

Вестник АРГО

ноябрь

2011

№3

Здоровье и успех!



— Интервью с Валентиной Григорьевной Красильниковой —

От всего сердца

— Отчёт о 15-летию — 15 фактов о лёгкой жизни — Спецвыпуск по геронтологии — «Создай команду!» —



Дорогие друзья!

Много раз со страниц «Вестника» я обращался к вам и с благодарностями, и с пожеланиями, и с предложениями поразмышлять на разные темы. Рассказывал о жизни нашей Компании, делился планами на будущее и анализировал прошедшие мероприятия. А сегодня хочу вам донести свои мысли о вечной теме – родителях и детях, о чем я задумался накануне своего юбилея и дня рождения своей мамы.

Для каждого человека рождение и воспитание детей является знаком жизненного успеха. Это важнейшая часть самореализации человека как полноценного гражданина страны, как яркой личности. Дети – главный результат его любви, его усилий. Знак его состоявшейся судьбы.

К сожалению, рожать и воспитывать детей стало в России делом не слишком престижным. В обществе должен быть воспитан хороший культ здоровой семьи, где минимум трое детей. Родители должны гордиться своими детьми. А дети, в свою очередь, должны почитать родителей и перенимать у них жизненный опыт. Так происходит и в моей семье. Моя мама подарила мне жизнь, дала начало развитию тех качеств и черт характера, которые, несомненно, помогли мне добиться сегодняшнего результата. А своим детям я всегда оказываю поддержку и хочу, чтобы они осознавали ценности жизни. Стараюсь их научить как минимум двум вещам. Первое – умение плавать. Второе – умение падать. Думаю, что каждому в жизни это пригодится. Плавать и падать. Я вкладываю в это не только прямой смысл – физические навыки держаться на воде и умение владеть собственным телом. А в переносном смысле это помогает жить! Надо уметь удержаться на плаву вопреки любому сильному течению. Без падений и ошибок никто не может прожить жизнь, поэтому надо уметь падать так, чтобы все же сохранить себя – и снова подняться!

Как сказал известный советский педагог Василий Сухомлинский: «Главный смысл и цель семейной жизни – воспитание детей». Поэтому желаю тем, кто еще не достиг этой цели – обрести хорошую, крепкую, любящую семью.

А. Б. Красильников, президент АРГО



День рождения – профессиональный праздник человека!

2011 год близится к своему окончанию.

Год был богат мероприятиями Компании АРГО. Региональные конференции в Киеве и Волгограде, научно-практические семинары по геронтологии, авторские школы лидеров в рамках проекта «Мотиватор АРГО», традиционные крещенские купания и День семьи, 36, 37 и 38 выпуск Академии АРГО, а также много значительных событий в наших регионах! А летом мы все вместе с размахом отметили 15-летие Компании! Еще не успели остыть эмоции от этого праздника, как пришло время нового значимого торжества! 5 ноября у президента нашей Компании Андрея Борисовича Красильникова – юбилей! Весь коллектив Московского и Новосибирского Центров АРГО искренне поздравляет Андрея Борисовича с этой знаменательной датой! Говорят, что спутник славы – это одиночество. Но к президенту нашей Компании это изречение Фаины Раневской не относится, ведь для него и его славы «спутником» являются верные друзья, надежные партнеры, любящие аргонавты и, конечно, крепкая семья.

Поздравления и подарки с юбилеем поступают со всех уголков страны. Но, справедливо заметить, что Андрей Борисович получает подарки, поздравления, знаки отличия не только в свой день рождения, но и в повседневной жизни за активную жизненную позицию и общественную деятельность! О чем мы подготовили специальный материал на странице № 10. Читайте на здоровье!

Ваша **Марина Суворова**

В НОМЕРЕ:

ХРОНИКА СОБЫТИЙ	Отчёт с юбилейных мероприятий АРГО 2
ЛИЧНОСТЬ	От всего сердца. Интервью с В. Г. Красильниковой 6
СПЕЦМАТЕРИАЛ	Награда не в цели, а в пути 10
БИЗНЕС	«Профессионал АРГО» 11
СТРАТЕГИЯ МАРШРУТА	Свой среди чужих (ч.2) 12, 37
НАУКА О ЗДОРОВЬЕ	Стратегия активного долголетия 13
ЛИЧНОСТЬ	Татьяна и Михаил Стадухины 38
15 ФАКТОВ	15 Фактов о легкой жизни 40
СОВМЕСТНЫЙ МАРШРУТ	Дэльфа —10 лет вместе с АРГО 42
ЛИЧНАЯ ИСТОРИЯ	Н. Смирнова. Путь в АРГО 44
АКАДЕМИЧЕСКИЙ МАРШРУТ	Отзывы академистов АРГО 45
БИЗНЕС	Новые Директора-Президенты. Победители лотерей АРГО 46
ПРОЕКТ АРГО	«Создай команду!» 48
МАРШРУТЫ МИРА	Круиз! 49

Главный редактор: **М. Суворова**
(член Союза журналистов России).

Редакторы: **С. Сухая, И. Шепелева.**

Научный консультант журнала:
А.И. Пальцев
(академик РАЕН, д.м.н., профессор).

Дизайн и верстка:
Е. Петухова.

Адрес редакции: 127106, г. Москва,
ул. Гостиничная, д. 9а, корп. 3.
Тел.: +7 (495) 589 14 14
E-mail: info@rpo.ru, info2@rpo.ru

Благодарим за предоставленные
фотоматериалы:
Арбатскую Н., Баулина А.,
Бикбаева Н., Иванову О., Волкова К.,
Колчина А., Креккер Л., Мартыненко
Л., Набиеву Р., Петрову А., Скафа Г.,
Соболеву Н., Суворову М.,
Сухую С., Трофимову В., Чеглакову И.,
Хропова Е., Шепелеву И.

Издание зарегистрировано
Южно-Сибирским территориальным
управлением Министерства
Российской Федерации по делам

печати, телерадиовещания и средств
массовых коммуникаций.

Регистрационный № ПИ-12-0276
от 23 октября 2000 г.

Подписано в печать 26 ноября 2011 г.

Тираж 2000 экз. Цена свободная.

Заказ №

Отпечатано в Рекламно-имиджевая
компания «Полиграф Групп», 127106,
Москва, ул. Гостиничная, 9а, к.3

ДЕНЬ СПОРТА, ЗДОРОВЬЯ И РАДОСТИ!



15 ИЮЛЯ В ПАРКЕ «ОСТАНКИНО» ПОД ЭГИДОЙ ВСЕРОССИЙСКОГО ОБЩЕСТВЕННОГО ДВИЖЕНИЯ «ЗА СБЕРЕЖЕНИЕ НАРОДА» ПРОШЛА IX СПАРТАКИАДА АРГО. ТРАДИЦИОННОЕ ЕЖЕГОДНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ В РАМКАХ 15-ЛЕТИЯ КОМПАНИИ ПОБИЛО ВСЕ РЕКОРДЫ СОСТЯЗАНИЙ ПРОШЛЫХ ЛЕТ! И ДЕЛО НЕ ТОЛЬКО В ТОРЖЕСТВЕННОСТИ МОМЕНТА.

НА ПЛОЩАДКЕ «ОСТАНКИНСКАЯ ДУБРАВА» СОБРАЛОСЬ НЕ МЕНЬШЕ ТРЕХ ТЫСЯЧ ЧЕЛОВЕК. АРГОНАВТЫ ПРИЕХАЛИ СО ВСЕХ УГОЛКОВ РОССИИ И БЛИЖНЕГО ЗАРУБЕЖЬЯ НЕ ТОЛЬКО ЗА ПОБЕДАМИ В СОРЕВНОВАНИЯХ, НО, В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ, ЗА ПОЗИТИВНЫМИ ВПЕЧАТЛЕНИЯМИ И ОБЩЕНИЕМ С ЕДИНОМЫШЛЕННИКАМИ.



Утром изготовители продукции устроили радужный прием аргонавтам – их ждали подарки, сюрпризы, новинки. И конечно, консультации и общение с руководителями компаний. Поэтому все присутствующие получили огромное удовольствие от ярмарки – ведь для изготовителей главный показатель успеха – любовь потребителей. А потребителям важно, что всю информацию о товаре можно узнать из первых уст от людей, этот товар создающих. И это одно из преимуществ Компании АРГО.

Когда Президент АРГО **Андрей Борисович Красильников** появился в парке вместе с почетным гостем спартакиады трехкратным олимпийским чемпионом, сопresidentом ООД «За сбережение народа» **Александром Карелиным**, все желающие, а их было немало, приветствовали и фотографировались с ними.

А перед сценой уже собирались гости и участники праздника, аргонавты и активисты ООД «За сбережение народа» в ожидании открытия IX спартакиады. Первым всех поприветствовал Президент АРГО **Андрей Красильников**: «Уверен, что



Арго-зарядку провела кандидат в мастера спорта по спортивной гимнастике, фитнес-тренер **Светлана Беспалько**. Динамичные и простые движения добавили всем присутствующим азарта и подготовили спортсменов к главному старту года — «**Забегу здоровья**».

На старт самого зрелищного и красивого вида спартакиады — «**Забегу здоровья**» — вышло около тысячи человек! Бежали все — взрослые, дети, пожилые люди, целые семьи, команды. Как говорится, главное не победа, а участие! Участников было много, а победители определялись среди мужчин и женщин. Для участия в спортивном многоборье заявилось 15 команд от сибирского Железногорска до Москвы и Санкт-Петербурга. Аргонавты из Казани привезли на спартакиаду четыре команды, Набережные Челны — две. Кроме них участвовали и боролись за победу команды из Можги, Омска, Самары, Москвы, Железногорска, Альметьевска, Азнакаево, Петербурга. Спортсмены прыгали в длину, преодолевали полосу препятствий, бежали эстафету. Сильнейшие, и уже не впервые, — омичи! В АРГОшашках — самом фирменном виде спорта — в этом году был учрежден специальный приз. Евгений Каковкин, который является абсолютным чемпионом прошлых лет по АРГОшашкам, вручил 10 тысяч рублей победителю. Им стал Андрей Цыдыпов, лидер из Санкт-Петербурга.

На футбольном поле также определилась тройка сильнейших команд: «Арго-Рязань», Сборная «АРГО» и «Стрела» из Альметьевска.

Еще одно традиционное мероприятие в рамках спартакиады народов АРГО — посадка Аллеи Аргонавтов. Дружная команда лидеров и участников Компании АРГО вместе с Андреем и Ольгой Красильниковыми добавила зеленых насаждений в один из красивейших природных комплексов Москвы.

МУЖЧИНЫ:

- 1 место **Д. Гатауллин**
- 2 место **А. Жураковский**
- 3 место **Ю. Пикало**

ЖЕНЩИНЫ:

- 1 место **Н. Пырина**
- 2 место **Л. Коротнева**
- 3 место **Е. Соколова**

это событие — еще один шаг к укреплению здоровья и успехов каждого из вас. А вместе с вами будет укрепляться и мощь нашей Родины!». **Александр Карелин** пожелал, чтоб главной победой на спартакиаде стали общение, дух дружбы и соперничества. А главный научный консультант АРГО **Александр Иванович Пальцев** напомнил, что самая главная красота человека — это его здоровье!

Бурные аплодисменты звучали для еще одного почетного гостя **Леонида Владимировича Баргенева** — 12-кратного чемпиона мира, 11-кратного чемпиона СССР по легкой атлетике, Заслуженного мастера спорта, Заслуженного тренера СССР, Заслуженного тренера России, двукратного олимпийского призера.

Переключка команд, торжественная клятва спортсмена, вынос и поднятие флагов, зажжение факела — традиции, заложенные много лет назад. В этом году почетная обязанность зажжения факела была возложена на Сергея Казанцева, представителя команды-победителя легкоатлетического многоборья VIII спартакиады в Красноярске.

ФУТБОЛ:

- 1 место **«Арго-Рязань»**
- 2 место **Сборная «АРГО»**
- 3 место **«Стрела», Альметьевск**

МНОГОБОРЬЕ:

- 1 место **«Омский Драйв»**
- 2 место **«Кедр», Железногорск**
- 3 место **«Стрела», Альметьевск**

АРГОШАШКИ:

- 1 место **А. Цыдыпов**
- 2 место **Л. Шуракова**
- 3 место **Н. Ваисов**



В Крокус Сити Холле 16 и 17 июля 2011 года аргонавты всего мира отмечали 15-летие Компании АРГО. Самый большой и современный концертный зал столицы Крокус Сити Холл принял 6 тысяч гостей праздника. Их приветствовали известные всей стране ведущие, почётные гости, народные артисты, врачи и ученые, научные консультанты и партнеры, изготовители и лидеры Компании.

МАРШРУТОВ МНОГО — ЦЕЛЬ ОДНА!



*Страна АРГО! Отметила ты нынче
15-й свой яркий юбилей!*

*Эмоциями поделиться, чувствами
Мне хочется со всеми поскорей!*

*Июль дни – макушка лета,
Со всех концов слетелись мы в Москву,
Чтобы зажечь наш факел эстафеты
И в спорте показать всю мощь свою.*

*Мы все в строю «За сбережение народа»
И чтобы доказать на деле это
Мы дружно кросс здоровья всем народом
С любовью, с радостью осилили легко!*

*Прекрасен день спортивных достижений:
Футбол, прыжки и аргошашки здесь,
Концерт друзей и розыгрышей море,
Все было в первый олимпийский день!*

*Уставшие от солнца и накала,
Счастливые от встреч изготовителей, друзей,
Готовились мы к новым ощущениям
Попасть в шикарный КРОКУС-СИТИ поскорей!*

*Прекрасный зал, акустика что надо!
Концерт до замиранья души!
И Елисеев, он не в «ящике», а рядом
И песни, что поются от души!*

*Наш праздник: ТОРЖЕСТВО И ГОРДОСТЬ!
Подарков много, победителям – привет!
Машина одному – это не новость,
Другим для утешенья есть велосипед!*

КОНФЕРЕНЦИЮ ПРОВЕЛИ ВМЕСТЕ С НАМИ ВЕДУЩИЕ АННА ШАТИЛОВА (НАРОДНАЯ АРТИСТКА РОССИИ), ЛАРИСА ВЕРБИЦКАЯ (ЗАСЛУЖЕННАЯ АРТИСТКА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ), ИГОРЬ КИРИЛЛОВ (НАРОДНЫЙ АРТИСТ СССР) И ИГОРЬ ШУСТИКОВ (ЗАСЛУЖЕННЫЙ ДЕЯТЕЛЬ КУЛЬТУРЫ).

Великолепным подарком всем присутствующим стало выступление Академического ансамбля песни и пляски Внутренних войск Министерства внутренних дел Российской Федерации под управлением народного артиста России генерал-майора Виктора Елисеева. «АРГО», Гимн Москвы, «Ты позови меня, Россия», Гимн Движения «За сбережение народа» и многие другие яркие номера придали дню рождения АРГО еще больше торжественности. Хотя казалось, куда больше. Но в каждом моменте, на каждом этапе действия на сцене присутствовал дух праздника.

Особым подарком стал поздравительный адрес от Государственной Думы РФ. Поздравили Компанию АРГО и ее бессменного руководителя **Андрея Борисовича Красильникова** почетные гости. Сопрезидент Движения «За сбережение народа», член Общественной палаты Российской Федерации, **Александра Васильевна Очирова** и генеральный директор Ассоциации Заслуженных врачей Российской Федерации **Леонид Викторович Архипенко** со сцены выразили самые теплые пожелания в адрес Компании. Сопрезидент ООД «За сбережение народа», депутат Государственной Думы Александр Александрович Карелин поздравил аргонавтов правительственной телеграммой.

Руководители и представители фирм-изготовителей продукции АРГО, являющиеся многие годы надежными партнерами и соратниками

Компании, искупались в овациях аргонавтов — истинных ценителей и поклонников производимых ими продуктов!

Новые Директора-Президенты и лидеры с рейтингом от 20 с большой сцены приветствовали гостей праздника. Кстати, нужно отметить, что чествование лидеров с рейтингом 20 — нововведение, и мы уверены, что на 16-летию Компании количество лидеров с таким рейтингом многократно возрастет!

Очень насыщенной и познавательной стала «обучающая» часть Конференции*. Так, в первый день с докладами выступили Эксперт аналитического центра при Правительстве Российской Федерации, главный научный консультант компании АРГО, Заслуженный врач РСФСР, Академик Российской Академии Естественных Наук, заслуженный деятель науки и образования, доктор медицинских наук, **профессор Александр Иванович Пальцев**, Академик Российской Академии Естественных Наук, доктор медицинских наук, заслуженный врач Российской Федерации, главный научный консультант «НИИ ЛОП и НТ» **профессор Галина Сергеевна Солдатова**, зам. директора компании «Дон», главный врач Томского сурдологического центра, врач отоларинголог **Алексей Александрович Буров** и зам. генерального директора по маркетингу компании «Элмет» **Андрей Николаевич Миронов!** А 17 июля выступали А. Б. Красильников и самые успешные лидеры Компании. Президент представил вниманию аргонавтов проект новой мотивационной программы «Профессионал АРГО»**, которая была удостоена высоких оценок и отзывов.

Лидеры, имеющие самые высокие показатели рейтинга, постарались за очень короткое время рассказать о секретах своего успеха в АРГО, о моментах и нюансах успешной работы в Компании.

Было вручено впечатляющее количество медалей, памятных наград и подарков. Никто не ушел из КСХ с пустыми руками! Но, пожалуй, самыми интригующими и волнительными были моменты розыгрышей суперпризов Юбилея***. **Ольга Константиновна Красильникова**, координатор поощрительных программ АРГО, определила среди новых Директоров-Президентов трёх счастливых обладателей путевок на ближайшую поездку Компании. Кроме того, еще одна путевка была разыграна на праздничном банкете, а одна — среди всех присутствующих в зрительном зале. Все гадали, кто же уедет домой на автомобиле **Volkswagen Polo Sedan**, который разыгрывался среди лидеров, достигавших за последний год рейтинга 50 и выше. В этом году кубик «выбрал» **Нину Кваснищину** — лидера из Германии!

«Главная атаманша России» **Надежда Бабкина** и театр «Русская песня» поздравили аргонавтов в первый день Конференции, а завершила юбилейное торжество яркое выступление самой стильной и очаровательной звезды российской эстрады **Кристины Орбакайте**.

Два дня в Крокус Сити Холле пролетели незаметно, оставив для аргонавтов, надеемся, самые приятные воспоминания. Кто-то ехал сюда как на праздник, кто-то учиться, кто-то за дополнительной мотивацией для успешной работы. И организаторы мероприятия постарались оправдать все ожидания аргонавтов. Спасибо всем, кто был с нами и до новых встреч на следующем дне рождения Компании АРГО!

Помните, маршрутов много — цель одна!



