

## Костяшки на ура



Рыба, мыло, пара, дубль... Для тех, кто никогда не слышал про до-мино, все вместе – это просто бес-смысленный набор слов. Но для многих поколений наших соотече-ственников домино было и остается самой любимой игрой. Ее по пра-ву можно назвать народной. Во всех дворах раздавались громкие стуки по столу и радостные возгласы «рыба, дубль». Сейчас такая картина, скорее всего, удивила бы, но это вовсе не значит, что игра канула в Лету. Напротив, интерес к ней воз-рождается, популярность растет.

На заводе ВНИИЭФ домино тра-диционно входит в ежегодную спартакиаду на уровне спортивного состязания. Но любовь заводчан к домино выходит за рамки спар-такиады, и многие работники не прочь сыграть партию в свободное обеденное время.

С 9 ноября в актовом зале меха-носборочного цеха кипят нешуточные страсти. Каждый день в обеден-ный перерыв работники встречаются, чтобы с азартом «постучать ко-стяшками по столу». Двадцать че-ловек в составе десяти команд ведут игру «двоев надвое» и борются за звание победителя и приз пред-седателя профкома.

Идея провести цеховой турнир по домино принадлежит Дмитрию Ко-жевникову. «На заводе работаю пять год. С недавнего времени являюсь председателем цехкома – гово-рит Дмитрий. – В цех сейчас при-ходит много молодых рабочих, но и старожилов остается по-прежнему большинство, возникла идея орга-низовать и провести совместное мероприятие для сплочения кол-лектива. Поскольку домино – са-мая любимая игра в цехе, я решил, что нужно провести турнир. Мою

идею с большой радостью встре-тили все работники цеха».

Инициативу молодого работника одобрили и поддержали начальник цеха Валерий Морозов и предсе-датель профкома завода Екатери-на Хорькова. «Радостно, что на на-шем заводе трудится инициатив-ная молодежь – говорит Екатери-на. – Новые интересные предложе-ния мы всегда поддерживаем и по-ощряем. Для ребят, выступающих в роли «зачинщиков», проведение мероприятий – отличная возмож-ность проявить свои организатор-ские способности, что, безуслов-но, благоприятно оказывается на их дальнейшем росте».

Начальник участка Павел Царь-ков является постоянным игроком и призером заводских турниров по домино. Конечно же, игру в своем родном цехе он пропустить не мог. «Проведение такого интересного мероприятия коллектив цеха вос-принял «на ура» – говорит Павел. – Все мы надеемся, что турнир ста-нет ежегодным».

Наблюдая за тем, как сильно игроки стучат по столу, совер-шая очередной ход, понимаешь, что древняя спокойная логическая игра, пришедшая к нам из Китая, все так же популярна, и она навсегда приобрела оттенок русской бун-тарской души.

Анна Лебедева, фото автора

## Ничто пиратское не чуждо



В минувшую субботу для работников ЭМЗ «Авангард» и их детей прошел IV ежегодный спортивный праздник «Веселые старты», организованный молодежной комиссией при профкоме завода.

Над тематикой организаторы мероприятия долго не думали: празд-ник прошел в формате пиратского квеста. В «Веселых стартах» при-няли участие три команды: «Ракета», «Штурм» и «Ураган», состоящие из двух взрослых и трех детей. По традиции в начале мероприятия с приветственным словом выступили председатель профсоюзного комитета ЭМЗ «Авангард» Ирина Ивановна Яковлева и ее заместитель Алексей Васильевич Борисков.

И взрослые, и дети побывали в роли настоящих пиратов. Быстро-та и ловкость, эрудированность и смекалка потребовались участникам для прохождения этапов. Все команды с большим удовольствием и интересом выполняли задания организаторов. Самым интересным конкурсом для участников стал этап «Узел», где всей командой надо было крепко завязать узлы, а потом развязать, и сделать это быстрее всех.

Последним заданием «Веселых стартов» для маленьких пиратов было найти сундук на острове Сокровищ, но не с деньгами, а со слад-остями.

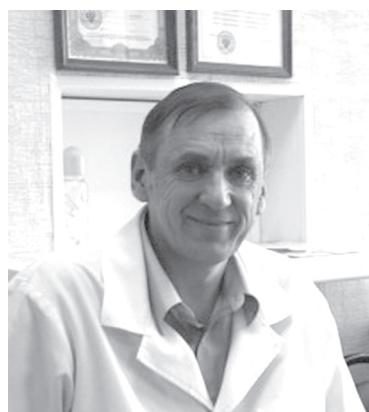
В упорной борьбе 1 место заняла команда «Ракета» (дети: Баран-цев Иван, Моисеев Артем, Кленкина Виктория). Но без подарков ни-кто не остался: всем детям были вручены грамоты, сувениры, слад-кие подарки от профкома и мягкие игрушки.

