

Семья и BUSINESS

Новости

Бизнес

Семья

Здоровье

Религия

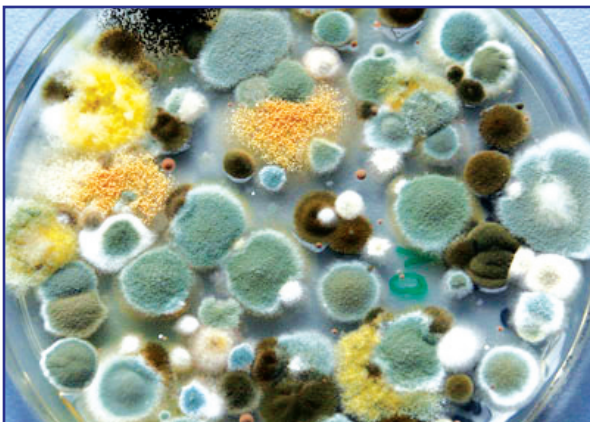
Культура

April 15, 2010 № 105

Тираж / Circulation 10,000

www.goldfamilypublishing.com

ТОКСИЧНАЯ ПЛЕСЕНЬ



ная плесень, если от нее не избавиться.

Что же такое плесень?

Плесневые грибы или в простонародье плесень – это особое царство живой природы, различные грибы, образующие ветвящиеся мицелии без крупных, легко заметных невооруженным глазом, плодовых тел. Представители этого таинственного царства имеют сходства и различия как с бак-

териями, растениями, так и с животными. Плесневые грибки принадлежат классу оомицетов, сумчатых и несовершенных грибов. В простонародье называемые плесенью, грибки распространены практически повсюду. Они есть как в жилище человека, так и во внешней среде. Например, в воздухе любого помещения вместе с другими микроорганизмами: бактериями, вирусами и т.д. Споры плесени чуть больше бактерий. Их размер составляет 2–8 мкм (у бактерий этот параметр – 0.5–1.5 мкм).

Узнай правду о токсичной плесени (toxic mold), адрес лаборатории, где можно сделать тест, чтобы проверить токсична ли плесень в вашем доме, а также, где можно сделать анализ крови, чтобы проверить, поселились ли споры плесени, вдыхаемые нами, на внутренние органы, провоцируя ряд болезней, чтобы вовремя вылечиться до возникновения рака, астмы, аллергии, потери памяти, кожных заболеваний, лейкомии, повреждения мозга и других заболеваний, которые может вызвать токсич-

Какая бывает плесень?

Посинение, позеленение поверхностей (свойственно грибкам *Penicillium*), шелушение, махры или растущая «борода», черные точки (такая окраска, например, у грибов *Alternaria* и *Aspergillus*) могут свидетельствовать о присутствии плесени. Иногда плесень имеет вид пленок, корочек, порошкообразного или рыхлого налета на старых, испорченных продуктах, прелых листьях, гнилой древесине. Плесень может быть не только зеленой, голубого или черного цветов. Известна плесень и серого, и желтого, и красного цвета. А на Кавказе в пещере Фанагорийская была обнаружена даже флуоресцентная плесень. Причем яркость све-

«воздушно-капельный», – она распространяется по воздуху в виде микроскопических спор, и в том месте, где споры попадают на влажную поверхность, плесень может прорасти тончайшими нитями, называемыми мицелиями.

Идеальными условиями для появления плесени являются температура плюс 20 градусов по Цельсию, относительная влажность воздуха выше 95 процентов и плохой воздухообмен, который поддерживает рост грибов. Кроме этого, плесень любит грязь. Чем грязнее место, тем больше бактерий, а значит и больше грибов.

Плесень с удовольствием размножается при комнатной температуре в условиях повышенной влажности и неэффек-

Gabriel Travel

CTS 2060051-40

5111 College Oak Dr., Suite G,
Sacramento, CA 95841

Мудра, где ноет душа!

Москва - от **\$594 + TAX**
Киев - от **\$595 + TAX**

8-ми дневный отдых на Гаваях от \$599+tax
All Inclusive in Cancun, 8 дней - от \$999+tax

Паспорта/Визы. Срочное оформление :
многоразовых виз на Украину, в Россию, Беларусь и др. страны;
нового украинского и российского паспорта (в течении 1 недели)

Tel.(916)348-3400

МЕДИЦИНСКИЕ СТРАХОВКИ

2008 Top Producer In State of California

Индивидуальные и семейные планы
Планы для уже беременных
Self-employed планы
Medical до 19 лет
Похоронные планы
Бесплатное заполнение

(916) 899-7750
(916) 224-7792

Игорь и Ирина Слободяный

5211 Madison Ave Suite 201 Sacramento, CA 95841

Lic. # 0F60090, # 0F50867

чения обнаруженной плесени было настолько сильным, что на расстоянии полуметра можно было различить черты лица.

Где и как появляется плесень?

Способ распространения плесени –

тивной вентиляции на многих материалах и покрытиях, используемых внутри помещений, включая бетон, штукатурку, дерево, пластики, резину, тканевую основу линолеума, окрашенные поверхности, ковровые покрытия, книги и т.д.

(Продолжение на стр. 4)

Budget One Insurance Center

AUTO - BUSINESS - HOME

The best deal in town!

Автостраховки на 6 месяцев - от \$170!

Страховка на дом -\$200 в год или \$16 в месяц!

Нотариальные услуги - всего 10 долларов!

www.mybudgetpolicy.com **Tonia Hobbs**

2500 Marconi Ave, Ste 218
Sacramento, CA 95821

(916) 481-0689

CAL - SAVE INSURANCE

Самые низкие цены!

Все виды страховок!

Мы поможем застраховать:

- ВАШ БИЗНЕС (GENERAL LIABILITY, BONDS)
- РАБОТНИКОВ (WORKER COMPENSATION)
- НЕДВИЖИМОСТЬ (PROPERTY INSURANCE)
- АВТОМОБИЛЬ, КОТОРЫЙ ВЫ ИСПОЛЬЗУЕТЕ



Наташа и Антон
Порошины

НОТАРИАЛЬНЫЕ УСЛУГИ, ПЕРЕВОД ДОКУМЕНТОВ

(916) 725-0588

6045 Greenback Ln.
CITRUS HEIGHTS, CA 95621

(916) 231-9501

2947 W. CAPITOL AVE
W. SACRAMENTO, CA 95691

Семья и BUSINESS

ГАЗЕТА ДЛЯ УМНЫХ ЛЮДЕЙ!

Газета издаётся издательским домом "Золотая Семья", тираж 10,000

Издатель.....Светлана Романюк
Редактор.....Ираида Черницкая

Верстка.....Максим Краснов
Тех отдел.....Александра Благин

Редакция приглашает к сотрудничеству авторов статей и репортажей. Материалы высылайте по адресу редакции. Рукописи не лицензируются и не возвращаются. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений. Мнение редакции не всегда совпадает с мнением авторов статей. Перепечатка авторских материалов не допускается.

© "Семья и Бизнес" 2009
All rights reserved.

Подпишитесь на газету
"Семья и Бизнес"

Стоимость подписки:
3 месяца - \$6, 6 месяцев - \$12,
12 месяцев - \$24

ФИО: _____

Адрес: _____

Чек высылайте на имя Gold Family Publishing по адресу редакции:
2500 Marconi Ave Ste 203, Sacramento, CA 95821
или P. O. Box 214121, Sacramento, CA 95821

Рекламный отдел:

Тел: (916) 225-5764

WORLD TELECOM SYSTEM

ЛУЧШАЯ ТЕЛЕФОННАЯ СВЯЗЬ! НИКАКИХ КОНТРАКТОВ!

МОБИЛЬНАЯ

Plan 1: \$39.99 - UNLIMITED Voice/Text

Plan 2: \$29.99 - 1200min/1200TEXT

\$6.00 FREE при активации!

На 120 дней: \$10-100мин
\$25-400мин
\$50-800мин
\$80-2000мин



МЕЖДУНАРОДНАЯ

Украина от 8.9 за \$20-224 мин!!!

Россия 3.9

Молдова 11.5

Казахстан от 1.5

Узбекистан 2.9

Израиль 1.5

США 1.5

www.PhoneWTS.com

ОТЛИЧНОЕ КАЧЕСТВО!

6045 Greenback line Citrus Heights, CA

(916) 692-1078



INTERNATIONAL FREIGHT SERVICES

US SHIPPING JSKO



Цены вне конкуренции!
Позвоните и убедитесь!!

ПЕРЕСЫЛКА:

- ♦ Автомобилей
- ♦ Траков
- ♦ Коммерческих грузов
- ♦ Погрузка авто в контейнер
- ♦ Консолидация и экспедирование грузов
- ♦ Страхование грузов



Также наша компания осуществляет перегрузку траков, упаковку грузов, хранение грузов.
520 Huston St. W. Sacramento 95691

Tel: 916. 802. 7715
Fax: 916. 760. 8172
uskoshipping@hotmail.com

МЕЖДУНАРОДНЫЕ НОВОСТИ

ИСЛАНДСКИЙ ВУЛКАН БУШУЕТ С НОВОЙ СИЛОЙ



Исландский вулкан Эйяфьяллаекуль, который европейские авиапассажиры уже окрестили виновником всех бед, начал извергаться с еще большей силой.

Однако, несмотря на усиление стихии, Европейская ассоциация аэропортов и Ассоциация европейских авиакомпаний призвали отменить беспрецедентные ограничения воздушного сообщения в Европе. Комиссар Евросоюза по транспорту Сиим Калласс надеется на то, что в понедельник откроется половина всех аэропортов Европы.

За последние три дня облако пепла прославившегося на весь Старый Свет вулкана с труднопроизносимым названием выросло аж до девяти километров. Видимость в районе извержения по-прежнему нулевая. Все вокруг остается покрытым слоем грязи и серой вулканической пыли. Власти Исландии призвали местных жителей по возможности не покидать свои дома и как можно реже появляться на улице, передают "Вести.Ru". Согласно прогнозам метеорологов, облако вулканического пепла вряд ли рассеется до конца недели.

Напомним, из-за появления облака пепла от извержения исландского вулкана 20 стран Европы закрыли свое воздушное пространство. Были отложены десятки тысяч рейсов, сотни тысяч пассажиров не смогли вылететь из аэропортов.

Авиакомпании несут миллиардные убытки. Из-за вынужденного простоя

авиаперевозчики ежедневно теряют около 200 млн долларов. По оценкам специалистов, нарушение авиасообщений оказалось более серьезным, чем после событий 11 сентября 2001 года в Нью-Йорке, отмечает BBC.

Между тем ряд авиакомпаний успешно совершили пробные испытательные полеты и заверили в том, что никакой опасности в небе нет. После тестовых вылетов пилоты заявили о том, что не обнаружили никаких свидетельств повреждения двигателей или корпуса самолета от вулканического пепла.

По словам комиссара Евросоюза по транспорту Сиима Калласса, несмотря на то, что ситуация с облаком пепла в Европе остается "крайне неустойчивой", авиаперевозчики все же надеются на возобновление полетов. Еврокомиссар выразил надежду на то, что в понедельник откроется половина аэропортов Европы.

Уже днем должна состояться телеконференция министров транспорта Евросоюза, на которой будет принято совместное решение о дальнейших действиях европейских властей в связи с продолжающейся активностью исландского вулкана.

Тем временем главный санитарный врач России, глава Роспотребнадзора Геннадий Онищенко успокоил россиян тем, что облако пепла от вулкана из Исландии не угрожает здоровью россиян. По его словам, лаборатории Роспотребнадзора проводят исследования на содержание в воздухе вредных веществ в ряде регионов, в том числе в Москве, Санкт-Петербурге, Архангельске, Рязанской, Московской, Свердловской, Липецкой и Мурманской областях.

Однако пока медики не видят оснований для того, чтобы население принимало какие-либо меры защиты. "Если ситуация изменится, то мы будем рекомендовать людям, страдающим заболеваниями бронхо-легочной системы, не выходить на улицу. Но пока оснований для этого нет", - цитирует Онищенко "Интерфакс".

ЛУКАШЕНКО ОТМЕНИЛ КРИЗИС, ГРИПП И ВУЛКАН



Глава Белоруси Александр Лукашенко назвал виновников начала глобального экономического кризиса, паники, возникшей в связи с распространением свиного гриппа и извержением исландского вулкана Эйяфьяллаекуль.

"Кризис породило жулье, и вы знаете, кто печатает деньги, это оттуда и пошло", - заявил президент в своем послании к народу Белоруси. "Красноречивый пример - петушиную или свиную пандемию кто породил? Через полгода признали, что обманули народ. Жуликов в мире достаточно... А с этим пеплом? Пеплом посыпало Исландию - полметра пыли - и они не задохнулись, а Европа задыхается - только не от пепла", - подчеркнул он.

Глава государства призвал жителей страны не поддаваться мировой панике, а прислушиваться к советам правительства: "Государство вас еще ни разу не обмануло". Лукашенко подчеркнул, что в текущем году страна должна преодолеть последствия кризиса и выйти на докризисный уровень. При этом особое внимание, по его словам, руководство государства уделит выработке энергетической стратегии, передает "Росбалт".

В связи с этим президент поручил правительству, специалистам Национальной академии наук и парламенту в самые сжатые сроки подготовить закон "О государственной инновационной политике". "Мы еще не можем похвастаться прорывными инновациями, связанными с разработкой и внедрением собственных новейших технологий. И на этом стратеги-

ческом направлении недорабатывают как отечественная наука, так и реальный сектор экономики... До сих пор мы не сумели сделать главное - развернуть отрасли экономики лицом к инновациям, нацелить их на активное внедрение научных достижений и новейших технологий", - цитирует слова Лукашенко деловая газета "Взгляд".

Вместе с тем, он напомнил, что в этом аспекте особые надежды страна возлагает на реализацию космической программы, а также на строительство атомной электростанции. В то же время лидер государства обвинил руководство России в подрыве фундамента Союзного государства. По его словам, товары белорусского производства вытесняются с российского рынка, а их транзиту в Азию ставятся барьеры. Кроме того, глава Белоруси подчеркнул, что еще одним фактором выдавливания страны с российского рынка является повышение цен на энергоносители.

