

Календарь «ММ»

21 Января Воскресенье

☉ Восх. 8.42.
Зах. 16.40.
Долгота
дня 7.58.

Народные приметы: если дует южный ветер – будет лето с грозами, а если восточный – с обильным градом.

Именины празднуют: Антон, Виктор, Георгий, Егор, Юрий, Григорий.

Совет дня: *сходите в баньку или примите ванну с ароматической солью.*

21 января – День Инженерных войск Российской Федерации.



Это интересно. Как быстро улучшить настроение

В вопросах счастья многие придерживаются убеждения: мелкие улучшения ничего не меняют. Это не так. Убедитесь сами.

«Подкачайте» энергии: не сидите подолгу на месте, встаньте и пройдите. Ходите по коридору, разговаривая по мобильному телефону. Ещё лучше – выйдите на воздух, это заметно поднимет ваш тонус даже в плохую погоду.

Сделайте доброе дело: познакомьтесь, хотя бы заочно, двоих людей, которые нуждаются друг в друге. Пошлите знакомому полезную информацию. Принесите кофе и булочку коллеге, который не может оторваться от работы.

Действуя дружелюбно, мы начинаем не только испытывать сердечные чувства к людям, но и значительно лучше относиться к себе.

Послушайте музыку: уже первые звуки любимых мелодий у большинства людей резко повышают настроение. Вдобавок музыка снимает стресс почти так же эффективно, как физические упражнения.

Наполните помещение своим любимым ароматом: как утверждают специалисты в области ароматерапии, счастье пахнет розой, жасмином, лавандой и геранью.

Примите душ: вода смывает почти всё, в том числе стресс и плохое настроение, к тому же, создаёт вокруг нас атмосферу, насыщенную полезными отрицательными ионами, которые формируют у нас настроение со знаком плюс.

22 Января Понедельник

☉ Восх. 8.40.
Зах. 16.42.
Долгота
дня 8.01.

Народные приметы: солнечная погода в этот день сулит летом хороший урожай.

Именины празднуют: Пётр, Филипп.

Совет дня: *будьте готовы к неожиданностям и сюрпризам.*

23 Января Вторник

☉ Восх. 8.39.
Зах. 16.44.
Долгота
дня 8.05.

Народные приметы: если иней на деревьях – к сырому году. Если иней на стогах и скирдах – к мокрому и холодному лету. Ветер с юга – к грозному лету.

Именины празднуют: Анатолий, Арсений, Григорий, Павел.

Совет дня: *будьте аккуратны и поспешайте медленно.*



20-22 января г. Магнитогорск
в Дворце спорта
им. И. Х. Ромазана
Состоится распродажа
ШУБ г. Пятигорск
поступление 2018 года
Закрытие фабрик
Обмен старой шубы
ОТ 5 до 15 тыс.
Ждем вас с 10.00 до 18.00.

Астропрогноз с 22 по 28 января

Уделите внимание здоровью

Овен (21.03–20.04)

Неделя складывается для Овнов весьма неоднозначно. На первый план могут выйти контакты с друзьями. Возможно, вы почувствуете, что отношения с кем-то из них себя исчерпали. На выходных может состояться знакомство с новыми людьми.

Телец (21.04–20.05)

У Тельцов может произойти ухудшение отношений в партнёрстве. Вы можете почувствовать, что партнёр по браку стал холоден и неуступчив, начал препятствовать любым вашим инициативам. Воздержитесь от разговоров на острые темы: это вряд ли приведёт к росту взаимопонимания. На выходных, скорее всего, улучшатся отношения с родителями.

Близнецы (21.05–21.06)

Близнецам звёзды советуют максимум внимания уделить своему здоровью. Может наблюдаться ослабление иммунитета и физическая слабость, что повысит вероятность развития вирусных инфекций. Постарайтесь заранее провести необходимые профилактические меры, по возможности воздержитесь от пребывания среди большого количества людей, чтобы минимизировать риск заболеть.

