AUTO lady+

Свою дорогу обирай сама!

Олександра Прокопюк

Жити тут і зараз



Квітень 2021
www.autolady.org



Маловічко Олена:

ЛЮБОВ ДО КРАСИ – ЦЄ З ДИТИНСТВА

Підприємець, власниця і засновник Beauty.studio.elena
Учасник безлічі конференцій, майстер-класів, курсів підвищення кваліфікацій, чемпіонатів.

Олена, хто Ви за освітою? Як Ви зрозуміли, що створювати жінку красивою – ця саме та справа, якою б Вам хотілося займатися?

Я маю 2 вищих економічних освіти, працювала держслужбовцем, і в один день, коли я була в салоні краси як клієнт, майстер-бровіст запитав мене про те, не хотіла б я працювати у сфері краси? Я замислилася над цим питанням, але серйозно не сприйняла – я дуже любила свою роботу і ніде себе не бачила, окрім як кабінету з множиною документальних справ. Але всупереч цьому, мене все ж не покидала думка про те, що може дійсно піти у сферу краси, адже мені це так подобається. І ось я тут!

І як давно Ви працюєте в індустрії краси?

З квітня виповнюється 5 років моєї діяльності у сфері краси. Але зараз розумію, що все почалося набагато раніше...

З малих років і до сьогоднішнього дня я зберегла звичку спостерігати за процедурами краси моєї мами. Завжди любила стояти поряд з нею у дзеркала та уважно дивитися як робиться макіяж, тому особлива любов до краси у мене розвивалася з раннього дитинства.

Зі шкільних років я завжди була в самому центрі уваги. Я дуже активна, усебічно розвинена і комунікабельна людина, люблю спілкування, публіку. Часто в шкільні роки я була ведучою багатьох заходів, відвідувала гурток "Юних фізиків", тому мені часто доводилося виступати з доповідями перед аудиторією з демонстраціями. Я не боюся спілкування і величезної кількості уваги, мені це дуже подобається!

Так само в шкільні роки я брала участь в конкурсі краси, стала переможницею, тому зі шкільних років розвивала любов до краси, до публіки, до спілкування з різними людьми. Чесно кажучи, я ніколи не відчувала дефіциту уваги.

Розкажіть про вашу студію краси.

У моїй студії Beauty.studio.elena можна отримати безліч послуг, а саме: естетична, лазерна косметологія, перманентний макіяж, архітектурне оформлення брів, нарощування і ламінування вій, депіляція. Наша студія зарекомендувала себе тільки з кращого боку. Ми дорожимо своїми улюбленими постійними клієнтами й, звичайно, запрошуємо в наш оазис раю усіх дівчат міста Бобринець. Записатися на послуги можна по тел. 095-77-00-315.

Олена, які послуги надаєте особисто Ви?

Я володію усіма навичками майстрів свого салону і можу надати будь-яку послугу особисто. Мені шалено подобається в комплексі перевтілювати дівчат, надаючи декілька процедур одночасно, тим самим перетворюючи їх на справжніх красунь.

Поділіться своїми планами на майбутнє, будь ласка.

На сьогодні я придбала приміщення для розширення та удосконалення своєї студії, де зараз планується ремонт. Як тільки ми розкриємо двері свого нового салону, ми відразу повідомимо читачок журналу AUTOLady про цю знаменну подію. Готуйтеся! Вас чекає багато дивовижного і прекрасного!





Чи багато жінок встигають зібратися вранці, вставши за пів години до виходу з домівки? Давайте будемо чесними: ні, і знову ні. Сили волі відкрити очі й одразу піти у душ, а потім зробити зачіску і макіяж вистачає, мабуть, тільки тим, у кого вдома діти прокидаються зі сходом сонця. Іншим же доводиться з цією метою заводити собаку або кота – тварини будять анітрохи не гірше. Крім жартів, на збори багато жінок виділяють час після прибуття в офіс або у заторах, поки до нього добираються.

В редакцію прийшов запит – Олеся з м. Кривий Ріг хоче дізнатися, як нафарбуватися у заторі без шкоди для краси макіяжу і, що головне, свого життя. Що ж, питаєте – відповідаємо, але нагадуємо: роблячи макіяж за кермом, не слід забувати про техніку безпеки!

Головний редактор Людмила Кладійова











Щербина Тетяна

Дизайнер Одягу

Поєдную в одному луці різні стилі,
створюючи щось особливе саме для тебе.
Образи, які підкреслюють індивідуальність та настрій.
Власне ательє на Оболоні.

+38 067 346 28 71

TS

TS_TATIANA_SHCHERBINA













На обкладинці:
Олександра Прокопюк
Фото: Продюсерський центр Babyphotostar



Zапчастини

8 АВТОНОВИНИ
10 В СВІТІ АВТО
12 ТЕСТ-ДРАЙВ
16 ВАЖЛИВО ЗНАТИ АВТОЛЕДІ
22 АВТОВИБІР
24 ШИНИ
28 АВТОПОРАДИ
30 АВТОЛІКБЕЗ
32 АВТОСТРАХУВАННЯ
34 АВТОЕТИКЕТ
36 ЛИСТ ДО РЕДАКЦІЇ
40 ІНТЕРВ'Ю З АВТОЛЕДІ
44 ІНТЕРВ'Ю
54 ВАЖЛИВО ЗНАТИ КОЖНІЙ ЛЕДІ
56 КРАСА ТА ЗДОРОВ'Я
66 СМАЧНО З «AUTOLADY»

AUTO Lady

Лауреат національного рейтингу «Золота фортуна» в номінації «За значний вклад у в справу розвитку України і високу журналістську майстерність». Нагороджений почесною відмінністю «Трудова Слава», медалями «Лідер Національного бізнесу» і «За Добродійність».