"Нефть подняли для Белоруси почти в два раза. Нам стало невыгодно продавать нефтепродукты. Ну и России невыгодно, что мы по высоким ценам будем продавать им нефтепродукты. Это что - экономика? Нет... Меня, как главу суверенного государства, никому не будет позволено (наклонять). Наклонять меня - это значит наклонять белорусский народ", - заявил Лукашенко. Кроме того, поданным РИА Новости, президент подчеркнул, что усложнение отношений с Россией связано, в том числе и с нежеланием Белоруси отдавать сотни килограммов обогащенного урана, который страна собирается использовать в исследовательских целях.

"Россия и США говорят: отдайте обогащенный уран. Мы ничего не отдадим. У нас все под охраной МАГАТЭ. Россия говорит Америке: успокойтесь, мы отсюда (из Белоруси) вывезем. Никто ничего не вывезет без нашего согласия. Мы не позволим... Грязные атомные бомбы мы создавать не собираемся, но надо с нами по-человечески обращаться", - указал глава государства.

ИНОСТРАНЦЫ УСТРЕМИЛИСЬ В РОССИЮ ЗА РАБОТОЙ

Отечественный рынок труда принимает зарубежных гостей. Главная причина, по которой иностранцы стремятся работать в России, - высокие зарплаты.

Специалисты международной сети The Network в конце 2009 - начале 2010 годов опросили 66 000 человек в 35 странах мира. Судя по ответам респондентов, в России чаще всего хотят работать финны (36%), латыши (20%) и украинцы (17%). "Для финнов работа в России - шаг вперед. В остальной развитой Европе они могут устроиться только на самые непривлекательные позиции, а здесь сразу получают больше денег, чем на родине, и больше карьерных перспектив", - уверяют социологи.

По их словам, между тем наибольшее число экспатов прибывают в Россию из США, Германии, Франции и Великобритании. "У этих стран сильные деловые сообщества в нашей стране", - объясняют специалисты.

Меньше всего желающих поработать в России на Филиппинах и в Индонезии (по 3%), в Ирландии и Марокко (по 4%), в ЮАР, Египте, Венгрии и Малайзии (по 5%). Опрос также показал, что большинство желающих работать в России (40%) - люди в возрасте от 25 до 35 лет. Как пишет сайт газеты "Ведомости", чаще дру-

гих Россию выбирают специалисты IT (25%), менеджеры (18%) и экономисты (17%).

Стоит отметить, что 70% опрошенных хотят работать в России из-за высоких

зарплат, 58% респондентов ждут от нашей страны быстрого продвижения по карьерной лестнице. 49% рассчитывают на благоприятный климат в коллективе, 48% - на интересные задачи, а 32% - на возможность дополнительного обучения.

Социологи подчеркивают, что поработавшие в России иностранцы запускают "цепную реакцию": рассказывают коллегам и друзьям, как им понравилось работать в этой стране.

По материалам информационных изданий.

МЕСТО
ДЛЯ ВАШЕЙ
РЕКЛАМЫ!

ЗВОНИТЕ - НЕ ПОЖАЛЕЕТЕ!

ТЕЛ: (916) 225-5764

ТОКСИЧНАЯ ПЛЕСЕНЬ

(Продолжение, начало на стр. 1)

Тепло плесень любит, но прекрасно чувствует себя и при отрицательных температурах. В холоде она не «оживет активной жизнью», то есть не производит споры (хотя встречаются исключения), но и не умирает. Повышение температуры возвращает плесень «к жизни», способности спорообразовывать. Слишком высокие температуры способны убить плесень, однако для полного уничтожения некоторых видов нужно многочасовое воздействие температуры в + 100 градусов по Цельсию!

Плесень наиболее сильна осенью, так как связана с разложением растительности.

Плесень может быть опасной для человека.

Жители проводят в закрытых помещениях большую часть своей жизни и поэтому им приходится фильтровать своими легкими находящийся там воздух. Если он не чист и содержит большое количество микроорганизмов, то все они оседают на легких, вызывая различные болезненные состояния.

Некоторые виды грибов могут вызывать диатез у детей, аллергию, переходящую в астму и даже онкологические заболевания.

Не всегда размножение плесени сопровождается ее видимым ростом, но всегда пораженный материал становится источником спор плесени, которые наполняют воздух того помещения, где растет плесень. Точно как радиация или тяжелые металлы невидимо воздействуют на организм, так и плесень воздействует на человека и его здоровье.

Мигрень, насморк, отит, бронхит, ринит, бронхиальная астма, сердечно-сосудистые нарушения, микотоксикоз – это лишь краткий список болезней, которые может вызвать плесень. Если иммунитет снижен, то у человека и вовсе возможны плесневые поражения внутренних органов. При попадании плесневых спор в желудочно-кишечный тракт, скорее всего, разовьется пищевая аллергия. Самой ядовитой считается плесень желтого цвета. Эта плесень часто поражает пищевые продукты: ливер, рыбу, молоко, рис, орехи и т.д. Часто вы, открывая банку с вареньем, огурцами, помидорами, видите сверху небольшой слой плесени? Вы ее аккуратно убираете, а содержимое банки отправляете себе в желудок или угощаете им гостей. Зря. Эта, на первый взгляд, «безобидная» плесень – настоящий яд, который, накапливаясь в ор-

ганизме, может привести к раку печени. Учеными найдены более сотни токсических соединений в плесени, покрывающей продукты. Эти токсины могут очень долго никак не проявлять своего присутствия в организме, но спустя несколько десятилетий именно они могут стать причиной быстрого роста раковых опухолей. К сожалению, тепловая обработка никак на эти токсины не влияет. Поэтому заплесневевшие продукты нужно сразу же выбрасывать.

Да, существует «съедобная» плесень, которую используют при приготовлении сыра и вина, но такую плесень специально подготавливают.

Официальные имена для токсичных видов плесени, содержащих опасные споры: называемые микотоксины (mycotoxins) и включающие trichothecenes, beta glucans, nitric oxides и aflatoxins – это stachybotrys mold или black mold, penicillium и aspergillus. Врачи отмечают увеличение количества пациентов с симптомами токсичной плесени. По приблизительным подсчетам 25% американских домов заражены токсичной плесенью или молтом, как его здесь называют (mold). Плесень растет там, где мы даже не подозреваем: в кондиционерах, стиральных машинах, стенах, не проветриваемых ванных комнатах, увлажнителях воздуха, кладовках, холодильниках, некоторых видах подушек, матрасах, коврах, чердаке, подвале. Собственно, опасна не сама плесень, а миллионы спор, выделяемых ею в окружающее пространство и вдыхаемых нами вместе с воздухом. Наиболее уязвимы дети, пожилые люди и те, у кого понижен иммунитет.

Каковы же симптомы заражения токсичной плесенью?

Потеря памяти, тревожность, неврологические и нервные расстройства, личностные расстройства, носовое кровотечение, проблемы с дыханием, удушье, боль в брюшине, выпадение волос, тошнота, рвота, понос, раздражения и заболевания кожи, болезни уха, усталость, онемение конечностей, головная боль, головокружение, сонливость, колебание настроения, боль в конечностях, кашель, проблемы с горлом, хронический насморк, астматические атаки, заболевания легких, ректальные кровотечения, судороги, грибковые инфекции, разрушения мозговой ткани и другие. Список симптомов растет изо дня в день.

«Many physicians are still in the dark ages regarding mold infections. Many still believe only the elderly or immuno compromised people with AIDS and ARC can get fungal

infections. This is completely false».

Как защитить себя от плесени?

Проверьте ваш дом на наличие токсичной плесени в специальной лаборатории, которая может приехать к вам на дом или проверить образцы плесени на токсичность, привезенные вами. Цены достаточно приемлемые: без выезда на дом от 50 долларов, с выездом от 150 долларов. Адрес и телефон такой лабораторий найдете в их рекламе на этой же странице.

Принесите результат этого теста доктору и потребуйте анализ крови на наличие токсичной плесени в организме. Потребуйте соответствующего лечения. (Mold Treatment Centers Of America - тел. (877) 474-MOLD)

Если вы покупаете дом, обязательно сделайте этот тест и сбивайте цену на сумму, необходимую для устранения плесени, если, конечно, вы все-таки решаете

кондиционере каждую неделю. Температура в доме менее 77 F увеличивает влажность и способствует росту плесени.

Проверьте металлические окна, где скапливается влага, устраняйте влагу постоянно. Если нашли маленькие участки плесени – устраняйте ее незамедлительно с помощью хлорки и воды, высушивая эти места тщательно. При больших участках с плесенью немедленно сделайте тест и покажите его лэндлорду. Вас обязаны переселить до устранения плесени в вашем апартаменте. Если он отказывается – идите к адвокату. Они с удовольствием берутся за такие дела при наличии результата теста. У вас есть право жить в безопасном помещении!

Некоторые факты о плесени, почерпнутые с просторов Интернета:

1. «Плесневая» проблема возникла в Гер-

ADAM LABORATORIES Inc.

АНАЛИЗ ПЛЕСЕНИ НА ТОКСИЧНОСТЬ

ЗАЩИТИ СЕБЯ И СВОИХ ДЕТЕЙ!

ADAM LABORATORIES INC. PROVIDES CONSULTING AND ON SITE ENVIRONMENTAL HEALTH HAZARD ASSESSMENTS (SPECIALIZED IN MICROBIAL, ASBESTOS AND LEAD) CERTIFIED BY THE STATE OF CALIFORNIA DIVISION OF OCCUPATIONAL SAFETY AND HEALTH (DOSH), THE AMERICAN INDOOR AIR QUALITY COUNCIL (AIAQC), AND BY THE STATE OF CALIFORNIA DEPARTMENT OF HEALTH SERVICES (DHS). ADAM LABORATORIES INC. IS A PARTICIPANT IN THE LABORATORY QUALITY ASSURANCE PROGRAM (LQAP) PROFICIENCY ANALYTICAL TESTING (PAT) BY THE AMERICAN INDUSTRIAL HYGIENE ASSOCIATION (AIHA). LABORATORY I.D. #163722

**3807 Pasadena Ave. Suite190
Sacramento, CA 95821**

(916) 979-9250

купить этот дом.

Проверьте влажность в вашем доме. Humidity sensor вы можете купить в магазине. В течение лета, когда вы используете кондиционер, уровень влажности должен быть не более 55%. Если влажность более 55% - у вас проблемы с кондиционером.

Устраните все проблемы с протеканием воды. Удостоверьтесь, что ваш вентилятор в ванной действительно работает, а не просто шумит. Сохраняйте влажность низкой, используя dehumidifier.

Проверьте кондиционер, холодильник на наличие плесени. Используйте вентиляторы в помещении. Меняйте фильтр в

мании после массового утепления стен и герметизации окон (так бережливые немцы хотели сэкономить тепло). Из-за слабой вентиляции в помещениях стало ежедневно скапливаться от 8 до 15 л влаги (одна из причин – чистоплотность немцев, часто пользующихся ванной и душем).

2. Для защиты дерева от плесени Александр Македонский специальным указом обязал пропитывать оливковым маслом самые важные деревянные детали мостов (свай), обшивку и шпангоуты кораблей.

3. При постройке ковчега Ной просмолил его снаружи и внутри.

4. В Древнем Китае дерево вымачивали в водном растворе поваренной соли.

РУССКАЯ АПТЕКА

Лекарства из Европы, России, Украины

Лечат болезни, а не симптомы!



Пимафуцин - Противогрибковый полиеновый антибиотик широкого спектра действия из группы макролидов. Показания: кандидоз кишечника.

Микосист - Противогрибковый препарат системного действия бис-триазолового типа. Поражение эндокарда, органов брюшной полости, органов дыхания, глаз и мочеполового тракта. Поражения кожи и слизистых оболочек.

Неврохель - растительный успокаивающий и снотворный препарат, не вызывает привыкания.

И МНОГОЕ ДРУГОЕ!

910 Sacramento Avenue, West Sacramento, CA 95605

6041 Greenback Lane, Citrus Heights, CA 95621 **(916) 722-1122 - (916) 371-0505**

5. В Швеции существует норматив: в ку- бическом метре комнатного воздуха не должно содержаться более 174 колонео- бразующих единиц активных микрокле- ток плесневого грибка (проведенные рос- сийскими микробиологами исследования дали результат в 3-6 раз превышающий указанную цифру).

6. Впервые грибок *Stachybotrys atra*, не- сколько лет назад привлёкший к себе вни- мание учёных и связываемый со смер- тью нескольких младенцев в Огайо, вы- сеян из лёгких семилетнего мальчика. Эта плесень, одна из сотен тысяч суще- ствующих в природе грибов, может вы- звать серьёзные проблемы со здоровьем, если вырастает дома. Внутри жилых по- мещений она превращается в опасно- го врага человеческого организма, в осо- бенности она вредит младенцам и детям. Грибок *Stachybotrys atra* (стакиботрис атра) выбрасывает ядовитые споры, кото- рые легко вдыхаются. На открытом воз- духе они сравнительно быстро разруша- ются, но во влажном, плохо проветривае- мом помещении, на отопительных трубах или на целлюлозных покрытиях плесень быстро разрастается. В доме, где позднее был обнаружен грибок, у детей были ми- грени, кашель, слезящиеся глаза и постоя- ная усталость, что заставляло их часто обращаться к педиатру. Мать же заболела гормонозависимой астмой. Ни одного

из членов семьи не проверяли на грибок, но их шотландский колли Рокки, стра- давший от рвоты и диареи, был прове- рен. У него был обнаружен грибок, посе- лившийся в желудочно-кишечном трак- те. Позднее ученые университета Case Western Reserve обнаружили связь меж- ду *Stachybotrys atra* и необычным уров- нем смертности младенцев от лёгочных кровотечений. 10 младенцев, умерших по этой причине, жили в плохих, повреж- дённых водой домах в Кливленде, при- чём все дома были сконцентрированы на одной территории. С тех пор в США про- изошло 160 таких зарегистрированных случаев.

7. Историческая библиотека в Стейтен Айленд, Нью-Йорк, была закрыта после обнаружения в воздухе спор токсичного грибка, распространявшихся из фунда- мента. Также были закрыты банк в Ма- нитобе и несколько школ в Сиэттле.

8. Причиной смерти лиц, вскрывавших гробницы египетских фараонов, была желтая плесень, выделяющая афлаток- син. Афлатоксин вызывает тяжелые пнев- монии и рак печени.

9. Африканская народность банту умыш- ленно хранит продукты таким образом, чтобы они ради вкуса покрывались пле- сенью. Эта народность более всех в мире страдает раком печени, они умирают, не дожив и до 40 лет.