*Материалы с Юбилейной Конференции смотрите на нашем сайте www.argo.ru

**Подробное описание программы «Профессионал АРГО» также смотрите на нашем сайте.

***Список победителей розыгрышей суперпризов см. на стр. 46



*От всей души и с вдохновеньем
Надежда Бабкина отплясывала дробь.
И зал гудел, ее поддерживал мгновенно,
От консультантов до великих
президентских возрастов!*

*Компании спасибо за часы веселья,
За чувства светлые, что родились во мне,
АРГО, спасибо, дарю тебе надежду,
Жить полной жизнью наяву, а не во сне!*

*День третий, ты учений полон!
От президента новый дан маршрут,
Коль хочешь новых достижений вволю,
Программу новую для лидеров дают.*

*И вдруг на сцену на веселой нотке
Вбегает «Домисольки» коллектив,
Поют и пляшут, «зажигают» лихого,
А зал аплодисментами поддерживает их.*

*И вновь на сцене лотереи место:
Разыгрывается бонус-тур, УРА-А-А!
Один счастливец! Он на месте!
А остальным по лодке, ГОСПОДА!*

*И в завершении праздника большого,
Кристину Орбакайте лицезрели мы.
Услышать довелось прекрасный ее голос,
В «живую» видеть тонкие красивые черты!*

*Три дня промчались! Труд и отдых,
Признания, поздравленья, рейтинговых высота.
ДОВОЛЬНАЯ, СВОБОДНАЯ, УСПЕШНАЯ!
Я счастлива! Я здесь! АРГО — СЕМЬЯ МОЯ!*

Людмила Боровкова, Ведущий Директор,
г.Альметьевск.

Мама – это особый человек в жизни каждого. Она готова отдать всю теплоту своей души, всю любовь и нежность. Но особое качество любой мамы – это способность дать своим детям самостоятельность и свободу.

Валентина Григорьевна Красильникова – мама президента нашей компании – сделала, пожалуй, бесценный вклад в этот мир – родила и воспитала сына, научила его многим мудростям жизни, и на протяжении всего жизненного пути находится рядом с ним.



6

НАКАНУНЕ ЮБИЛЕЯ АНДРЕЯ БОРИСОВИЧА КРАСИЛЬНИКОВА ЕГО МАМА РАССКАЗАЛА О СВОЕМ СЫНЕ ТО, ЧТО ИЗВЕСТНО И ПОНЯТНО ЛИШЬ ЕЙ ОДНОЙ. МАТЕРИНСКИЕ ВОСПОМИНАНИЯ, МАТЕРИНСКАЯ ЛЮБОВЬ, МАТЕРИНСКАЯ ГОРДОСТЬ – САМЫЕ ЖЕЛАННЫЕ ЧУВСТВА ДЛЯ ЛЮБОЙ ЖЕНЩИНЫ, И ЕСЛИ ОНИ ЕСТЬ, ТО ЭТА ЖЕНЩИНА УЖЕ СЧАСТЛИВА.

Валентина Григорьевна, вы не однократно говорили, что «Андрей осень Вашей жизни сделал золотой»! А Вы, наверняка, его детство хотели сделать безоблачным. Что Вам вспоминается в первую очередь из той поры?

Вспоминая детские годы Андрея, хочется рассказать случай, который я помню всю жизнь. Он был очень мягким, добрым и послушным ребенком. Он не мог, например, обидеть девочку в садике, хотя в этом возрасте не разбирают – мальчик ты или девочка. И однажды в группе его ударила девочка, он очень расстроился, а я сказала, мол, надо было сдачи дать. На что он ответил: «Так ей же будет больно». А я человек более жесткий и старалась ему прививать

От всего

— Интервью с мамой президента АРГО



В кабинете у Андрея



сердца...

Валентиной Григорьевной Красильниковой —



черты, когда в жизни необходимо проявлять твердость характера. Надеюсь, что не зря.

— Помните, тяжело ли было заниматься воспитанием ребенка?

Поскольку я, как и многие другие, училась и работала одновременно, то мне редко предоставлялся шанс проводить много времени с сыном. Но когда оно было, я с удовольствием учила его читать, играть в шахматы. Андрей со временем сам научился организовывать свой досуг. Он рос разносторонним ребенком, чем он только не интересовался! Бокс, танцы, игра на гитаре, шахматы, легкая атлетика. В пять лет он пошел и сам записался в ближайшую библиотеку, где стал постоянным гостем. Да и сейчас у него много интересов.

— Например?

Очень любит природу, поездки, путешествия. Умеет прекрасно приготовить шашлык, плов. Готовит с удовольствием, поэтому получается всё всегда очень вкусно.

— Любит побеждать?

Да, он азартный, любит побеждать. Очень спокойный и выдержанный, но тверд в своих решениях, которые он уже обдумал, и переубедить его вряд ли получится. Благодаря своей настойчивости и амбициям, он добился того, что его Компания, его бизнес находится на высоком уровне.

— Как считаете, есть какой-то момент, который повлиял на дальнейшую судьбу Андрея Борисовича?

На самом деле – всё влияло. И окружение, и характер. Однако, уверена, моим самым правильным и верным решением стал перевод его в математическую школу в Новосибирске. Он попал в сильный класс, где практически все отличники, к тому же был прекрасный преподавательский состав. Учителя вложили в него не только знания, но и любовь, и уважение к одноклассникам и учителям. И кстати, школьная дружба сохранилась до сих пор.

— Что-то из его студенческих лет вспомните?

Пожалуй, самый яркий момент, когда я его рекомендовала для прохождения стажировки Александру Леонидовичу Асееву, тогда заведующему лабораторией, а ныне вице-президенту Российской академии наук, председателю Сибирского Отделения РАН. Андрей тогда был на третьем курсе, и как раз нужно было определяться, где он будет стажироваться. Он успешно прошел практику под руководством Асеева, и остался там работать.

— Что можете сказать о характере Андрея? Есть ли у вас общие черты характера, или может даже «семейные»?

Есть. Это желание и стремление всегда быть первым и добиваться этого. У меня эта черта проявилась еще в детстве, например, я не могла допустить, чтобы кто-то лучше меня учился в школе. Аня, моя внучка, обладает лидерскими качествами с самого рождения. Уверена, что такой сильный характер присущ всем членам нашей семьи, просто проявляется у всех в разной степени.



В гостях у Андрея и Ольги



В гостях у внука Евгения

— Какие у Вас приоритеты в жизни?

Самая большая ценность в жизни и самое большое счастье – это общение с родными и друзьями!

— Мы знаем о Вашем увлечении – Вы любите изучать интерьеры и зачастую воплощаете в жизнь дизайнерские фантазии. Давно ли Вы этим интересуетесь?

Я 13 лет прожила в коммуналке в Новосибирске, несколько раз переезжала, мечтая жить в уютной квартире. Тогда и появился мой интерес к ремонтам, интерьерам, дизайну. Когда я переехала в Москву, то до того, как стала жить в «Триумф Паласе», я сменила две квартиры. То было время, когда стоимость квартир резко росла и при продаже очередной квартиры ее стоимость резко увеличивалась. Так у меня появились средства, позволившие купить квартиру в жилом комплексе «Триумф-Палас». Здесь же купил Андрей квартиру себе и старшей дочери Алине. А еще я уговорила купить квартиру в этом комплексе Алину Ивановну и Леонида Ивановича Коркошко. Теперь ходим друг к другу в гости. Ну а когда встал вопрос о ремонте квартир для нашей семьи, естественно я взяла это на себя. Я сама делала проекты и находила интересные дизайнерские решения.



В гостях у Коркошко





В гостях у внучки Алины

— Возможно, Вы бы хотели пожить еще где-то? В другой квартире, городе, стране?

Сейчас я живу в квартире в «Триумф Паласе», и о каком-то другом жилье не мечтаю. За границей вообще никогда не хотела жить, я даже не могу этого представить. Вот в отпуск на море – другое дело!

— Есть ли у Вас мечта?

Мечта одна – чтобы все были здоровы – остальное приложится, ведь если есть силы и здоровье, то все будет хорошо. Чтобы Андрей не болел, ведь у него частые перелеты, стрессы, которые не могут не влиять на здоровье. И внучки чтобы не болели, ну и сама тоже.

— А что Вы выбрали в качестве подарка к юбилею сына?

Я решила подарить автомобиль, который соответствует и его статусу, и его характеру. А как мать, я каждый день дарю Андрею свою любовь, поддержку и понимание. И конечно, делаю это от всего сердца. Всегда.

Беседовала **Марина Суворова**
Фотосессия - октябрь 2011



У парадного входа
в Триумф-Палас



За чашкой чая



Дома в гостиной



В кабинете

НАГРАДА НЕ В ЦЕЛИ, А В ПУТИ!

НЕ ВСЕ АРГОНАВТЫ ЗНАЮТ О ТОМ, ЧТО

Андрей Борисович с 1998 года является членом Российской Экологической Академии, с 1999 года действительным членом Международной Академии авторов научных открытий и изобретений.

Наш президент отмечен научными почетными знаками. Одной из первых солидных наград стала почетная медаль им. Илья Мечникова Российской академии естественных наук «За практический вклад в укрепление здоровья нации».

В 2002 году Андрею Борисовичу вручен почетный знак «Трудовая доблесть, честь, достоинство — лучшим традициям старших поколений верны». Указом Президента Движения «Боевое братство» Б.В. Громова, в 2004 году награжден медалью «За ратную доблесть». В августе 2006 года постановлением Президиума Национального Комитета Общественных Наград Андрею Борисовичу присвоен Орден Ломоносова «За заслуги и большой личный вклад в развитие государства Российского». В 2007 году вручена Национальная премия и золотой знак «За доблестный труд».

В 2010 году Андрею Борисовичу вручен большой почетный знак и медаль «За поддержку военно-морского флота». Эта награда от Региональной общественной организации адмиралов и генералов военно-морского флота «Клуб адмиралов», членом Попечительского совета которой он является.

К юбилейным торжествам годовщины Победы Общероссийский Комитет Общественных Военных и Трудовых Наград наградил Красильникова памятной медалью «65 лет победы в Великой Отечественной войне», ЦК КПРФ наградил медалями «В ознаменовании 140-летия В.И.Ленина», «В ознаменовании 130-летия И.В.Сталина» и «90 лет ВЛКСМ».

Накануне 50-летия внушительная коллекция наград и дипломов Андрея Борисовича Красильникова пополнилась почетным знаком отличия «Трудовая доблесть. Россия» от Всероссийской общественной организации Героев, Кавалеров Государственных наград и Лауреатов Государственных премий «Трудовая доблесть России». Этой медалью награждаются граждане, достигшие больших успехов в производственной, научной, культурной, спортивной и общественной деятельности, активно участвующие в трудовом и патриотическом воспитании молодежи, активные пропагандисты созидательного труда, внесшие свой вклад в становление новой России.

Андрей Борисович участник множества форумов и круглых столов на высоком общественно значимом уровне. Его общественная деятельность отмечена грамотами фракции «Единая Россия» Государственной Думы РФ, благодарственными адресами от депутатов ГД РФ. Дипломы, благодарности, грамоты, а также все его награды можно увидеть в музеях Московского и Новосибирского центров АРГО.



НОВАЯ МОТИВАЦИОННАЯ ПРОГРАММА КОМПАНИИ «ПРОФЕССИОНАЛ АРГО»

ЦЕЛЮ НОВОГО ПРОЕКТА ЯВЛЯЕТСЯ МАКСИМАЛЬНОЕ СТИМУЛИРОВАНИЕ ДЕЛОВОЙ АКТИВНОСТИ ЛИДЕРОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ЗАНИМАЮЩИХСЯ БИЗНЕСОМ В ПАРТНЕРСТВЕ С КОМПАНИЕЙ АРГО.

Как отметил президент Компании А.Б. Красильников: «Каждый, кто записывается в программу, делает это осознанно, понимая, что он чем-то рискует. Чем больше у лидера «под собой» замотивированных людей, желающих участвовать в программе, тем ему буде легче выполнять условия программы. Программа рассчитана на то, чтобы становилось больше лидеров не только с рейтингом 20 (а именно с ним можно начинать участие в программе «Профессионал АРГО»), но и для того, активизировать работу во всех структурах Компании АРГО. С одной стороны – свои же люди являются конкурентами, а с другой стороны, они все равно дадут определенный толчок в развитии».

Мнения о программе «Профессионал АРГО» лидеров Компании:

Собровина Ирина, Санкт-Петербург

— Прежде чем участвовать в программе, я для себя сделала вывод, что главное – нужно хотеть, а не думать: «Смогу ли я?». В Компании АРГО я уже 11 лет, у меня есть хорошая структура, но последние месяцы наблюдается снижение активности. Я очень заинтересована в том, чтобы объёмы росли, чтобы люди получали результаты, и чтобы им было интересно работать. Конференция в Москве дала первые результаты. Я увидела настроение своих людей, очень многие «загорелись» сделать рейтинг 20, чтобы принять участие в программе «Профессионал АРГО». Очень здорово, что «появился» промежуточный рейтинг 20! Моё личное участие я считаю необходимым, ведь это дополнительная мотивация моей структуре, появляется возможность делать интересные промоушены. Я из тех людей, кто не боится потерять, но хочет приобрести. Конечно, участие в «Профессионале» — это риск. Как сказал Андрей Борисович, у нас есть перспектива идти вниз, которой не хочет никто, или же — вверх! Я за рост Компании, чтобы АРГО развивалась, и я, в свою очередь, буду прилагать усилия для

роста и развития своей структуры.

Светлана Стратонова, Москва

— Впечатления о проекте самые хорошие. Участвовать обязательно буду. В первую очередь, потому что у аргонавтов не хватает внутренней мотивации. И эта программа конкретно мотивирует на достижение лучших результатов. И если на себя возьмешь обязательства, то непременно будешь увеличивать объёмы, работать и двигаться вперед!

Земенкова Татьяна, Минск

— В программе я являюсь Советником. Поэтому лично участвовать не могу, но обязательно мотивирую своих людей на хороший результат, создание работающих команд. Уверена, что кто будет честен и трудолюбив, обязательно получит хороший проф-бонус!

Лутфуллин Анвар, Альметьевск

— Обязательно будем участвовать. Исключаем возможность, что у нас что-то не получится, хотя есть определенный риск. Тем более, что у проекта есть неоспоримые плюсы: мотивация людей, рост структуры, вышестоящие лидеры могут «выйти на ре-

крут», то есть не только мотивировать свои структуры, но и сами привлекать новых людей в компанию и обучать их.

Цыдыпов Андрей, Санкт-Петербург

— Буду участвовать и я, и моя жена Лена Иванова, и все участники моей команды. Андрей Борисович сказал, по-моему, очень веское слово: «По-житейски советую вам участвовать в этой программе!». Эту программу мы ждали и уверены, что она будет эффективной, ведь попасть в профессиональный клуб аргонавтов – это большой стимул. Лидерский бонус в общую корзину – не жалко, это даже выгодно. Вклад небольшого процента своих доходов в общее развитие своей структуры и своего бизнеса просто необходим.

Швецов Алексей, Москва

— Подавляющее большинство людей моей структуры с рейтингом более 20 обязательно будет участвовать в «Профессионале», считая также, что личный пример обязателен. Программа на самом деле своевременная, нужная, нацеливающая на результат. Уверен, она позволит сдвинуться с некой точки стояния и продвигаться дальше!

На 24.10.2011
к программе
подключилось
129 человек



Наталья Арбатская

Психолог, специалист по мотивации персонала и эффективной презентации товара, участник программы «Российские интеллектуальные ресурсы»

Секреты
легкого
общения
и прочного
контакта

направлен влево, это говорит о том, что он вспоминает прошлое, а если вправо – размышляет о будущем или о том, чего на самом деле не было. Когда аудиал направляет взгляд вниз-влево, он обдумывает сказанное. В этом случае лучше помолчать и подождать, пока он снова обратит на вас внимание, потому что он всё равно вас не услышит.

Итак, аудиал – человек, воспринимающий подавляющее большинство информации через звуки. Используйте в общении с ним аудиальные

ДЛЯ ЛЮДЕЙ – АУДИАЛОВ ПРЕДПОЧТИТЕЛЬНЕЕ ЗНАТЬ ФАКТЫ, ИМ НИ К ЧЕМУ МНОГО ПОДРОБНОСТЕЙ.

слова, которые ему нравятся. Обращайте внимание на тембр, интонации и быстроту своей речи. Им не сильно важно, что мы говорим. Зато очень важно, как мы говорим. Для аудиала речь собеседника будет восприниматься вне зависимости от выражения его лица. Ему достаточно

СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ

— часть 2 —

Продолжая тему «Типы восприятия», в этом номере мы рассмотрим **аудиальный, кинестетический и дигитальный типы** восприятия.

12

АУДИАЛЫ

Они чаще всего обращаются к описанию окружающего мира через звуки. Их доминирующее чувство – слух, поэтому они имеют, как правило, сильные коммуникативные навыки. Аудиалы наслаждаются музыкой, у них постоянно работает радио, телевизор или проигрываются компакт-диски. Они очень редко записывают что-нибудь, полагаясь на свою память. Человек аудиального типа восприятия постоянно что-то шепчет себе под нос, бормочет, и проговаривает вслух, чтобы лучше понять и запомнить. При разговоре он редко смотрит в глаза и чаще всего поворачивается к собеседнику боком (ухом). В своей речи использует такие словосочетания, как: – «**Послушайте меня**», «**Почему вы разговариваете со мной таким тоном?**», «**Звучит заманчиво**», «**Это звучало так...**», «**Я спрашиваю себя**», «**Это мне говорит о многом**». Другими словами, они обращаются к тону, к звуку и тембру речи.

Если вы хотите понимать, насколько откровенен с вами ваш собеседник-аудиал, следите за его глазами. Он, как и визуал, обращается к воспоминаниям прошлого и обрисовкой будущего. Только эти воспоминания связаны не с конкретными визуальными образами, а со звуковым восприятием мира. Он начнёт вспоминать не образ, а звуковую составляющую этого образа. «**Как же это он сказал....?**», «**Я помню в рассказе говорилось**», «**А его презентацию приятно было слушать**», «**Что он ответил на этот довод?**». Таким образом, глаза аудиала бегают то влево, то вправо. Если взгляд



формирование звуковых образов
(вправо)



припоминание звуковых образов
(влево)



эмоции и телесные ощущения
(вправо и вниз)



внутренний диалог
(влево и вниз)

просто услышать, чтобы понять, и он дольше остается сосредоточенным на содержании. Для аудиалов предпочтительнее знать факты, им ни к чему много подробностей. Им не нужно ни плана, ни схемы, ни рисунка.

Аудиалы приятно удивляются, когда их собеседник имеет в своём арсенале

— продолжение на стр. 37 —

BONUS

Журнал
в Журнале

№3

ТРИ ШАГА К АКТИВНОМУ ДОЛГОЛЕТИЮ

**ПРОДУКТЫ ФИРМЫ «БИОЛИТ» ПОМОГУТ
ЖИТЬ ДОЛГО**

**ПРОФИЛАКТИКА ДАЕТ ШАНС ПРОДЛИТЬ
МОЛОДОСТЬ**

ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА «ЛИТОВИТА»

НЕ ОСТАТЬСЯ НА ОБОЧИНЕ ЖИЗНИ

«Из года в год возрастает роль науки о старении человека — геронтологии. Продолжительность жизни растет. Но важна не просто долгая жизнь, нужно, чтобы она была активной! И всем нам надо работать так, чтобы человек естественно и полноценно проживал свой век»

*Главный научный консультант Компании АРГО, заслуженный врач РСФСР, Академик РАЕН,
доктор медицинских наук, профессор Александр Иванович Пальцев*

ТРИ ШАГА К АКТИВНОМУ ДОЛГОЛЕТИЮ

М.Е. Мозжелин,
к.м.н., научный эксперт
ЭД Медицины в России, г.
Москва

ЖИТЬ ДОЛГО, ОСТАВАЯСЬ ПРИ ЭТОМ МОЛОДЫМ, – ДАВНЯЯ МЕЧТА ЧЕЛОВЕЧЕСТВА, КОТОРАЯ СЕГОДНЯ КАЖЕТСЯ ВПОЛНЕ РЕАЛЬНОЙ БЛАГОДАРЯ УСКОРЯЮЩИМСЯ ТЕМПАМ НАУЧНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ПРОГРЕССА И ДОСТИЖЕНИЯМ МЕДИЦИНЫ. УЧЁНЫЕ ДОКАЗАЛИ, ЧТО ГЕНОТИП СОВРЕМЕННОГО ЧЕЛОВЕКА ЗАПРОГРАММИРОВАН НА 120–140 ЛЕТ ЖИЗНИ. В НАШЕЙ СТРАНЕ МЫ ЖИВЕМ ПРИБЛИЗИТЕЛЬНО ПОЛОВИНУ ЭТОГО СРОКА...