№4 2021
161
Квітень

Засновник, видавець і головний редактор:
Кладійова Людмила Петрівна

Адреса редакції :
м. Харків
пл. Конституції, 26 оф. 307
(057) 75-110-75,
моб.: 068-550-97-51

Представник у Києві:
(096) 773-37-91

E – mail: redacauto@gmail.com
www.autolady.org

Свідоцтво про державну реєстрацію друкарського засобу масової інформації:
Серія КВ №19927-9727ПР
від 11.04.2013р.

Тираж 10 000 екз., розповсюджується безкоштовно і по передплаті

У разі, якщо Ваша діяльність вимагає ліцензії, необхідно вказати номер і дату видачі ліцензії, оскільки Ваше оголошення відповідно із ст.24 Закону України «Про рекламу» не може бути опубліковано без цих даних.
Редакція не несе відповідальності за зміст рекламних оголошень. Згідно з правилами, що діють в редакції, відповідальність за достовірність оголошень несе рекламодавець. Він самостійно відповідає за зміст наданих даних, за наявність посилань на ліцензії і вказівок на сертифікацію продукції і послуг в порядку, передбаченому законодавством. Редакція виходить з того, що рекламодавець має право і заздалегідь отримав усі необхідні для публікації дозволи. Думка редакції не завжди співпадає з думкою авторів статей.

Альона Бекетова

Сертифікований майстер перманентного макіяжу



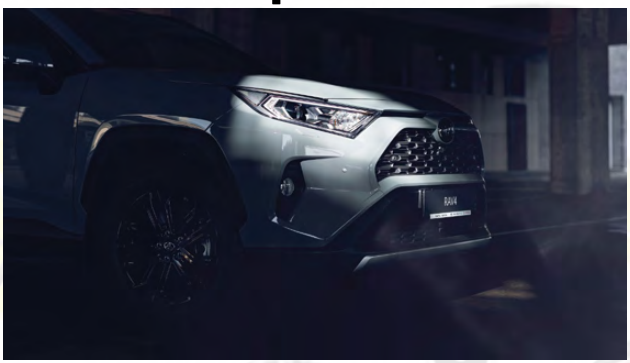
Люблю те, чим займаюсь!

м. Луганськ

@beketovaalyonka

095 325 28 05

Українці почали більше купувати гібридів ніж електромобілів

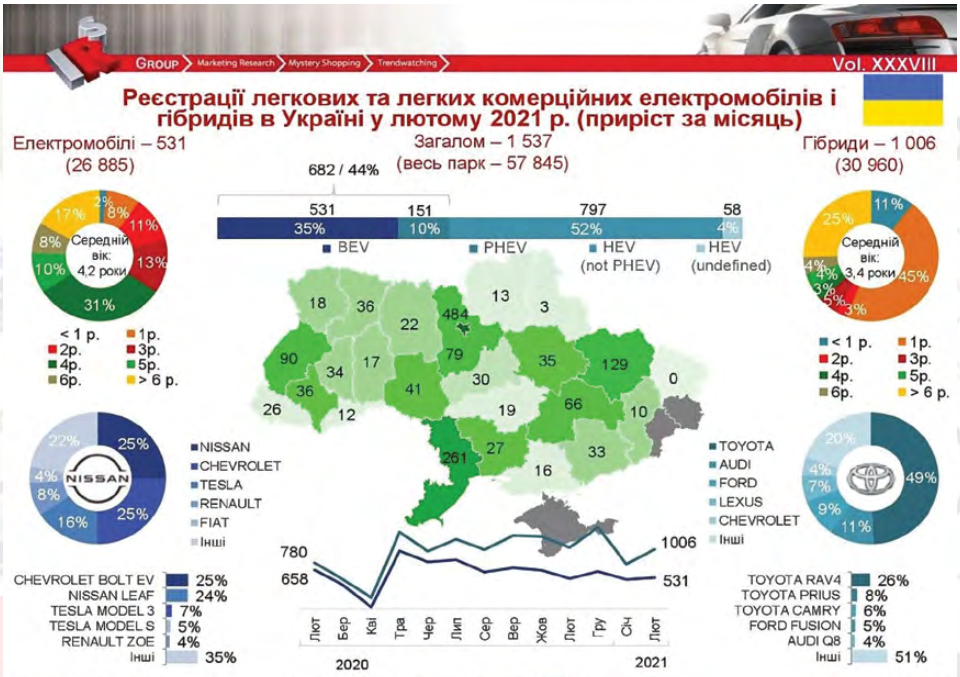


У лютому 2021 року електричних авто зареєстровано вдвічі менше, ніж гібридних.

Загальна кількість «зелених» авто (з електроприводом) у лютому збільшилась на 22% відносно січня – 1547 одиниць. При цьому кількість гібридів зросла на 33% (до 1006 авто), а електрокарів – лише на 6% (531 од.).

Серед електромобілів з перевагою у кілька одиниць авто на перше місце повернуся бренд Nissan, посунувши Chevrolet, а серед гібридів лідером залишається Toyota, збільшивши у порівнянні з січнем свою частку на 3 п.п. до 49%.

Серед моделей Chevrolet Bolt EV залишився на першому місці серед моделей електрокарів. Серед гібридів традиційно лідером є Toyota RAV4.



Наталія Горбачова

- В Beauty Industry більше 20 років, в ПМ 4-й рік.
- Керівник студії та діючий майстер ПМ.
- Учасник IBF 2018
- Дипломований сертифікований майстер з перманентного макіяжу
- Член КССК 5 рівень
- Призер міжнародного чемпіонату Makeupbrowdesignchamps в категорії ПРОФІ LIPS 2019 Харків
- Учасник конференцій
- Призер в міжнародному чемпіонаті "Імперія Краси" в категорії ПРОФІ LIPS 2021 Ізраїль, Тель-Авів
- Старійшина ОО "СМКУ" секція ПМ 2021
- Призер міжрегіонального чемпіонату України "VIN DAY ART" в категорії ПРОФІ EYELIDS CLASSIC 2021 Вінниця



Люблю те,
над чим працюю,
працюю над тим,
що люблю

м. Краматорськ

gorbacheva_natalya

Natalya Gorbacheva

063 188 88 81



В Каліфорнії є містечко, усі жителі якого їздять вулицями на літаках

Кожен будинок у Cameron Airpark Estates у Сакраменто, що в Каліфорнії, має власний ангар, з якого можна виїхати прямо на злітну смугу аеродрому.