10. В Индии для развития плесени иде- альные условия. Здесь обычны цирроз печени у детей, которых кормят желтым рисом. Он весь заражен афлатоксином.

11. В старину избу, зараженную белым домовым грибом, немедленно сжигали, чтобы не заражать соседние строения.

12. Американские ученые из Корнельско- го университета штата Нью-Йорк слу- чайно заинтересовались необъяснимыми случаями заболевания врачей, медсестер и посетителей больниц легочным аспер- гиллезом. То, что вызывает болезни пле- сень, не сомневались. Но сначала думали, что ее источник – вентиляционные си- стемы. После длительного изучения все- таки установили, что она «нападает» на человека из одежды. Для обитания пле- сени наиболее подходит хлопковая ткань.

13. Китайской армии двухтысячелетних терракотовых воинов – одному из самых значительных археологических откры- тий XX века – угрожает плесень. Камен- ное войско было обнаружено случайно в 1976 году на поле неподалеку от древ- него китайского города Цинь крестьяна- ми. После двухлетних раскопок археоло- ги установили, что конных статуй ровно 7 тысяч. Выяснилось, что 1400 из 7000 статуй поражены разными видами пле- сени, и необходимо принимать сроч- ные меры, чтобы они не разрушились.

14. В 1997 году американский астронавт

Майкл Фоул, гостивший на орбите стан- ции «Мир», утверждал, что внутри пах- нет грибами и сыростью. А её стены во многих местах покрыты разноцветной плесенью. Мол, от спор грибов слезят- ся глаза и чешется кожа. Лишь недавно российские учёные из Института медико- биологических проблем подтвердили эту информацию. Оказывается, наши кос- монавты и наземные учёные и без Фоу- ла знали о плесени. Более того, пытались с ней бороться посредством специально- го противогрибкового крема. Но без осо- бого успеха. Грибки портили пластмассу, металл и даже стекло – едва не прогрыз- ли насквозь иллюминатор. По мнению Александра Викторова, начальника отде- ла санитарно-химической и микробиоло- гической безопасности, плесень станови- лась особенно прожорливой, реагируя на солнечную активность. Неудивительно, что существует версия, в которой плесень выступает главным виновником боль- шинства неполадок на станции «Мир». В том числе и с бортовым компьютером. В последнее время ситуация могла обо- стриться катастрофически, и плесень раз- рослась настолько, что дальнейшая экс- плуатация станции в обитаемом режиме была исключена. Возможно, именно по- ражение в битве с грибами и вынудило утопить «Мир».

По материалам информационных изданий.

ЮРИДИЧЕСКИЙ АСПЕКТ ТОКСИЧНОЙ ПЛЕСЕНИ

Мы попросили рассказать о токсич- ной плесени адвоката, доктора юри- дических наук Стивена Берникера.

- Стивен, большинство русско- говорящего населения Сакраменто - люди новые в Америке и как прави- ло не знают американских законов и своих прав. Многие из них живут

фотографии, чтобы у вас было доказа- тельство. Не ждите пока у вас появят- ся симптомы, перечисленные выше в статье. Наиболее подвержены зараже- нию и проблемам со здоровьем малень- кие дети. Вы должны принять срочные меры, чтобы обезопасить себя и свою семью. Обязательно напишите пись- менно своему лэндлорду, что у вас есть молт.

возьмусь за ваше дело, то оплачу тест на токсичность. Если в вашем ком- плексе еще у кто-то такие же пробле- мы, кооперируйтесь и приходите вме- сте. Вероятность выиграть дело боль- шая, если это не одна семья в одном и том же комплексе апартментов, а не- сколько.

- Чего же можно добиться судебным разбирательством?

- Во-первых, чистого от молта жилья и безопасного для здоровья. Во-вторых возврата всех ваших затрат, связанных с этой проблемой: стоимость теста на токсичность, стоимость медицинских услуг, связанных с заражением мол- том и лечением, часть рента, который вы платили за чистое жилье, а не за за- раженное.

- Что это значит, объясните по- подробнее, пожалуйста.

- Например, если вы платите за апар- тмент 800 дол. в месяц и тест показы- вает наличие токсичной плесени, то стоимость этого помещения оценива- ется в 200 долларов, например, а вы прожили в таком помещении год. Раз- ницу в цене за год можно вернуть.

- Как оплачиваются ваши услуги?

- Они снимаются с лэндлорда, как часть ваших расходов.

- Как можно с вами связаться?

- На последней странице вашей газеты вы найдете мое рекламное объявление с телефонами и адресом. Для апойнт- мента звоните заранее. Я часто занят в суде. У меня есть русскоговорящий по- мощник, так что если вы предпочитаете общаться на русском языке, проблем с этим не будет.

- Стивен, я знаю по своему опыту, что в Америке получить консультацию у ло- ера очень трудно. Чаще всего адвока- ты говорят, что не возьмут ваш кэйс не комментируя и не советуя, что сделать. Консультируете ли вы, даже если не беретесь за кэйс?

- Да, я предоставляю консультации во всех областях американского законода- тельства. У меня русская жена и я хо- рошо знаком со всеми трудностями, ко- торые ваш народ испытывает в нашей стране.

- В нашей стране идти в суд считалось некрасивым, и многие даже слышать не хотят о суде и очень этого боятся.

- В Америке суд – это способ разреше- ния спорных вопросов и часто един- ственное место, где вы можете отста- ять свои права.

Беседу записала Светлана Романюк.

УСТАА РАБОТАТЬ КАК БОЛА

И СВОДИТЬ КОНЦЫ С КОНЦАМИ

НАЧНИ ЗАРАБАТЫВАТЬ ПО-ДРУГОМУ!

FOREX

Проконсультируем, поможем с обучением и работой. (916) 370-0845

в помещениях, зараженных токсич- ной плесенью или, как здесь называ- ют, молтом, не подозревая об опасно- сти для здоровья всех членов семьи.

- Молт – действительно большая про- блема в Америке. Главное, что вы должны знать, что у вас есть права на пригодное для жизни жилье, то есть безопасное. Если вы обратили внима- ние на черные или цветные пятна в ва- шей ванной комнате или в других по- мещениях, на ковре, стенах, мебели, в проемах окон, одежде и т.д., сделайте

Если вы обращались устно, он мо- жет утверждать, что вы не обраща- лись совсем. Часто лендлорды вводят вас в заблуждения, говоря, например, что это мочевого камень в унитазе, а не молт, чтобы усыпить вашу бдитель- ность и не тратить деньги на ликвида- цию плесени. Если у вас действитель- но токсичная плесень, лэндлорд дол- жен переселить вас в чистое помеще- ние и позаботиться о ликвидации мол- та в вашем апартементе. Если он отка- зывается что-либо делать, берите фо- тографии и приходите ко мне. Если я

БЛАГОДАРНОСТЬ

Я и мой муж очень благодарны, что у нас в Сакраменто есть такая газета, как «Семья и бизнес», где можно найти так много нужной информации!

Хочу отметить, в качестве конкретного примера, что в марте этого года я прочла в газете «Семья и бизнес» рекламное объявление о семейном ателье «Силуэт» Ирины и Игоря Седых. Мы глубоко благодарны Ирине за очень хорошо переделанный пиджак и сроки исполнения заказа. Более того, она выполнила работу с доставкой на дом, что было очень важно для нас, так как мы испытываем трудности с передвижением по городу. Если вы захотите к ним обратиться, что я очень рекомендую, их телефон (916) 759-0219.

С благодарностью,
Галина Пышная.

(Калифорния. Антилопа)

LYNN'S SCHOOL OF ENGLISH

Разговорный английский в короткий срок!

Постановка произношения!

Индивидуальные программы обучения!

Проверенная годами методика!

Удобное вечернее время и расположение

Русскоговорящий преподаватель

(916) 879-2892

ВАЖНОЕ О НЕДВИЖИМОСТИ

Вопрос недвижимости волнует сейчас многих наших соотечественников. Интервью с риэлтором компании Century 21 Landmark Network Ольгой Бенякофф мы публикуем для тех, кто желает купить, продать, а также не потерять уже имеющуюся недвижимость.



- Ольга, вы работаете в риэлторской компании Century 21 Landmark Network? Почему именно в ней?

- Century 21 это один из самых узнаваемых брендов. Во многом благодаря высоким стандартам в работе, поддерживаемым компанией. В нашей компании интересы клиентов и соблюдение закона ставятся на первое место. Хорошим тоном считается непрерывное повышение квалификации сотрудников. Мне очень нравится, что в офисе компании существует дружеская и взаимоподдерживающая атмосфера между коллегами. Да, Real Estate это прежде всего бизнес и конкуренция, однако важно оставаться людьми даже в обстановке жесткой конкуренции. В 2009 году офис компании Century 21 Landmark Network получил престижную награду "Centurion Office", войдя в число 5% лучших офисов системы Century 21.

- Ольга, в чем разница между Риэлтором и Агентом по продаже недвижимости. Многие люди думают, что это одно и то же.

- И агент по продаже недвижимости и Риэлтор являются профессионалами, работающими в сфере недвижимости, имеющими лицензию, выданную Департаментом по Недвижимости (California Department of Real Estate). Однако, для того, чтобы быть Риэлтором, необходимо быть членом Ассоциации Риэлторов. Что наиболее важно, с моей точки зрения, что Риэлторы в своей работе должны руководствоваться Кодексом Этики и Стандартами Осуществления Практической Деятельно-

- Можно ли как-то самостоятельно проверить наличие лицензии у человека, предлагающего услуги в сфере недвижимости?

- Зайдите на сайт Департамента по Недвижимости Калифорнии (DRE) www.dre.ca.gov и выберите раздел "Real Estate License Look-up". Введите фамилию человека, предлагающего вам услуги в сфере недвижимости (можете потренироваться на моей фамилии Beniakoff), и вы увидите номер лицензии. Кликните на номере лицензии, и всезнающий компьютер покажет, имеет ли специалист по продаже недвижимости какие-нибудь дисциплинарные взыскания. На этом же сайте есть раздел "Consumers", который содержит множество полезной информации для потребителей. Например, вы можете подать жалобу в Департамент по Недвижимости, если вы считаете, что специалист по недвижимости нарушил ваши права или закон.

- Консультируете ли вы по налогообложению связанному с продажей или приобретением недвижимости?

- Такие консультации я не даю. Как Риэлтор, я, безусловно, знакома с основами налогообложения, связанным с покупкой и продажей недвижимости. Однако, если я буду давать консультации по налогообложению, то выйду за пределы действия своей лицензии. Я всегда предупреждаю своих клиентов, что покупка и продажа недвижимости связана с юридическими и налоговыми аспектами, и советую обратиться к соответствующим специалистам - юристу и консультанту по налогам.

- Что вы можете сказать о тенденциях рынка недвижимости?

- В настоящее время на рынке недвижимости преобладают дома, полученные банками в результате Foreclosure (REO) и дома, выставленные на Short Sale. Прогнозируется значительное увеличение количества Short Sales. Как ни удивительно для многих будет узнать, примерно, треть домов, выставленных на продажу, это традиционные продажи (жизнь продолжается, люди женят-

тали определенную стратегию поведения и выставляют имеющийся инвентарный запас домов постепенно, стараясь стабилизировать цены. Государство принимает все более активное участие в регулировании рынка недвижимости, предлагая все новые и новые программы, направленные на стабилизацию рынка недвижимости. Некоторые из этих программ весьма успешны, например \$8000 tax credit. Некоторые программы не имели запланированного эффекта и не принесли желаемого облегчения домовладельцам. Кредитные организации ужесточают требования к заемщикам. Например, значительные изменения происходят в отношении популярного FHA займа на недвижимость.

- Какие государственные и не государственные программы, связанные с рынком недвижимости, имеются в настоящее время?

- Программ множество. Перечислю основные, базируясь на целях программ. Наиболее успешной программой оказалась уже упоминавшаяся программа, позволяющая покупающим дом, получить \$8000 Home Buyer Tax Credit (www.federalhousingtaxcredit.com). Калифорния инициировала свой собствен-

ную программу, которая называется Home Affordable Foreclosure Alternatives (HAFA). Эта программа спонсируется государством и проводится при непосредственном участии US Treasury Department и ряда банков. Целью ее является поддержание рынка недвижимости путем предоставления домовладельцам, теряющим дома, возможности достойно выйти из сложной ситуации через Short Sales. Домовладельцы, успешно прошедшие программу, получают компенсацию (relocation expenses) в размере до \$ 3000, а также, что наиболее важно, могут договориться об официальном отказе банком от попыток взыскания непогашенной части долга. Также, что очень важно, программа устанавливает определенные временные рамки для проведения Short Sales.

- Что вы можете посоветовать людям, столкнувшимся с проблемой непосильных платежей за дом?

- Прежде всего, не "прятать голову в песок", а спокойно обдумать имеющиеся варианты. Потеря дома, это тяжелый эмоциональный стресс. Множество людей столкнулось с проблемой "under water" займов, когда они должны



ИЩЕШЬ ДОМ?
ЗАГЛЯНИ НА
www.myhomesacramento.com
ПОКУПКА ПРОДАЖА SHORT SALE
(916)-296-2809 Lic.DRE#01873492 **РИЭЛТОР**
8801 Folsom Blvd# 260, Sacramento, CA 95826 **Ольга Бенякофф**

ный Home Buyer Tax Credit, который начинает действовать с 1 мая 2010 года (узнайте подробности у своего налогового консультанта).

Из имеющихся в настоящее время программ финансирования хотелось бы выделить Fannie Mae Home Path Financing Program. Эта программа позволяет приобрести недвижимость с первоначальным взносом в 3% (не путайте с FHA займами), предлагает гранты в размере до 3.5% на покрытие closing cost, не требует appraisal и Home Mortgage Insurance. Квалификационные требования этой программы относятся не столько к заемщику, сколько к объекту недвижимости (REO Property must be owned and guaranteed by Fannie Mae).

Home Affordable Modification Program и Home Affordable Refinance Program предназначены для домовладельцев, которые не в состоянии делать платежи по займам на недвижимость. Информацию об этих программах вы можете найти, зайдя на спонсируемый государством интернет сайт www.MakingHomeAffordable.gov. Там же вы самостоятельно, без посредников, бесплатно можете выяснить квалифицируетесь ли вы для рефинансирования или модификации вашего займа и найти множество полезной информации.

Большие надежды возлагаются на за-

за дома больше, чем их рыночная стоимость на настоящий момент. Плюс, их платежи по займам должны прыгнуть (или прыгнули) за предел, который люди не в состоянии осилить.