14

В 1980-е годы учёные многих медицинских специальностей объединились в Американскую и Европейскую академии по борьбе со старением. Новое прогрессивное направление медицины получило название Анти-Эйдж терапия (Anti-Age Therapy).

АНТИ-ЭЙДЖ ТЕРАПИЯ – это комплекс лечебно-диагностических мероприятий, позволяющих добиться общего омоложения и оздоровления организма. Это проверенный путь, следуя которому можно ощутить себя моложе благодаря активизации обмена веществ, улучшению циркуляции крови, выведению токсинов из организма, усилению лимфооттока, повышению интеллектуальных способностей и, конечно же, сохранению привлекательности.

В России Anti-Age терапия становится всё более популярной. В последние 10 лет многие авторитетные медицинские учреждения занимаются серьёзной работой в этой области.

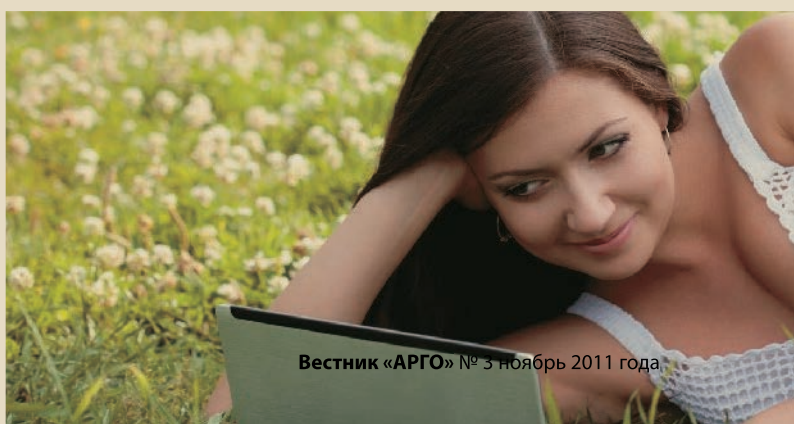
С какого возраста следует начинать такую терапию? Опыт Европы, США и других экономически развитых стран показывает, что «включиться» в этот процесс можно и в 20, и в 80 лет, и это, безусловно, благотворно отразится на организме. Достоверно известно, что старение каждо-



го человека имеет свои особенности и складывается из нескольких составляющих. Поэтому Анти-Эйдж терапия – это комплекс мероприятий, включающий в себя профилактику и преодоление различных заболеваний, коррекцию гормонального фона, поддержание тонуса и внешней привлекательности.

При этом основные факторы активного долголетия таковы:

- коррекция психоэмоционального фона;
- двигательная активность;
- рациональное питание;
- использование специальных нутриентов и природных биокорректоров.





Как показывает опыт специалистов, первыми тремя наиболее важными этапами Анти-Эйдж программ являются детоксикация организма, укрепление его защитных систем и гармонизация обмена веществ.

Применение коллоидных фитоформул позволяет добиться максимального эффекта именно по этим направлениям. В результате улучшается работа всего желудочно-кишечного тракта, печени, организм самостоятельно справляется с инфекцией, хроническими воспалительными заболеваниями, нормализуются все и обменные процессы – человек отмечает улучшение своего состояния. После такой подготовки повышается эффект любых последующих курсов, направленных на поддержку сердечно-сосудистой, нервной системы, опорно-двигательного аппарата.

В течение почти 20 лет в Анти-Эйдж программах успешно применяются коллоидные фитоформулы ЭД Медицины, содержащие богатый набор природных компонентов, обладающих доказанным Анти-Эйдж эффектом.

Благодаря высокой биодоступности и уникальному составу, коллоидные фитоформулы позволяют решить основные задачи Анти-Эйдж терапии:

- продлить жизнь;
- предупредить развитие характерных «возрастных» заболеваний или добиться их компенсации;
- повысить качество жизни, поддержать активность, умственную и физическую работоспособность.



15

В России Anti-Age терапия становится всё более популярной. В последние 10 лет многие авторитетные медицинские учреждения занимаются серьёзной работой в этой области.

В Анти-Эйдж методиках широко применяются все коллоидные фитоформулы ЭД Медицины. Разработаны эффективные комбинации, которые можно применять как отдельно, так и в виде всеобъемлющей Анти-Эйдж программы. Она направлена на поэтапную поддержку всех органов и систем организма (методики детально описаны в брошюре «**Коллоидные фитоформулы ЭД Медицины. Рекомендации по практическому применению**» и в журнале «**Активное долголетие вместе с ЭД Медицины**»).

1 этап: детоксикация организма и поддержка желудочно-кишечного тракта.

Доктор медицинских наук Грейс Ормштейн (США) считает, что каждый должен регулярно, хотя бы раз в год, проходить программу детоксикации. «Если человек не проходит процедуру детоксикации или делает это редко и недостаточно интенсивно, скопление токсинов приводит к тому, что собственная система детоксикации организма начинает работать неэффективно и становится неспособной к его очищению», – говорит Г. Ормштейн. «В результате организм теряет жизненные силы, возникают проблемы, связанные с работой сердца и кровеносных сосудов, обменом веществ, функционированием скелетно-мышечной системы и мозга». К другим признакам скопления токсинов в организме относятся состояние усталости, проблемы с печенью, лишний вес, запоры, угри, запах тела и заболевания.



Курс детоксикации

Коллоидная фитоформула	Дозировка (мл)			
	утром	днём	вечером	перед сном
Био-Клинзинг К-кс	5	—	5	—
Детокс	5	—	5	—
Анти-Оксидант	—	—	5-10	—

Продолжительность курса: 3-6 недель

Достоверный оздоровительный эффект:

- детоксикация (очистка) организма на тканевом и клеточном уровне;
- активная поддержка собственных детоксикационных систем организма;
- поддержка и улучшение работы желудочно-кишечного тракта, в том числе печени, желчного пузыря, поджелудочной железы;
- содействие уничтожению паразитов (круглых, плоских, ленточных червей, простейших);
- противостояние грибкам и некоторым видам бактерий;
- улучшение перистальтики кишечника;
- уменьшение воспалительных явлений;
- активизация антиоксидантных защитных систем организма.

16



«Масса тела набирается очень легко. И чем мы старше, тем больше метаболических факторов этому способствует», — считает доктор Сюзан Роберте, профессор диетологии и психиатрии Университета Тафтса в Бостоне.

2 этап – гармонизация иммунитета, повышение защитных систем организма, противостояние хроническим заболеваниям

По данным Американской медицинской ассоциации, за последнее десятилетие смертность от инфекционных заболеваний возросла на 58%. По мнению учёных, это связано с климатическими изменениями, активным перемещением людей по планете, расширившимся и нетипичным распространением инфекционных заболеваний. Особо подчёркивается, что один из основных факторов роста заболеваемости – отсутствие профилактических мероприятий, направленных на укрепление иммунитета.

С ослаблением иммунной системы связывают и рост числа онкологических заболеваний. Заболеваемость раком быстро растёт начиная с 1960-х гг. У многих бактерий выработалась нечувствительность к антибиотикам, а бактерии, ранее считавшиеся безобидными, стали опасными для здоровья.

Все эти факты диктуют необходимость использования природных иммунокорректоров в Анти-Эйдж программах. Активация иммунитета способствует успешному обезвреживанию инфекции и удалению токсинов. Воспалительный процесс завершается в кратчайшие сроки и с минимальными последствиями.

Курс укрепления иммунитета

Коллоидная фитоформула	Дозировка (мл)			
	утром	днём	вечером	перед сном
Имьюн Саппорт	10	—	—	—
Слип Контрол	—	—	—	5–10
Лайф Малти-Фактор	—	—	5	—

Продолжительность курса: 4 недели

Достоверный оздоровительный эффект:

- укрепление и гармонизация каждого звена иммунной системы;
- питательная поддержка клеток иммунной системы;
- поддержка и восстановление защитных и адаптационных ресурсов организма;
- питательная и энергетическая поддержка на клеточном уровне.

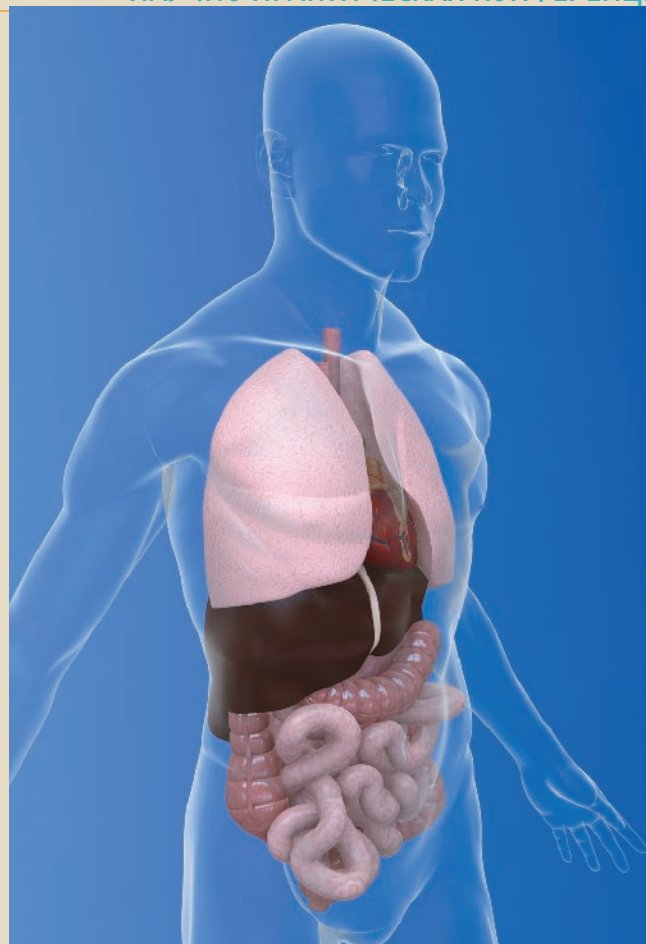
3 этап – нормализация обмена веществ

«Масса тела набирается очень легко. И чем мы старше, тем больше метаболических факторов этому способствует», – считает доктор Сюзан Роберте, профессор диетологии и психиатрии Университета Тафтса в Бостоне.

Во-первых, метаболические процессы с возрастом замедляются. Это значит, что за сутки в организме сгорает всё меньше калорий. «Энергозатраты снижаются даже у профессиональных спортсменов», – подчеркивает профессор Роберте.

Во-вторых, по разным причинам 50-летний человек обычно менее активен физически, чем 20-летний. Калорий сгорает меньше, теряются физическая форма и мышечная масса, которая и так подвержена возрастной «естественной убыли».

С ВОЗРАСТОМ ГЛАВНОЕ — СОХРАНЯТЬ ЗДОРОВЫЙ ВЕС



Курс гармонизации обмена веществ

Коллоидная фитоформула	Дозировка (мл)			
	утром	днём	вечером	перед сном
Шутар Бэланс	10	5	—	—
Кардио Саппорт	10	5	—	—
Тирео Саппорт	—	—	10	—

Продолжительность курса: 8–12 недель

Достоверный оздоровительный эффект:

- поддержка и нормализация обмена жиров и углеводов;
- уменьшение индекса массы тела;
- улучшение микроциркуляции крови и предупреждение развития сосудистых осложнений;
- профилактика и преодоление нарушений работы сердечно-сосудистой системы (атеросклероза, повышенного артериального давления) на фоне избыточного веса и метаболического синдрома.

ЖЕЛАЕМ «КОЛЛОИДНОГО» ЗДОРОВЬЯ И АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ ВМЕСТЕ С ЭД МЕДИЦИН!



ПРОДУКТЫ «БИОЛИТ» ПОМОГУТ ЖИТЬ ДОЛГО

В.Ф.Кантарь, научный консультант
ООО «Биолит», г. Кишинёв



18

ПРОБЛЕМЫ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ В ЦЕЛОМ И РАЗВИТИЕ ГЕРОНТОЛОГИИ, В ЧАСТНОСТИ, — ВСЕ ЭТО СЕЙЧАС ОЧЕНЬ АКТУАЛЬНО.

ЧТО ЖЕ ТАКОЕ ГЕРОНТОЛОГИЯ?

ГЕРОНТОЛОГИЯ (ОТ ГРЕЧЕСКОГО GERONTOS – СТАРИК И LOGOS – СЛОВО, УЧЕНИЕ) – ЭТО РАЗДЕЛ МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЙ НАУКИ, ИЗУЧАЮЩИЙ СТАРЕНИЕ ЖИВЫХ ОРГАНИЗМОВ, В ТОМ ЧИСЛЕ И ЧЕЛОВЕКА. СОСТАВНЫМИ ЧАСТЯМИ ГЕРОНТОЛОГИИ ЯВЛЯЕТСЯ ГЕРИАТРИЯ (УЧЕНИЕ ОБ ОСОБЕННОСТЯХ БОЛЕЗНЕЙ СТАРЧЕСКОГО ОРГАНИЗМА), ГЕРОГИГИЕНА И ГЕРОНТОПСИХОЛОГИЯ.



Давайте поговорим о факторах, которые отрицательно сказываются на состоянии здоровья и продолжительности нашего пребывания на этой земле. Есть глобальные факторы, такие как две мировые войны, испытание ядерного оружия, индустриальная и химическая революция, освоение космоса, информационный бум, нарастание интенсивности техногенных катастроф.

Однако, продолжительность жизни - это переменная, которая во многом зависит от уровня духовного развития, здорового образа жизни и жизненной задачи человека. Важны, конечно же, и генетические факторы долголетия, немаловажную роль играет семья, условия, в которых живет человек.

И все же определяющим фактором продолжительности жизни человека в большинстве случаев становится то, какую жизнь он ведет в зрелом возрасте. Ибо этот жизненный выбор - результат свободной воли каждого из нас. К сожалению, иногда человек выбирает то, что никоим образом не способствует здоровью и счастью.

Основные факторы,

— **Курение сигарет** - причина более чем 95 % всех заболеваний рака легких, горла и языка, подавляющего числа заболеваний эмфиземой легких. Курильщики вдвое чаще подвержены инфарктам, чем некурящие!

— **Наркомания:** Сегодня в России регулярно принимают наркотики около 6 млн. чел. От общего числа наркоманов по статистике-20 % -люди старшего возраста (так называемые - лекарственные наркоманы).

— **Алкоголь.** Хотя само по себе употребление алкогольных напитков не сокращает сроки жизни, все же 2-3 стопки в день открывают дверь трем из десяти главных «человекоубийц»: циррозу печени, авариям на транспорте и пневмонии. К этому можно добавить сердечно-сосудистые заболевания, язву желудка, гипертонию, диабет, астму, подагру, невриты и анемию.

— **Активное пребывание у компьютера, телевизора, использование мобильных телефонов** и многочисленных благ цивилизации ведет к гиподинамии, а это - путь к многочисленным заболеваниям.



А теперь, подумаем, что можно откорректировать в нашей жизни для того, чтобы использовать тот потенциал, который дает нам природа. Ведь по мнению многих докторов, человек может прожить до 120 лет минимум. Все мы хорошо знаем те правила здорового образа жизни, которые помогут нам прожить до почетного и достойного возраста.

Главные правила здорового образа жизни:

– **РЕГУЛЯРНОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ.** Доказано, что мужчины, перешагнувшие 40 летний рубеж, могут надеяться на два «лишних» года жизни при условии ежегодного медосмотра. Женщины в возрасте за 30 лет при условии ежегодного осмотра могут прибавить к своей жизни четыре года.

– **ФИЗИЧЕСКАЯ НАГРУЗКА И УПРАЖНЕНИЯ.** Бег трусцой, плавание, ходьба, теннис и т. д. замедляют физическое старение и могут прибавить вам в среднем от 6 до 9 лет жизни.

– **ПРАВИЛЬНОЕ И СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ.** Оно прибавляет вам от 6 до 10 лет!

– **ПРЕБЫВАНИЕ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ, РЕЖИМ ДНЯ** и отличное настроение также способствуют увеличению продолжительности жизни.

– **АКТИВНАЯ ЖИЗНЬ**, насыщенная интересными событиями.

- И, конечно же, – любовь и счастье в личной жизни. Поддержание сексуального влечения до глубокой старости.

сокращающие жизнь человека



– **Бесконтрольный прием лекарственных препаратов.** В настоящее время в России находится в употреблении примерно **50 тыс.** лекарственных препаратов. Известно **36 тыс.** разных пестицидов, которые попадают в наш организм с едой или из воздуха.



– **Загрязнение окружающей среды.** Оно сказывается и на качестве питьевой воды. Так, если вы пьете мягкую воду, вы больше подвержены опасности развития болезни сердца, чем при употреблении жесткой. При употреблении жесткой воды есть опасность заболеть желчекаменной и мочекаменной болезнью. Мы рекомендуем пить воду, фильтрованную через фильтр АРГО.



Смертность в районах с загрязненным воздухом гораздо выше, чем там, где воздух чист. Если снизить загрязненность воздуха вдвое, заболеваемость бронхитом снизится на 25-50%, болезнями сердца на 20, а раком на 15%.



– **Избыточный вес.** По данным ВОЗ, 4 кг лишнего веса отнимают у Вас примерно год жизни. К тому же, тучные люди (а их в России 25%), в 3.5 раза чаще подвергаются опасности инфарктов и инсультов.

– **Стресс.** Резкие перемены и переживания также сокращают нашу жизнь.



Не забывайте и о тех возможностях, которые дает нам всем Компания АРГО. Сегодня я хочу рассказать о том богатейшем ассортименте, который есть в фирме «Биолит». Наша продукция поможет в полной мере реализовать свои способности, жить полноценной, активной жизнью.

СЕГОДНЯ МЫ ПРЕДСТАВЛЯЕМ ВАШЕМУ ВНИМАНИЮ САМЫЕ ПОСЛЕДНИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ СОЛИДНОГО ВОЗРАСТА, КОТОРЫЕ РАЗРАБОТАНЫ АВТОРИТЕТНЫМИ ДОКТОРАМИ И УЧЕНЫМИ И АПРОБИРОВАНЫ НА ПРОТЯЖЕНИИ ДЛИТЕЛЬНОГО ПЕРИОДА ВРЕМЕНИ В РАЗЛИЧНЫХ МЕДИЦИНСКИХ НИИ СТРАНЫ.