Поки літаючі автомобілі ще не стали повсякденною реальністю, однак окремі щасливці вже зараз мають змогу переміщуватись на власному транспорті землею й повітрям.



Коттеджне містечко "Кемерон ейрпарк істейтс" (Cameron Airpark Estates) у Сакраменто було спроектоване і збудоване навколо невеличкого аеропорту. Вулиці тут мають достатню ширину, аби ними могли безперешкодно пересуватись компактні літаки. Навіть назви вулиць мають авіаційний профіль: Cessna Drive, Aeronca Way, Boeing Road або Lockheed Court. А майже у кожному будинку тут є власний ангар.

Мінімальна вартість будинку в цьому містечку 500 000 доларів, але порожньої нерухомості тут майже немає. Наразі там продається лише один будинок за 1,5 мільйона доларів.

Жіночий автомобіль 2021 року: оголошені переможці



Журі з 50 журналісток із 38 країн назвало найкращі машини цього року за 9 категоріями.

Жіночий світовий автомобіль року (Women's World Car of the Year, WWCOTY) – єдина у світі автомобільна премія, що присуджується виключно жіночим журі. Вона заснована новозеландською автомобільною журналісткою Сенді Мейр у 2009 році. У номінацію WWCOTY 2021 потрапили автомобілі, що вийшли з січня по грудень 2020 року.

Названо переможців у дев'яти категоріях. Ці транспортні засоби втілюють досконалість за такими критеріями, як безпека, комфорт, технологічність та співвідношення ціни та якості.

Сітікар	Сімейний	Люксовий
Peugeot 208	Skoda Octavia	Lexus LC500 Cabrio
Спортивний	Міський кросовер	Середній кросовер
Ferrari F8 Spider	Peugeot 2008	Land Rover Defender
Великий крососвер	Позашляховик / пікап	Електрокар
Kia Sorento	Ford F-150	Honda e

Цього року нова методологія голосування WWCOTY 2021 розпочалася з вибору трьох найкращих моделей у кожній категорії, перш ніж звузити вибір до одного переможця. Як і в попередні роки, голосування підтверджував незалежний аудитор Грант Торнтон з Нової Зеландії.

Цього року голосування було складнішим через пандемію, яка обмежувала можливість проведення тест-драйвів. Попри труднощі, журі доклало додаткових зусиль, щоб сісти за кермо цих транспортних засобів, аби вчасно оцінити їх для голосування.



Тест-драйв Honda Jazz E: HEV

Зрозуміло, що Honda... Зрозуміло, що справжній японець... Але якось дорогувато, хоча Jazz ніколи й не був бюджетною моделлю. Але не треба поспішати з висновками – у Honda завжди є фірмові сюрпризи. Ми розповімо, чим Honda Jazz може здивувати та порадувати.

Якщо вам треба зробити на когось враження, підкотивши на розкішному авто, то Honda Jazz, швидше за все, не для вас. А якщо ви хочете не тільки розуміти, а й відчувати, що виклали свої кровно зароблені не дарма, є сенс уважно придивитися до Honda Jazz. І ключове слово тут – уважно.



На тесті був гібридний Honda Jazz з 1,5-літровим бензиновим мотором і

електричною силовою установкою i-MMD потужністю 107 к.с. з варіатором e-CVT в максимальній комплектації Executive за 829 900 грн. Ціни на базову версію Elegance стартую від 777 000 грн.

Honda Jazz – це хетчбек, який хочеться назвати мініВеном, зі спокійним, що не привертає уваги, дизайном. Хоча, в тестовому авто увагу привертав колір – хамелеон. Він, в залежності від освітлення і від кута зору змінювався, трансформуючись з «біла ніч» в бежевий з бузковою, золотистою та зеленою іскоркою. Але, якщо особливо не придивлятися, то забарвлення просто світло-сіре. А якщо бути абсолютно точним, в Honda його називають Premium Sunlight White Pearl.

Ще один елемент, який привертає увагу – світлодіодні фари з симпатично вигнутими «розчерками» ходових вогнів. З боку цього не видно, але в Honda Jazz – розумні світлодіоди, які самі перемикаються з ближнього на дальнє світло. І вони зовсім непогано висвітлюють дорогу навіть темним зимового вечора.

Звичайно, треба звернути увагу на емблему Honda. В Jazz вона на синьому тлі. Адже це – інтелектуальний гібрид. Такий же, як і Honda CR-V Hybrid. Але тепер, щоб підкреслити інтелектуальність системи, японці пишуть на етикетці не просто Hybrid,



а E: HEV. Таку ж назву з цього року і на табличці гібридної Honda CR-V. І, так само як CR-V, Jazz може їздити виключно на електромоторі, на комбінації електромотора і ДВС та тільки на ДВС. Причому, гібридна установка тому і називається інтелектуальною, що водієві взагалі не потрібно думати, в якому режимі краще їхати. Jazz все вирішує сам, вибираючи найкращий з точки зору економії палива варіант.

І ще одна деталь про зовнішність Jazz, яка не впадає в очі: під пластиковими ковпаками – литі 15-дюймові диски.