Прежде чем платить деньги посредникам, постарайтесь напрямую контактировать со своим банком. Занимает определенное время получить ответ от банка, и все же, банки часто идут на некоторые уступки заемщикам. Не игнорируйте письма, которые вам присылает банк. Многие заемщики даже не открывают их!!! Что если банк пойдет вам на встречу, а вы пропустите важную информацию? Если все-таки считаете, что вам необходима помощь в модификации вашего займа, то, прежде чем вы заплатите кому-то свои деньги, зайдите на официальный сайт U.S. Department of Housing and Urban Development - www.HUD.gov. и найдите список аккредитованных государственных некоммерческих агентств (HUD-approved Counseling Agencies), в которых вы можете бесплатно обсудить с канцлером свою ситуацию (возможно, даже на вашем родном языке), и получить квалифицированную консультацию от материально не заинтересованного специалиста.

- Должен ли риэлтор рассказать клиенту о возможных путях сохранения

Салон “Золотые руки”
мастер Марина
маникюр, педикюр, массаж,
удаление волос горячим воском,
чистка лица, наращивание ресниц.
(916) 225-4237
2441 Maryal Dr, Sacramento, CA 95864



сти Национальной Ассоциации Риэлторов. Вы можете подумать, что это лишь формальный документ, однако это далеко не так. Он касается многих легальных аспектов, предопределяющих стандарты работы Риэлторов. За его нарушение возможно как административное, так и весьма существенное материальное наказание. Существуют программы, которые могут быть предложены потребителям только Риэлторами. Например, Mortgage Protection Program, которая позволяет покупающим дом впервые бесплатно получить страховку на случай, если они потеряют работу и не смогут делать платежи по займу на дом.

ся, получают наследство, разводятся, хотя бы переехать из маленьких домов в большие и наоборот). Согласно данным California Association of Realtors, в феврале 2010 года количество домов, находящихся в процессе оформления покупки (pending home sales), выросло на 8,2%. Наблюдается стабильный спрос на покупку домов, который в значительной степени был стимулирован \$ 8000 tax credit, доступными ценами на недвижимость и низким процентом по займам. Многие профессионалы рынка недвижимости прогнозируют, что процент по займам может в скором времени пойти вверх. Примерно треть домов покупается за наличные деньги. Банки разрабо-

Салон “Золотые руки”
стилист Петр
парикмахерские услуги
перманентный макияж (глаза, губы)
(916) 225-4237
2441 Maryal Dr, Sacramento, CA 95864



ОКОНЧИЛСЯ ЛИ TAX СЕЗОН?

Дорогие друзья! Поздравляем всех налогоплательщиков с окончанием налогового сезона! Много сюрпризов преподнес этот сезон для тех, кто пришел в офис Светланы Романюк проверить прошлогодние налоговые декларации. Некоторые выяснили, что, оказываясь, покупали три года подряд гибридную машину и получали тысячи долларов кредита на введение в производство такой машины, тысячи, которые покрывали их истинные налоги. Другие, что они, оказывается, слепые (стан-

дартные вычитания выше для слепых). Сюрпризы не из приятных, конечно, потому что рано или поздно, но обман выявится. Обидно, что вы даже не знаете, каким образом получаете большие возвраты. А отвечать придется вам!

Другая категория налогоплательщиков была приятно удивлена тем тысячам, которые можно было вернуть, после псевдо профессионалов, заполнивших их налоговые декларации за предыдущие три года. Одна из клиенток даже пришла проверить 2006 год в

6 часов вечера 15 апреля, в последний день налогового сезона, и последний день для возврата денег с 2006 года налоговых деклараций. И пока я оформляла ей возврат на три с половиной тысячи долларов, клиентка обзванивала почтовые отделения города, выясняя, какое из них работает до поздна, чтобы отправить исправленный ретурн пятнадцатым числом. Надеюсь – успела! А те, кто поленился придти и проверить бесплатно свои налоговые декларации, потеряли деньги за 2006 год

навсегда! Безвозвратно! Но не расстраивайтесь, у вас еще есть возможность проверить 2007, 2008 и 2009 tax ретурны в течение всего года. Налоговый сезон продолжается для тех, кто умен достаточно, чтобы хотя бы на всякий случай проверить все ли ему вернули за предыдущие годы. Приходите, не теряйте своих денег, мы не настолько богаты, чтобы терять их из-за своей лени прийти и проверить. Будьте мудры, и деньги к вам вернуться! С уважением, Светлана Романюк



**Хотите вернуть деньги,
недоначисленные вам за
предыдущие 3 года вашим
налоговым специалистом?
Приходите!
Проверка-Бесплатно!**

- Знание законов и умение использовать все их преимущества
- Помощь при проверках в IRS для всех желающих
- Американское бухгалтерское образование, CPA кандидат

(916) 225-5764

2500 Marconi Ave Ste 203, Sacramento, CA 95821

дома прежде, чем предложить ему продажу?

Конечно. В нашем бизнесе существует такое понятие как "fiduciary duty", предполагающее максимально возможное содействие интересам клиента. Агент должен поставить стороны участвующие в сделке в известность о существенных материальных фактах, которые могут повлиять на принятие решения по сделке (если таковые известны агенту) и сделать все положенные по закону disclosures. Существуют несколько вариантов выхода из сложной ситуации, связанной с потерей дома. Основные из них это: Foreclosure, Loan Modification, Short Sale, Deed in Lieu of Foreclosure, Bankruptcy. Обязательно проконсультируйтесь с юристом и налоговым специалистом для того, чтобы быть в курсе возможных налоговых и юридических аспектов, а также выбрать наиболее подходящий для вас вариант.

- Где можно найти наиболее полный список домов, выставленных на продажу?

- Те, кто интересуется рынком недвижимости, наверняка слышали эту аббревиатуру - MLS. MLS расшифровывается как Multiple Listing Service, и представляет собой широкий спектр услуг и объединенную базу информации, используемые как профессионалами, так и обычными покупателями и продавцами объектов недвижимости.

Профессионалы имеют доступ к более детальной базе информации. Поэтому проконсультироваться с вашим риэлтором об интересующем вас объек-

те недвижимости будет всегда хорошей идеей.

Посетители моего интернет сайта www.myhomesacramento.com могут выйти на MLS, выбрав опции "All listings", "Search MLS".

- Ольга, можно ли заработать хорошие деньги в вашем бизнесе, работая честно?

- Безусловно, да. Многие специалисты по продаже недвижимости очень успешны финансово. В офисе компании Century 21 Landmark Network работают несколько топ агентов. С моей точки зрения, секрет успеха моих коллег прежде всего в работоспособности, знании своего дела и хорошей репутации. Этих людей можно застать за работой и ранним утром, и поздним вечером, и в выходные.

- Какие услуги предоставляет агентство Century 21 Landmark Network?

- Посетив наш офис, вы можете узнать, на какую сумму займа вы квалифицируетесь, и оформить займ на покупку недвижимости, купить или продать недвижимость. Однако мы НЕ занимаемся модификацией займов. Наш офис предлагает на продажу много объектов недвижимости квалифицирующихся для выше упоминавшейся Home Path Financing Program. С начала апреля по конец июня 2010 года компания Century 21 проводит акцию "\$8000 List YOUR HOME SWEEPSTAKES", которая представляет собой розыгрыш 21 приза в размере \$8000 для тех, кто выставит на продажу недвижимость используя риэлтора компании. Вы можете ознако-

миться с условиями принятия участия в акции, зайдя на официальный сайт компании Century 21 www.century21.com. (*NO LISTING OR PURCHASE OF A HOME REQUIRED TO ENTER OR WIN. Odds of winning depend on number of entries. Promotion begins at 12:00:01 a.m. ET on 4/1/10 and ends at 11:59:59 p.m. ET on 6/30/2010. Open to legal residents of the 50 U.S. States and DC (except residents of KS, MO, NJ, OK and RI) who are 18 years of age or older at time of entry. Void in KS, MO, NJ, OK, RI, Puerto Rico, the U.S. Virgin Islands and U.S. Military Installations in foreign countries and

where prohibited, taxed or restricted by law. Subject to full Official Rules, available at century21.com/sweepstakes. Sponsored by: Century 21 Real Estate LLC, 1 Campus Drive, Parsippany, NJ 07054). Наш офис расположен по адресу: 8801 Folsom Blv.#260, Sacramento, CA, 95826. Контактный тел. 916-296-2809.

Ольга Беньякофф.

Тел. (916)-296-2809

Century 21 Landmark Network
Риэлтор, лиц.DRE#01873492
E-mail: olga.beniakoff@century21.com
www.myhomesacramento.com



9880 Jackson Rd. Sacramento, CA 95827 (916) 369-5505

ХРИСТИАНСКАЯ МИССИОНЕРСКАЯ ЦЕРКОВЬ "МИЛОСЕРДНЫЙ САМАРЯНИН"

ПРИГЛАШАЕТ ВАС НА НАШИ СЛУЖЕНИЯ И МЕРОПРИЯТИЯ



ПАСТОР АНДРЕЙ ДАНЬЧУК И ЕГО СЕМЬЯ

ПАСТОР, АНДРЕЙ ДАНЬЧУК (916) 225-0839
ДИАКОН, ПЁТР БАСИСТЫЙ (916) 997-6424
АДМИНИСТРАТОР, ПЁТР ПОЛИЩУК (916) 501-4558
СЛУЖЕНИЕ МИССИИ, НИКОЛАЙ ШПАК (916) 225-3472

ПОНЕДЕЛЬНИК:

А) ДУХОВОЙ ОРКЕСТР, 7 Р.М.
Б) ПОСЕЩЕНИЕ БОЛЬНЫХ, 7 Р.М.
В) ПОДГОТОВКА К ВОДНОМУ КРЕЩЕ-
НИЮ, 8:00 Р.М.

СРЕДА:

А) МОЛИТВА, 7:30 Р.М.
Б) СПЕВКА ХОРА, 7:30 Р.М.

ПЯТНИЦА:

СПЕВКА ХОРА, 7:30 Р.М.

ВТОРНИК:

А) СТРУННЫЙ ОРКЕСТР
(ПРАКТИЧЕСКИЕ СЛУЖЕНИЯ)
7:30 Р.М.
Б) ДЕТСКОЕ СЛУЖЕНИЕ, 7:30 Р.М.

ЧЕТВЕРГ:

МОЛОДЁЖНОЕ ОБЩЕНИЕ,
7:30 Р.М.

СУББОТА:

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

ВОСКРЕСЕНЬЕ:

10:00 УТРА СЛУЖЕНИЕ ПО АДРЕСУ:

5051 COLLEGE OAK DR,
SACRAMENTO, CA 95841

(ЗДАНИЕ РАСПОЛОЖЕНО ЗА МАГАЗИНОМ "GOOD NEIGHBOR")

ЦЕРКОВЬ АКТИВНО СЛУЖИТ ЛЮДЯМ, КОТОРЫЕ В НУЖДЕ.

ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ К НАМ, МЫ РАДЫ СЛУЖИТЬ ВМЕСТЕ С ВАМИ!

Служіння церкви «Милосердний Самарянин»

Приветствуем Вас, уважаемые сотрудники и читатели газеты «Семья и Бизнес». Может быть, многие из Вас знакомы с нашей церковью Милосердный Самарянин и с миссионерским служением миссии «Источник Жизни». Нашей церкви в марте исполнилось 4 года. Слава Богу, Господь благословляет наши служения. Особенно большую работу делает миссия «Источник Жизни». Мы поддерживаем миссионерские служения на Украине, Беларуси, Молдове, России, Узбекистане, Индии, Мексике и США. Служения различные. В тюрьмах, в домах престарелых, в детских приютах, в центрах реабилитации. Евангелизационные служения, гуманитарная помощь, молитвенное служение. Спасибо всем Вам, кто искренне поддерживает наше служение. Пусть Господь благословит Вас.

Дорогие друзья! Я хотел бы поделиться с Вами своей проповедью в кратце на страницах газеты. Тема проповеди: "Кесарево кесарю, а Божие Богу." Давайте вместе откроем (от Матфея, 22-я глава, с 17-21 стихи). К Иисусу пришли фарисеи, их лукавый вопрос был задан Иисусу: "Нужно ли подать давать кесарю?" Иисус ответил: "...итак отдавайте кесарево кесарю а Божие Богу. Дорогие друзья, мы живём на земле, здесь свои порядки и свои законы. Кесарь всегда требует за всё платить. Мы платим биллы за свет, газ, телефон и т.д. Я думаю, что мы никогда не торгуемся и не просим, чтобы наш билл за свет нам простили, или чтобы мы заплатили половину цены, не правда ли? Если вы вовремя не уплатите рент за апартамент, вас могут предупредить о том, что Вас выселят. Если у Вас на фривеи ломается автомобиль, вы заплатите за товинг, и кесарь ответит вас в любой шоп, и потом за прилич-

ную сумму денег вам обойдётся ремонт. И всегда и везде кесарь требует денег, и мы ему их отдаём. А как насчет Богу-Божие? Если вы опоздаете на 10 минут на работу несколько раз, вас предупредят, а потом уволят. Кесарь установил рабочий день с 10 утра, но не в 10:15, поэтому мы спешим на работу, за это нам платят деньги, забирая наше дорогое время, нам дают зарплату. А вот в церковь можно опоздать, можно не прийти, ведь денег за это никто не платит.