Рак (22.06–22.07)

Для влюбленных Раков неделя станет своеобразным испытанием на прочность чувств. В какой-то момент вы можете почувствовать охлаждение со стороны любимого человека или же вас будет мучить чувство ревности. На выходных воздержитесь от посещения увеселительных мероприятий: они вряд ли принесут удовольствие.

Лев (23.07–23.08)

У Львов может сложиться непростая ситуация в личной жизни. Особенно

это касается молодых семей, которые живут вместе с родителями. Также возможен извечный конфликт между поколениями. Постарайтесь более терпимо относиться к ценностям, которые важны для ваших родителей.

Дева (24.08–23.09)

Девам на этой неделе следует особое внимание уделить мерам профилактики здоровья. Возрастает вероятность простуды или кашля. Ваши лёгкие сейчас особенно уязвимы, поэтому постарайтесь не попадать под сквозняки и одеваться по погоде. В эти дни может сузиться круг общения с окружающими из-за того, что с кем-то из знакомых произойдёт размолвка. Причиной может стать и личное нежелание поддерживать большое количество связей. От новых знакомств сейчас лучше воздержаться.

Весы (24.09–23.10)

У Весов, состоящих в паре, на этой неделе могут ухудшиться отношения с партнёрами. Одна из вероятных причин – нежелание тратить деньги на подарки любимому человеку. Постарайтесь не касаться этих вопросов в разговоре, если не желаете поссориться.

Скорпион (24.10–22.11)

Многим Скорпионам на этой неделе придётся отстаивать свою позицию перед членами семьи. Не стоит быть излишне упрямыми, в некоторых вопросах постарайтесь внимательнее прислушаться к мнению родственников, ведь они не желают вам зла. При обоюдном желании любые противоречия можно согласовать. Однако первоначально инициатива должна исходить всё же от вас.

Стрелец (23.11–21.12)

До Стрельцов могут дойти слухи или сплетни, от которых вполне может

испортиться настроение. Возможно, услышанная информация будет касаться близких или же будет иметь отношение к вам самим. Это не лучшее время для откровенных разговоров со знакомыми или со случайными попутчиками в транспорте. Помните, что мир тесен. Ваши откровения о своей личной жизни могут обернуться против вас же. Сейчас следует быть осмотрительнее в контактах.

Козерог (22.12–19.01)

Козерогам звёзды советуют трезво оценить свои способности и возможности. Достаточно напряжённо могут сложиться отношения с друзьями и знакомыми. Постарайтесь не смешивать дружеские отношения с финансовыми: это может привести к конфликтным ситуациям.

Водолей (20.01–19.02)

Основная проблема Водолеев на этой неделе будет связана с неуверенностью в себе. Возможно, перед вами будет стоять достаточно тяжёлая задача, а вы будете внутренне сомневаться в своих силах. Старайтесь руководствоваться принципом «глаза бояться, а руки делают». Наиболее проблемная тема недели – сложности в карьере, во взаимоотношениях с начальством.

Рыбы (20.02–20.03)