1

При заболеваниях сердечно-сосудистой системы «Биолит» рекомендует следующие продукты оздоровления:

Аргозид, Венорм, Гепатосол, Тонизид, Рейши-кан, Флорента, Марикад, Токсидонт май, Витамикс, Лактавия, Флавигран

- **Аргозид** регулирует артериальное давление при гипертонии и нормализует сердечный ритм, особенно этот продукт рекомендуется людям, страдающим ССС заболеваниями на фоне сахарного диабета, так как Аргозид укрепляет стенки кровеносных сосудов.

- В этом же направлении работают **Венорм гранулы и Тонизид, Рейши Кан и Марикад**. Кроме того, они работают как природные антикоагулянты, разжижающие кровь и препятствующие тромбообразованию.

- **Гепатосол и Лактавия, Лопух и Витмикс** регулируют обменные процессы в организме, снижая уровень вредного холестерина и триглицеридов.

- А наша знаменитая **Флорента**, являясь сильным антиоксидантом, прекрасно питает сердечную мышцу и приостанавливает процесс биологического старения организма.

- Не забывайте о **Флавиране и Витамиксе**, которые восстанавливают витаминно-минеральный баланс и улучшают мозговое и коронарное кровообращение.

2

При заболеваниях опорно-двигательного аппарата «Биолит» рекомендует: **Эсобел арт, Кальций Биолит, Эсобел - напиток с сабельником, Флоренту - напиток.**

- **Лопух**, как крово-очиститель, выводит лишние соли из организма и не позволяет им накапливаться в суставах и позвоночнике.

- **Витамикс** регулирует обменные процессы и восстанавливает витаминно-минеральный баланс.

- Мы рекомендуем подключить средства наружного применения: кремы **Эплир, Флорента, Арктика, Эсобел, Эсобел с сабельником, Венорм**.

- Для проведения водных процедур - **скипидарные ванны, соли бетулана и эсобела**.

Все эти продукты имеют:

- противовоспалительное
- обезболивающее
- противоревматическое
- противоотечное
- регенерирующее
- кроветворное
- иммуностимулирующее действие.

20



3

При заболеваниях желудочно-кишечного тракта «Биолит» рекомендует: **Ахиллан, Ширлайн, Гепатосол, Флорента, Галега нова, Экстракт корня лопуха, Лактавия**

- **Ахилан** репарирует язвенный дефект
- **Гепатосол** улучшает функциональное состояние печени и метаболизм гепатоцитов
- **Галега нова, лопух и лактавия** регулируют липидный и углеводный обмен, снижая уровень вредного холестерина и сахара в крови
- **Флорента напиток**, будучи природным антибиотиком, снимает воспалительный процесс

Все эти продукты:

- Регулируют работу ЖКТ и секрецию желудка
- Имеют мягкий желчегонный и слабительный эффект, стимулируют эвакуаторную функцию кишечника.

4

При патологии кожи и слизистых можно использовать следующие парафармацевтики Биолита: **Гепатосол, Липроксол, Лактавии, Витамикс, Лопух**

- **Лопух** - продукт, регулирующий обменные процессы, очищающий кровь и улучшающий функциональное состояние кожи и слизистой.

А так же средства наружного применения:

- **масляный раствор эплира,**
- **солхинол,**
- **пикладол,**
- **микодонт,**
- **мамавит.**

НЕ ЗАБЫВАЙТЕ О ТОМ, ЧТО КОЖА - ЭТО ЗЕРКАЛО НАШЕГО ОРГАНИЗМА, В КОТОРОМ ОТРАЖАЕТСЯ ЕГО ВНУТРЕННЕЕ СОСТОЯНИЕ. НАША ВНЕШНЯЯ КРАСОТА НАПРЯМУЮ СВЯЗАНА С ВНУТРЕННЕЙ КРАСОТОЙ И ЧИСТОТОЙ, ПОЭТОМУ НЕПРЕМЕННО ПРОВЕДИТЕ ОЧИСТИТЕЛЬНУЮ И ПРЕЖДЕ ВСЕГО АНТИПАРАЗИТАРНУЮ МЕРОПРИЯТИЯ. РЕКОМЕНДАЦИИ ВАМ ХОРОШО ЗНАКОМЫ, ТАК КАК МЫ РЕГУЛЯРНО ГОВОРИМ О НИХ НА «ШКОЛАХ ЗДОРОВЬЯ ОТ БИОЛИТА»



При заболеваниях бронхолегочной системы «Биолит» рекомендует следующие продукты функционального питания:

- **Популин**
- **Рейши Кан**
- **Флоренту напиток**
- **Токсидонт май или экстракт лопуха.** Все они снимают воспалительный процесс, разжижают мокроту и способствуют ее быстрейшему отхождению .
- **Витамикс** — восстанавливает витаминно-минеральный баланс
- **Марикад.** При бронхолегочных проблемах часто страдает сердечно-сосудистая система, недостаток кислорода ведет к сбою в ее работе. «Марикад» уменьшает гипоксию и насыщает клетки сердца и мозга кислородом.
- **Тонизид** регулирует артериальное давление при гипотонии, рекомендуется как природный адаптоген, повышающий адаптационные свойства организма.

При нарушении толерантности к глюкозе и диабету

Рекомендации по применению:

Средство	Длительность приёма	Схема приёма
Галега-Нова	180 дней	0,5-1 ч.л. 3 раза в день / за 30-40 мин. до еды
Экстракт солянки холмовой	150 дней	1 ч.л. на 1 стакан воды 3 раза в день / за 30-40 мин. до еды
Экстракт корня лопуха	90 дней	0,5 ч.л. 3 раза в день / за 30-40 мин. до еды
Рейши-Кан	60 дней	1 ч.л. 2 раза в день / утром и в обед / за 30-40 мин. до еды
Марикад	60 дней	2 капсулы 3 раза в день за 20 мин. до еды

Профилактика аденомы простаты

Рекомендации по применению:

Средство	Схема приёма
Простадонт	1 л. 3 раза в день / под язык / за 30 мин. до еды.
Уролизин	1 л. 3 раза в день / под язык / за 20 мин. до еды
Флорента	1 л. 3 раза в день / в 100 мл. воды / за 10 мин. до еды

Продолжительность приема: 30 дней / 4 раза в год

При аденоме и раке предстательной железы (в дооперационном и послеоперационном периоде)

Рекомендации по применению:

Средство	Длительность приёма	Схема приёма
Токсидонт-май	30 дней	1 л. 3 раза в день / в 100 мл. тёплой воды / за 20 мин. до еды
Витасел	от 120 до 180 дней	1 л. 3 раза в день / под язык / за 10 мин. до еды
Популин	30 дней	1 л. 3 раза в день / в 100 мл. тёплой воды / через 20 минут после еды
Рейши-кан	30 дней	1 л. 3 раза в день / в 100 мл. тёплой воды, 5 мин. настоять

При урологической патологии:

Особенно для мужчин ВАЖНО ЗНАТЬ следующее:

После 50 лет

- 2 раза в год посещать врача уролога;
- 2 раза в год пройти УЗИ обследование почек, мочевого пузыря и простаты (с определением остаточной мочи);
- 1 раз в год рекомендуем сдать анализ крови на ПСА (простат специфический антиген).

Симптомы при первой стадии аденомы простаты:

- Частое мочеиспускание (до 4-5 раз за ночь)
- Вялая струя мочи;
- Ноющие боли в пояснично-крестцовом отделе позвоночника, в промежности, в мошонке;
- Снижение потенции.

Симптомы 2 стадии аденомы простаты:

- На фоне сдавливания аденомой простаты мочепускающего канала появляется остаточная моча;
- В норме остаточной мочи не должно быть, или допустимо до 10-15 мл. (патологией считается остаток мочи свыше 20 мл.);
- Из-за нарушения оттока мочи, могут появиться камни в почках и в мочевом пузыре.

Симптомы 3 стадии аденомы простаты:

- Вначале - непрерывное отхождение мочи (isuria paradoxa);
- Затем - острая задержка мочи (иногда из полости мочевого пузыря выделяется 1,5- 2 литра мочи);
- В этой стадии больные подвергаются оперативному вмешательству: эпицистостомии (вставляется трубка в мочевой пузырь, и больные ходят потом с мочеприемником), аденомэктомия классическая (но часто бывают осложнения в послеоперационном периоде), или ТУР простаты (трансуретральная резекция).

ЧТОБЫ НЕ ЗАПУСКАТЬ БОЛЕЗНЬ, ИЗБЕЖАТЬ ОПЕРАЦИИ, РЕКОМЕНДУЕТСЯ СОБЛЮДАТЬ ПРАВИЛА, УКАЗАННЫЕ ВЫШЕ. КРОМЕ МНОГОЧИСЛЕННЫХ ФАРМАЦЕВТИЧЕСКИХ ПРЕПАРАТОВ, КОТОРЫЕ СУЩЕСТВУЮТ В НАСТОЯЩЕЕ ВРЕМЯ В АПТЕЧНОЙ СЕТИ, ПОЛЕЗНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ И НАШИ БИОЛИТОВСКИЕ ПРОДУКТЫ:

Итак : в течение месяца принимаем **Постадонт, Уролизин, Флорента** и снимаем воспалительный процесс в мочевыводящих путях, уролизином предупреждаем развитие мочекаменной болезни. Это можно делать ежеквартально.

Затем рекомендуем:

- 1 месяц – **Токсидонт-май, Витасел** (до еды), **Популин** после еды;
- 2 месяц – **Витасел** до еды, **Рейши-кан** после еды;
- с 3-го месяца до 5-6 мес. – **Витасел** до еды.

ВСЕ ЭТИ СХЕМЫ ПОМОГУТ ПРОЦЕССУ ОЗДОРОВЛЕНИЯ!



ПРОФИЛАКТИКА ДАЕТ ШАНС ПРОДЛИТЬ МОЛОДОСТЬ

24



Р.Р.Набиева, врач-невролог высшей категории, научный консультант, региональный представитель ООО «ЮГ», г. Набережные Челны

ИММУНОМОДУЛИРУЮЩИЕ
ВИТАМИННЫЕ СРЕДСТВА
КОМПАНИИ ООО «ЮГ», КАК
ФАКТОР ПРОФИЛАКТИКИ
С ДЕТСКИХ ЛЕТ И ДО ПРЕ-
КЛОННОГО ВОЗРАСТА

Специализация компании «Юг» — это производство продуктов функционального питания для детей и взрослых, а также БАД на основе *пантогематогена*.

Уникальный состав **пантогематогена** определяет его разнообразные свойства. Мне хотелось бы особенно подчеркнуть его иммуномодулирующие свойства. Они укрепляют здоровье людей от младенчества до зрелых лет, позволяют жить долго, быть здоровыми и молодыми долгие годы.

Состав Пантогематогена разнообразен. В нем есть аминокислоты: **лизин, гистидин, аргинин, 4-оксипролин, триптофан, треонин, серин, глутаминовая кислота, пролин, глицин, аланин, цистин, валин, метионин, изолейцин, лейцин, тирозин, саркозин, таурин**. Их роль очень велика. Например, Аргинин продлевает молодость сосудов, Глицин – повышает устойчивость нервной системы к стрессам, Тирозин – поддерживает работу щитовидной железы.

В составе этого адаптогена есть также микроэлементы животного происхождения: **кальций, магний, алюминий, железо, кремний, фосфор, натрий, калий, медь, йод, марганец, олово, барий, кобальт, ванадий**. Они помогают укрепить опорно-двигательный аппарат, улучшить работу многих внутренних органов (щитовидной железы, сердца, нервной системы, органов кроветворения, иммунной системы), корректировать многие дефицитные состояния, возникающие в процессе жизни у детей и взрослых. Кроме того, здесь есть свободные жирные кислоты и многое другое.

ОСНОВНЫЕ СВОЙСТВА ПАНТОГЕМАТОГЕНА:

- Это, пожалуй, самый мощный адаптоген животного происхождения.
- Значительно повышает иммунитет (влияя на белый кровяной росток, увеличивает количество и функциональную активность таких клеток крови, как лейкоциты, нейтрофилы, лимфоциты), влияет на клеточный иммунитет, повышает эффективность вакцинации.
- Стимулирует нервную систему при астенических состояниях, неврозах, последствиях стрессовых ситуаций.
- Выводит организм из состояния хронической усталости и повышает жизненный тонус.
- Оказывает ноотропное действие, то есть, улучшает питание и восстановление клеток головного мозга. Это особенно важно в наш век больших стрессовых нагрузок на мозг.
- Доказано его омолаживающее действие на кожу, внутренние органы.
- Регулирует вегетативную нервную систему.
- Положительно влияет на сердечнососудистую систему, укрепляя сердечную мышцу, нормализуя сосудистый тонус.
- Усиливает возможности организма при повышенных физических и психо-эмоциональных нагрузках, это стресспротектор.
- Улучшает обменные процессы при нарушении жирового обмена, влияет на углеводный обмен (прямое сахароснижающее действие). На сегодняшний день очень остра проблема атеросклероза. Это заболевание растет и молодеет. Если раньше врачи рассматривали атеросклероз как болезнь старческого возраста, то сейчас повсеместно молодые люди в 35-40 лет уже имеют атеросклеротические бляшки в сосудах. Появились публикации о повышении холестерина в крови у детей...
- Повышает устойчивость организма к токсинам.
- Модуляция активности гипофизарно-адрено-кортикальной системы. Улучшает взаимодействие органов внутренней секреции: гипофиза-надпочечников и щитовидной железы.
- Укрепляет опорно-двигательный аппарат. Оказывает заживляющее действие.

ЭРГОПАН – самый мощный и эффективный продукт, обладающий выраженным иммуномодулирующим, тонизирующим и омолаживающим действием.



БАЛЬЗАМ «ВИТАМИННЫЙ+»



– продукт функционального питания для детей и взрослых, содержащий в себе сбалансированное количество витаминов. В том числе, фолиевую кислоту (профилактика невынашивания беременности и патологии плода, помощь растущему организму ребенка, влияет на состояние кожи, слизистых оболочек, клеток крови), витамины группы В, никотиновую кислоту, ягодные экстракты красной и черноплодной рябины, черной смородины, шиповника. Бальзам обладает адаптационным действием, регулирует работу сердечнососудистой системы, используется для профилактики повышения артериального давления, помогает при кожных заболеваниях (псориаз, нейродермит, раннее старение кожи).

БАЛЬЗАМ «СИБИРЯЧОК»



– это профилактика простудных вирусных заболеваний у детей и взрослых. Он содержит колоссальное количество витамина С натурального происхождения, состав ягод и трав помогает при различных заболеваниях верхних дыхательных путей (тонзиллит, ларингит, бронхит, пневмония, ОРЗ, грипп, силикозы, туберкулез легкого). Полезен при заболеваниях мочеполовой системы (пиелонефриты, пиелиты и тд), детям при ДЖВП.



26

ПАНТОШКИ (ВСЕ)

– продукты функционального питания для детей, беременных женщин и взрослых (особенно для ослабленных пожилых людей). Это средства общеукрепляющего действия, иммуномодулятор, стресспротектор. Пантошки помогают при проблемах дефицита внимания, проблемах обучения, речи, повышают усидчивость. Рекомендуются для восполнения пищевого белка

для детей с недостаточностью веса, детям-спортсменам, при последствиях перенесенного тяжелого соматического заболевания в восстановительный период.



ПАНТОШКА ЙОД

– для ума и роста. Профилактика заболеваний щитовидной железы. Логическое мышление, память, обучаемость. Щитовидная железа отвечает за процесс терморегуляции, поэтому дети с йоддефицитным состоянием отличаются повышенной потливостью, склонностью к перегреванию или переохлаждению, и, как следствие, часто болеют.



ПАНТОШКА А

– укрепление сосудистой стенки (профилактика инсульта), профилактика снижения зрения, эластичность, красота и подтянутость кожи, связочного аппарата, снимает возбудимость с клеток нервной системы. Участвует в работе многих внутренних органов имеющих железистое строение (щитовидная железа, поджелудочная железа, яичники, простата, желчный пузырь).



ПАНТОШКА КАЛЬЦИЙ

– укрепление опорно-двигательного аппарата, ногтей, волос, зубов; снижает аллергическую настроенность организма. Укрепление мышечной ткани сердца, профилактика остеопороза у взрослых, остеопении у детей. Рекомендуется детям-спортсменам.



ПАНТОШКА ЖЕЛЕЗО

– изменена форма железа, отличается высокой биодоступностью, отсутствием неприятного запаха и вкуса. Укрепляет мышечную ткань, повышает иммунитет. Это профилактика железодефицитных состояний у детей и беременных женщин. Повышает внимание и настроение, укрепляет волосы, тургор кожи, устраняет повышенную утомляемость и сонливость.



АРГОПАН - Обеспечивает нормализацию энергетического потенциала, стабилизирует процессы возбуждения и торможения, обеспечивает защиту организма от воздействия разнообразных агрессивных факторов; снимает психоэмоциональное напряжение; оптимизирует режим работы внутренних органов и, в том числе, работу желез внутренней секреции; помогает избавиться от угревой сыпи.



КАЛЬЦЕПАН - (Уникальная запатентованная рецептура (патент №2376890) – предназначен для профилактики остеопороза, облегчает течение климактерического периода: избавляет от «приливов», повышает стрессоустойчивость. Молодым девушкам, которые активно занимаются спортом, помогает восстановить организм после тяжелых физических нагрузок, снять состояние «перетренированных» мышц. Быстрее выводит мочевую кислоту. Профилактика остеохондроза. Помогает быстрее заживать костную ткань.



ЛЕДИПАН имеет уникальный состав, вобравший в себя вековые народные знания. В нем содержатся 12 витаминов, микроэлементы (цинк, марганец, йод, селен, железо, медь), пантогематоген самки маралихи, экстракты алтайских трав (крапива, красный клевер, тысячелистник, Melissa).



Для молодых леди: помогает при ПМС-синдроме, боли в низу живота и нагрубании молочных желез; помогает устранить нарушение аппетита, сбой в пищеварении, субфебрилитет, перепады в настроении, повышенную нервозность.



Для леди постарше: рекомендуется при снижении уровня эстрогенов, «приливах» жара к голове и верхней части тела, повышенной потливости, повышенной раздражительности, плаксивости, утомляемости, при перепадах артериального давления, головных болях, приступах сердцебиения, сухости кожи и слизистых, нарушениях сна.

27

Фирма «ЮГ» продолжает совершенствовать свой продукт, гордится высоким качеством и современными технологиями, участвует в разнообразных международных выставках и конкурсах.

В 2010 году наша фирма участвовала в Международном конкурсе «Лучшие товары и услуги Евразии-ГЕММА», организованном при поддержке полномочного представителя Президента РФ в СФО и под патронажем Межрегиональной ассоциации экономического взаимодействия субъектов РФ «Сибирское соглашение». Там мы завоевали золотую медаль. А генеральный директор ООО «ЮГ» Юрий Гурьянов был награжден почетной грамотой и кубком «Предприниматель года -2010».