Вы попробуйте поторговаться на заправке. Если бензин \$2.89 за галон, вы так и покупаете, Вам кесарь не уступит ни один галон бесплатно? А вот Иисусу можно не платить. Десятину можно не давать. В церковь можно доллар бросить, чтобы никто не видел и т.д. Ведь Бог не такой строгий, как кесарь, думают люди. Если бы за каждое собрание платили деньги, может быть, все бы во время приходили, никто б не опаздывал, поэтому кесарю мы кесарево отдаём, а Богу Божье не всегда получается. Грязную одежду, поломанную игрушку, всё это, как говорят "На Мексику бедным пойдёт." Я не раз вижу, как люди жертвуют...Такие вещи иногда стыдно вести в Мексику. Наша молодёжь, перебирая гуманитарку, выбрасывает просто в мусор многие вещи. Кто-то думает, что Богу такая жертва приятна, но нет! Подумай, дорогой друг, что ты отдаёшь Богу! Сколько ты отдаёшь время кесарю, а сколько Богу посвящаешь времени? 24 часа в сутки, это твой час, который подарил тебе Господь. Проверь свои пожертвования, свою жизнь и своё отношение к Богу. Пускай Бог благословит нас жить и служить для Его Славы. И помни, что в нашей жизни Иисус должен быть на первом месте. А всё то, что принадлежит кесарю-это второ-

степенное. Выбери сегодня, кого тыставишь важнее, Иисуса или кесаря. Помени свой приоритеты, и увидишь успех в отдаче Богу, ведь Бог никогда не останется в долгу. "Дающий бедному даёт взаймы Богу и Он воздаст ему за благодеяния его. Кесарь отнимает наши дома, наши бизнесы, кесарь не даёт счастье, кесарь не даёт вечную жизнь. Только Иисус даёт всё и с избытком. Поэтому подумай об этом! Когда закончится твоя жизнь на этой земле, ты придёшь в небо. Как ты посмотришь в глаза Иисуса? Что ты скажешь Ему? Что ты сделал для Него? Он подарил тебе вечную жизнь, и всё, что ты имеешь-это Бог дал тебе! Дай Бог, нам мудрости и верности в служении Ему. Дорогой друг! Может, ты не нашёл своего места в служении, присоединяйся к нам. Мы приглашаем Вас на наши служения.

Листи із Мексики

Дорогі брати і сестри в Христі. Ми хочемо виразити нашу вдячність за те, що ви відвідали наш сирітський "Дім Миру". Ваш візит з духовим оркестром по-особливому заворушив дитячі сердечка. Без сумніву, це було великим благословінням для нас. Діти були дуже задоволені цією зустріччю і в них появилвся інтерес до музики і загорілось бажання навчитися гри на духових інструментах. Це, що ви зробили, це було несподіваним подарунком для дітей. Дякуємо, що ви маєте бажання навчити дітей грати і організувати духовий оркестр у нашому сирітському будинку. Це послужить великим благословінням для дітей і ми будемо нести вістку спасіння для інших. Будь ласка, моліться за нас і нехай Бог благословить вас.

Casa de Paz
Jonathan and Marisol

Олександр Журавель!
Ми є дуже раді вам за ваш оркестр, який послужив великим благословінням для нас. Нам дуже сподобалося, як ваш оркестр грав. Ми надіємося, що це був не останій раз, що ви відвідали наше місто, центр реабілітації. Ми дуже ждемо місіонерів, тому що там, де ми проживаємо, дуже мало людей знають Бога. Ми молимося за вас, тому що ви були великим благословінням для Мексики. Хай Бог вас завжди благословляє. З повагою,
Пастор Августін Діаз.



Керівник оркестру, Олександр Журавель, та пастор, Андрій Даньчук

Оголошення!

Дорогі друзі! Місія "Джерело Життя" відкриває школу по навчанню дітей сиріт гри на духових інструментах у Мексиці. Якщо у вас є музичні інструменти, якими ви не користуєтесь, будь-ласка пожертвуйте їх для мексиканських дітей-сиріток. Або, якщо у вас є бажання зробити фінансове пожервування на придбання музичних інструментів та підручників на іспанській мові для музики, дзвоніть, по телефону: Олександр Журавель 916. 952.6306, Андрій Даньчук 916.225.0839

СКАЗКОТЕРАПИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

Дмитрий Соколов

ТАЛАНТ

Ходил по дорогам парень, отдавал свой талант.

- Слышь, дед, возьми мой талант.
- Зачем он мне нужен - свой некуда девать.
- Слышь, принц, возьми мой талант. Получил плетью.
- Красавица, возьми мой талант.
- Заходи.

Зашел, так и жить остался. Талант-то девка в сундук заперла, к своему поближе. Парень ниче, работает. Через год родился у них сын, потом дочь обосновалась. Как выросли - никто не заметил. Вот исполнилось сыну семнадцать лет, стал он в путь собираться. Наготовила ему мать суму еды и браги, а как ночью все легли спать, отец прокрался и в тот сыновний мешок тихонько талант засунул.

Утром распрощались, сын уехал. Сладко вольной птице петь, да не долго. Едет сын сквозь дремучие леса, широкие степи, кристалльные горы. Любо-дорого смотреть на молодца. А у него самого мешок все тяжелее делается. Растет талант на свободном воздухе.

Устал он не в меру, загрустил, слез с коня в поле. "Дай, - думает, - посмотрю, что в мешке поселилось". Открывает - а там талантище!

Здоровущий, аж из мешка прет. Парень быстро смекнул, что к чему. Прямо там, где был, не сходя с дороги, выстроил корчму, кузницу, магазин.

Талант все покроет!

Дела его пошли успешно. Завел семью, выросли дети. Когда старшему сыну исполнилось семнадцать, от таланта оставался уже маленький кусочек. Отец и сам от него устал, и когда сын в дорогу собрался, отдал ему весь талант, сколько ни было. "В твоих годах у меня самого еще и меньше было".

Вот выехал парень на вольные просторы. Талант свое дело знает; вот уже лошадь под мешком приседать стала. "Ух, - думает сын, - что ж это мне родители туда наложили?" Открыл мешок - а там талант, размером с теленка. "О, господи, - подумал сын, - мне ведь так много и не надо. Что ж мне с ним делать?" Оглянулся вокруг: трава, кусты жухлые. Лето, жара. Он взял и недолго думая порастряс талант над лугом. Пролился тот на зеленень дождем, вся поляна распустилась цветами. "И ладно", - решил молодец. Вскочил на коня - теперь легко! - да и поехал дальше.

Так и стал он ездить по белу свету, талант нарастал, а он его раскидывал. От таланта всегда оставалась малая толика. Много лет прошло или мало, да только и у него подрос сын. Ясное дело, в семнадцатилетие досталась ему та толика вместе с мешком да с запасом провизии. Вот и он выехал на вольную ширь. Едет, едет, талант растет. Вот уже целый мешок им наполнился. "Уж я его не растрочу как отец", - думает сын. Глянул вокруг: ничего нет, трава, кусты. Жаворонки поют. Течет река. Хочется сыну найти что-то поважнее. Он прислонил мешок у дороги, а сам - к реке. "Что у тебя, река, под водою?" Река журчит:

ничего нет, песок да камни, дно. Он - к траве, стал перед ней на колени: "Скажи, трава, что больше тебя, что дальше тебя, что важнее?" Трава мягко вяжет свои слова: нет ничего. Он побежал к дереву... А пока бегал, талант его с дороги и украли. На том и сказка кончилась.

С той поры гуляет талант по свету. К тебе попадет - ой, к тебе попадет! - что будешь делать?

ЧАЙКА ДОЛЛИ

Чайки, по-моему, - замечательные птицы. Я обожаю чаек. Когда они летят над морем, я не в силах оторвать от них взгляда, у меня замирает дыхание и сами собой поднимаются руки.

Одна моя знакомая чайка Долли, достигнув замужнего возраста, построила уютное гнездышко и села в него насиживать четыре белых яичка. Она была очень заботливой и ответственной мамой; только очень-очень редко она улетала от своих яиц на море, попить и схватить пару рыбок - и сразу спешила назад к своим ненаглядным продолговатым крошкам.

И вот что случилось однажды, когда у Долли сильно забурчало в животе. Она прикрыла яйца травой и пухом и полетела вниз. Так приятно было скользить по ветру упругими крыльями и так чудесно было ловить юрких рыбок в теплой воде, что счастливая Долли самую чуточку задержалась у моря; но потом привычно заволновалась, захлопала крыльями и полетела в гнездо.

О, ужас! Одно яйцо было разбито! Пух и трава были раскиданы, а половинки скорлупы лежали совсем не там, где должно было быть четвертое яйцо! Бедная, бедная чайка на минутку окаменела на краю гнезда, а потом прыгнула внутрь, и тут - Пи-и-и! - из-под ее ног что-то как закричит!

Она как отскочила! Клюв выставила, грудь выпятила, смотрит - сидит у ее ног маленькое жуткое существо: мокрое, взъерошенное и удивительно неуклюжее. Всего-то у него и есть, что тело-мешок и голова.

- Эй! - закричала чайка. - Ты кто?

Жуткое существо пялило на нее глазенки. Рот у него был растянут в глупой улыбке, но постепенно собрался и нахмурился: оно задумалось.

- Не очень знаю, - призналось оно. - А ты?

- Хозяйка этого гнезда! - и Долли надвинулась на пришельца, грозно тряся клювом и перьями. - Яйцо ты разбил?

Существо посмотрело на остатки скорлупы, опять растянулся его рот, и оно так трянуло головой, что та завалилась куда-то вниз и исчезла. Затем тело его стало трястись, и в результате каких-то внутренних бултыханий появился глаз, затем другой, а затем и рот в своей дурацкой ухмылке.

- Да! - объявило маленькое чучело. - Я.

- Негодяй! - рассвирепела чайка. - Убийца! Ты зачем, - и тут она заплакала, - мое яичко...

Чучело все как-то сморщилось - не то от страха, не то в недоумении. Оно

даже закрыло глаза и запрокинуло голову, чтобы смотреть сквозь щелочки.

- Сейчас всех чаек созову. - сквозь слезы говорила Долли. - Судить тебя будем. Заключою. Ты зачем детеныша моего разбил?

- Так я оттуда же, - залепетал кошмарик. -Я сам оттуда, а оно само...

- Чего? Откуда ты? - всхлипывала Долли.

- Из этого... Как вот те... Белого... И оно само...

- Как само?

- Я там внутри сидел, - расплакался наконец пришелец.

Чайка посмотрела на него, потом на скорлупу, потом опять на него.

- Ой-ой-ой, - сказала она. - Ты там правда внутри сидел?

Малыш кивнул.

- Так ты мой детеныш! - всплеснула крыльями мамаша.

Догадалась! Ну, скажите, как так можно? Хотя, конечно, если сидишь ты одна-одинешенька на своих белых яичках, и вдруг одно из них разбито... Но слушайте, что было дальше.

Отцеловав и причесав своего птенца, Долли задумалась.

- Мой малыш, - объявила она, - тебе нельзя тут так сидеть. Ты еще слишком маленький. Ну-ка, полезай в яйцо.

- Зачем? - вякнула крошка.

- Тут и объяснять нечего, ты еще недоразвился, чтобы на воздухе гулять. Вот посмотри, - и Долли показала ему на три оставшихся яйца. - И тебе так нужно. Давай, малыш, давай, мой хороший.

Конечно, совсем в разбитую скорлупу она его не запихнула, но художно посадила в одну половинку, прикрыла другой и села сверху.

- Удобно? - спросила Долли.

- М-м-м, - донеслось снизу. - Так себе. Долго мне так?

- Пока не вырастешь. Сиди, мой хороший. Не высовывайся.

Прошел час. Долли задремала. Услышав ее мерное посапывание, птенец постучался в соседнее яйцо и зашептал:

- Первый, первый, я четвертый, просыпайся.

- А я не сплю. Как дела на улице?

- Кошмар дела. Никакого ходу. Обрутали и назад засунули.

- Н-да... А чего там?

- Там море... Такое классное, как на

картинке. Во бы туда слетать!..

- Слушай, я тоже хочу, - заволновался Первый.

- И я! И я! - запищали Второй и Третий.

- Дети, чего вы там? - вдруг проснулась чайка.

- А мы уже не дети! - закричали все четверо. Раз! - и вылупились.

ФИОЛЕТОВЫЙ КОТЕНОК

Фиолетовый котенок мыл лапы только в лунном свете.

- Ну, что мне с ним делать? - кошка всплескивала лапами. - Ведь хороший, умный котенок, а тут - ну, что ты будешь делать, хоть кол на голове теши - ни в какую. Только в лунном! Ну, что ты будешь делать?

- Да что с ним цацкаться? - рычал кабан. - Макнуть его головой в солнечный ушат или просто в речку! Ишь ты - все котятя как котятя, а этому лунный свет подавай!

- Он просто глупый, - каркала ворона. - Голова маленькая, мозгов немного. Вырастет - его из солнечного света не вытащишь!

Фиолетовый котенок мыл лапы только в лунном свете.

Луна была большая, белая, яркая.

- Милый котенок, - говорила Луна, - а почему ты фиолетовый?

- А как бывает еще? - удивлялся котенок.

- У меня есть брат, - сказала Луна, - он очень большой и ярко-желтый. Хочешь на него посмотреть?

- Он похож на тебя? Конечно, хочу.

- Тогда не ложись спать, когда я стану таять в небе, а немножко подожди. Он выйдет из-за той горы и займет мое место.

Ранним утром котенок увидел Солнце.

- Ух, какой ты теплый! - воскликнул котенок. - А я знаю твою сестру Луну!

- Передай ей привет, - сказала Солнце, - когда встретишь. А то мы редко видимся.

- Конечно, передам.

Фиолетовый котенок теперь умеет мыть лапки не только на солнце, а даже в мыльной ванночке.

Ну и что?



«МАМА, У МЕНЯ БОЛИТ ГОЛОВА!»

Казалось бы, головная боль - удел взрослых. Тем не менее иногда на нее жалуются и дети. Не спешите обвинять ребенка в том, что он выдумывает, отлынивает от уроков... Все, что нужно знать о головной боли у детей вы прочтете в этой статье.

У здорового ребенка головных болей не бывает, и это должны знать все родители. Если ребенок жалуется, что у него болит голова, значит, что-то не в порядке.

По статистике такая проблема существует, примерно, у 15 процентов детей в возрасте 5-18 лет. Первый вопрос врача к родителям в этом случае: а страдает ли еще кто-то в семье от таких болей? "Ну знаете, доктор, - отвечают обычно родители, - у нас, как и у всех, иногда болит голова". Однако это неправильно: есть очень много людей, у которых никогда не бывает головной боли. Боль - это всегда тревожный сигнал, всегда намек на неблагополучие. Почему же у детей болит голова? В этой проблеме имеется определенная неразбериха, так как причин тут множество. Условно их можно разделить на три группы.

Боль при общем заболевании
Иногда головные боли возникают на фоне какого-либо острого, чаще инфекционного заболевания, вирусного или бактериального. Тут особого беспокойства не требуется: по мере выздоровления от основной болезни пройдет и этот симптом.

Боль из-за поражения мозга
Сильные боли в голове появляются при заболеваниях и травмах мозга. Это происходит при менингите (остром воспалении мозговых оболочек), энцефалите (воспалении мозгового вещества), черепно-мозговых травмах. Но особый страх родители испытывают перед опухлями: "Доктор, мой ребенок все вре-

симулирует, что он ищет повод не делать уроков или не помогать маме. Но в большинстве случаев дети не обманывают, они действительно страдают. Хронические головные боли делятся на две группы: мигрень и так называемая головная боль напряжения.

