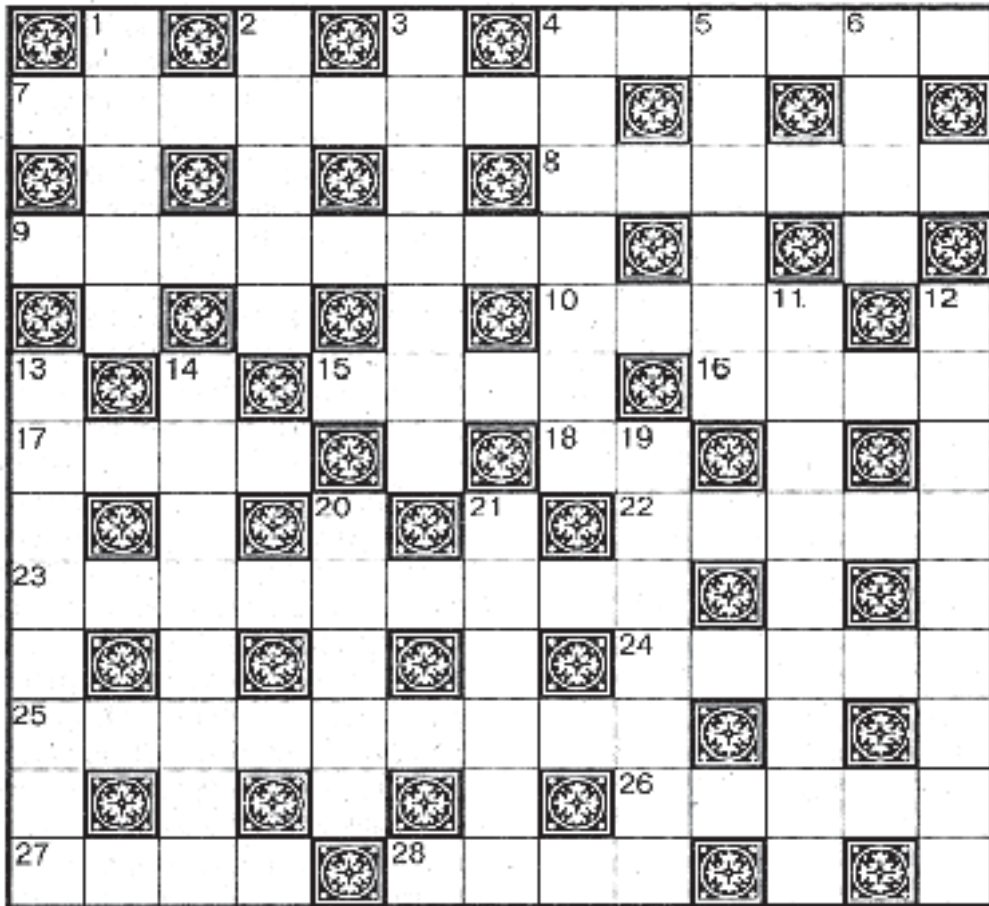


КРОССВОРД

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Первый шахматный ... назывался «Паламед». 7. Валяние дурака на манеже, примиряющее нас с нашей дурацкой жизнью. 8. Крен почерка. 9. Прогулка на заморский манер. 10. «Кирпичик молекулы». 15. ...урожая. 16. Эпиграф к гоголевскому «Ревизору» гласит: «На зеркало неча пенять, коли... крива». 17. Какой камень стал символом сразу пяти американских штатов? 18. Двенадцатый шаг на пути к омеге. 22. Из чего человек делает одежду, а природа — человека? 23. Какая наука изучает движение в неживой природе? 24. Первый руководитель Русского географического общества с 1845 года. 25. Великий грузинский художник, расплачивавшийся своими картинами по трактирным счетам. 26. Какому шарманщику подарили «говорящее полено»? 27. Роль, которую София Лорен получила случайно, — отказалась звездная Джина Лоллобриджида. 28. Кто добился оправдания Веры Засулич?

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Ухлестывание за барышней. 2. Восточный плод, который нельзя употреблять в больших количествах. 3. Красна девица, по которой сохнет добрый молодец. 4. Среди фильмов с участием великолепного Луи де Фюнеса не последнее место занимает... и инопланетяне». 5. Старейшина среди сыров с плесенью. 6. Бывший граф де Ла Фер. 11. Что такое «дацан»? 12. Классический испанский драматург, считавший язык самым опасным оружием, поскольку нанесенные им раны заживают куда труднее, нежели полученные от меча. 13. «Стартер» костра. 14. Бал, где все скрываются под «личинами». 19. Племена, жившие на Апеннинском полуострове и покоренные Римом. 20. Что «занавешивало» дверь в счастливую страну из сказки про Буратино? 21. Итальянский купец, который в 1202 году ввел понятие «отрицательное число», обозначая им свои долги и убытки.

ЧТО ТАКОЕ «ДАЦАН»?



Ответы на кроссворд, опубликованный 16 июня:

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 5. Орда. 8. Поколение. 9. Осло. 10. Сангвиник. 12. Травма. 13. Торнаги. 17. Онтарио. 21. Ледник. 22. Осколок. 25. Ожог. 27. Соло. 28. Плешь. 29. Нога. 30. Пень. 31. Баран.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Монако. 2. Морган. 3. Беринг. 4. Лимит. 6. Раствор. 7. Авокадо. 11. Крот. 13. Толкотня. 14. Редкость. 15. Азия. 16. Ио. 18. Несушка. 19. Атос. 20. Идол. 23. Лорен. 24. Копье. 26. Елка.

ТЕСТ

Правильно ли вы едите?