Неймовірно, як при колісній базі у 2517 мм і габаритах всього 4004x1694x1525 мм (ДхШхВ) японцям вдалося зробити в Jazz такий просторий салон. Адже Jazz – хетчбек B-класу. Контрабас тут дійсно може поміститися, якщо підняти сидушки заднього ряду. Це фірмова система Honda Magic Seats, яка дозволяє «заштовхати» в хетчбек B-класу навіть пральну машину або холодильник середніх розмірів.

Про сам багажнику Honda Jazz об'ємом в 304 л нічого рекордного не скажеш. І тут немає запаски, а тільки європейський ремкомплект. Але разом зі складеними спинками задніх сидінь, багажний відсік утворює практично рівний вантажний майданчик розміром кілька квадратних метрів і об'ємом в 1205 л. Тобто ваш хетчбек, фактично, можна використовувати, як невеликий фургон.

Honda Jazz – найпросторіший автомобіль у своєму класі. Додає простору всередині й величезне переднє панорамне лобове скло, а також – трикутні бічні віконця у зовнішніх дзеркал. Вони забезпечують такий огляд водієві, що здається ніби ви від монітора ноутбука в інших авто потрапили в 3D кінозал з панорамним екраном. А висока посадка водія

створює ефект, ніби ви за кермом мінівена.

Інтер'єр японця при першому побіжному огляді не вразив, хоча гарне про нього теж є що сказати. Тим більше, що все це – справа смаку. Але головне – не поспішати з висновками, і ви зрозумієте, що тут є своя краса. Кнопки управління всіма системами та на кермі, і на центральній консолі – клацають при натисканні. Це дрібниця, але це – рівень. Сенсорні кнопки на дисплеї дублюються фізичними. Є і класичні «шайби», які приємно обертаються немов катаються в маслі. І це зручно.

Світла лакована вставка в кермовому колесі спочатку здається простенькою. Але на ній, на відміну від чорного лаку, не залишається відбитків пальців, і виглядає вона молодіжно і сучасно.

Гарний 9-дюймовий дисплей. Він матовий, без відблисків, з великою роздільною здатністю, простою і зрозумілою графікою,вдало підібраною гамою кольорів.

Підсклянники біля повітропроводів практичні. У них напої можна і підігрівати, і охолоджувати. Ящик для рукавичок відкривається як паща крокодила: состоїть з двох відділень – верхнього і нижнього.

На жаль, бездротовий CarPlay доступний тільки для власників Iphone. Для тих, у кого телефон на Android, потрібен «шнурок». Для нього під клімат-контролем є два гнізда USB.

Пластик в салоні жорсткий, але якісний, тому жорсткості багато хто не помічає. Тим більше, що на приладовій панелі є м'які вставки з обтягнутих екошкірою «подушечок».

Спинки обох передніх сидінь забезпечені не тільки традиційними кишенями. У верхній їх частині – окрема кишенька для мобільного телефону, а рівна підлога дає можливість комфортно



сидіти ззаду трьом. Оббивка сидінь – тканинна, але це не просто зносостійка і дихаюча, а й дуже приємна на дотик тканина. Світлі вставки в центрі крісел добре гармонують зі вставками зі світлого пластику на кермі.

В цілому, інтер'єр Honda Jazz зовсім не такий простий, як здається з першого погляду. Це – сучасний техно-мінімалізм. І багато хто вважає, що він натхненний дизайном Honda E.

Тест проходив, коли було холодно: – 20° С. В мороз, як відомо, акумуляторні батареї працюють гірше. Тому, середнє споживання бензину по місту вийшло 6 л/100 км. Це теж небагато. Але при звичайній (чи плюсової) температурі, швидше за все, буде чесних 5 л/100 км, а то й 4,5 л/100 км. Цей невеликий хетчбек їздить по місту дуже жваво. Практично безшумно він швидко розганяється тільки на електроприводі – всього за 9,4 с до 100 км/год, що краще, ніж у багатьох конкурентів. Крутний момент у 253 Нм доступний вже з самих низів, тому Jazz, по-перше, дуже бадьорий, а по-друге, без жодних проблем рушає навіть на самому слизькому покритті. Так що в снігопади, не дивлячись на дорожній просвіт всього в 13,5 см, на ньому не страшно заїжджати та виїжджати з нерозчищеного паркування. Малюк відмінно вигрібає і по розказаному льоду, і через снігові бруствери.

У місті вашу спритність постійно осаджують електронні помічники водія. Якщо ви активно їдете і швидко наближаєтеся до попереднього авто, Honda Jazz попереджає про ймовірне зіткнення та радить пригальмувати. А якщо ви не слухаєте, може підтягнути ремінь безпеки. Це діє на всіх і бажання продовжувати спортивну їзду на дорогах загального користування пропадає. Теоретично Honda Jazz здатна і сама зупинитися перед перешкодою.



Є тут також асистент дотримання смуги руху. Він бачить цю смугу навіть в сутінки, і припорошену снігом, коли ще не включили ліхтарі. Асистент спершу пищить, а потім легкими поштовхами на кермі повертає вас в ряд. Зручно для неуважних.

Для неуважних в Honda Jazz є активний круїз-контроль. Він може вас вести на безпечній відстані при їзді в пробках. А ще автомобіль не тільки зчитує дорожні знаки, а й здатний сам дотримуватися швидкісного режиму, коли включений інтелектуальний круїз-контроль. Так що в Honda Jazz ви, швидше за все, не станете легкою здобиччю для камер фіксації порушень ПДР.

На трасі автомобіль теж їде комфортно. Бензиновий мотор підключається в діапазоні 80-120 км / год, а так, в основному, рух на електротязі. Відчуття від якості їзди Honda Jazz – преміальне. Майже, як у дорогого електрокара і практично як на гібридній CR-V. Тільки у Jazz підвіска налаштована по-іншому. Вона трохи жорсткіша, що, можливо непогано і для керованості, і для наших доріг. Але вибоїни на асфальті в Jazz відчуваються. Зате, коли дорога нормальна,він не просто пливе, а буквально летить.