Мигрень
Это наследственное заболевание. Бывает, что в семье сразу несколько человек мучаются мигренью. Ее основные признаки - периодичность, приступообразность. Приступы возникают с различной частотой, иногда 1-2 раза в неделю, а иногда раз в месяц и реже.

Для мигрени характерно то, что головная боль сопровождается повышенной чувствительностью к свету и громким звукам. Ребенок хочет находиться в темном помещении и в тишине. Типичны для мигрени также тошнота и рвота, причем после рвоты больному становится легче, боль слабеет и полностью прекращается после сна.

Приступ мигрени может развиваться на фоне недосыпания, из-за недостаточного употребления жидкости или слишком длинных промежутков между приемами пищи. Психологическое напряжение, физическая нагрузка тоже могут вызвать приступ. Замечено, что иногда мигрень разыгрывается после употребления определенных продуктов, в частности, содержащих глутамат натрия (моносодиум глутамат, sodium).

"Головная боль напряжения", или "боли без причины"
А теперь мы переходим к самой сложной теме - головной боли напряжения.

Дело в том, что между черепом и позвоночником, с одной стороны, и веществом головного и спинного мозга, с другой, имеется мощное образование, которое называется "мозговые оболочки". Это самая чувствительная к боли часть центральной нервной системы. Мозговые оболочки создают своеобразный щит, который охраняет мозг от инфекций, в первую очередь от инфекционных заболеваний уха, горла и носа, столь частых в детском возрасте. А еще этот щит охраняет мозг при травмах головы и спины и оберегает от сотрясений, например, таких, которые происходят от ударов во время игры в футбол. Во всех этих случаях оболочки как бы

тей не проверялись. Автор этой статьи впервые в мире стала изучать симптомы поражения мозговых оболочек у всех детей и подростков, которые приходили на прием с жалобами на головные боли. За 10 лет работы были осмотрены более 3000 юных пациентов. Результаты этого исследования оказались просто ошеломляющими. У 97 процентов детей с так называемой головной болью напряжения были ясно выражены признаки поражения мозговых оболочек. Таким образом, все указывало на то, что головные боли - результат хронического воспаления мозговых оболочек. Было предположено, что причиной тому - стрептококк, микроб, чаще всего

ДЕТСКИЙ САДИК

Приглашаем детей всех возрастов!

Помогаем с транспортом

Готовим к школе

Учим читать по-русски

Домашнее питание

Открыты 24 часа в сутки

Район Antelope, около WinCo Foods

(916) 534-3166, (916) 338-2290

принимают удары на себя.
До настоящего времени считалось, что у детей бывает только острое воспаление мозговых оболочек - менингит, серьезное заболевание, которое проявляется высокой температурой, сильнейшей головной болью, рвотой. Когда при этом диагнозе ребенок проходит неврологическое обследование, оно указывает на особый набор симптомов, известных как менингеальный синдром (специфическая поза, напряженность затылочных мышц, повышенная чувствительность к звукам и свету и пр.). При подозрении на острый менингит делается специальный анализ - пункция спинномозговой жидкости, по которой определяются изменения, характерные для воспаления мозговых оболочек. Однако есть такие заболевания, при которых у больных имеется головная боль и определяются менингеальные симптомы, но нет ни высокой температуры, ни рвоты. Такое состояние называется менингизм.
При хронических головных болях медицина долгое время просто игнорировала наличие мозговых оболочек. Менингеальные симптомы у таких де-

вызывающий инфекции у детей. Результаты дальнейшего исследования ошеломили еще больше. У 80 процентов детей и подростков с выраженными менингеальными симптомами в крови были обнаружены признаки наличия стрептококковой инфекции. У 10 процентов детей менингизм возник как результат повторяющихся травм головы или спины, чаще всего при игре в футбол.
Теперь ясно, что такого недуга, как головные боли напряжения, у детей не существует, а есть отдельное заболевание со всеми положенными болезнями признаками. У него есть симптомы - хронические головные боли, причина - стрептококковая инфекция, место поражения - мозговые оболочки, процесс поражения - хроническое воспаление, клиническая картина - менингизм.
Сейчас, когда удалось найти причину проблемы, появились и новые успешные методы лечения этого заболевания. Поэтому, если ребенок жалуется на головную боль, не подозревайте его в лени, а отправляйтесь за помощью к врачу.
Ирина Алмазова, детский невролог.



СЕМЕЙНОЕ АТЕЛЬЕ ИРИНЫ И ИГОРЯ СЕДЫХ

СИЛУЭТ

- Подгонка и ремонт одежды
- Свадебные и вечерние туалеты
- Мужская и женская повседневная одежда
- Униформа, нашивка погон, шевронов, петлиц и др. знаков отличия
- Кожаные и меховые изделия

Стаж работы - 25 лет!

Станьте неповторимой!

(916) 759-0219, (916) 759-4663

мя жалуется на головную боль, а что, если это рак? Немедленно направьте его на СТ головы, чтобы мы могли спать спокойно!" Такое приходится слышать довольно часто, но, к счастью, опухоли мозга у детей - крайне редкое заболевание, и в 99,9 % случаев опасения родителей напрасны. Что же касается СТ (компьютерной томографии), то это весьма серьезное обследование. Оно связано с облучением, детям его делают под наркозом, поэтому СТ назначают только в тех случаях, когда на самом деле существует угроза опухоли либо врач надеется снять этот диагноз.
Хронические головные боли
Именно они вызывают больше всего вопросов и у родителей, и у врачей. Ребенок выглядит совершенно здоровым и ведет себя так же, как другие дети, но периодически жалуется, что у него болит голова. Многих родителей это ставит в тупик, им кажется, что ребенок

Это название было придумано кем-то лет шестьдесят назад и теперь кочует по страницам медицинских журналов. Все тут было неясно: и причина болей, и происходящие в мозгу процессы, и участок поражения. Неврологические обследования тоже не дают результатов: и СТ, и MRI у таких больных в норме. Отсюда врачи стали делать вывод, что никакой болезни тут нет, что это просто вариант депрессии. В результате юным пациентам начали прописывать антидепрессанты, пытались проводить психотерапию, но все это, как правило, не имело успеха. Детские психиатры не находили у этих детей ни психологических проблем, ни депрессии. Но специалисты, в частности Международная организация головной боли, игнорировали эти проблемы, и "беспричинная боль" продолжала оставаться медицинской загадкой.
Между тем, у нее есть объяснение.



BARRY'S PLUMBING

Residential * Commercial * Industrial

Remodeling. New Construction.

Water & Sewer Service

(916) 922-7686

(говорим по-русски)

Lic.# 890720 1554 Julesse Ave, ste H&1, Sacramento, CA

СМЕЙТЕСЬ НА ЗДОРОВЬЕ



Анекдоты

Два незнакомых человека договариваются о встрече:
- Я предлагаю встретиться у метро «Парк культуры» в 8 утра в понедельник. Как вы будете выглядеть?
- Плохо...
- Тебя можно поздравить? Уж с красным-то дипломом тебя наверняка взяли на должность налогового инспектора.
- Нет, я завалил собеседование. Причем срезался уже на первом вопросе.
- Каком?
- Меня спросили: мучал ли я в детстве кошек? И я, дурак, ответил:
«Конечно, нет».

Сёма пришёл из школы и говорит родителям:
- Мама, папа, нам по математике задали задачу придумать!
Уходит в свою комнату, и через полчаса выходит с задачей:
- «Гусь весит 15 килограммов, а свинья весит 100 килограммов».
- Сёмочка, в задаче должно быть не только условие, но и вопрос!
Сёма снова уходит, через полчаса возвращается:
- «Гусь весит 15 килограммов, а свинья весит 100 килограммов. И шо?!»
- Папа, а какую академию надо закончить, чтобы стать большим начальником?
- Чтобы стать большим начальником, надо закончить для начала школу, а вот чтобы стать очень большим, то разведшколу...

Никто так не способствует развитию торговли и банковского дела, как дураки.
- Ты не знаешь, у нас на работе никто склерозом не страдает?
- А зачем тебе это надо?
- Хочу денег в долг взять.

Российские автодороги занесены в культурный фонд Юнеско, как уголки нетронутой природы.
Из школьного сочинения: «Женщины, в отличие от людей - женского рода».
Лучше тихо доехать, чем быстро отлететь.

Никогда не рассказывайте о себе ни хорошего, ни плохого. В первом случае вам не поверят, а во втором - приукрасят. Конфуций.
Только русский человек может прийти с больничного загорелым.

За прошедшие 10 лет из России за границу на заработки выехало 5670 физиков, 1349 химиков, 986 биологов и ни одного гаишника.

Анекдоты

Когда-то давно старый индеец рассказал своему внуку одну жизненную истину.
- Внутри каждого человека идет борьба, очень похожая на борьбу двух волков. Один волк представляет зло — зависть, ревность, сожаление, эгоизм, амбиции, ложь... Другой волк представляет добро — мир, любовь, надежду, любезность, истину, доброту, верность... Маленький индеец, тронутый до глубины души словами деда, на несколько мгновений задумался, а потом спросил:
- А какой волк в конце побеждает?
Лицо старого индейца тронула едва заметная улыбка и он ответил:
- Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь.

В младших классах мальчики бьют красивых девочек портфелями по голове, а потом удивляются почему все красивые девушки - дуры.
Купил надувную кровать.
В инструкции на дюжине языков написано:
«Не использовать при купании».
И только на русском:
«При купании держитесь за боковые ремешки».

Настоящий интеллигент никогда не скажет - «как была дура-дурой, так ею и осталась», он скажет - «время над ней не властно».

Мудрые мысли

Если бы всегда было ХОРОШО - откуда бы мы знали ЧТО такое ПЛОХО?!
Чтобы озарять других, нужно носить солнце в себе!
Никогда не изгоняйте зло на близких людях, а особенно на детях... Вы отойдете, а у них останется рана на долго..
Быть мудрым-значит знать, на что не следует обращать внимание в жизненном водовороте событий...
Люди одиноки, потому что вместо мостов они строят стены.
Жизнь - как чаша: что в нее нальешь, то и выпьешь...
Только потому, что кто-то не любит тебя так, как тебе хочется, не значит, что он не любит тебя всей душой.
Никогда не теряйте надежды и веры в лучшее, потому что после самой черной ночи всегда бывает светлый день, и даже после сильного ливня ярко светит солнце.
Смысл истинной дружбы в том, что радость она удваивает, а страдание делит пополам...

Мудрые высказывания

Разница между умным человеком и мудрым в том, что умный всегда найдёт способ исправить ошибку, а мудрый постарается её не сделать.
Человек ощущает смысл и цель собственной жизни лишь тогда, когда осознает, что нужен другим...
Не следует говорить всего, что знаешь; но всегда надо знать, что говоришь.
Если вы хотите знать, кто ваши друзья, сделайте в чём-нибудь ошибку.
Никогда не бросайся грязью: ты можешь промахнуться,но твои руки останутся грязными...
Ни одни часы не показывают, как поступить в трудную минуту...
Ни одна рана так не болит, как нанесённая другом....

«Вы знаете, что у вас много недостатков, и , тем не менее, себя любите? Вот так же вы должны относиться и к вашему другу - несмотря на его недостатки, любить его». Баал Шем Тов, Ликутей Авраам
Чтобы вырастить ребенка хорошим человеком, надо тратить на него в два раза меньше денег и в два раза больше времени.

Странная всё-таки вещь - интуиция, и отмахнуться от неё нельзя, и объяснить невозможно. Агата Кристи.
Не говори Богу, что у тебя большая проблема. Скажи проблеме, как велик твой Бог!
...проблема не исчезает после того, как мы отворачиваемся от неё.

...внутри каждого хмурого ворчуна прячется нежное создание, которое хочет, чтобы его ценили и любили.
Извините, что я говорю, когда вы перебиваете.

То,что произошло в отношениях, раньше уже произошло внутри вас.
Улыбайтесь! При серьёзном выражении лица напряжены 17 мышц, при улыбке – 7
Не важно, как часто вы падаете. Важно, как часто вы поднимаетесь.

Если хотите узнать человека, то не слушайте, что говорят о нём другие!!!
Лучше послушайте, что он говорит о других!!!
Тебе тяжело? Обрати внимание на человека, которому тяжелее и помоги ему...
Не прилагай столько усилий, все самое лучшее случается неожиданно...

... Счастье часто ищут так же, как и очки : когда они на носу ...
Лучшее, что отец может сделать для своих детей, - это любить их маму.
Не носи обиду на людей...
Зачем тебе такое иго..
Будь к окружающим немножечко добрей, и станет... Мир... Родным и милым.. Ева Рахуба

ДЕТСКИЙ САДИК

LOAD GAME
INSTRUCTIONS
OPTIONS
EXIT FULLSCREEN
EXIT

Район Elkhorn & Don Julio

Приглашаем детей всех возрастов

Вкусная домашняя еда

Занятия по возрастам

Выезды в парк, библиотеку, зоопарк и т.д.

(916) 764-0544

УСТРАНИМ ЛЮБЫЕ НЕПОЛАДКИ

РЕМОНТ
СМОГЧЕК
ЗАТЕМНЕНИЕ
СТЕКЛА

2530 - A El Sutton Lane,
Sacramento, CA 95821

(916) 488-1335

РЕКЛАМНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ

ИЗ РУК В РУКИ

Услуги

Чистка ковра, ковров, диванов, а также салонов автомобилей и траков. Тел. 248-9066 Толик

Профессиональный логопед исправляет дефекты речи, развивает речь у детей, делает точечный массаж пальцев рук, что способствует быстрому эффекту исправления и развития речи. Учю говорить. Тел. (916) 617-2508

Ремонт компьютеров. Чистка от вирусов. Ускорение работы компьютера. Установка Windows и многое другое по доступным ценам. Тел. (916) 764-8574

Компьютерная диагностика. Лучший путь проверить свое здоровье и получить полную информацию о нем. Тел. (916) 706-2216

Дешево! Печатные работы: бизнес карточки, брошюры, флаеры, рекламные знаки и стенды, копии и многое другое. Высокое качество. 2626 Fulton Ave, Sacramento, CA 95821. Тел. (916) 486-4838

Вокал. Уникальная система, позволяющая за год ставить голос. В программе обучения: теория музыки, дирижирование, бесплатная запись CD. Тел. (916) 421-8680

Уроки фортепиано, скрипки и теории музыки (профессиональный педагог, выезжаю на дом). Предлагаю муз. программу, включающую игру на скрипке и ф-но, организациям и частным лицам. Тел. (916) 798-7725

Предлагаю работу

Рекламных агентов в газету. Знание английского необязательно. Оплата 20% от принесенной рекламы. Тел. 225-5764

Водителей траков. Хорошие условия. Тел. (916) 225-5487

FOREX - Ваша вторая работа! Тел. (916) 205-8040

Детские Сады

В детском садике Sunbeam Day Care в Roseville появились свободные места. Приглашаем всех желающих. Тел. (916) 267-5526, Лена.