ДРЕВНИЕ ГОВОРИЛИ: «Скажи мне, как ты ешь, и я скажу, кто ты». Ответьте на вопросы теста и узнайте, как вы едите и все ли вы делаете для того, чтобы пища не только доставляла удовольствие, но и приносила максимальную пользу организму.

1. Вы пришли с работы домой. Сколько времени проходит перед тем, как вы садитесь за стол?

- а) час-полтора;
- б) от получаса до часа;
- в) сразу стараетесь что-нибудь перекусить.

2. Чаще всего во время приема пищи вы:

- а) придерживаетесь правила: «Когда я ем, я глух и нем»;
- б) отвлекаетесь на разговоры;
- в) смотрите телевизор, читаете прессу.

3. Тщательно ли вы пережевываете пищу?

- а) да, тщательно;
- б) в зависимости от времени, которым я располагаю;
- в) нет.

4. Обычно после приема горячей пищи вы сразу переходите к чаепитию?

- а) нет, откладываю чаепитие на полчаса-час;
- б) по-разному;
- в) да, сразу.

5. Как правило, из-за стола вы встаете, ощущая:

- а) легкий голод;
- б) сытость;
- в) дискомфорт, вызванный перееданием.

6. Сколько чашек крепкого чая или кофе в среднем вы выпиваете в течение суток?

- а) от одной до трех чашек;
- б) от четырех до шести;
- в) свыше шести чашек.



7. Придерживаетесь ли вы правила: «В течение дня не ограничивать себя в еде, но есть небольшими порциями?»

- а) да;
- б) правило мне известно, но следую ему не всегда;
- в) нет, не придерживаюсь.

8. Часто ли вы питаетесь всухомятку?

- а) никогда;
- б) редко;
- в) часто.

9. Следуете ли вы принципу раздельного питания?

- а) да;
- б) иногда, но в целом не придаю этому большого значения;
- в) нет.

10. За какое время до сна вы прекращаете прием пищи?

- а) после шести вечера не ем;
- б) за два-три часа до сна;
- в) иногда случается, ем перед сном.

За каждый ответ «а» начислите себе 3 балла, за ответ «б» — 2 балла, за ответ «в» — 1 балл.

Суммируйте баллы и подведите итоги. 10-16 баллов. Вы не очень заботитесь о том, как вы едите. Вам надо срочно менять свои привычки, так как на карту поставлено то, что не купить ни за какие деньги, — ваше здоровье! В качестве первых шагов: не садитесь за стол, когда вы устали либо раздражены. Ешьте медленно, тщательно пережевывая пищу, — это позволит вам не переедать. Возьмите себе за правило прекращать прием пищи не менее, чем за два часа до сна.

17-23 балла. Вам знакома истина, что чрезмерное увлечение едой, так же как и высокомерное невнимание к ней, неразумно, но иногда вы об этом забываете. Вам не помешает относиться к тому, как вы едите, более ответственно, чтобы избежать в будущем проблем со здоровьем, связанных с неправильным питанием.

24-30 баллов. Сократ сказал: «Мы не для того живем, чтобы есть, а едим для того, чтобы жить». Вы серьезно и ответственно относитесь к тому, как вы едите, тем самым помогая вашему организму жить и работать с максимальной отдачей.

СОСТАВИЛ ДМИТРИЙ СВИРИДОВ.

РЕКЛАМА, ОБЪЯВЛЕНИЯ

ОРГАНИЗАЦИЯ КУПИТ:
 Брус 100x100x2,85; 100x100x4; 100x100x5; 100x100x6.
 Доску необрезную 40 мм 100x100x2,85; 100x100x4; 100x100x5; 100x100x6.
 Тел.: 41-76-78, 8-912-301-7979 (Наташа).

ВНИМАНИЮ РОДИТЕЛЕЙ!
 Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 4»
 продолжает набор учащихся в 1-4 классы школы полного дня (3-разовое питание, организованный досуг, сопровождение психолога); в 5-8 классы; в 10 класс (универсальный профиль: математика, физика, химия, автодело - по выбору).
 Адрес: ул. Ленинградская, 3; тел.: 37-09-73; 37-25-82.

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Аллу Ивановну СОКОЛОВУ с юбилеем!

Желаем крепкого здоровья, жизнерадостности и успехов во всех начинаниях.

Родные.

Родителям будущих первоклашек!
До школы осталось 3 месяца!
 Будущему школьнику и вам поможет психологически подготовиться к школе программа «По дороге в школу!».
 Курс рассчитан на 1 месяц.
 Ждем вас по адресу: ул. «Правды», 57 а, Телефон: 20-16-76.
 МУ «Центр социальной помощи семье и детям».

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ЧАСТНАЯ ШКОЛА РАЗВИВАЮЩЕГО ОБУЧЕНИЯ
 объявляет набор на 2007/2008 учебный год учащихся с 1 по 10 классы и детей возраста с 2 до 6 лет в группы детского сада и группы кратковременного пребывания.
 Школа и детский сад находятся в экологически чистом районе.
 Лицензия на образовательную деятельность Серия А № 21189 регистр № 2857 до 31 мая 2011 г. Свидетельство о государственной аккредитации АА 104925 регистр № 1057 до 13 мая 2012 г.
 Справки по телефону 42-10-11.

ЗАВТРА!
 24 ИЮНЯ В 20.00
 «РЕТРО-КЛУБ» представляет
ВАЛЕРИЯ МАСТРЮКОВА
 Золотые хиты ВИА-70-80х
 живой звук
ТАНЦЬ! ТАНЦЬ! ТАНЦЬ!
 Р.К. Бульварный пр. Ленина 77, тел. 37-71-70 WWW.VKBOOMERANG.RU