Ви не помічаєте, коли включається ДВС. На чистій електриці Honda Jazz може проїхати 2 км. Трохи? Так. Але оскільки двигун працює по циклу Аткінсона та акумулятор постійно заряджається під час їзди (і від ДВС, і від гальмування), то ви практично весь час їдете на електротязі. Особливо, якщо котитися по місту спокійно і не тиснути на педаль газу до упору. А якщо перевести селектор варіатора в режим «У», то і пригальмовувати не потрібно. Honda Jazz сама гальмує зарядкою батареї. І це – безпечний варіант гальмування взимку.

Управляється Jazz відмінно! Оборотів керма від упору до упору – 2 і ½. Завдяки компактним розмірам, хетчбек вписується навіть в дуже невеликі місця на паркуваннях. А камера заднього виду здатна вивести на монітор кілька варіантів картинки, щоб ваш маневр був безпечним.

Жодне з поколінь Jazz не було Low Cost. Проте, ця модель завжди мала своїх фанів, завдяки практичності та великій надійності. А нинішнє четверте покоління Jazz навіть отримало в Великобританії титул «Кращого компактного автомобіля по практичності» за версією видання What Car.

Honda Jazz – не тільки практично ідеальний міський автомобіль. Крім усього іншого, тут цілих 10 подушок безпеки. В цьому класі такої кількості airbag немає ні у кого. І ця модель отримала максимальні 5 зірок за безпеку на тестах Euro NCAP. Так що з приводу ціни – не треба поспішати з висновками. У Honda Jazz є чим виправдати свою вартість.



Весна: стратегія безпеки

Покладатися на те, що з талою водою зникнуть і проблеми з водінням, наївно й небезпечно – дорога карає безтурботність, не роблячи поправок на престижність авто і водійський стаж.

Які ж тонкощі притаманні підготовці автомобіля до весни й чому намір виконати весняний сервіс власними силами нерідко спричинює проблеми?

Коли спадають холоди, автомобілістів сповнює натхнення: і тих, хто долав снігопади, холоднечу й ожеледь за кермом, і власників «пролісків», які не ризикнули відчути «принади» зимового екстриму на власному досвіді. Однак щоб старт сезону вийшов радісним і оптимістичним, доведеться ґрунтовно подбати про бездоганний стан автомобіля.

Як перевірити автомобіль: перелік операцій і дій

Номенклатура необхідних процедур може здатися завеликою, але безпека вимагає чітко дотримуватися правил – недбалість і неуважність призводять до значних витрат, а то й до трагедій.



Огляд двигуна

З приходом весни обов'язкова діагностика двигуна. Під час зимової експлуатації на еластичні елементи впливають більш ніж стоградусні перепади «нагрів-охолодження», тож розтріскування пластику або гуми – звичне явище. Це може стати причиною втрати герметичності й підтікання робочих рідин (антифризу, тосолу, масла). Виявивши патьоки, негайно зверніться в автосервіс, щоб попередити поломку й капремонт двигуна.

Мити двигун просто, але потенційно небезпечно. Статистика – річ уперта й невблаганно демонструє, що самостійне миття двигуна нерідко завершується ремонтом. Особливо схильні до подібних ризиків «літні» машини, де контакти окислені, а ізоляція проводки постаріла. Знайти єдиний поганий контакт серед десятків реле, датчиків і кілометрів проводки – завдання, яке потребує багато витрат і часу. Тож правильніше довірити повний весняний сервіс двигуна обладнанню й досвіду майстрів.



Перевірка акумулятора

Підготовка акумулятора, який не передбачає обслуговування, включає лише його підзарядку. А ось у класичних кислотно-свинцевих моделях ще треба перевіряти рівень електроліту. Зимова експлуатація, яка супроводжується важким запуском, підвищеним навантаженням через обігрівачі, фари тощо, знижує рівень провідної рідини, тому потрібно долити в секції дистильовану воду. Безперечно, влітку двигун запуститься і без такої дозаправки, однак тоді акумулятор «проживе» помітно менше.

Діагностика ходової

У підготовці автомобіля до весни критично важливий контроль стану ходової частини й підвіски. Стан сайлент-блоків, рульових тяг, шарнірів, пильовиків та інших елементів після експлуатації в мороз, на оброблених піском і реагентами трасах може погіршитися. Якщо виявиться необхідність, комплектуючі доведеться замінити. Особливо ретельно слід перевіряти гальмівні шланги – будь-який недогляд загрожує трагедією. А заміну шин не зайве доповнити перевіркою «розвалу-сходження». Коли авто впевнено «тримає» дорогу, пасажири в безпеці.



Контроль робочих рідин

Замінювати «всесезонне» масло весною не обов'язково, якщо пробіг не свідчить про зворотне. Виняток становлять дизельні двигуни, для яких сезонна заміна масла – рекомендація виробника. А ось додавання в паливо присадок, які містять спирт, бажане для видалення водяного конденсату, що скупчився в системі.

Захист кузова

Під час підготовки автомобіля до весни слід ретельно відмити кузов від бруду, піску, хімічних реагентів. З потеплінням їх руйнівний вплив зростає багаторазово. Відмиті поверхні обробляють поліролями й захищають засобами із силіконом (тефлон, карнаубський віск).



Як правильно їхати по ямах

Як правильно їхати по ямах, потрібно знати в першу чергу тим, хто багато подорожує по заміських дорогах. У містах ям не менше, але тут вони не такі небезпечні. Знаючи це, можна перш за все вберегти свою машину від пошкоджень, а себе – від травм в разі ДТП, викликаної руйнуванням підвіски. Напевно, хтось також постарається використовувати своє знання для руху по розбитим дорогам з більш високою швидкістю, але ми не радимо цього робити.