Есть свободные места в детском садике в районе Antelope рядом с WinCo. Кормим детишек вкусной домашней пищей, много игрушек. Помогаем с транспортом. Lic.# 59068. Тел. (916) 726-0591

Little Angel Day Care приглашает детей в детский садик, расположенный в районе Antelope & Elverta. Lic.# SAC 59782 FCCN. Тел. (916) 723-3822, 806-7001

Ищу работу

По уходу за пожилыми людьми. Есть опыт работы.Тел. (916) 924-8551

В офисе, а также имею специальность кондитера, опыт работника по уходу за детьми и престарелыми людьми. Тел. (916) 583-1878, 363-2859 Наташа

24 года, экономическое образование (UC Davis), с дипломом переводчика русского языка на английский, опыт работы на штат. Знание компьютера. Толковый. Тел. (916) 979-0309

По уходу за пожилыми людьми, детьми (молодая женщина, замужем, 22 года, опыт работы - есть свой ребенок). Тел. (916) 979-0309

Продаю

Ламинат 8.3 мм – \$0.75. Инсталирование \$0.79. Хардвуд – \$2.99. Инсталирование \$1.75. Плитки инсталирование – \$2.50. Делаем работу быстро и качественно. Тел. (916) 494-9047

Toyota Scion XA 2006. Тел. (916) 706- 4281

Домашние натуральные продукты: мясо, сало, яйца, куры. Продаем овец, ягнят, поросят, телят. Тел. (916) 772-0833

Рент

1/2 дома в районе Fair Oaks для небольшой семьи. 3-bed + 1 bath \$870 в месяц. Место тихое, соседи хорошие. Кабельное TV и интернет. Тел. (916) 370-0845

Дуплекс. 1.5 комнаты, \$590. Р-н Fair Oaks. Тел. (916) 205-8040

Разное

Русский бард Анжела Штейнгарт в Сакраменто! Tickets \$20 (seniors \$10). Friday, April 30, 7:00pm. Тел. (916) 967- 8270

Хотите похудеть без медикаментов-ЗВОНИТЕ! Тел.(916) 706-2216

Возьму в дом пожилого человека по уходу, как члена семьи. Предоставлю отдельную комнату, домашнее питание, внимание и заботу. Тел (916) 483-2170

Пошив и ремонт одежды. Более 25 лет шьем одежду на любой вкус, стиль и пожелания. А также отремонтируем или обновим любимые вещи вашего гардероба. Тел. (916) 759-0219 Ирина

Отдых! В Oceanside (San Diego) сдаётся уютный дом со всеми удобствами. Back yard имеет barbeque, fire pit и детскую площадку. Песочный пляж, рыбалка с пирса, парки, музеи и другое ждут вас. Тел. (916) 967-6233, (916) 607-6697

КУПОН ПЛАТНЫХ ОБЪЯВЛЕНИЙ

Частные и коммерческие до 20 слов, за выпуск \$3
Выделенные рамкой или до 35 слов \$10

Тел: На сколько выпусков:

Чек или мани-ордер выписывайте на: Gold Family Publishing и посылайте вместе с купоном по адресу:
2500 Marconi Ave Suite 203, Sacramento, CA 95821 или
P. O. Box 214121, Sacramento, CA 95821
Наш телефон: (916) 225-5764
www.goldfamilypublishing.com

ШАГИ ВЕРЫ

(Продолжение, начало на стр. 8)

Где наше "я" может проявляться? В самовозвышении. Когда Христос был на земле, Он говорил ".... Я не ищю Моей славы, но славы Отца небесного". Человеческая слава всегда внешняя. Божия слава внутри. " Сколько раз прощать мне брату своему?"- спрашивают у Христа. " Вот мы оставили все, что мы будем иметь за это?" Во всех этих вопросах светится самовозвышение. После того, как Петр отрекся от Христа, прошел смирение, сокрушение, просил прощение у Господа, Бог ставит его на великое служение. Когда Христос спрашивает у Петра: "Любишь ли ты меня, Симон, больше чем они?" Он отвечает: "Ты знаешь Господи, что я люблю Тебя". Петр не сравнивает себя с другими, он просто говорит: "Ты знаешь, что я люблю". Нет никакого самовозвышения.

В жизни всегда встречаются страдания и Библия много говорит об этом. В основном можно выделить четыре вида страданий. Страдание-наказание, страдание для испытания, страдание для очищения и страдание ради славы Христа. Страдание как наказание очень легко понять всем.

Самое простое: украл- посадили в тюрьму, согрешил - тот же грех упал на тебя. Каждый человек несет ответственность за свои грехи. Страдание для испытания является более высоким духовным уровнем. Бог может иногда посылать страдание для испытания, но Он настолько любит нас, что никогда не делает его слишком тяжелым, сверх наших сил. Что делает отец, который хочет воспитать своего ребенка правильно, научить его трудиться. Он дает ему тот труд, который он может сделать. Никто не дает своему ребенку непосильного труда. Это является как бы маленьким испытанием. Когда ребенок совершает свою работу, он получает навыки, веру и уверенность в то, что он и в следующий раз сможет это сделать. Он уже получил что-то и в его памяти уже отложились определенная информация. Точно так же с людьми поступает и Бог. Он посылает испытания не для того, чтобы узнать, верны мы или нет. От Него это и так не сокрыто. Главное, чтобы мы знали, насколько являемся мы несовершенными и насколько мы должны полагаться на Бога в молитвах, в Слове и обетованиях. Все это делается для того, чтобы мы научились идти за Богом.

Страдания для очищения могут быть как душевные, так и телесные. Говоря о болезнях, мы читаем в Библии: "Страдающий

плотию перестает грешить" (1 Петр. 4:1). Как много людей познало Бога именно через страдания? Не могли ли они придти другим путем? Вероятно, нет. Бог всегда выбирает самый совершенный путь. Некоторые доводят себя до такого состояния, что Бог будет призывать через страдание. Но лучше не доводить себя до такого. Лучше идти сразу.

Страдания ради Христа - великие страдания. Мы знаем примеры героев веры и тех, кто пострадал во имя Господа. Очень мало кому Бог дает такие страдания. Это великое благо. Еще один шаг.

ДОВЕРИЕ

Упование на Бога. Как часто нам этого не хватает. Уповать на Бога в темноте. Это нечто другое, чем следовать за Ним при сиянии солнца. Сегодня существует еще хорошее отношение к верующим, хотя и оно меняется. Скорее всего, оно было хорошим вчера. Общественное мнение постепенно меняется, и люди начинают шарахаться. Уже за Богом тяжело идти. Вчера это было модно, сегодня уже нет. Господь говорит: "Следуйте за Мной всегда". Уповать на Бога в темноте всегда сложнее. Хорошо идти за Ним, когда все идет. Так в начале и за Христом шли тол-

пы народа. Некоторые хотели, чтобы Он исцелил их, кто-то хотел поесть хлебов. По разным причинам люди шли за Иисусом. Кто-то за чудесами, кто-то за знамениями, кто-то хотел получить ответы на вопросы их жизни. А уповать на Бога - это довольствоваться только Богом, доверять Ему во всем, верить и знать, что это истинный путь, и другого, более совершенного, не существует. Без этого элемента веры и доверия Богу - невозможно идти по Его пути.

Давайте посмотрим, как чаще всего живут люди, как живем мы с вами. Мы вроде бы и верующие и неверующие. С одной стороны, мы все понимаем своим умом, но в каких-то обстоятельствах забываем, что Бог все держит в Своих руках. Если я доверяю Богу, то мне все будет содействовать ко благу. Я буду благодарить Господа и искать причину, почему попал в такие обстоятельства. Бог, смирив и возвращая на прежний путь, говорит: " Это было от Меня, Я тебя поставил в такие обстоятельства. Но ты доверяй Мне". Это элемент доверия. Мы рассмотрели некоторые шаги, которые необходимо сделать в своем следовании за Христом. Без них не стоит даже становиться на эту дорогу. Это путь следования за Спасителем.

Н.В.С.

ЛЕЧЕНИЕ КРАСНЫМ ЦВЕТОМ

Цветотерапия - это способ лечения цветом. Этот метод лечения использовали с древних времен. Как же можно лечиться цветом? Как влияет красный цвет на человека и его органы?

Красный цвет повышает внутреннюю энергию, либидо (половое влечение) и сексуальность, способствует активизации кровотока, нормализации кровообращения и обмена веществ. С древних времен первобытные люди связывали красный цвет с жизненной силой. Он символизирует энергию и мощь созидания.

В психологическом плане красный цвет может способствовать росту или вызывать разрушение.

Красный цвет обладает сильным очищающим действием: он избавит вас от тоски и прогонит отрицательные эмоции, оздоровит психику и тело. Мышцы тоже реагируют на красный цвет. Он помогает расслабиться застывшим членам и суставам, особенно ногам, полезен при параличах.

Красный цвет согревает, его следует использовать тем, кто подвержен простудам и нуждается в тепле. Способствует прекращению воспалительного процесса. Однако злоупотребление красным может вызвать раздражение и осложнения заболевания.

Если вы чувствуете вялость или нежелание браться за трудные, но необходимые дела, поработайте над зрительным представлением красного цвета, и это придаст вам силу.

Красный цвет действует оптимистически. Он обладает энергией и напором, подталкивая к совершению великих дел. Красный – цвет сильных людей, он олицетворяет настойчивость и волю, бодрость и веселье. Однако если у вас повышенное давление, он может усугубить ваше состояние, вызвать гнев и раздражение.

Если вы возбуждены или, напротив, быстро устаете, постоянно хотите спать, попробуйте украсить комнату, в которой работаете, чем-нибудь красным. Купите красные розы, повесьте перед глазами картинку в красных тонах или просто положите на стол ярко-красную папку. Это сразу улучшит настроение, приведет в порядок нервы, повысит работоспособность и жизненный тонус.

Орган, с которым ассоциируется: кровь.

Красный цвет наделяет чувством безо-

пасности, уверенностью в завтрашнем дне, помогает проще справиться с неприятностями. Формирует лидера.

Положительно влияет на негативные психические состояния: апатия, депрессия, страх, неуверенность в себе.

Кроме того, красный цвет стимулирует нервную систему, высвобождает адреналин, улучшает кровообращение, повышает количество красных телец в крови, увеличивает сексуальность и сексуальное влечение.

Лечит следующие заболевания: пониженное артериальное давление, анемия, плохое кровообращение, простуда, насморк.

Не рекомендуется при повышенном кровяном давлении, кровотечениях. Не применять вспыльчивым и склонным к



агрессии людям.

Лучше применять красный цвет в сочетании с зеленым или голубым цветами, а при лечении красным цветом всегда заканчивать сеанс воздействием этих холодных цветов.

Носить же красный цвет рекомендуется, если: вы хотите быть сексуальной; ваш энергетический потенциал упал, и требуется его подпитка; вы хотите настоять на своем или ускорить ход событий. Не носить, если: вы нервничаете; не хотите привлекать внимание; вы расстроены, и все вас раздражает.

ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА ЧАЯ КАРКАДЕ



Чай Каркаде - это цветочный чай, который производится из лепестков Гибискуса. Гибискус выращивается в Египте и Судане на крупных плантациях. В народной медицине арабских стран чай Каркаде используют в качестве гипотензивного, спазмолитического и противовоспалительного средства. Вещества, вызывающие его красное окрашивание – антоцианы, обладают ярко выраженной Р-витаминной активностью, они укрепляют стенки кровеносных сосудов, регулируют их проницаемость и кровяное давление, в горячем виде чай повышает его, а в холодном понижает.

Чай каркаде укрепляет стенки сосудов, нормализует давление, снижает содержание холестерина в крови, обладает анти-

бактериальным действием, регулирует работу желудочно-кишечного тракта, печени, хорошо помогает при аллергиях различного рода, помогает при токсических алкогольных отравлениях. Интересной особенностью чая Каркаде является то, что в горячем виде он повышает давление, а если употреблять чай холодным, он понизит давление. Убивает некоторые болезнетворные микроорганизмы, может использоваться как глистогонное средство. Чай Каркаде является экологически чистым продуктом, он безвреден и рекомендован людям всех возрастов.

В чае Каркаде содержатся фруктовые кислоты, аминокислоты, легкоусвояемые углеводы, макро- и микроэлементы, витамины, биофлавоноиды.

Чай Каркаде заваривают кипящей водой температурой 90 - 100 градусов. Одну ложку чая Каркаде на стакан воды. Заваривать чай Каркаде необходимо в стеклянной или фарфоровой посуде, но ни в коем случае не в металлической, металл негативно влияет на вкус напитка. Вкус напитка зависит во многом от того, насколько крепко Вы его заварите. Чай Каркаде заваривают две - три минуты и употребляют как в горячем, так и в холодном

виде, как с сахаром, так и без сахарного песка. Чай Каркаде действует освежающе в жаркую, душную погоду за счет содержания в нем лимонной кислоты.

Полезно также кушать размоченные при заварке лепестки чая Каркаде, в них содержится от 7,5 до 9,5% белка и 13 аминокислот, без которых организм не может существовать. В чае Каркаде содержатся также полисахариды, из них 12% пектина, они помогают выделению токсинов и тяжелых металлов из кишечника.

Ученые о чае Каркаде

Watt and Breyer-Brandwijk отметили уменьшение интенсивности алкогольного эффекта у цыплят после внутреннего введения экстракта Гибискуса и пришли к заключению, что экстракт Гибискуса уменьшает степень всасывания спирта в крови! Это следует учесть людям, употребляющим алкоголь.

Опыты показали также, что напиток из Гибискуса способствует излечению бесплодия у мужчин и женщин. Так, например, после шестимесячного употребления настоя бесплодными женщинами в связи с неправильной функцией яичников на 100 женщин 70 получили возможность родить.