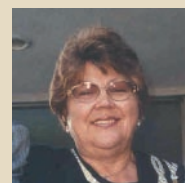


ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА «ЛИТОВИТА»

ЗНАЧЕНИЕ ПРОДУКЦИИ НПФ
«НОВЬ» В КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ
МИНЕРАЛЬНОГО СТАТУСА У ЛИЦ
ПОЖИЛОГО И СТАРЧЕСКОГО ВОЗРАСТА

Статья подготовлена ведущим специалистом
ИРО НПФ «НОВЬ» — **Е.А. Самойловой**,
с использованием материалов научно-
исследовательских работ **Н.Н. Маянской**
и **Н.Г. Мезенцевой**

д.м.н **Н.Н.Маянская**,
научный консультант фирмы
«Новь» г. Казань



Н.Г. Мезенцева,
главный кардиолог
Новосибирской обл.

28

Одной из главных причин смертности и инвалидизации у пожилых людей, наряду с онкологическими заболеваниями, по-прежнему, остаются заболевания сердечно-сосудистой системы и, прежде всего, – ишемическая болезнь сердца. У больных старшего возраста часто встречаются атипичные клинические формы ИБС, которые «проявляются» безболевым ишемией, сопровождаются нарушениями сердечного ритма, проявлениями сердечной недостаточности. Это существенно усложняет своевременную диагностику заболевания. Большое количество сопутствующих заболеваний у пожилых людей, снижение с возрастом функциональной активности регуляторных механизмов часто приводит к развитию побочных реакций при использовании многих применяемых сегодня лекарственных препаратов. А значит, необходима разработка новых направлений терапии у больных этой возрастной группы.

Важнейший фактор риска развития атеросклероза и ИБС – нарушения липидного обмена.

Ориентировочную оценку состояния липидного обмена можно дать на основании определения концентрации в крови свободного холестерина и триглицеридов, более точную – по концентрации холестерина в липопротеинах низкой плотности (ЛПНП) и липопротеинах высокой плотности (ЛПВП).

Поясним, что ЛПНП переносят холестерин из печени в кровь, а затем в сосуды. Поэтому говорят: «без ЛПНП не бывает атеросклероза». С точки зрения развития атеросклероза ЛПНП относят к «плохим» липопротеинам, особенно при повышенной концентрации в них холестерина. Напротив, ЛПВП относят к «хорошим» липопротеинам, так как они играют ведущую роль в удалении холестерина

из тканей организма в печень. Пониженная концентрация холестерина в ЛПВП – это неблагоприятный показатель липидного обмена.

Триглицериды – жиры, поступающие в организм вместе с пищей. Триглицериды в крови – важный показатель, применяемый наряду с уровнем холестерина для оценки риска развития атеросклероза.

Важное значение при ИБС и многих других заболеваниях имеет динамика показателей про- и антиоксидантной активности и содержание отдельных микроэлементов в сыворотке крови (**железо (Fe), медь (Cu), цинк (Zn)**).

Железо, медь, цинк – элементы, которые участвуют в кроветворении, синтезе гемоглобина, нормализации жирового обмена, повышая интенсивность распада жиров. Механизмы про- антиоксидантного баланса (ПАБ) на клеточном, тканевом и системном уровнях играют важнейшую роль в поддержании гомеостаза организма при действии различных эндогенных и экзогенных повреждающих факторов. Оценка ПАБ на системном уровне – это дополнительный источник информации для лабораторно-клинической диагностики, оптимизации фармакотерапии и долгосрочного прогноза при различных заболеваниях. Одним из перспективных направлений профилак-



ки и коррекции заболеваний сердечно-сосудистой системы представляется применением БАД с ионообменными свойствами - «Литовит». Он обладает корригирующим влиянием на липидный обмен, процессы свободнорадикального окисления и обмен микроэлементов (Маянская Н.Н. и др., 2001; Мезенцева Н.Г. и др., 1997г.)



2 группа – антиоксидантная терапия на фоне базисной терапии

3 группа – применение цеолит содержащего энтеросорбента («Литовит») с ионообменными свойствами (500мг/сутки) на фоне базисной терапии

4 группа – энтеросорбент «Литовит» + антиоксидантная терапия на фоне базисной терапии

К настоящему времени цеолитсодержащий ионообменный сорбент «Литовит» прошел широкую апробацию в клиниках СО РАМН. Поэтому его применяли в качестве дополнительного фактора терапии при обострении ишемической болезни сердца.

В нашей статье представлены результаты сравнительного исследования течения и исхода ИБС у больных старшей (от 60 до 90) возрастной группы, получавших различающиеся виды терапии. На базе 1-го и 3-го терапевтических отделений Муниципальной клинической больницы №1 г. Новосибирска, а также отделения неотложной терапии Военного клинического госпиталя №333 было обследовано 126 больных с обострением хронических форм ИБС.

Оценка проводимой терапии показала:

1. В группах больных, получавших «Литовит» (3 и 4 группа), уровень триглицеридов в сыворотке крови снижался на 13% и 14% соответственно. В группах пациентов, получавших только базисную терапию (БТ) и БТ + антиоксиданты, содержание триглицеридов нарастало к 30-м суткам исследования (см. рис. 1).
2. Динамика содержания общего холестерина в сыворотке крови показала достоверное снижение его в группах, получавших «Литовит», и «Литовит» + антиоксиданты.

Рис. 1.

Динамика содержания ТГ в сыворотке крови (ммоль/л)

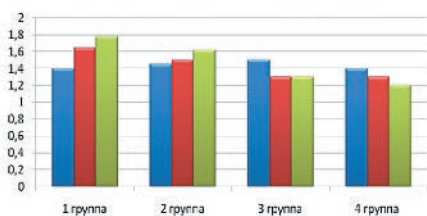


Рис. 2.

Динамика содержания общего холестерина в сыворотке крови

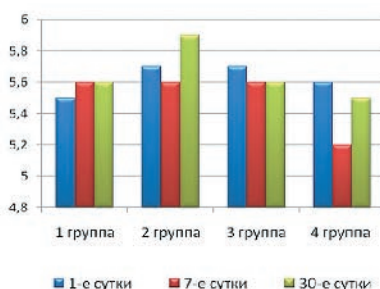
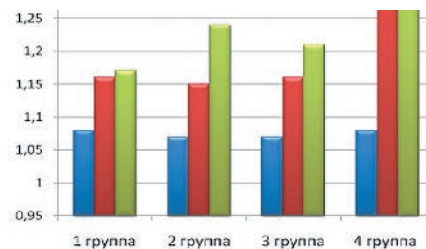


Рис. 3.

Динамика содержания альфа- холестерина в сыворотке крови



Клиническая характеристика обследованных больных:

- 71% – обострение ИБС, нестабильная стенокардия;
- 31% – проявления левожелудочковой недостаточности в виде приступов сердечной астмы и развития отека легких;
- 20% – нарушения ритма сердца (пароксизмы, фибрилляции и трепетания предсердий);
- 40% – сочетания перечисленных симптомов.

В этом исследовании была изучена динамика показателей про- и антиоксидантной активности, липидного обмена и содержания отдельных микроэлементов – Fe, Cu, Zn в сыворотке крови у больных.

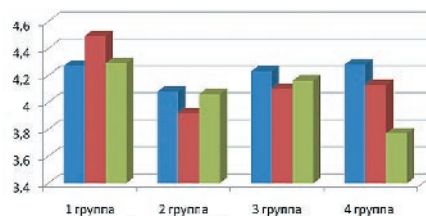
Характеристика групп исследуемых больных:

1 группа – получала стандартную базисную терапию: нитраты, антикоагулянты, дезагреганты, при отсутствии противопоказаний – β-адреноблокаторы.

У пациентов, получавших только антиоксиданты на фоне базисной терапии, концентрация общего холестерина, наоборот, возрастала (см. рис. 2).

3. Уровень альфа- холестерина (холестерина ЛПВП – «хорошего» холестерина) к 21 суткам нарастал в группах 2,3,4. Наибольшие значения содержания α- холестерина были у пациентов, принимавших на фоне БТ комплекс «Литовит» + антиоксиданты (см. рис. 3). Повышение уровня α-холестерина на фоне приема БАД «Литовит» можно расценивать как антиатерогенный фактор.

Рис. 4 Динамика содержания малонового диальдегида в сыворотке крови (нмоль/л)



Cu

МЕДЬ:

огурцы, печень свиная, орехи (фундук), какао, пивные дрожжи, шоколад, плоды шиповника, сыр, пшеничные отруби, пшеничные зародыши, птица, яйца, грибы, рыба, грецкий орех, зелень

Fe

ЖЕЛЕЗО:

говяжья и телячья печень, белая рыба, яйца, моллюски, патока, гречневая крупа, сушёные грибы, какао, зёрна ржи и пшеницы, зелёные овощи и их листья

Zn

ЦИНК:

устрицы, дрожжи пивные, пшеничные зародыши, черника, семена тыквы, грибы, овсяные хлопья, овес, лук, крупа гречневая, подсолнечник (семена), чечевица, соя, сыр «Эдам», пшеница, сухие сливки, зелёный горошек, какао, крабы, мясо, яичный желток, рожь, макаронны с яйцом, кукуруза, рыба, орехи



Выявлено, что «ЛИТОВИТ» - биологически активная добавка с ионообменными свойствами, обладающая уникальным стабилизирующим влиянием на обмен микроэлементов.

В ходе проведенных исследований показано, что наиболее полная коррекция микроэлементного профиля достигалась при комбинированном применении БАД «Литовит» и антиоксидантов α -токоферола и аскорбиновой кислоты. У больных, которые получали такую терапию, наблюдался рост в динамике всех исследованных микроэлементов (Fe, Cu, Zn).

«Литовит» нормализует обмен меди, что коррелирует с ростом одного из основных антиоксидантов сыворотки крови - церулоплазмина, и объясняет антиоксидантный эффект этой БАД.

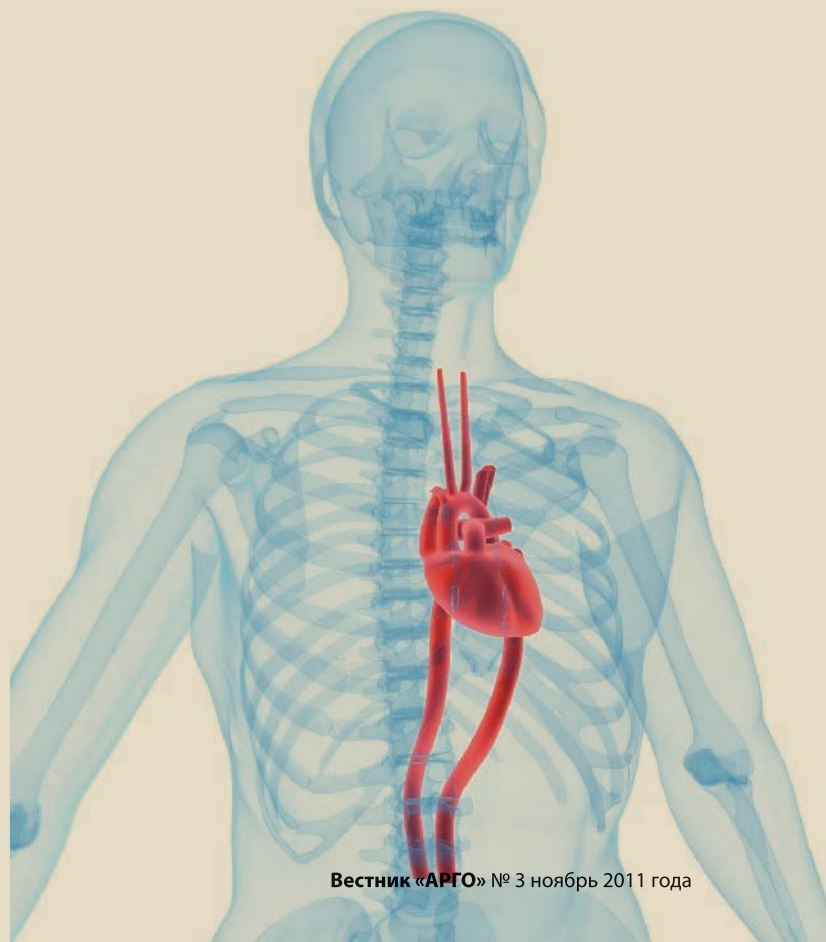
Итак, дополнительное применение БАД «Литовит» в комбинации с антиоксидантами на фоне базисной терапии позволяет быстрее достичь у больных ИБС пожилого и старческого возраста устойчивой ремиссии и улучшает качество жизни больных. Это сопровождается нормализацией липидного и антиоксидантного обмена.

Концентрация малонового диальдегида (МДА) в сыворотке крови отражает активность процессов перекисного окисления липидов в организме больного и служит маркером степени эндогенной интоксикации. Как правило, высокое содержание малонового диальдегида соответствует тяжёлой степени эндогенной интоксикации.

Содержание МДА в сыворотке крови в группах 1, 2 и 3 достоверно не изменялось. В группе 4 было отмечено снижение уровня МДА на 12%, причем содержание МДА было достоверно ниже, чем во всех остальных группах ($p < 0,05$) (см. рис.4). Данный эффект, несомненно, вызван сорбционными свойствами БАД «Литовит».

Важную роль в регуляции про- и антиоксидантного баланса играют отдельные микроэлементы (Fe, Cu, Se). Так Fe принимает участие в окислительно-восстановительных реакциях, кроветворении, входит в состав более 100 ферментов, Zn участвует в процессах кроветворения, нормализации жирового обмена, повышая интенсивность распада жиров, Cu необходима для образования одного из основных антиоксидантов плазмы крови – церулоплазмина.

У всех обследованных больных на начало исследования обнаружено снижение содержания в крови железа, меди и цинка.



РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЙ ПОКАЗАЛИ, что у пациентов, принимавших «Литовит» (по сравнению с пациентами, принимавшими только базисную терапию и сочетание базисной терапии и антиоксидантов), удалось добиться большей клинической эффективности лечения. Уже на 7-е сутки исследования в группах с применением «Литовита» было максимальное количество пациентов с уменьшением суточного числа приступов стенокардии, снижением расхода нитроглицерина, нормализации сегмента ST на ЭКГ, прекращением приступов астмы и прекращением пароксизмальных нарушений ритмов сердца. У пациентов, принимавших стандартную лекарственную терапию и БТ с антиоксидантами, эти показатели нормализовались лишь к 30-м суткам исследования. У больных, получавших в дополнение к базисной терапии «Литовит», были существенно лучше отдаленные клинические результаты лечения. Так, количество больных, повторно поступивших в стационар в течение 6 месяцев, умерших в течение 6 месяцев и с острыми инфарктами миокарда в течение 6 месяцев было минимальным в группе, получавшей в дополнение к базисной терапии «Литовит» (см. рис. 5).

ЕСЛИ СЛЕДОВАТЬ ТЕОРИИ МЕЧНИКОВА, ТО СЧИТАЕТСЯ, ЧТО ПРЕЖДЕВРЕМЕННАЯ СТАРОСТЬ НАСТУПАЕТ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОТРАВЛЕНИЯ ОРГАНИЗМА РАЗЛИЧНЫМИ ЯДАМИ. К СОЖАЛЕНИЮ, В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ ИХ ОГРОМНОЕ КОЛИЧЕСТВО: В ПИЩЕ, ВОДЕ, ВОЗДУХЕ... В ТАКОЙ СИТУАЦИИ БАД К ПИЩЕ НА ОСНОВЕ ПРИРОДНЫХ МИНЕРАЛОВ – СЕРИИ «ЛИТОВИТ» И «ОПТИСОРБ» - ЭНТЕРО-, ДОНОРОСОРБЕНТЫ ПРИРОДНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ, СУЩЕСТВЕННО УВЕЛИЧИВАЮТ ШАНСЫ НА ЗДОРОВУЮ И АКТИВНУЮ ЖИЗНЬ!

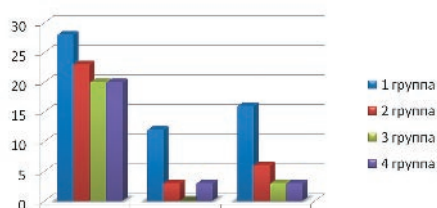


Рис. 5. Отдаленные (через 6 месяцев) клинические результаты лечения больных ИБС пожилого и старческого возраста (в % от количества наблюдавшихся больных)

- А – Количество больных, повторно поступивших в течение 6 мес. от заболеваний ССС.
- Б – Количество больных, умерших в течение 6 мес.
- В – Количество острых ИМ в течение 6 мес.



Для устранения и профилактики сердечно-сосудистых заболеваний НПФ «Новь» разработала и производит специализированный пищевой продукт НОРМОЛИТ на основе природных минералов цеолит и диатомит и таких растительных компонентов как чеснок, лук и морковь.

Результаты исследований свидетельствуют: показатели липидного обмена на фоне приема специализированного продукта питания «НОРМОЛИТ» на 31 сутки достигают верхней границы нормы. Это служит основанием рекомендовать СПП «НОРМОЛИТ» для повторных курсов реабилитации (в среднем 2-3 раза в год) до полной нормализации липидного спектра.

ПРИНИМАЙТЕ НОРМОЛИТ В КОМПЛЕКСНОЙ ТЕРАПИИ ЗАБОЛЕВАНИЙ СОСУДОВ, А ТАКЖЕ В ЦЕЛЯХ ПРОФИЛАКТИКИ АТЕРОСКЛЕРОТИЧЕСКИХ ИЗМЕНЕНИЙ СОСУДОВ - И ВЫ ПРОДЛИТЕ СЕБЕ ЖИЗНЬ.

ОНА СТАНЕТ ЯРЧЕ И КАЧЕСТВЕННЕЕ!



НЕ ОСТАТЬСЯ НА ОБОЧИНЕ ЖИЗНИ

К.м.н. **С. М. Ловцевич**, научный консультант компании Nutricare, врач натуротерапевт, г. Санкт-Петербург

ЗНАЧЕНИЕ БАД NUTRICARE КАК СРЕДСТВ, ВЛИЯЮЩИХ НА НОРМАЛИЗАЦИЮ ОБМЕННЫХ ПРОЦЕССОВ У ЛИЦ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА

32

Доля пожилых людей в мире всё возрастает, и никто из них не хочет оказаться на обочине жизни. Опыт и мудрость этого достойного жизненного периода ценны для личности и общества, но именно в это время здоровье человека наименее защищено от разных факторов, таких, как:

- приобретенные и возрастные заболевания;
- вредные пищевые привычки и стереотипы;
- ухудшение перистальтики кишечника и пищеварения;
- снижение усвояемости витаминов;
- длительное употребление лекарств.

Эти приметы возраста обуславливают повышенную потребность организма во многих питательных веществах, но одновременно они же, наряду с другими условиями современной жизни, не дают возможности получить все необходимое с пищей.



Чем же может помочь немолодым людям приём биологически активных добавок к пище для активного долголетия?

Компания Nutricare, создавая свои препараты, использует 100% натуральное сырьё и современные технологии. Благодаря этому, все активные вещества из природных компонентов попадают к потребителю в легко усвояемой хелатной форме, принося максимальную пользу. БАД Nutricare помогут поддержать организм в хорошей форме, будут отличной поддержкой при лечении самых распространённых в пожилом возрасте заболеваний:

- атеросклероза, сердечнососудистых заболеваний, нарушений мозгового кровообращения;
- заболеваний желудочно-кишечного тракта, выделительной системы;
- повышенной утомляемости, ослабления защитных функций организма, риска новообразований;
- заболеваний суставов.



ОМЕГА ОЙЛ

является источником полиненасыщенных жирных кислот Омега-3.

