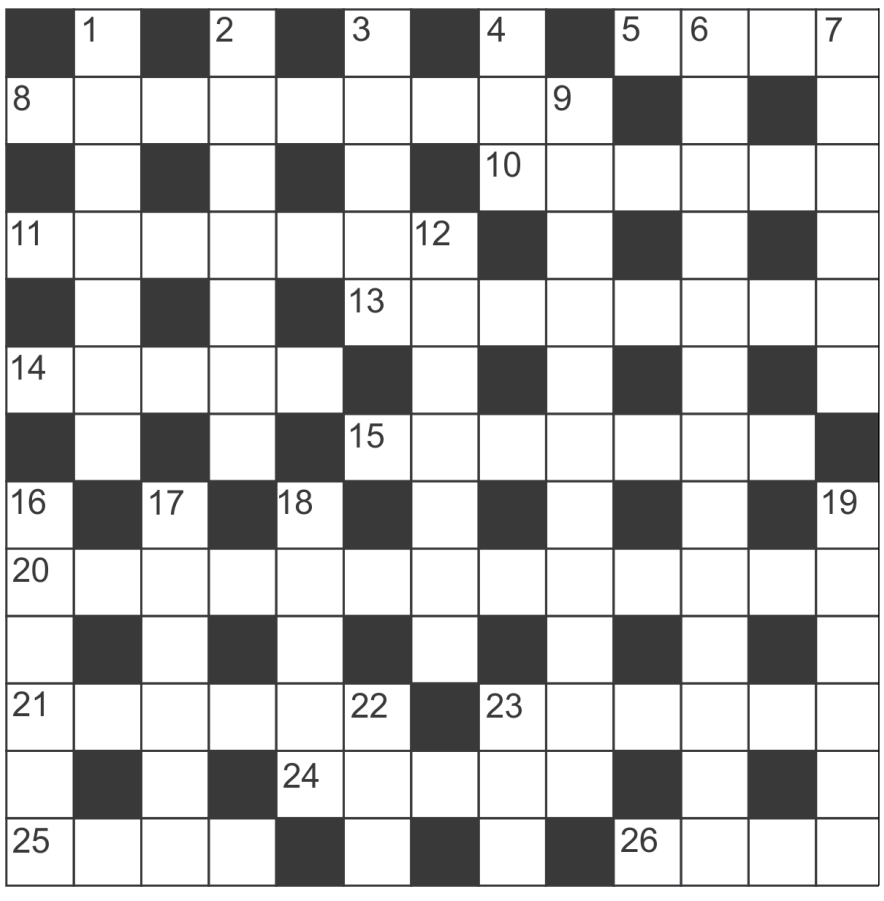
Рыбы, всеми правдами и неправдами уходите от конфликтов и споров, с чем бы они ни были связаны. Вероятно, придётся столкнуться с недовольством коллег и выслушать ряд серьёзных претензий от руководства. Оправдываться или возражать нет смысла. Вскоре всё выяснится, и справедливость восторжествует.

Кроссворд

Гарнир при Петре Великом

По горизонтали: 5. «Ночник для кораблей». **8.** «Жертва Бахуса». **10.** Герой Олега Меньшикова из драмы «Родня». **11.** Каким овощем «Венера провоцирует как мужчин, так и женщин»? **13.** Кем служил при Ги де Мопассане некий бельгиец Франсуа Тассар, после разболтавший в мемуарах все интимные детали жизни мирового классика? **14.** Третья планета Солнечной системы. **15.** Мировая эстрадная дива, считающая число 4 самым счастливым, поскольку именно на него выпадают дни рождения у неё самой, её мамы и мужа. **20.** Что певца сопровождает? **21.** Перед какой актрисой Виктор Гюго встал однажды на колени прямо на сцене? **23.** Мировой дизайнер одежды... Прада. **24.** «Просто сама невинность и чистота» в цветочном обличье. **25.** «Железный конь» мотогонщика. **26.** Кто угрожает, если уверен в безопасности?

По вертикали: 1. «Компенсация» для Клары, лишившейся кораллов. **2.** Какая обезьяна способна создать собственный язык жестов? **3.** Библейская «обитель разврата». **4.** Фанат компьютерных технологий. **6.** Кто координирует воздушное движение? **7.** Нового Света открыватель. **9.** Гайдаевский жанр. **12.** Тюремная камера. **16.** Священное дерево Мадагаскара. **17.** Кто первым из людей в греческих мифах получил в дар виноградную лозу? **18.** Комплекция вышибалы. **19.** «А может, это ... злой, а может, и не злой». **22.** Какой гарнир россияне попробовали только при Петре Великом? **23.**«... особенно тесен в коридорах власти».



Ответы на кроссворд

По горизонтали: 5. Маяк. 8. Алкоголик. 10. Кирилл. 11. Артишок. 13. Мажордом. 14. Земля. 15. Бейонсе. 20. Аккомпанемент. 21. Беренар. 23. Мулчча. 24. Лилия. 25. Байк. 26. Трус.

По вертикали: 1. Кларнет. 2. Горилла. 3. Содом. 4. Гик. 6. Авиадиспетчер. 7. Колумб. 9. Кинокомедия. 12. Каземат. 16. Баобаб. 17. Иконий. 18. Амбал. 19. Страус. 22. Рис. 23. Мир.

magmetall.ru (16+) magmetall74 magmetall74 magmetall74

Адрес редакции, издателя: 455038, Челябинская область, г. Магнитогорск, пр. Ленина, д.124, корпус 1. Тел. (3519) 39-60-74, отдел подписки: 39-60-87, отдел доставки: 26-33-49, отдел рекламы: 39-60-79, e-mail: inbox@magmetall.ru сайт: magmetall.ru (16+)

Учредитель – Автономная некоммерческая организация «Редакция газеты «Магнитогорский металл».

Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Челябинской области. Свидетельство о регистрации СМИ ПИ № ТУ 74-01224 от 29 декабря 2015 г.

Главный редактор Фролов Олег Валерьевич

Ответственный секретарь Наумов Евгений Михайлович

При воспроизведении материалов «ММ» в печатном, электронном или ином виде ссылка на «Магнитогорский металл» обязательна.

Программа телевидения предоставлена АО «Сервис-ТВ». Ответственности за программу телевидения, прогноз погоды редакция не несёт. За достоверность фактов и сведений ответственность несут авторы публикаций и рекламодатели.

Авторы публикаций выражают исключительно собственную точку зрения, которая может не совпадать с мнением редакции, издателя и учредителя. Письма и рукописи не возвращаются и не рецензируются.

Подписано в печать 25.01.2019 по графику в 19.00, фактически в 18.00.

Заказ № 329. Тираж 70719. Объём 4 печатных листа.Печать офсетная.

Отпечатано ЗАО «Магнитогорский Дом печати» (455000, Челябинская область, г. Магнитогорск, пр. К. Маркса, д. 69).