“Hibiskus” может быть рекомендован как поливитаминный столовый напиток, имеющий в своем составе практически все витамины в полезных для человеческого организма пропорциях.

Лимонная кислота придает напитку приятный вкус, он действует освежающе в жару и при повышенной температуре. Действие аскорбиновой кислоты и действие флавоноидов и антоцианов в гибискусе взаимно усиливается. В отличие от щавеля и других растений с кислой зеленой гибискус почти не содержит щавелевой кислоты, которая участвует в образовании камней в почках, поэтому он безопасен и для почечных больных.

Размоченные при заварке чашечки остаются жестковатыми, и есть их не очень приятно, хотя и полезно. Сами по себе они довольно ценный продукт питания: содержат от 7,5 до 9,5% белка, в состав которого входят 13 аминокислот, из них 6 незаменимых. Содержащиеся в чашечках полисахариды, в том числе пектин (2,4%), способствуют выведению из кишечника токсинов и тяжелых металлов. Применяются как добавки в салаты, винегреты, первые блюда для придания им пикантности и ярко стойкого рубинового цвета, а также как оригинальный компонент для мясных и рыбных блюд.

ЦЕЛЕБНЫЕ СВОЙСТВА КЛЮКВЫ

Пожалуй, каждый из нас знает наверняка, что клюква – это очень полезная ягода, которую собирают как ранней, так и поздней осенью. Однако не каждый владеет полной информацией о пользе данной ягоды. Клюква – очень полезная ягода, содержащая витамины PP, B, C, а также калий, магний, железо, кальций, фосфор, серебро, марганец и йод. Клюква содержит органические кислоты: лимонную, хинную, бензойную, урсоловую, а также пектиновые вещества, флавоноиды, эфирное масло, дубильные вещества. Благодаря содержанию большого количества витамина C, клюква, прежде всего, используется при простудах, ослабленном иммунитете, в межсезонье. Она не только помогает бороться с различны-

ми простудными инфекциями, но и служит отличным жаропонижающим средством. Кроме того, клюква выводит из организма токсины, которые накапливаются в период болезни.

Благодаря содержанию урсоловой кислоты, клюква предупреждает появление камней в почках.

Препятствует появлению кариеса и воспаления десен.

Клюква снижает уровень холестерина в крови и борется с гипертонией. Именно поэтому ее рекомендуется принимать в пищу людям, у которых имеются проблемы с сосудами и сердцем.

Благодаря содержанию витамина B, клюква благотворно влияет на нервную систему, а также на состояние наших

ногтей и волос.

Клюква является отличным мочегонным средством, не вымывающим, однако калий из организма. А калий, как известно, отвечает за крепость наших сосудов. Клюква используется при цистите, а также при расстройстве желудка и кишечника. Маски и компрессы из клюквы рекомендуются при лечении гнойников и прыщей, поскольку клюква обладает антибактериальными свойствами.

Считается, что клюквенный морс снимает усталость, повышает активность мозга, увеличивает работоспособность человека.

Клюква способствует нормализации гормонального фона. Данную ягоду назначают для улучшения аппетита, по-

скольку она способствует нормальному усвоению пищи, помогает в лечении гастритов с пониженной кислотностью.

Считается, что регулярное употребление клюквы препятствует появлению раковых заболеваний.



НУЖНЫ ЛИ ХРИСТИАНИНУ ХОРОШИЕ МАНЕРЫ?

Игорь Седых

Хороших манер не бывает слишком много, зато даже их незначительное отсутствие заметно всегда!

Дорогие друзья, сограждане и жители русскоязычной Америки, сподвижники по эмиграции и все особенно преданные читатели нашей газеты! Позвольте поздравить вас с открытием в нашей газете рубрики, посвященной хорошим манерам. Хорошие манеры – не роскошь, а средство общения в обществе или иначе – хороших манер не бывает слишком много...

Я думаю, подробно объяснять причины, побудившие нас открыть эту тему, объяснять не нужно. Коротко же можно сказать, что наша цель пригласить славянское (да и вообще русскоговорящее) общество Сакраменто ещё раз обдумать, обсудить и, возможно, высказаться, кто мы есть с точки зрения человеческого общества, какое наше место среди прочих народов и что необходимо, чтобы занять свой достойный общественный уровень и обоснованно пользоваться репутацией людей высокой культуры, достоинства и чести.

Это важнейший вопрос для нашего общества и для нас, людей, которым не только не безразлична судьба национальной культуры и уважение со стороны других народов Америки, но и которые являются христианами, то есть людьми верующими и почитающими Христа.

Ещё на заре христианской эры апостол Павел писал во втором послании Коринфянам: «Вы показываете собою, что вы – письмо Христово... узнаваемое и читаемое всеми человеками...». Здесь, в этих словах, очень ярко проявляется не только забота и переживание о репутации Коринфян (а затем и нашей с вами), как людей и членов человеческого общества, но это уже вопрос чести христианина, который должен возлюбить Господа Бога «...всем сердцем..., и всю душою..., и всем разумением твоим» (Мтф.22:37) .

А это значит, мы должны заботиться о том, чтобы имя Божие прославлялось во всех, без исключения, областях нашей жизни, нашего бытия. Мы должны не давать повода, даже ищущим повода, чтобы имя Божие хулилось каким-либо образом в результате нашего поведения. Это значит, мы должны стремиться к совершенству: «Итак будьте совершенны, как совершен Отец ваш Небесный» – предлагает нам Господь (Мтф. 5:48).

Разумеется, в нашей рубрике мы не сможем охватить всего огромного многообразия и глубины Божьей мудрости, знаний и учения, то есть совершенства. Да мы и не ставим это целью – было бы слиш-

ком самонадеянно, ибо это – «...бездна богатства...и ведения Божия! ...кто познал ум Господень?» (Рим.11:33-34).

Мы предлагаем осветить, освежить и вспомнить те вопросы, которые относятся к правилам жизни человека в обществе, правилам поведения на различных уровнях общественных отношений, общественной жизни, в семье, школе, на работе, на отдыхе, в церкви, в транспорте и везде, где бы мы ни были. Но хотелось бы не просто перечислить или напечатать список правил этикета, хотелось бы попробовать понять их фундаментальные принципы, основы и цели их формирования. Ибо просто научить держать вилку за столом можно даже обезьянку. А вот понять, для чего это необходимо и что за этим стоит, – более важно для человека, хотя бы для того, чтобы кое-кто не смел навязывать нам в родственники ту же обезьянку. И, может быть, мы сможем заметить, что в основе правил этикета лежит наше отношение друг к другу, наше уважение друг друга. А, в конце концов, наше соблюдение Божией заповеди не на словах, а на деле; заповеди, которую конкретно подчеркнул Господь наш Иисус Христос, говоря: «...возлюби ближнего твоего, как самого себя» (Мтф.22:39).

Итак, мы предлагаем обсудить на страницах нашей газеты следующие темы. Коротко из истории этикета. Что это значит: «Хороший человек». Для чего нам одежда? Как делать подарки. Как и зачем ходить в гости. Косметика – излишество, роскошь или необходимость? Что такое разговор, каковы законы этого жанра для успешного общения. Наличие местоимений «Ты» и «Вы» - богатство языка или его излишество? «Кушать подано!» Нуждается ли семья в этикете? Ура - мы путешествуем! Епистолярный жанр – это «каменный век»? На работе очень занят – не до этикета или всё-таки... И кое-что ещё, если наши читатели сочтут необходимым.

Да, пожалуй, нам есть о чём поговорить-поразмыслить. Но я предлагаю начать с главного вопроса, влияние которого на состояние общества, его благополучие и нравственное здоровье трудно переоценить. С вопроса, который оставляет след в человеке, начиная с детства на всю жизнь и определяет, будут ли правила этикета странной и чрезмерной обузой для него или же естественно необходимым приятным шармом. Это вопрос: «Отцы и дети!».

ОТЦЫ И ДЕТИ

Как?!!! Что за потуги на оригинальность, что за пустые умствования? При чём здесь «Отцы и дети», если мы говорим об этикете?

Но не спешите возражать. Ведь, подумай-

те, именно здесь, в семье, в отношениях между родителями и детьми закладывается фундамент будущего человека, его вера, шкала его духовных, эмоциональных, нравственных и материальных ценностей, и сможет ли он «возлюбить ближнего своего, как самого себя». Или иначе говоря, какой он будет человек, какой он будет христианин, какой он будет член общества. Ибо в одной очень древней и мудрой Книге написано: «Наставь юношу в начале пути его: он не уклонится от него, когда и состарится» (Пр.22:6).

Порой старшее поколение в вопрос «Отцы и дети» вкладывает только единственный (абсолютно верный с их точки зрения) смысл: «Дети, почитайте своих родителей!»

Это верно! Кто же спорит? – почитать надо! Но это не такой однозначный вопрос, как кажется на первый взгляд. Если внимательно рассмотреть его, то начинается просматриваться очень важный и ответственный акцент этой истины, направление действия этого закона. Оказывается, что эта заповедь адресована не только (и даже не столько) детям, но, главное, их родителям. Ибо родители должны научить детей почитать себя. Это и есть первый и, наверное, наиважнейший постулат этикета. Это фундамент для дальнейшего возведения прекраснейшего здания храма хороших манер. И заложить этот фундамент должны не дети, а отцы.

Итак, что такое «почитай». Это значит, - оказывай честь. Честь! Прекрасное, глубоко обязывающее, многозначимое и, к сожалению, очень забытое слово. Что же такое честь? Это понятие имеет две стороны – личную и общественную. А также материальную и духовную.

Материальная сторона описывает такие отношения человека и общества, в результате которых имеет место материальное воздаяние пропорциональное значимости и полезности его вклада в общественное благо. То есть, насколько человек полезен обществу, настолько оно выделяет, возвращает или предлагает ему материальные блага, или иначе, даёт ему соответствующую часть своих благ, привилегий и влияний...

Таким образом, чем больше мы дали обществу, тем большие «части» материальных благ этого общества оно же нам возвращает. То есть, отдаёт нам нашу (!) часть (или честь), за которой стоят наши обязанности и ответственность перед обществом. И эта наша ответственность тем больше, чем большую честь или почёт мы имеем.

Насколько мы ответственны на материальном уровне отношений в обществе, насколько больше, важнее и значимее являемся требования духовного уровня кодексов чести. Требования, которые однознач-

но запрещают лгать (в любой форме), лицемерить, обманывать, подличать, предавать, клеветать, скоморошничать, кошунствовать... И так далее, так далее, так далее.

И нарушать эти законы или шутить с ними не просто плохо или не желательно – это опасно, ибо Бог говорит: «Ты это делал, и Я молчал; ты подумал, что Я такой же, как ты. Изобличу тебя и представлю пред глаза твои грехи твои... – и не будет избавляющего» (Пс.49:21-22). И, быть может, если вдруг наши дети не соблюдают хороших манер, не почитают нас – то это наши грехи представлены нам или нет?!! И если нас, порой, не уважают, то это не всегда вина тех, кто не уважает. Если, порой, дети нас не уважают или не почитают, или ведут себя бесчинно, не соблюдая правил хорошего тона, то – это не всегда причина в детях, просто они, дети, видят нас «насквозь». Они видят, что это мы не соблюдали или не соблюдаем правил хорошего тона.

Так что начнём с себя, с нас, взрослых, больших и умных. Начнём соблюдать этикет, уважать друг друга и вести себя достойно людей высокой чести. А не сетовать на «эту плохую» молодёжь, тем более, что это не оригинально. Этим страдали люди ещё несколько тысячелетий назад.

«Молодые строптивы, без послушания и уважения к старшим. Истину отбросили, обычаев не признают. Никто их не понимает, и они не хотят, чтобы их понимали. Несут миру погибель и станут последним его пределом», - надпись на гробнице фараона около 3500 лет до нашей эры.

«Эта молодёжь растлена до глубины души. Молодые люди злокозненны и нерадивы. Никогда они не будут походить на молодёжь былых времён. Молодое поколение сегодняшнего дня не сумеет сохранить нашу культуру», - надпись на глиняном сосуде, XXX век до нашей эры.

«Наш мир достиг критической стадии. Дети больше не слушаются своих родителей. Видимо, конец мира уже не очень далёк», - констатирует и пророчит некий египетский жрец в XX веке до нашей эры.

Может быть, лучше не обвинять во всех смертных грехах наших детей, а приложить все усилия, чтобы показать нашим детям достойный пример для подражания. И поверьте, как же они, наши «непослушные» дети, будут счастливы и полны достоинства и чести с гордостью указать на нас и, едва сдерживая внутреннюю радость сказать: «Это мой ОТЕЦ!!!».

Начнём же с основополагающего постулата Кодекса Чести: «Береги платье снову, а честь смолоду». Пожалуйста, присылайте ваши мнения и комментарии письменно в адрес газеты. Лучшие будут напечатаны в следующих номерах.

УВЕКОВЕЧЬТЕ ПАМЯТЬ СВОИХ РОДНЫХ И БЛИЗКИХ!

ПАМЯТНИКИ



Русская компания с 16-летним стажем в Сакраменто предлагает памятники из гранита, мрамора и бронзы, портреты на граните. Стоимость от 250 долларов. Принимаем кредитные карточки.

Часы работы: Пон-пят 10-5pm, суббота 10-2pm

7444 Auburn Blvd.
Citrus Heights, CA 95610

(916) 728-4291

CARMICHAEL MONUMENT COMPANY

ЖАР-ПТИЦА СВЕТЛАНЫ КУМАНСКОЙ

РУССКО-АМЕРИКАНСКИЙ РЕСТОРАН

ЖИВАЯ МУЗЫКА

BUFFET

11AM-3PM - \$8.99

ДЕТИ ДО 12 - \$5

БАНКЕТНЫЙ ЗАЛ

Happy Hour 5pm-7pm

MON-SAT: 11AM-10PM

SUN: 11AM-8PM

4715 MANZANITA AVE
CARMICHAEL, CA 95608

(916) 485-7747



ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

Опытный адвокат
проконсультирует
вас в любой области
законодательства,
представит ваши
интересы в суде

**Law Office
of Steven H. Berniker**

Есть русский переводчик!

По-русски: (916) 225-5764

Law Office of Steven H. Berniker

2500 Marconi Ave, Suite 212 Sacramento, CA 95821

Telephone: (916) 480-9200 Facsimile: (916) 480-9229 sbernlaw@att.net