Они способствуют активному снижению уровня холестерина в сыворотке крови и уменьшению его отложений в стенках сосудов, препятствуют образованию тромбов в кровеносных сосудах. А потому активно применяются для профилактики и в комплексной терапии атеросклероза, гипертонической болезни и многих других заболеваний сердечно-сосудистой системы. Жирные кислоты Омега-3 способствуют очищению и оздоровлению поврежденных клеток, снижению воспалительных процессов и ускорению регенерации тканей, быстрому заживлению ран, рубцов, язв и других повреждений кожи и слизистых оболочек. Витамин Е, входящий в состав комплекса Омега-Ойл, выполняет в живых тканях роль биологического антиоксиданта, который поддерживает структурную целостность и функциональную активность мембран клеток.



ГИНГКО БИЛОБА ПЛАС

содержит экстракт листьев дерева Гинкго, богатых флавогликозидами. Благодаря им этот препарат улучшает кровообращение и повышает потребление мозгом кислорода и глюкозы; оказывает сосудорасширяющее действие; предохраняет артерии мозга от закупорки тромбоцитами, поддерживая их эластичность, расширяет кровеносные сосуды;

оказывает противовоспалительное действие, препятствует образованию свободных радикалов. Другие компоненты препарата — листья малины обыкновенной и плоды шиповника майского — богаты природными антиоксидантами: ацетилсалициловой, лимонной, аскорбиновой, яблочной кислотами, а также рутином, флавоноидами, пектинами, микроэлементами. Комплекс нормализует процессы обмена веществ в клетках; укрепляет клеточную стенку и регулирует ее проницаемость; оказывает противовоспалительное действие, препятствует образованию свободных радикалов.



КОЭНЗИМ Q10, КОФЕРМЕНТ Q10

содержат убихинон («вездесущий хинон»). Это синонимы, используемые для названия вещества Q10, присутствующего во всех клетках человеческого организма и играющего важнейшую роль в процессах производства клеточной энергии. К сожалению, с возрастом выработка Q10 в организме снижается, поэтому особенно важно восполнять недостаток этого удивительного вещества. Кроме того, Q10 — это мощный антиоксидант, участвующий в окислительно-восстановительных процессах в клетках и нейтрализующий действие свободных радикалов. Q10 снижает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний, нормализует давление, способствует укреплению иммунной системы, положительно воздействует на деятельность головного мозга. Q10 повышает выносливость и физическую активность, замедляет процессы старения.





ФУКОКСАН – сбалансированный



комплекс из семи морских водорослей, который стимулирует функцию щитовидной железы, регулирует гормональный баланс, повышает сопротивляемость организма к болезням. Широкий спектр витаминов, минералов, пищевых волокон и кислот, содержащихся в его компонентах, а также хлорофилл и фукоксантин (пигмент из группы каротиноидов) активизируют обменные процессы в тканях, ускоряют расщепление жиров, особенно висцеральных жировых отложений, самых вредных для сердца и сосудов. ФУКОКСАН способствует нормализации работы желудочно-кишечного тракта и помогает контролировать массу тела.

ЛЮЦЕРНА TSN оказывает противо-



воспалительное, мочегонное, детоксицирующее действия, способствует заживлению эрозий, открытых ран, снижает уровень холестерина в крови и предупреждает развитие атеросклероза, обеспечивает организм питательными веществами, улучшает состояние кожи, предупреждает ее старение; помогает в борьбе с инфекцией; улучшает работу кровеносной системы (повышает эластичность артерий, укрепляет кровеносную систему; витамин К в составе люцерны предупреждает кровоизлияния и кровоточивость); улучшает работу пищеварительной системы (расслабляет гладкую мускулатуру, поддерживает баланс кишечной флоры).

L-АРГИНИН TSN – дополнительный источник



аргинина. Аргинин – один из самых эффективных стимуляторов гормона роста, который активизирует иммунитет, способствует регенерации поврежденных тканей, уменьшению жировых отложений, делает человека более энергичным, инициативным и выносливым. Аминокислота L-Аргинин для подростков является незаменимой, для взрослых – условно заменимой, так как после 35 лет происходит значительное снижение ее синтеза в организме, преклонный возраст и хронические заболевания усугубляют ситуацию. L-Аргинин считается самой могущественной аминокислотой в кардиологии. Он снижает уровень холестерина, препятствует образованию тромбов и атеросклеротических бляшек, улучшает микроциркуляцию крови.



ЛЮЦЕРНА обладает противовоспалительным действием: помогает при болезнях мочевыводящей системы, артритах различного происхождения, простатите. Она способствует выведению мочекислых солей, что облегчает лечение подагры; предохраняет зубы от развития кариеса и оказывает бактерицидное действие при пародонтозе.

ГЛЮКОЗАМИН-ПЛАС –

комплекс для нормального функционирования опорно-двигательного аппарата, строительный материал для суставных хрящей, сухожилий, связок, костей и кожных покровов. Его компоненты: глюкозамин сульфат, хондроитинсульфат, экстракт корней куркумы длинной – способствуют восстановлению и улучшению структуры хрящевой и костной ткани при заболеваниях опорно-двигательного аппарата и в старческом возрасте, а также при повышенных нагрузках на костно-суставную систему.



ГЛЮКОЗАМИН-ПЛАС повышает эластичность хрящевой ткани, нормализует содержание внутрисуставной жидкости, уменьшает воспаление и боль в суставах, ускоряет реабилитацию опорно-двигательного аппарата после травм.

Кроме того, можно порекомендовать людям пожилого возраста СУПЕР КОЛОН КЛИНЗ в случаях тяжелых запоров, АНТИОКСИДАНТ, как дополнительное защитное средство, препятствующее преждевременному старению организма. ГОРТЕНЗИЯ полезна для очищения мочевыделительной системы; для поддержания гормональной системы женского организма – ВАГ и ДОНГ КУЭЙ; для оздоровления мужской половой сферы – ПРОСТА-ВИТА и ЙОХИМБЕ.

СОХРАНЯЯ ФИЗИЧЕСКУЮ И СОЦИАЛЬНУЮ АКТИВНОСТЬ, ПРИДЕРЖИВАЯСЬ ПРАВИЛ ЗДОРОВОГО И СБАЛАНСИРОВАННОГО ПИТАНИЯ, ВЫ НАДОЛГО СОХРАНИТЕ ЭНЕРГИЮ, ХОРОШЕЕ САМОЧУВСТВИЕ И ОТЛИЧНОЕ НАСТРОЕНИЕ!



КАК СОХРАНИТЬ МОЛОДОСТЬ



ЛИЦО. Чтобы предупредить появление морщин и заболеваний кожи, избегайте дневного солнца, носите широкополую шляпу, откажитесь от курения.



ГЛАЗА. Напряжение глаз обостряет проблемы со зрением, поэтому во время работы не забывайте делать перерывы. Морковь, листовая зелень, капуста брокколи помогает бороться с ослаблением зрения.



УШИ. Старайтесь беречь слух от громкого шума.



МОЗГ. Экстракт гинкго поможет уменьшить потерю памяти у лиц обоего пола после 50 лет.



МЫШЦЫ. Силовые тренировки, упражнения с сопротивлением и по поднятию веса препятствуют потере мышечной массы.

СЕРДЦЕ. Не забывайте об основных факторах риска: повышенном холестероле, гипертонии, курении и тучности.

36



ЛЕГКИЕ. Регулярные упражнения замедляют возрастные изменения в легких. Селен, имеющийся в продуктах моря, капусте брокколи, проростках пшеницы, цельнозерновых и орехах, может уменьшить риск развития рака легких. Курение оказывает самое губительное воздействие на этот важнейший орган.



ВЕС. Можно ускорить обмен веществ примерно на 15% с помощью увеличения физической активности. Уменьшите потребление жира и старайтесь получать основную часть калорий из свежих фруктов, овощей и цельнозерновых.



КОСТИ. Нужно получать достаточное количество кальция, магния и витамина Д.



СУСТАВЫ. Избегайте повреждений и травм, а если они случились, лечитесь тщательно и добивайтесь максимального восстановления поврежденного сустава.



МОЧЕВЫВОДЯЩИЕ ПУТИ. Женщинам рекомендуются специальные упражнения для укрепления мышц малого таза, кремы с эстрогеном. Мужчинам полезно чаще потреблять продукты, содержащие ликопен, в первую очередь – помидоры.



РЕПРОДУКТИВНАЯ СИСТЕМА И ПОЛОВЫЕ ОРГАНЫ. Регулярная половая жизнь помогает поддерживать здоровье и замедляет старение.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

«Секрет сохранения молодости в том, чтобы избежать некрасивых эмоций». Оскар Уайльд



Секреты легкого общения и прочного контакта

— начало на стр. 12 —

ле яркий и сочный голос, который схож с его собственным голосом. Здесь важно всё – тембр, ритм, быстрота речи. Чем больше вы схожи с вашим аудиальным собеседником по этим параметрам тем быстрее установятся контакт и доверительные отношения. Следите за этими характеристиками своего голоса и успех в общении с аудиалом вам обеспечен.

КИНЕСТЕТИКИ

Для этих людей в первую очередь важен чувствительный опыт, эмоциональное подкрепление. Они хорошо вспоминают ощущения, движения, запахи и в большей степени ориентируются на чувства. Поэтому при разговоре употребляют слова, связанные с теплом/холодом, легкостью/тяжестью. От человека кинестетического типа восприятия можно услышать: **«Я так взволнован, что у меня тяжелая голова и мороз идет по коже»**, **«Мне было так страшно, что я облился холодным потом»**, **«Это приводит меня в трепет»**, **«Это меня раздражает»**. Кинестетик лучше общается и понимает, когда можете прикоснуться или почувствовать физическую близость собеседника. При обычном разговоре они подходят практически в упор и постоянно дотрагиваются до своего собеседника. Ему очень трудно оставаться на месте или слушать внимательно долгое время. Кинестетики любят близко располагаться к людям, прикасаться к ним, класть руку на плечо. Он быстро теряет нить разговора, если говорят слишком быстро. Вспоминая что-либо, смотрит вниз или прямо перед собой. Многие кинестетики, когда говорят, что-то крутят в руках, тербят, поглаживают.

Соответственно, чтобы кинестетик почувствовал к вам доверие, пользуйтесь тем же правилом, что и при общении с аудиалом и с визуалом. А правило очень простое – старайтесь оперировать теми словами, которыми пользуется ваш кинестетик. Наполните свою речь словами, выражающими чувства и эмоции. Пока кинестетик почувствует, какое решение он примет, пройдет некоторое время. Это связано с тем, что он должен буквально нутром прочувствовать, что в данный момент поступает и говорит правильно. Так что при общении с ним учитите его эмоциональные потребности. Кинестетик обязательно захочет к вам прикоснуться. Если вы знаете, что

Знание типа человека, с которым вы общаетесь, позволяет «согласовать» с ним ваше общение, чтобы действовать в единстве. Вам будет легче войти с ним в контакт и найти общий язык. Конечно же, не бывает людей воспринимающих информацию только лишь образами или звуками или прикосновениями. Все четыре формы восприятия в разной степени присутствуют в каждом из нас.

ваш собеседник – кинестетик, позвольте ему это сделать (от вас не убудет, а ему приятно, да и в контакт быстрее войдете, если вам это, конечно же, надо). Есть мнение, что кинестетики сильно зависят от температуры окружающего пространства и они обязательно будут себя не комфортно чувствовать, если в комнате слишком тепло или прохладно. Говорите с ними на понятном им языке и у вас всё получится.

ДИГИТАЛЫ

Человеку с дигитальным типом мышления характерны такие качества, как рациональность, склонность к логике и анализу, неординарность мышления. Дигитал руководствуется только фактами и логическими заключениями, поэтому и вести себя с ним нужно соответственно – никаких домыслов и необоснованных гипотез. Все в соответствии с правилами, четко, ясно и по-настоящему. Ему ближе не зрительные или слуховые образы, а язык цифр, знаков и символов. В окружающих вещах он больше всего ценит их функциональность. Нередко дигиталы закрыты от других и пребывают в особом, ими же созданном мире, погружаясь в обдумывание своих мыслей и идей. Такие люди ведут размеренный образ жизни, не выносят спешку и резких движений, любят, чтобы всё было четко, логично, без лишних деталей. Именно среди дигиталов встречается наибольшее количество деятелей научных областей.

Дигитальный тип проявляет себя словами, связанными с интересами, понятиями, информацией. Их любимые слова: **«интересно»**, **«понимаю»**, **«следовательно»**, **«знаю»**, **«разумно»**, **«логично»**. Найти общий язык с дигиталом будет возможно, если ваша речь будет логически построена и основана на достоверных фактах, цифрах, данных статистики. А в покупке товара дигитал будет заинтересован, если вы подробно расскажете о полном спектре функциональных характеристик продукта.

В заключение хочется отметить, что знание типа человека, с которым вы общаетесь, позволяет «согласовать» с ним ваше общение, чтобы действовать в единстве. Вам будет легче войти с ним в контакт и найти общий язык. Конечно же, не бывает людей воспринимающих информацию только лишь образами или звуками или прикосновениями. Все четыре формы восприятия в разной степени присутствуют в каждом из нас. Но не каждый умеет переходить и в равной степени пользоваться этими формами восприятия. Лучшее, чего можно достичь, владея подобной информацией и применяя её на практике, это стать универсалом. Только в этом случае вхождение в контакт с любым человеком превратится в игру, и перестанет быть тяжким бременем.

— У вас все получится! —



С Татьяной и Михаилом Стадухиными уже 15 лет мы идем рядом по жизни. За эти годы их многотысячная организация выросла и укрепилась. Татьяна добилась высокого авторитета в компании и очень высокого рейтинга – 200! Уральская организация сегодня – одна из самых результативных и новаторских в нашей Компании. Вот уже более 6 лет Татьяна Стадухина — председатель РЛС Уральской организации. Она несет нелегкий груз ответственности, инициативности и мудрой гибкости. Успех структуры во многом определяется взвешенной стратегической политикой РЛС и его председателя.



ВО ВСЕЛЕННОЙ ВОЗМОЖНО ВСЕ! ГЛАВНОЕ — ВЕРИТЬ!

*Борис Фельдман, Лидер Компании АРГО,
член пресс-клуба АРГО, г. Екатеринбург*

38

Татьяна и Михаил отвечают на мои вопросы легко и уверенно. Из этих ответов становится понятно, из каких кирпичиков и почему был выстроен их успех.

МИХАИЛ: С Татьяной я познакомился в спортлагере. Понравилась она мне сразу, но я, будучи стеснительным, ходил кругами полгода». Таня была тогда первокурсницей химфака университета.

ТАТЬЯНА: В спортлагере нам было дано задание – придумать название и девиз отряда. Михаил быстро предложил что-то из Ильфа и Петрова. «Неглупый мальчик», – подумала я. Ну а когда в забеге на 2 км он прибежал первым, я стала им восхищаться. Девочки с физфака на дискотеке уговорили его пригласить меня танцевать. Так началась наша дружба и любовь. Потом мы чуть не вылетели за прогулы из Университета, увлеклись авторским кино (Иоселиани, Тарковский, Стенли Кубрик и др.). После окончания университета, мне предложили работу в школе, где я проходила педпрактику.

МИХАИЛ: 1984 год. Я получил диплом инженера, преподавателя физики. В начале 5 курса нам сказали: «Ты, ты и ты должны послужить Отечеству». В тот год с физфака призвали 20% выпускников на замену кадровым, кто ушел в Афганистан. Ничуть не жалею об этих

двух годах. После армии пошел туда, где можно было как-то заработать (учебные часы, классное руководство, лаборантские). Так в семье стало два педагога: понятные проблемы, общие интересы. Помню, как в переломные для страны, 90-е на работе по ремонту школы, я заработал на свой первый компьютер. В 1998 грянул дефолт. В стране началась страшная инфляция...

ТАТЬЯНА: 90-е годы. Время перемен. Девочки моего курса предложили сотрудничество в бизнесе. И я благодарна мужу за то, что он всегда давал мне свободу действий, никогда ничего не запрещал. Вскоре мне предложили поработать в информационном центре сетевой компании. Затем стала директором центра. Я увидела, что в сетевом бизнесе идет огромный личностный рост. У людей буквально вырастают крылья! Я люблю наблюдать и анализировать опыт успешных людей. Спонсор моей первой MLM-компании – Елена Лымарь, врач-рентгенолог на пенсии, обыкновенная женщина. Но стоило ей заговорить, как внутренняя энергия буквально завораживала аудиторию. Я никогда не видела ее в плохом настроении перед структурой. Мастер сглаживания конфликтов, ведения переговоров. Она училась везде и всегда. Это пример на всю жизнь.

Училась огромному трудолюбию у спонсора **Альбины Абакумовой**. У **Зои Сидоровой** – жизненной

мудрости и гибкости. А **Ирина Алферова** – вообще женщина-загадка! Как можно зажигать тысячный зал, когда твой муж в это время участвует в боевых действиях, исход которых неизвестен. Если очень кратко, то Ирина – это мощнейший креативщик!

МИХАИЛ: После дефолта ушел из школы. Ушел с трудом, повлияла Татьяна, ей срочно надо было найти надежного человека на должность директора московского филиала. Я тогда не видел себя в этом бизнесе и ностальгировал по школе. Мои выпускники помнили и любили меня... Долгое время, как мог, помогал развитию уже нашего ИЦ АРГО. Я решил помочь жене, поддержать ее. Встречал товар, отправлял почту, работал оператором. Потом возникла мысль обеспечить информационную поддержку. Изучил программы нелинейного видеомонтажа и сейчас горжусь тем, что за 6 лет создал более 40 оригинальных фильмов. Честно говоря, я сам не помню, как я увлекся этим делом и понял, что это далеко не только женский бизнес, здесь огромное поле для творчества, здесь может найти себя каждый!

В беседе я затронул тему взаимоотношений с людьми, составляющими структуру.

ТАТЬЯНА: В первый же месяц в мою структуру пришли профессионалы **Борис и Ольга Фельдманы**. Сложилась искренняя и успешная деловая отношения. Самое сложное в нашем бизнесе – это не путать личные и деловые отношения. Не можем мы все друг друга любить. Часто встречаемся, обмениваемся мнениями, взаимовыгодно сотрудничаем. Постоянное развитие, постоянное творчество, расстановка приоритетов в пользу АРГО – теперь это и моя программа!

В этом году Татьяна с Михаилом приняли участие в призовой программе от ЭРГО.

ТАТЬЯНА: Это еще один из интереснейших моментов этого года. Мы действительно заработали сразу 2 призовые программы. Я – как лидер структуры с объемом по ЭРГО более 1 млн. рублей, а Михаил – как директор ИЦ. Вместе с другими лидерами продаж ЭРГО мы побывали на родине аргонавтов, в Греции. Это был изумительный подарок! Мы жили в 5-звездном отеле Hilton, в центре Афин. Аргонавты еще только присматриваются к нашему новому бизнес-партнеру, мне кажется, за ним – большое будущее. Мы будем усиливать это сотрудничество на Урале.

Много трудностей выпало на долю этой семьи Лидеров. Вместе они их преодолевали и вместе добивались успеха.