– *Пиратом невозможно стать, им нужно родиться*, – смеется организатор мероприятия, член молодежной комиссии завода «Аван-гард» Екатерина Бегаева. – *И участники сегодня показали, что ничто пиратское им не чуждо. А если серьезно, то наши команды своей сплоченностью, дружбой, волей к победе достигли больших ре-зультатов!*

**Молодежная комиссия при профкоме ЭМЗ «Авангард»,  
фото участников мероприятия**

На правах информационного обслуживания

## Ксенон – волшебство или реальность?



Ксенонотерапия – инновационная методика, благодаря которой сбыва-ется мечта врачей о воздействии на организм человека без побочных эф-фектов.

Ксенонотерапия – ультрасовремен-ный, инновационный метод лечения на основе ингаляций, в котором использу-ется ксеноно-кислородная смесь. Ксе-ноновые ингаляции проводятся на спе-циальном оборудовании путем вдыха-ния через маску.

Что такое ксенон? Это редкий, бла-городный газ, впервые был открыт в 1898 году английскими учеными. Его путь к медицине был довольно долг, но сейчас Россия – впереди планеты всей в его использовании. В отличие от большинства медицинских препара-тов, ксенон не токсичен, не имеет по-бочных эффектов, не вызывает аллер-гических реакций.

Ксеноновая терапия показана даже беременным женщинам! Газ инертен и не подвергается биологическим транс-формациям: через 3-4 минуты после при-менения он полностью выводится из ор-ганизма. Таким образом, он лечит шир-окий спектр заболеваний вместо фар-макологических препаратов или усили-вает действие лекарств, уменьшая их дозировку и, соответственно, вредный побочный эффект.

Можно сказать, что это – невидимый восстановитель тканей. Благодаря сво-ей эффективности и безопасности ксе-нон хорошо проникает сквозь клеточ-ные мембранны и положительно влияет на молекулярный состав клеток, улуч-шает микроциркуляцию в тканях. Таким образом, оказывает глубокий восста-навливающий, тонизирующий и оздо-равливающий эффекты на организм человека. Ингаляции ксеноном фак-тически перезагружают человеческий организм и пополняют его энергетиче-ские ресурсы.

Виктор Суббота – кандидат меди-цинских наук, психоневролог, невропа-

толог, применяющий в своей практике ксенонотерапию:

– Мы живем в век лекарств. Лекарства небезопасны. То есть, как взаимо-действуют в организме два лекарства еще можно прогнозировать. А вот что наделяют три – уже никак. Поэтому-то и гибель от так называемой «лекарствен-ной болезни» случается в наше время чаще, чем от законных наших болячек. Но выход есть. Это – ксенон.

Ксенон имеет 16 лечебных эффек-тов, и у него практически нет противо-показаний.

Он незаменим в случаях исполь-зования химиотерапии – кто с этим стал-кивался, тот знает, насколько тяжелы бывают ее последствия. Ксенон в этом смысле уникален – он действует в со-четании с любыми лекарствами и мето-диками, он усиливает их лечебное дей-ствие. Бреда не наносит, но убирает не-гативные отрицательные эффекты.

Затяжные депрессии и неврозы – это тоже болезнь века. Если человек более двух лет человек находится в неврозе, то это практически становится чертой его характера, формируется невротическая личность. Человек начинает защищать свой невроз, зачастую не хочет избав-ляться от своих патологических привы-

чек, механизмов, черт. А ксенон помо-гает сдвинуть с мертвой точки, направ-ить течение болезни в нормальное ру-ло. Обычно сначала мы занимаемся ра-циональным этапом, осваиваем психо-техники, способы саморегуляции, а по-том – несколько сеансов ксенонотера-пии для закрепления эффекта.

Это прорыв в науке медицины – но-вый путь к освобождению.

А ведь бывают совсем сложные слу-чаи сочетания невроза с внутренними эндокринными болезнями и послед-ствиями травм. В этом случае нам не удается провести лечение нейролепти-кам – они могут убить пациента. И тут на помощь приходит ксенон.