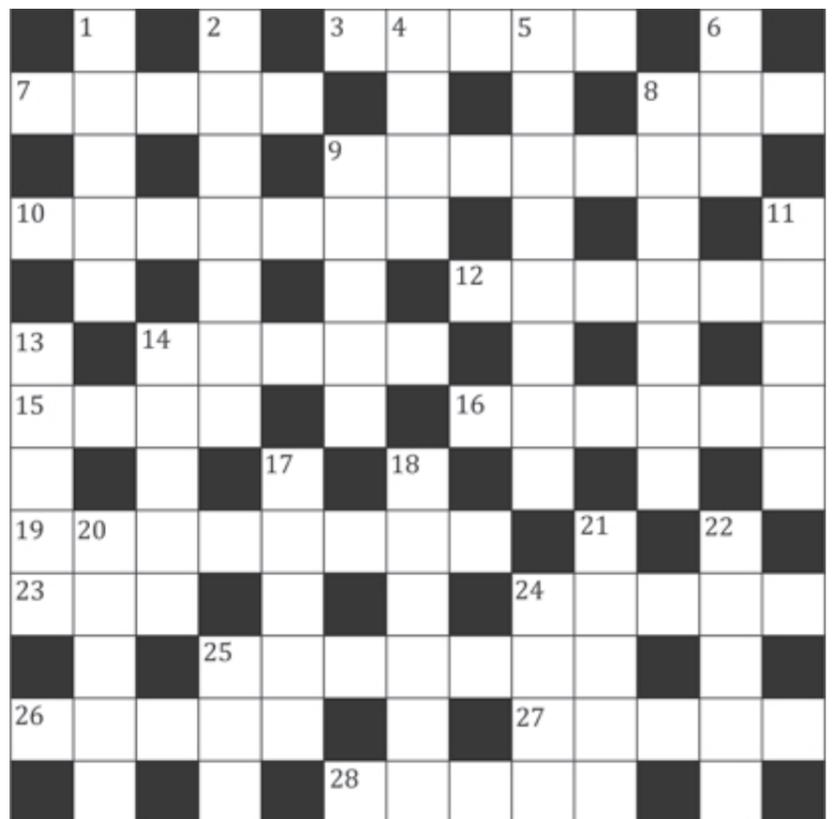
Рыбам предстоит отстаивать свою репутацию. Старайтесь не допускать тайной или незаконной деятельности. Вас могут обмануть, если поверите обещаниям. Любые договорённости рекомендуются подтверждать документально с соответствующим оформлением сделки. Во время дальних поездок не следует откровенничать со случайными попутчиками: например, рассказывать им о своей личной жизни. Все ваши слова могут обернуться против вас же самих.

Кроссворд

Божественный коллектив

По горизонтали: 3. «Иным людям богатство только и приносит, что ... потерять его». 7. «Пузатый и полосатый» с бахчи. 8. Программа для заражения чужого компьютера. 9. Божественный коллектив. 10. Что из прибылей сколачивают? 12. «Порча» для диктанта. 14. Кому хлебосольные хозяева рады? 15. Что объединяет сообщников? 16. Оракул религиозного звучания. 19. Что производили на той самой фабрике, где работал истопником отец Луи Армстронга? 23. «Партия» в играх. 24. Целебное вещество, прозванное в Сибири «каменным маслом». 25. Каспийская селёдка. 26. Единственная страна в мире, где в 1980 году ещё не было телефонов. 27. «Без свахи и ... не заневестится» (русская пословица). 28. Метательное оружие бога Тора.

По вертикали: 1. Святой покровитель виноградарей. 2. Кто чаще всего украшает валентинки? 4. Рыболовный мешок на сейнере. 5. «Гараж» учреждения. 6. Голливудский секс-символ Винс ... 8. Мужские трусы. 9. Стол из класса. 11. Головной убор на хоккее. 13. Как пологий, так и крутой. 14. Кто украл идеи Николая Манцева, чтобы попытаться «стать властелином мира»? 17. Рисовая лапша. 18. Причина того, что «конец неминуем». 20. «Телохранитель» механизма. 21. Что дегустатор у вина «исследует»? 22. Экипаж бальзаковского времени. 24. С каким корейским островом связана легенда о расступающемся море? 25. Футбольный момент.



По горизонтали: 3. Стрел. 7. Арбуз. 8. Бот. 9. Пантеон. 10. Капитал. 12. Описка. 14. Гость. 15. План. 16. Пророк. 19. Скиталец. 23. Кон. 24. Мумие. 25. Пузанок. 26. Буган. 27. Девка. 28. Молот.
По вертикали: 1. Урбан. 2. Купидон. 4. Трап. 5. Автопарк. 6. Вон. 8. Боксеры. 9. Парта. 11. Каска. 13. Спук. 14. Парин. 17. Бифун. 18. Начало. 20. Кожух. 21. Букет. 22. Флак. 24. Моно. 25. Пас.

Ответы на кроссворд

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 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 ЗАО «Сервис-ТВ». Ответственность 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 19.01.2018 по графику в 19.00, фактически в 19.00. Заказ № 235. Тираж 74961. Объем 4 печатных листа. Печать офсетная. Подписной индекс 24106.
Отпечатано ЗАО «Магнитогорский Дом печати» (455000, Челябинская область, г. Магнитогорск, пр. К. Маркса, д. 69).