ТАТЬЯНА: Я 15 лет назад и сейчас – два разных человека. Есть такая мудрость: главное для человека – это превзойти себя вчерашнего. Все было в моей жизни, и

плакала, и рыдала, и бросить все хотела... Я помню одно: не важно, сколько раз ты упал, важно чтобы ты поднялся хотя бы на один раз больше! Сколько раз в моей организации люди уходили за один шаг до успеха! Трудности скрыты в любом деле, но на другой чаше весов – те возможности, которые дает этот бизнес. Я уверенно могу подписаться под словами, что «наш бизнес – это гениальное изобретение и величайшая возможность для человеческой деятельности».

О семье.

ТАТЬЯНА: Меня во многом сформировал отец. При выполнении любой задачи не может быть одновременно двух лидеров. Лидер видит цель и знает, как ее добиться, берет на себя ответственность и создает условия для ее реализации. Другие помогают советом и вместе выполняют. Надо легко переходить от роли лидера к роли исполнителя. Это помогает нам также при решении бытовых проблем.

МИХАИЛ: Татьяна постоянно меня куда-то вовлекает: то мы учимся кататься на горных лыжах, то идем на танцы, то учим английский, то куда-то едем, летим, она постоянно дает мне разные задания, знакомит с интересными людьми. Жизнь с ней рядом просто кипит.

ТАТЬЯНА: Я счастлива, что со мной теперь работает вся моя семья. Обе мои дочери, поработав в известных фирмах нашего города, получив свой собственный опыт, в итоге сделали выбор в пользу АРГО. Юлия и ее муж Максим стали полноценными и самостоятельными бизнес-партнерами. В этом году они открыли свой ИЦ, запустили работу интернет-магазина. Видно, что им очень интересен этот бизнес, увлекает идея работать на себя, они дают нам много свежих идей для развития. Я могу с уверенностью сказать, что нашу семью, которой скоро 30 лет, сплотила Компания АРГО. И хочу добавить, что с 9 июня 1999 года, момента подписания Соглашения с АРГО начались лучшие годы нашей

жизни. Мы ценим в компании честность, порядочность, поддержку, свободу творчества и комфорт бизнеса! Спасибо президенту АРГО, **Красильникову Андрею Борисовичу** за то, что он сумел создать стабильную, надежную компанию, бизнес в которой хочется передавать своим детям и внукам.

ЧТО Ж СКРЫВАТЬ, МИХАИЛ И ТАТЬЯНА МНЕ ГЛУБОКО СИМПАТИЧНЫ. ХОЧУ ПОБЛАГОДАРИТЬ ИХ ОТ ВСЕЙ ДУШИ ЗА ТО, ЧТО МЫ ВМЕСТЕ СОЗДАЛИ, ВМЕСТЕ С ЛИДЕРАМИ И ВСЕМИ УРАЛЬСКИМИ АРГОНАВТАМИ.

Б.Ф. 

«Я могу с уверенностью сказать, что нашу семью, которой скоро 30 лет, сплотила Компания АРГО. И хочу добавить, что с момента подписания Соглашения с АРГО начались лучшие годы нашей жизни. Мы ценим в компании честность, порядочность, поддержку, свободу творчества и комфорт бизнеса!» — Татьяна

1



1. ПРИЧИНА ЛИШНЕГО ВЕСА

Основная причина ожирения и избыточной массы тела — энергетический дисбаланс между калориями, поступающими в организм и калориями затрачиваемыми. Растет потребление высококалорийных продуктов с высоким содержанием жира, соли и сахаров, но с пониженным содержанием витаминов, минеральных веществ и других питательных микроэлементов; и снижается физическая активность в связи со все более неподвижным характером многих видов деятельности.

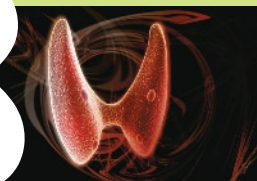


2

2. ФОРМУЛА ДОЛГОЙ ЖИЗНИ.

Многие примеры и факты могут мотивировать вас стремиться к более стройной конфигурации тела. Например, вы можете значительно продлить свою жизнь. Немецкий диетолог Ганс Дитшунайт, исследуя старение клеток человеческого тела, вывел магическую формулу: **3 кг лишнего веса = 2 года жизни**

3



3. ЩИТОВИДНАЯ ЖЕЛЕЗА НЕ ВЛИЯЕТ НА ПРОЦЕСС ПОХУДЕНИЯ

Гормоны щитовидной железы регулируют обмен веществ. При недостаточной функции железы метаболизм резко замедляется и человек начинает стремительно набирать вес. Этот медицинский факт дает многим повод думать, что им не удастся похудеть именно «из-за щитовидки». Из ста человек только один-два действительно страдают от болезни обмена, в том числе от пониженной функции щитовидной железы — 1-2% от всего населения. В остальных случаях причина лишнего веса — банальное переедание.

<http://www.argo-shop.com.ua>

4



4. ОЖИРЕНИЕ МОЖНО И НУЖНО ПРЕДОТВРАТИТЬ

С 1980 года число лиц во всем мире, страдающих ожирением более чем удвоилось. В 2008 году полтора млрд. взрослых людей в возрасте 20-ти лет и старше страдали от избыточного веса. 65% населения мира проживают в странах, где избыточный вес и ожирение приводят к смерти большее число людей, чем пониженная масса тела.



5. ОБМЕН ВЕЩЕСТВ НЕ ЗАМЕДЛЯЕТСЯ ИЗ-ЗА ДИЕТ

Количество популярных мировых диет достигает почти трёхсот видов! Все больше людей, считающих «сидение» на диетах основным фактором стройности тела. Однако, то сбрасывать вес на диете, то снова набирать, возвращаясь к обильному питанию, — совсем не полезная для здоровья привычка.

Но обмен веществ из-за такого стиля жизни не страдает. Точнее, он немного замедляется в период диеты, а затем снова приходит в норму.

6



6. ИНДЕКС МАССЫ ТЕЛА

В 1869 году бельгийским социологом и статистиком Адольфом Кетле был разработан индекс массы тела. Индекс массы тела (ИМТ) — простое отношение веса к росту, часто используется для классификации ожирения и избыточного веса. Индекс рассчитывается как отношение веса тела в килограммах к квадрату роста в метрах (кг/м²).

По определению ВОЗ:

ИМТ ≤ 25 — масса в пределах нормы

ИМТ ≥ 25 — избыточная масса тела
ИМТ ≥ 30 — ожирение

7

8



7. ПОВЫШЕННЫЙ ИМТ

является существенным фактором риска в отношении таких неинфекционных заболеваний как:

- сердечно-сосудистые заболевания (главным образом болезни сердца и инсульт), которые в 2008 году входили в число главных причин смертности; диабет;
- нарушения скелетно-мышечной системы;
- некоторые онкологические заболевания (внутрипочечные, молочная железа, толстой кишки). Ожирение повышает риск заболевания яичников и шейки матки на 20%. На 49% возрастает риск повышения холестерина, на 65% возрастает риск развития рака горла, желудка, кишечника и почек, на 20% возрастает риск заболевания астмой и затрудненным дыханием

8



8. БЕРЕГИТЕ СУСТАВЫ

Ожирение и лишний вес оказывают сильнейшую нагрузку на суставы, которые не способны долгое время нормально работать в экстремальном режиме. Повышается нагрузка на спинные и бедренные мышцы, что приводит к появлению болей в спине. Поражаются суставы и позвоночный столб. Развивается радикулит. Нагрузка на суставы при избыточном весе значительно увеличивается, что приводит к развитию остеоартрита, особенно в коленях.

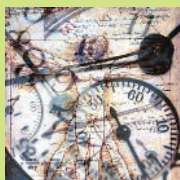
ФАКТОВ О ЛЕГКОЙ ЖИЗНИ

13



13. ГОВОРЯТ ПСИХОЛОГИ...

Часто за психологической помощью обращаются женщины, которые неудовлетворены своей внешностью, хотя они и смогли значительно понизить свой вес. Освобождение от лишнего веса связано напрямую с поворотом к успеху. Некоторые, к примеру, говорят, что если им удастся избавиться от лишнего веса, то они с легкостью найдут себе престижную должность. Другие считают, после нормализации веса, их будут атаковать исключительно богатые и красивые миллионеры.



11



9. ВЫШЕ И СТРОЙНЕЕ!

Великий Леонардо да Винчи был одним из первых, кто изучил и дал определение идеальных параметров человеческого тела. Из теории идеальных пропорций Леонардо да Винчи следует, что объемы груди, талии и бедер, взятые по отдельности, ничего не решают, все дело в их соотношении. Хорошо известные всем 90-60-90 не являются эталоном для всех женщин, так как существуют различные типы телосложения, данные нам генетически. Исследования показали, что с начала 2000 года у молодых женщин стали более длинные руки, ноги, более высокий уровень линии талии, более широкие плечи при той же величине туловища, улучшилась осанка. Можно сделать вывод, что молодое и среднее поколения женщин стало выше и стройнее.

11. ЭТО МОЖЕТ КАЖДЫЙ

Избыточный вес и ожирение, а также связанные с ними неинфекционные заболевания можно в значительной мере предупредить. На индивидуальном уровне каждый может:

- ограничить поступление калорий за счет общих жиров;
- увеличить потребление фруктов и овощей, а также зернобобовых, цельных зерен и орехов;
- ограничить потребление сахаров;
- заниматься регулярной физической деятельностью.

14



14. САМЫЕ-САМЫЕ

Самый худой человек в мире — Лючия Сарате (1863-1889), женщина которая проживала в городе Сан Карлос, Мексика. Рост у нее был 67 см, а вес — 2,13 кг. К своим 20 годам она «растолстела» до 6 кг.

А самым толстым человеком в мире официально считался Джон Брауэр Миннок (1963-1983), штат Вашингтон, США. Он весил почти 630 кг. Только для того, чтобы перевернуть его с боку на бок, понадобилась помощь 13-ти человек.

12



12. В ЛИШНЕМ ВЕСЕ ВИНОВАТЫ ОТОПЛЕНИЕ И КОНДИЦИОНЕРЫ

Боясь холода и жары, жители европейских стран стали реже выходить на улицу. Британские ученые связывают тенденцию к повышению веса у европейцев с тем, что они очень уютно чувствуют себя дома: зимой комфорт обеспечивают батареи отопления, а летом — кондиционеры. Потому люди редко выходят на улицу и подвергаются температурному стрессу, который заставляет организм интенсивно расходовать жир для теплопродукции. Таким образом, энергетический баланс смещается в сторону накопления жира, а не производства энергии, что и ведет к повышению массы тела.

15



15. ХОДЬБА ДЛЯ ПОХУДЕНИЯ

Если вы твердо решили похудеть с помощью ходьбы, для достижения результатов желательно ходить каждый день или хотя бы пять дней в неделю. Старайтесь ходить как минимум по полчаса в день. Кроме того, хотя бы два раза в неделю нужно уделять ходьбе 45 минут. Вы должны ходить быстро — примерно 1 км за 10-12 минут (потратите порядка 100 калорий).



10. СЧЕТ НА МИЛЛИОНЫ

На глобальном уровне избыточный вес и ожирение относятся к числу 5 основных факторов риска смерти. Ежегодно, по меньшей мере, 2,8 млн. взрослых умирают по причине избыточного веса или ожирения. В 2010 году около 43 млн. детей в возрасте до 5 лет имели избыточный вес. В развивающихся странах детей с избыточным весом насчитывается почти 35 млн., а в развитых — 8 млн.

ДЭЛЬФА — 10 ЛЕТ С АРГО

ГОВОРЯТ, ЧТО БОГ
«ВЕДЕТ» ЧЕЛОВЕКА ПО
ЖИЗНИ. ТЕПЕРЬ Я ЭТО
ЗНАЮ ТОЧНО – НИЧЕГО НЕ
БЫВАЕТ ЗРЯ.



О. Н. Ковалева,
генеральный директор ООО «Дэльфа»

Интерес аргонавтов к продукции вдохновляет на действия. Информационный поиск, анализ, научные исследования, опыт применения дают фантастические результаты.

Окрыляют возможности – та польза, которую может дать человеку кедр. Кедровые орехи в сочетании с таежными ягодами – это не только экологическое питание (богатый биохимический состав), это чистая сильная энергия для физических сил, это влияние на долголетие, информация и ресурс для будущих поколений и т.д.

Наша деятельность требует финансовых затрат: оплата научных исследований, организация производства –

площади, оборудование, штат сотрудников, сырье, ежемесячные лабораторные исследования, командировки и лекции перед консультантами Компании, и многое, многое другое.

Все это было бы невозможно без совершенно гениальной схемы взаимной поддержки Производителей и Компании, которую создал Андрей Борисович Красильников. Эта схема гениальна и сильна потому, что способствует взаимному развитию.

Есть еще и такая «фишка»: когда команда идет в ногу, она может развивать любые скорости и достигать любые цели, главное не допустить «разнобоя».

площади, оборудование, штат сотрудников, сырье, ежемесячные лабораторные исследования, командировки и лекции перед консультантами Компании, и многое, многое другое.

Все это было бы невозможно без совершенно гениальной схемы взаимной поддержки Производителей и Компании, которую создал Андрей Борисович Красильников. Эта схема гениальна и сильна потому, что способствует взаимному развитию.

Полуденное солнце палило нещадно, рюкзак оттягивал плечи, пот заливал глаза, а ноги отказывались представляться. Наконец, за очередным поворотом тропы, крошечный кусочек тени от нависшей скалы – долгожданный привал. Дежурный раздал всем по горсточке смеси орехов и сухофруктов и через 10 минут ноги снова ритмично шагают выше и выше...

В прошлые социалистические времена жизнь, в основном, была монотонной, скучноватой, без щекочущей перспективы. Поэтому многие искали приключения в походах по дикой природе, где на фоне чарующих красот можно получить душевное общение с друзьями, а также порцию адреналина и физических нагрузок. В походах выходного дня классикой питания были тушенка и картошка, а для длительных маршрутов рацион составлялся тщательно не только по весу, но и по способности восстанавливать физические силы (ресурс) организма.

Появилась острая необходимость обратить внимание

В сегодняшнее время жизнь изменилась – в воздухе повисла неясная опасность для человеческой жизни, окружающая среда стала загрязненной и агрессивной, как информационно, так и физиологически. Человек получает ежедневно «неправильные» нагрузки: стрессы, гиподинамию, загрязненный воздух, воду, продукты питания. Для того чтобы организм справлялся с этими нагрузками, также требуются дополнительные ресурсы – натуральные витамины, микро-макроэлементы, экологические белки, жиры и углеводы.

каждого человека на то, что ему угрожает опасность, а также порекомендовать средства для защиты и поддержки здоровья. Именно в это время и появились компании, которые взяли на себя эту миссию.

Самой правильной, сроднившейся с наукой и медициной, стала Компания АРГО.

«Пути-дороги» жизни привели меня в эту, «научно-обоснованную» Компанию. И вот я стою на сцене и вижу, как внимательно слушают меня люди – слушают про кедр – значит, им это нужно, значит, не случайно я в этом зале, в этой Компании.

Я не ошибусь, если скажу за всех изготовителей Компании: «Компания способствовала становлению многих Производств и это ее серьезный вклад не только в здоровье населения, но и в экономику страны».

Есть еще и такая «фишка»: когда команда идет в ногу, она может развивать любые скорости и достигать любые цели, главное не допустить «разнобоя».

Компания АРГО – это не просто Компания для реализации продукции – это высокоинтеллектуальное Пространство, идеальное для личностного роста любого человека. Я нашла здесь друзей и со многими иду по Пути Развития



почти с самого начала. Я благодарю всех, с кем я так или иначе соприкоснулась, у кого побывала в гостях, с кем сидела за одним столом, с кем красиво и комфортно отдыхала. Благодарю за внимание на конференциях, за те потрясающие результаты, которые вы получаете, используя нашу продукцию, благодарю за помощь, которую вы оказываете в реализации нашей продукции. На самом деле кедр может помочь человеку не только восстановить здоровье, но и получить богатство – такова его магическая сущность, потому что продукты просты, безопасны, надежны и полезны.

Именно Компания АРГО позволяет человеку на «одном Пути» получить все основные человеческие ценности: здоровье, развитие, дружбу, любовь, признание, благополучие.

СЕЙЧАС, ПОЖАЛУЙ, САМОЕ ВРЕМЯ ПОЗДРАВИТЬ АНДРЕЯ БОРИСОВИЧА С ЮБИЛЕЕМ И ВЫРАЗИТЬ ЕМУ СВОЮ БЛАГОДАРНОСТЬ ЗА ВСЕ ТО, ЧТО Я СЕГОДНЯ ИМЕЮ. АНДРЕЙ БОРИСОВИЧ, ЖЕЛАЮ ВАМ СЧАСТЬЯ!

10 лет в Компании АРГО... Этот сложный Путь пролетел для меня, как один день. Нельзя было остановиться, понежиться, посмотреть по сторонам. Потому что, если

Кедр может помочь человеку не только восстановить здоровье, но и получить богатство – такова его магическая сущность, потому что продукты просты, безопасны, надежны и полезны.

хочешь дойти до цели – нужно смотреть только вперед. Когда смотришь вперед – видишь, что происходит...

А происходит разное. Зачастую не очень простое и не очень приятное, одна задача сменяет другую, но бывают и праздники, бывают творческие озарения, бывает радость оттого, что ты справился с очередной задачей...

Завершая свой рассказ, мне хочется пожелать Вам, дорогие аргонавты, успеть распробовать и оценить кедровые продукты. Не просто знать о них, но с пользой и удовольствием применять их на благо себя и своих близких!

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ И СЧАСТЛИВЫ!





ПУТЬ К КОСМИЧЕСКИМ РЕЗУЛЬТАТАМ

Я ПРИШЛА В КОМПАНИЮ В ДЕКАБРЕ 1997 ГОДА, РАБОТАЯ В ТО ВРЕМЯ НА ПРЕСТИЖНОМ ПРЕДПРИЯТИИ, МОЁ ОБРАЗОВАНИЕ ВЫСШЕЕ ТЕХНИЧЕСКОЕ.

Наталья Смирнова,
Лидер Компании АРГО, г.Брянск

Подписала контракт с АРГО не думая, что вскоре условия на основной работе станут неприемлемы, и мне придётся сменить не только работу, но и профессию. Строить свой бизнес – сеть и информационный центр – оказалось трудно, но интересно. Пришлось много читать, учиться ставить цели, планировать свой день, который освободился от постоянной работы с 8 до 17 часов.

Свобода — это кайф. Многие боятся так жить. От испуга свободы очень помогает ежедневное планирование: ежевечерне писать 10 пунктов того, что надо сделать на следующий день. А утром отметить 3-4 самых важных из этого списка и выполнять их. Это классика, придумано не мною, работает замечательно. При постановке цели я ставлю недостижимую цель. Даже если я дохожу до середины, моя середина всегда оказывается выше конечной цели других. Ещё освободившееся время даёт возможность ДУМАТЬ. Я использую эту возможность, когда путешествую. Отрываюсь от привычной среды, чтобы обдумать решение накопившихся задач. Ничто не раскрасит жизнь так ярко, как новые впечатления, ни власть, ни деньги, жить надо с удовольствием! Удовольствие даёт энергию, чтобы двигаться дальше. Приобретаю в 2003 году в собственность офис в центре города для работы и в 2007 году апартаменты на Солнечном Берегу в Болгарии для отдыха на море.