Весна: все заново

Давно відомо, що в нашій країні навесні сходить не тільки сніг, а й асфальт – так вже влаштований цей світ. Після зими ям буває особливо багато, і особлива підступність їх в тому, що розташовані вони безсистемно, тобто там, де не чекаєш – наприклад, на рівних і гладких ділянках шосе з новим асфальтом. Інша біда в тому, що на танення снігу дорожники реагують не дуже швидко, і якийсь час незакладеними залишаються навіть смертельно небезпечні провали на асфальті.

При глибині понад 20 см вони вміщають в собі колесо легковика якраз по маточину. При зустрічі з грубими гострими краями таких вибоїн шина отримує несумісні з життям ушкодження. З трохи меншою ймовірністю руйнуються деталі підвіски – гнуться важелі, розсипаються шарніри. І відповідно, водій в одну мить втрачає контроль над машиною.

Гострий зір і бездоганна реакція тут не завжди допоможуть, адже у багатьох випадках розсипи ям займають проїжджу частину на всю ширину. Тому глобальна порада, найдієвіша і найдоступніша у реалізації, така: менша швидкість. Але не кожен готовий повзти зі швидкістю черепахи по начебто рівним (хоча і до пори до часу) ділянкам цілком сучасного шосе – і ми, люди XXI століття, і наші автомобілі все-таки призначені для іншого. Тому ми підготували кілька порад, вистраждaних на основі колективного досвіду автомобільних журналістів кількох поколінь.

Однієї пильності мало

1 Швидкість. Чим повільніше ви будете їхати, тим більша ймовірність не постраждати від ям. І побачити їх можна з більшої відстані, і часу (дистанції) на гальмування і маневр буде більше.

2 Нуль уваги на гонщиків. Не звертайте уваги на тих, хто відважно обганяє вас, коли ви крадетеся по підозрілій з точки зору якості дороги ділянці. У цих “шумахерів” можуть бути колеса міцніше, грошей побільше, або розуму, вибачте, трохи менше. Можливо, це найманий водій на чужій машині, якому не шкода ні коліс, ні підвіски, можливо, це місцевий житель, що знає на ділянці “кожну мілину”. У будь-якому випадку, рівнятися на незнайомих людей не варто.

3 Вибирайте яму поменше. Якщо ви раптом опинилися сам на сам з величезним скупченням ям, що тягнуться від узбіччя до узбіччя, і у вас немає місця, щоб погасити швидкість до безпечної, не шукайте гарячково поглядом "містки" рівного асфальту для кожного свого колеса. Це одна з найпоширеніших помилок початківців, що підкорюють вибоїни. А ви спробуйте вибрати яму меншої, безпечної глибини, і через неї долайте раптово виниклу "смугу перешкод".

4 Не гальмувати на ямах. Як не важко психологічно відпустити педаль гальма, коли влітаєш в яму, це потрібно зробити. Інакше буде ще гірше: при стислих в гальмуванні пружинах передньої підвіски та при масі машини, перенесеної силами інерції на них, контакт коліс з рваним асфальтом гарантовано призведе до аварійного руйнування чогось в автомобілі.

5 На прямих колесах. Якщо ви відразу в'їжджаєте в пристойну яму, постарайтеся, щоб це було при прямому русі машини. Інакше на колесо і підвіску припаде вкрай небажане навантаження.

6 Пропусти "гонщика". Якщо вас обганяють під час руху по розбитій або схожій на розбиту ділянці, відразу починайте гальмувати. Адже автомобіль зліва позбавляє вас можливості маневру на випадок небезпечної вибоїни попереду. Тим більше, що багато тих, що обганяють, в таких умовах не здатні завершити свій маневр швидко, і обгін може затягнутися на сотні і сотні метрів.

7 Дві запаски. Вирушаючи в далеку дорогу (звісно, якщо у вас не "Хаммер" і не УАЗ), беріть з собою дві запаски. Адже при зустрічі з величезною ямою на швидкості часто страждають обидва колеса одного борта – і тоді продовження руху перетворюється у велику проблему, особливо вночі, коли допомоги чекати нізвідки.

8 Не треба хизуватися. Якщо ви часто їздите поганими дорогами і на великі відстані, відмовтеся від модних низько профільних шин і поставте колеса з мінімально можливим для вашої машини посадковим діаметром шин.

9 Маршрут. Перед кожною поїздкою на далеку відстань сьогодні є сенс перевірити стан дороги через інтернет і, можливо, спланувати об'їзд. На деяких сайтах є форуми, де автомобілісти діляться свіжими враженнями про поїздки по тим чи іншим дорогам. Оскільки єдиної системи догляду за автотрасами в Україні немає, і влада кожної області розв'язує питання на свій розсуд, ситуація зі станом транспортних коридорів навіть міжрегіонального значення постійно змінюється. Десь вже встигли зробити ямковий ремонт (наприклад, на Кіровоградщині, в Чернівецькій і Тернопільській областях), десь засипали щебенем найстрашніші ями (Черкаська область станом на перші числа квітня), а десь стратегічна дорога продовжує перетворюватися на танковий полігон.

10 А може, кросовер? Можливо, для вашого режиму експлуатації потрібен не звичайний легковик, а позашляховик або кросовер? Не обов'язково з повним приводом, але з великими колесами та енергоємною підвіскою. Вони дозволять не боятися більшості ям і підтримувати відносно високу середню швидкість руху. На ринку більш ніж достатньо моделей подібного штибу, і ціни на багато моделей цілком демократичні, особливо якщо ми говоримо про сегмент старих автомобілів.

На жаль, навіть знаючи, як правильно їхати по ямах, в даний період ви не можете отримати від кого-небудь гарантій, що подорож незнайомою дорогою закінчиться успішно. Тому обов'язково готуйтеся перед далекою дорогою: дві запаски, готівки трохи більше звичайного, заряджений телефон і надійний товариш, який зможе кинути все та відгукнутися на ваш заклик про допомогу.