Истерия, эпилепсия, низкая стрессоу-стойчивость, панические атаки – все это показания для применения ксенона. А еще он имеет выраженный ноотропный эффект. Когда теряются способность к самообслуживанию, то некоторые на-выки появляются прямо на глазах.

В практике В.Субботы есть случаи, когда пациентка с паническими атаками приехала на очередной сеанс за рулем собственного автомобиля, хотя за короткое время до этого боялась соб-ственной тени.

Редкий случай, когда в употребле-нии ксенона можно усомниться, по сло-вам выступающих, это в случаях, ког-да у больного стоит диагноз «шизо-френия», поскольку все-таки ксенон – препарят меняющий сознание и может привести к непредсказуемому поведе-нию пациента.

Ксенон получил свое название от греческого слова «Ксенос» – «чужой», на-верное, потому, что он не реагирует ни с какими другими элементами и сое-динениями. Вот такой самодостаточ-ный газ-целитель.

Для спортсменов и для красавиц

Ксеноновая терапия – это в букваль-ном смысле терапия для всех.

Она повышает работоспособность и устраняет хроническую усталость;

улучшает функции сердечной мышцы,

головного мозга, печени и других ор-ганов за счет улучшения кровообра-щения. Ксенон производит активацию «скрытых резервов» организма для про-филактики болезней, повышение им-мунитета. А для женщин, желающих продлить молодость, ксенон повышает эффективность косметологических и спа-процедур.

А еще ксенонотерапия незаменима для спортсменов в случаях реабилита-ции после тяжелых физических нагру-зов и спортивных травм, для улучше-ния скорости реакции, концентрация внимания, зрения, для снятия болевого синдрома и хронического воспаления (последствия старых травм), восстанов-ление после тяжелых травм и борьба с эмоциональными нагрузками.

Ксенон не является допингом, по-это-му подобные процедуры возможны перед серьезными соревнованиями.

В хирургии и стоматологии ксенон применяется для проведения лечеб-ного сна.

Ксеноновый сон безопасен, не имеет противопоказаний, обеспечивает скро-ое и легкое пробуждение. Помимо те-рапевтического эффекта, медицинский ксенон успокаивает и снимает тревогу и страх перед операцией или иной бо-лезненней процедурой.

Ксеноновые ингаляции использую-тся в качестве заместительной терапии при лечении наркомании, очищают и восстанавливают организм после ал-когольного отравления. Ксенон в 1,5-2 раза сокращает время снятия абсти-нентного синдрома.

При бессоннице курс лечения ксе-ноновыми ингаляциями обеспечивает стойкое улучшение сна у 80% паци-ентов.

Ксеноновые ингаляции оказывают положительный лечебный эффект при хронической ишемической болезни сердца, стенокардии напряжения и поч-ки, сердечной недостаточности.

И в акушерстве и гинекологии он ска-зал свое слово – токсикозы у беремен-

**Медицинский центр  
АКАДЕМИЯ  
ЗДОРОВЬЯ**

ных, послеродовые депрессии, климак-терические расстройства, ПМС и мен-струальные боли, последствия гормо-нальных сбоев уходят от встречи с на-шим волшебником.

Неврология, эндокринология, пуль-монология (бронхиальная астма) – во-всех этих направлениях ксенон может по-служить на благо человека в соче-тании с назначенной терапией. Меж-ду прочим, деликатные вопросы – сексу-альная активность мужчин и жен-щин заметно возрастает при примене-нии ксенона.

А у пожилых людей он стимулирует иммунитет, отвечает за профилактику обострения хронических болезней.

И оказывает омолаживающее и вос-станавливающее действие на клет-ки и ткани.

Ксенон рекомендован бизнесменам, всем активным «трудоголикам». Кроме снятия усталости, он улучшает память, ясность и скорость мышления. Восста-навливает после перелетов и адаптиру-ет к смене часовых поясов.

А еще он очень приятен «в употре-блении».

Во время ксеноновой лечебной ин-галяции, как правило, появляется ощу-щение полного покоя, радости, душев-ного и физического комфорта. Эффект от процедуры может длиться до не-скольких суток. Для достижения дли-тельного эффекта обычно требуется 3–5 процедур.

«Академия здоровья» приглашает ощутить волшебное действие кено-нотерапии.

Природное здоровье нельзя купить за деньги, но ксенон вы можете позво-лить себе всегда!

Запись по телефонам 7-34-34, 7-34-55, 7-61-11.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ. ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.