Мне задали вопрос: **«Как стать Лидером?»**. Считаю, что только личным примером, приобретая новые знания, новые навыки, оставаясь постоянно интересным и многогранным человеком для своей структуры. С 2005 по 2008 гг. я успешно работала на ММВБ – торговала акциями нефтегазовых компаний, предварительно пройдя курсы в Академии Народного Хозяйства в Москве. Учёба и практика дали мне навыки инвестирования и привычку быть в курсе политических и экономических событий, а, значит, постоянную ясность происходящего вокруг. «Кто предупреждён – тот вооружён». Я полезна моей структуре своими знаниями.

Свобода – это кайф. Многие боятся так жить. От испуга свободы очень помогает ежедневное планирование: ежевечерне писать 10 пунктов того, что надо сделать на следующий день. А утром отметить 3-4 самых важных из этого списка и выполнять их. Это классика, придумано не мною, работает замечательно.

Что ещё может Лидер сделать? Удивить свою структуру в хорошем смысле. Закончив курсы позитивной психологии, я открыла брачное агентство, тем самым эмоционально встряхнула структуру и поддержала новыми потребителями свою личную группу. Более двух лет у нас очень весело! Отношения между женщиной и женщиной всегда интересны ВСЕМ, а тут целая картотека клиентов, между прочим, потенциальных потребителей АРГО. Интимные пенки, рициниолы, йохимбе и многое другое находится в тесном соседстве с анкетами и фотографиями в агентстве.

Человек рождается, чтобы послужить людям, Лидер – особенно. Следуя этому принципу, легче достучаться до небес и осуществить свои желания. Приведу несколько строк, считаю, реального руководства для Лидеров и для жизни каждого из нас.

**Не делай зла – вернётся бумерангом,
Не плюй в колодезь – будешь воду пить,
Не оскорбляй того, кто ниже рангом,
А вдруг придётся что-нибудь просить.
Не предавай друзей – их не заменишь,
И не теряй любимых – не вернёшь,
Не лги себе – со временем проверишь,
Что ложью сам себя ты предаёшь...**

А сейчас я опять учусь. К услугам агентства добавляю массаж (ручной, аппаратный, сегментарный, точечный и т.д.), возможно, опять придётся ехать в Китай или Таиланд, теперь уже с целью обучения. Точечный массаж – это мастерство Азии и Востока. АРГО даёт невероятные возможности развиваться творчески, пробуя себя в различных профессиях, одновременно работая в Компании.

Ещё одно преимущество нашей Компании — наш Президент. Он из того меньшинства людей, которые достойны и власти, и денег. Какие будут следующие годы в нашей стране – не знает никто. Верю в Красильникова, в его способность видеть на два-три хода вперёд и, следовательно, в жизнеспособность и в космические результаты проекта АРГО!



Долгожданная Академия
 здоровья, красоты и пред-
 принимательства АРГО
 в Москве!
 Первый выпуск Академии
 в Московском Центре АРГО
 и 38-й в общем зачете.
 На данном курсе прошел
 обучение 1500-й слушатель
 Академии.
 Перед празднованием
 15-летия Компании АРГО с
 9 по 14 июля прошли заня-
 тия Академии АРГО. Вместо
 того, чтобы описывать, как
 ЭТО было, представляем
 вашему вниманию отзывы
 слушателей



АКАДЕМИЯ АРГО

45

— Спасибо АРГО! Спасибо Академии АРГО. Очень много положительных эмоций! Жизнь начинается! Хочется в массы! К своим консультантам – работать и учиться, и жить!
Консультанты р. Башкортостан

— Академия АРГО – это предприимчивые люди, которые стремятся к успеху. Вы дали нам толчок, и мы готовы действовать. Мы знаем формулу успеха и знаем куда двигаться!!!
Ирина Кроу, г. Москва

— Академия АРГО 2011 год, 38 выпуск. Огромное спасибо за то, что Вы есть, что учите нас не только зарабатывать деньги, но и исполнять свои мечты, видеть завтрашний день в лучшем свете. Так как наши дети достойны лучшего. Мы ваши дети, а Вы наши родители. Желаем всем процветания и приглашаем

посетить жемчужину Кыргызстана – Голубой Иссык-Куль.
Консультанты р. Кыргызстан

— Академия АРГО – стимул для сохранения здоровья, это обязанность быть красивой всегда и самое главное быть счастливой и успешной пожизненно.
Инна Блохина г. Радужный

— Дорогая Академия! Очень жалко расставаться, но, уверенны, мы говорим вам всем «до свидания», потому что, после тех знаний, которые мы получили за прошедшие 6 дней, того великолепного общения, того тепла от всех академистов, того дружелюбия от преподавательского состава невозможно забыть. До новых встреч! И огромное Вам спасибо!
Татьяна и Олег Ананьины г. Москва

Занятия в Академии очень нужны! Они дают знания, мотивацию и желание действовать!
Консультанты г. Самара

— Дорогая Академия! Мы рады, что приехали учиться и успешно закончили её, мы принесем эти знания в свои структуры. Желаем Академии процветания и успехов!
Консультанты г. Казань

— Ведите учиться в Академию своих детей, как это сделала я. Пусть они услышат А.И. Пальцева, именно благодаря его лекциям мне не нужно рассказывать своему сыну, о вреде алкоголя, курения, наркомании – теперь это он знает САМ! Пусть они пройдут тренинги и занятия по маркетингу, и узнают, как можно зарабатывать деньги. Мой сын уже знает и зарабатывает!
Ольга Горевая г. Радужный

МЫ ЖЕ ПРИГЛАШАЕМ ВАС НА ЗАНЯТИЯ АКАДЕМИИ АРГО. ПОВЕРЬТЕ, НАШИ ПРЕПОДАВАТЕЛИ УМЕЮТ ДОНЕСТИ ДОХОДИВО И УБЕДИТЕЛЬНО ВСЕ, ЧТО ВОЗМОЖНО, НЕ ПОЛУЧАЕТСЯ СКАЗАТЬ ВАМ СВОИМ КОНСУЛЬТАНТАМ!

— подробности о ближайшем наборе в Академию узнавайте на сайте: www.argo.ru. —

ДО НОВЫХ ВСТРЕЧ В АКАДЕМИИ АРГО!



НОВЫЕ ДИРЕКТОРА- ПРЕЗИДЕНТЫ



РЕЗУЛЬТАТЫ ЛОТЕРЕИ ПО ГРУППОВЫМ РУ

46

ЛО

ГО

Фотоаппарат Nikon Coolpix L120 Black
 Фотоаппарат Nikon Coolpix L120 Black
 Фотоаппарат Nikon Coolpix L120 Black
 Коммуникатор HTC Wildfire S
 Коммуникатор HTC Wildfire S
 Коммуникатор HTC Wildfire S
 портативный DVD Toshiba SD-P94SKR
 портативный DVD Toshiba SD-P94SKR
 портативный DVD Toshiba SD-P94SKR
 Планшетный компьютер Dell Streak7
 Планшетный компьютер Dell Streak7
 Планшетный компьютер Dell Streak7
 TV LED моноблок Toshiba 22DL833R"
 TV LED моноблок Toshiba 22DL833R"
 TV LED моноблок Toshiba 22DL833R"
 Нетбук Acer Aspire D257-N57 10.1
 Нетбук Acer Aspire D257-N57 10.1
 Ноутбук DELL Inspiron 1546 15,6
 Ноутбук DELL Inspiron 1546 15,6
 Ноутбук DELL Inspiron 1546 15,6

Фотоаппарат Nikon Coolpix P500 Black
 Фотоаппарат Nikon Coolpix P500 Black
 Фотоаппарат Nikon Coolpix P500 Black
 Коммуникатор HTC Gratia
 Коммуникатор HTC Gratia
 Коммуникатор HTC Gratia
 портативный DVD Toshiba SD-P101SKR
 портативный DVD Toshiba SD-P101SKR
 портативный DVD Toshiba SD-P101SKR
 Планшетный компьютер Aser ICONA A500
 Планшетный компьютер Aser ICONA A500
 Планшетный компьютер Aser ICONA A500
 TV LED моноблок Toshiba 22DL833R"
 TV LED моноблок Toshiba 22DL833R"
 TV LED моноблок Toshiba 22DL833R"
 Нетбук Asus Eee PC 1015PW
 Нетбук Asus Eee PC 1015PW
 Ноутбук Asus 17,3" K72F
 Ноутбук Asus 17,3" K72F
 Ноутбук Asus 17,3" K72F

ИЮЛЬ 2011

Ковшов Андрей ID 1215275
 Васильева Ирина ID 1329293

АВГУСТ 2011

Фомин Вадим ID 2173399
 Бабаева Надежда ID 2025875
 Шмелева Марина ID 2446649
 Воробьева Надежда ID 2441920
 Ермакова Валентина ID 239915
 Надгребельная Любовь ID 1508533
 Давыденко Евгения ID 2417964
 Беляева Татьяна ID 1282584
 Есютина Наталья ID 2401639
 Мироненко Людмила ID 2132239
 Лолита М. ID 2354910

Назикова Альфия ID 1711938
 Старченкова Елена ID 2469016
 Зиязов Рауль ID 571143
 Романенко Марина ID 869597
 Земляникина Елизавета ID 2075855
 Прима Надежда ID 2181595
 Власкина Евгения ID 1449321
 Суровцева Ольга ID 2266595
 Конратьева Людмила ID 1786717
 Гладуш Мария ID 2376498
 Осипова Ольга ID 2390837
 Кашкарихина Юлия ID 1223593
 Гладких Галина ID 957542
 Карманова Вера ID 677678
 Бахмудова М ID 2353233
 Сергеева Надежда ID 2409661
 Горлова Татьяна ID 1776391
 Шульга Галина ID 665615
 Зинин Владимир ID 1563287
 Асланова Гульфия ID 2383908

Никитин Даниил ID 1776661
 Климова Ольга ID 2025724
 Четверикова Нина ID 2224185
 Салахбеков Руслан ID 2363452
 Быкова Зинаида ID 443820
 Чернов Юрий ID 2316635
 Борода Елена ID 2193224
 Зонова Г ID 2375978
 Моросьяк Станислав ID 1586464
 Леднева Людмила ID 43206
 Пяткова Елена ID 873151
 Юнонина Ольга ID 857604
 Буймистрова Надежда ID 1069428
 Жидкова Марина ID 2363535
 Иразиева Зумруд ID 2282322
 Садовская Лариса ID 2348324
 Отинова Любовь ID 629184
 Аптека Людмила ID 2257478
 Заседатель Галина ID 27943
 Корнилов С ID 2104461



СЧАСТЛИВЫЕ ОБЛАДАТЕЛИ ПУТЕВОК В БОНУС-ТУР

47

1. **Скоробогатова Наталья**, г. Боровичи
2. **Хабарова Галина**, г. Екатеринбург
3. **Старикова Алла**, г. Великий Устюг
4. **Бугайченко Галина**, г. Краснодар
5. **Месяцева Валентина**, г. Москва

ПОБЕДИТЕЛЬ РОЗЫГРЫША АВТОМОБИЛЯ

Квасницына Нина, Германия



ПООЩРИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА «СОЗДАЙ КОМАНДУ!»

Дорогие аргонавты! Начинающие консультанты, активные директора и маститые лидеры! Через поощрительную программу «Создай команду!» каждый консультант АРГО имеет право и возможность стать участником объявленного Компанией туристического маршрута!

Возможно, кто-то спросит: «В чём подвох?». «Подвох», если можно так выразиться, заключается только в одном – Вашем желании и умении работать в Компании! Любому, кто правильно строит структуру, Компания даёт возможность бесплатно отправиться в следующий **Бонус-тур**. Смеем Вас заверить, что Компания не экономит на выборе туроператора, месте и виде отдыха. Достойным работникам – только качественный отдых!

Есть два пути получения бесплатной путевки! Для новичков и для уже работающих аргонавтов.

Итак, алгоритм для новичков

1. *Заклучите соглашение с Компанией АРГО!*
2. *В первое свое поколение подпишите как минимум 5 человек! (Можно и больше, но 5 консультантов обязательно должны быть активными – им необходимо в дальнейшем стать Директорами).*
3. *Станьте директором! (Ежемесячно используйте продукцию не менее чем на 50 очков (Личный объем), когда вы и ваша группа наберете 500 баллов в месяц (Групповой объем), вы перейдете на новую ступень плана вознаграждений и станете Директором).*
4. *Теперь вы – Директор. Следующая ступень – Директор-Президент. Вы им станете, когда 5 самых активных консультантов в вашем первом поколении станут Директорами. На выполнение этого пункта Вам дается 18 (!) месяцев.*
5. *Как только Вы стали Директором-Президентом, то сразу стартуете в программе «Создай команду!». Теперь вам необходимо в течение 6 месяцев поддерживать свой ранг Директора-Президента. То есть суммарно 7 месяцев подряд быть ДП.*

Главным условием получения путевки является создание надежной работоспособной команды!

Для тех, кто работает в Компании более полутора лет, алгоритм такой:

1. *Научите Ваших НОВЫХ людей правильно работать со своими структурами!*
2. *Постоянно стимулируйте их активность!*
3. *В вашей структуре за 18 месяцев должно появиться как минимум ТРИ Директора-Президента. И когда каждый из них подтвердит свою квалификацию еще в течение 6 месяцев, то Вы и Ваши Директора-Президенты вольются в дружную компанию аргонавтов-путешественников!*

В программе «Создай команду!» проявляются Ваши лидерские качества, умение заражать своим энтузиазмом и вести к поставленной цели! Вы создаете команду единомышленников!

Примечания:

Путевки выдаются после принятия решения Президентом Компании совместно с Лидерским советом. В первую очередь оценивается честность выполнения программы, дабы исключить возможность участия в поездке людей, искусственно создавших структуру, тем самым выполнив условия программы.

Если по каким-либо причинам Вы не можете поехать в поездку после выполнения Вами программы, то у вас есть возможность перенести ее единожды **ТОЛЬКО НА СЛЕДУЮЩИЙ РАЗ**.

Возможно получение компенсации. В случае если Вы отказываетесь от поездки, Вам возвращается 50% от стоимости путевки.



МАРШРУТЫ МИРА



17 МАРТА 2012 ГОДА
В ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ
ПУТЕШЕСТВИЕ ВДОЛЬ
БЕРЕГОВ ЮЖНОЙ
ЕВРОПЫ ОТПРАВЛЯЕТСЯ
РОСКОШНЫЙ КРУИЗНЫЙ
ЛАЙНЕР «COSTA SERENA».
ИЗ СТОЛИЦЫ ИТАЛЬЯНСКОЙ
МОДЫ, ЛЕГЕНДАРНОГО
МИЛАНА, МНОГОПАЛУБНЫЙ
КОРАБЛЬ ОТПРАВИТСЯ К
ВУЛКАНИЧЕСКИМ ПЛЯЖАМ
КАНАР, ОСТАНАВЛИВАЯСЬ
В ПОРТАХ БАРСЕЛОНЫ И
КАСАБЛАНКИ, МАЛАГИ И
АРРЕСИФЕ, РИМА И САНТА-
КРУС-ДЕ-ТЕНЕРИФЕ.

Уникальный шанс насладиться мягким теплом итальянской весны, почувствовать пышную красоту Испании и испытать на себе мистическое очарование древнего Марокко и окунуться в роскошную атмосферу престижных курортов Канар – такую возможность Компания АРГО предоставляет участникам и победителям **поощрительной программы «Создай команду!»**

Предполагаемая цена путевки – 85 тысяч российских рублей. В ее стоимость входит не только перелет из Москвы до Милана и обратно, три экскурсии и двухдневное пребывание в Милане, виза, трансферы, портовые и правительственные сборы. В эти деньги также включено 12-ти дневное проживание, питание и развлечения на лайнере европейского премиум класса.

14 палуб удовольствий: спа-центры и рестораны, бассейны и аква-парки, шопинг, досуг и отдых уровня миллионеров – все это прелести морского круиза – самого безопасного и увлекательного вида путешествий. А обслуживающий персонал лайнера в количестве **1100** человек сделает ваш отдых уютным и комфортным.

Каждый желающий может самостоятельно присоединиться к победителям программы «Создай команду!» и вместе с нами отправится в сказочное путешествие. Следите за анонсами и условиями участия в программе «Создай команду!» на сайте АРГО!

Ольга Красильникова

e-mail: bt@rpo.ru / тел. 8 (495) 589-14-14 (доп. 234)



Уважаемый Андрей Борисович!

С Днём рождения!

ТЕЛЕГРАММА-МОЛНИЯ ТЧК С ЮБИЛЕЕМ ВСКЛ ВСЕГДА С ВАМИ И ДЛЯ ВАС ЗПТ СПБ
Сеть питерских бизнесменов-аргонавтов

Андрей, Андрей Борисович! В зависимости от ситуации и от обстоятельств я обращаюсь к тебе по-разному. Но ты мне всегда одинаково дорог как человек, как друг и почти родственник. Желаю тебе всегда в жизни находить верные пути и оставаться таким же надежным для семьи, для «АРГО», и для нас, твоих друзей.

Гагик

Уважаемый Андрей Борисович!
Поздравляем вас с юбилеем!
Желаем арговского здоровья!
Арговского долголетия!
Арговского процветания!
Всего самого наилучшего в жизни!

*С уважением к Вам,
семья Москалёвых*

Андрей Борисович!
ПятьНоль - Юбилей сегодня у Вас!
Поздравления примите срочно от нас!
Пусть Ваша жизнь будет только на Пять!
Фортуна в руках своих крепко держать!
Чтоб во всем и всегда удача была!
Вам и Арго - наша честь и хвала!

Аргонавты г. Красноярска

За все, что сделал ты, Андрей,
Тебе мы очень благодарны,
И твой отметим юбилей
Своей работою ударной!
Компания АРГО! Одной
Живут заботой твои дети, -
Чтоб стала ты для всех родной
и самой лучшею на свете!

Валерий Варва

Дорогой Андрей Борисович!

Сердечно поздравляем Вас с юбилеем.
Желаем крепкого здоровья, семейного и делового благополучия, душевного равновесия и спокойствия мудрого руководства созданного Вами земного Рая «Арго».

*Всегда Ваши, Елена Шувалова
и Игорь Сон*

От души поздравляем с Юбилеем создателя компании АРГО, Андрея Борисовича!
Принципиальность, Методичность, Спокойствие и Ироничность, Достоин орденов и лент, Гарант народного здоровья, Тебя мы чествуем с любовью, Живи до 100, НАШ ПРЕЗИДЕНТ!

Ольга и Борис Фельдманы

Хотим поздравить Капитана – большая дата у него!
Пусть легче ветра мчится шхуна с красивым именем «АРГО»
Желаем юбиляру вместе Любви, Удачи, сильным быть, А всем гостям на юбилее коллоидов до дна испытать!

*Петр Доновский и коллоидная команда
ЭД Медицин*

Уважаемый Андрей Борисович.

Поздравляю тебя с юбилеем. Зная тебя вот уже 15 лет, хочу пожелать тебе – моему другу, здоровья, счастья, благополучия. Я очень рад, что судьба дала мне возможность учиться у тебя, равняться на тебя, брать с тебя пример. Многим из нас ты вручил БРЕНД здорового и надёжного будущего – компанию АРГО. И за это тебе Спасибо!

Иванов Евгений