Як вибратися з потопаючої автівки

Щорічно в усьому світі відбувається понад 4000 випадків падіння у воду автомобілів з людьми всередині. Кожен десятий інцидент – з летальним результатом. Одна з головних причин загибелі людей у потопаючій машині в тому, що вони діють шаблонно і не враховують закони фізики і математики. Співробітники кафедри фізики Університету Південно-Східної Луїзіани розробили кілька простих правил для таких випадків.

Перше і головне, що потрібно твердо запам'ятати: у вас є приблизно хвилини, щоб встигнути вибратися з машини у проміжку між тим, як вона торкнулася води і занурилася під воду повністю. Не можна сидіти і чекати, поки салон повністю заповниться водою, тому що тоді до ваги машини додасться кілька тонн води, через що вона стрімко піде на дно. Вже через пару секунд транспорт буде на глибині 10 м і більше, звідки непідготовлена людина ризикує не виплисти.

Деякі люди прагнуть перед падінням у воду виграти дорогоцінні миті і заздалегідь відстібають ремінь безпеки, але тільки отримують додаткові травми від удару об кермо. Краще озирнутися і взяти в руки ударний інструмент, тому що при попаданні води в електричні ланцюги, автопідйомник вікна напевно заклинить, і скло доведеться вибивати вручну. Саме через вікно і треба залишати автомобіль, тому що в незаповненій водою машині тиск на двері ззовні вимірюється тоннами, і ви ніколи не відкриєте її вручну.



Важливий момент – орудувати інструментом під водою дуже незручно, тому важливо розбити вікна, поки ще навколо є повітря. Доведеться діяти вкрай швидко, оскільки, коли вода підніметься до рівня відкритого вікна, вона стрімко затече всередину і рахунок піде на секунди.

Першими потрібно виштовхнути назовні підлітків, а маленьких дітей краще притиснути до себе і вибиратися разом, тому що вони не впораються з потоком води.

Діяти треба швидко!

Ірина Приходько (Ордынська)

Старший науковий співробітник нейрохірургії дитячого віку
(ДУ Інститут нейрохірургії ім акад АП Ромоданова НАМН України).
Дитячий онколог, трансфузіолог (Національний інститут раку).



Ти не можеш врятувати всі життя, але врятуй хоча б одне!

098 864 3212
Ирина Ордынская



Як вибрати СТО?

Автомобіль вимагає регулярного обслуговування. В Україні автомайстерень багато, проте чи всі можуть забезпечити високу якість сервісу та запчастин? За якими критеріями слід вибирати СТО та чому мережеві автосервіси – найбільш раціональний вибір?

Експлуатація авто взимку – це завжди випробування. Щоб пройти його успішно і без витрат, потрібно обов'язково провести сезонне обслуговування автомобіля, а для цього важливо знайти хороший автосервіс.

При виборі СТО варто звертати увагу на:

- персонал – чи має він достатній досвід і кваліфікацію;
- доступ автосервісу до якісних автозапчастин;
- наявність сучасного діагностичного обладнання – особливо важливо, якщо у вас новий автомобіль з великою кількістю автомобільної електроніки.



Критерій 1. Грамотний і досвідчений персонал

Ключовим фактором якості робіт на сучасній СТО є кадри. Саме від знань і навичок персоналу автосервісу залежить і правильність поставленого «діагнозу», і швидкість підбору запчастин, і коректність їх монтажу – тобто надійність



відремонтованого вузла в цілому. А з огляду на факт, що конструкція сучасних автомобілів постійно ускладнюється, вимоги до кваліфікації співробітників СТО зростають.

Кваліфікований персонал – одна з головних переваг мережевих автомайстерень. Наприклад, співробітники мережі фірмових СТО регулярно проходять навчання у власних навчальних центрах. Причому курси підвищення кваліфікації передбачені для всіх кадрів автосервісу: від слюсарів, інженерів з діагностики автомобілів до керівників. Навчальний центр обладнаний класами для занять, має навчальну автомайстерню, оснащену як найсучасніша СТО. Тут готують фахівців з усіх напрямків: майстрів-приймальників, діагностів, електриків і фахівців з електроніки, мотористів, майстрів по роботі з ходовою частиною, кліматичного устаткування автомобіля тощо.

Про високу кваліфікацію фахівців свідчить популярність СТО серед автомобілістів вашого міста.

Критерій 2. Сучасне діагностичне обладнання

Визначити, чому автомобіль працює не так, як передбачено його конструкторами, допомагає діагностичне обладнання, найчастіше – електронне, комп'ютеризоване. Неприємний нюанс в тому, що для кожної моделі авто, двигуна, а часом і для кожної модифікації потрібен свій комп'ютерний софт. А його, крім офіційних дилерів виробників, по всьому світу має лише кілька мереж незалежних універсальних СТО.

Критерій 3. Підбір і установка якісних автозапчастин

Купівля нової деталі замість тієї, що зносилася або вийшла з ладу, часто перетворюється на проблему підбору. Адже «приміряти» і визначити її відповідність, як правило, можна тільки на СТО. Гарно, якщо на допомогу майстрам ваше СТО має доступ до єдиної електронної бази для швидкого і точного підбору запчастин. Фірмові СТО пропонують широкий асортимент оригінальних автокомпонентів. На всі роботи та встановлені запчастини в мережах фірмових СТО надається гарантія.





Нове маркування шин в ЄС

З травня 2021 року в Євросоюзі стартує використання нової євро-етикетки (наклейка на шини), яка дозволить отримувати споживачам більше інформації про шини, що продаються в роздрібній мережі.

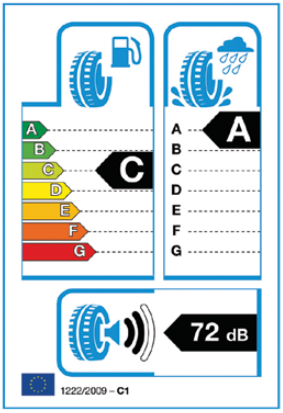
На новій євро-етикетці передбачені наступні зміни:

• з'являться поля для нанесення основної інформації. Це марка, модель шини, її типорозмір з індексами швидкості та вантажопідйомності;

• передбачено поле для артикулу (ідентифікатор типу шини);

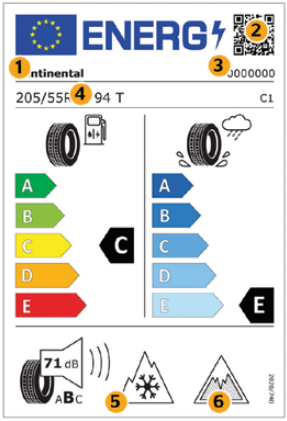
• будуть модернізовані діаграми паливної економічності (опір коченню) і гальмівних властивостей на мокрому асфальті. Рівень зовнішнього шуму в децибелах тепер позначається в числово-

Нове маркування шин в ЄС | Зміни:



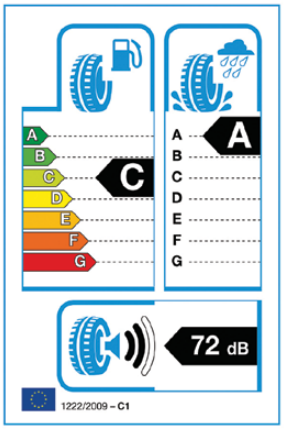
Попередня наклейка

1. Торгова назва / торгова марка постачальників
2. QR-код (прямий доступ до загальнодоступного реєстру маркування ЄС)
3. Ідентифікація типу шини (номер артикулу)
4. Розмір шини, індекс навантаження, індекс швидкості
5. Піктограма поведінки на снігу: 3PMSF
6. Піктограма зчеплення на льоду

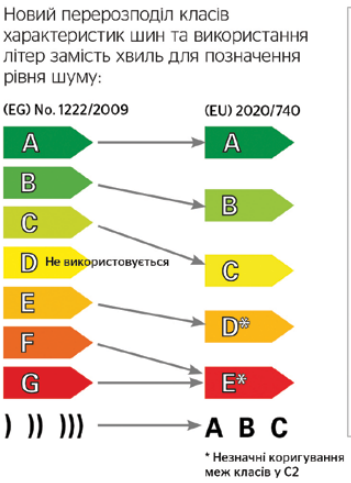


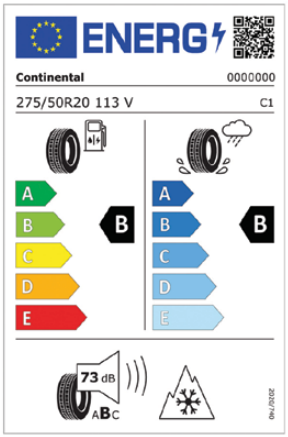
Нова наклейка

Нове маркування шин в ЄС | Нова класифікація:



Попередня наклейка





Нова наклейка

му вигляді та літерами A, B та C, які інформують, що шина належить до одного з трьох класів. Раніше замість літерного позначення застосовувалася діаграма у вигляді звукових хвиль.

• з'явиться QR-код, який забезпечує перехід до бази даних EPREL (EPREL = Європейський реєстр маркування енергоефективності товарів). У ньому міститься інформаційний лист виробів. Це свого роду паспорт шини, де відображається вся інформація, яка є на євро-етикетці, а також дата початку і закінчення виробництва відповідної моделі шин. Такі інформаційні листи вносяться в базу даних EPREL виробниками шин індивідуально.

Завдяки QR коду на новій євро-етикетці, споживачі також зможуть отримати прямий доступ до інформації про шини та зберегти її на своєму електронному носії. Перед реалізацією шин у країнах ЄС постачальник (виробник, імпортер, сертифікований представник) має зареєструвати шини. Реєстрація артиклів доступна з 12 жовтня 2020 року. Споживачі отримають доступ до бази даних ERPEL з 1 травня 2021 року. База Даних буде доступна через публічну веб-сторінку.

• також нова євро-етикетка отримала дві піктограми (3PMSF), які інформують про можливості цієї шини забезпечувати відповідні властивості на снігу, а у випадку з шинами типу C1 – і на льоду.

• На новій етикетці класи від A до C залишилися без змін. Шини для легкових автомобілів і комерційних фургонів, які раніше по опору коченню і зчепленню на мокрій дорозі належали до класу E, тепер будуть перенесені до класу D. У свою чергу, шини, які раніше належали до класів F та G, будуть перенесені до класу E. Це робить етикетку більш зрозумілою.

Нові положення стосовно євро-етикеток також розповсюджуються і на шини для автобусів і вантажівок (шини типів C1, C2 и C3).

„Нове маркування шин повинно допомогти автовласникам вибирати більш економічні шини і отримати інформацію про гальмівні властивості на мокрому асфальті. Як для кінцевих користувачів, так і для власників комерційного транспорту вибір шин з більш низьким опором коченню може привести до істотної економії витрат на паливо, а також до зниження викидів відпрацьованих газів в атмосферу. Чітка

інформація про зчіпні властивості на мокрій дорозі сприятиме підвищенню безпеки руху, а інформація про рівень шуму призначена для зниження шумності транспортних засобів, що особливо важливо в умовах швидкісних трас, які проходять через населені пункти.

На одну наклейку виробника менше

З січня 2021 року в регіоні EMEA, який охоплює Європу, Близький Схід і Африку, компанія Continental почала використовувати тільки одну з двох наклейок виробника, які завжди використовувались на нових шинах. Завдяки цьому кроку виробник шин щорічно уникне необхідності позбавлятися відходів загальною вагою близько 110 тон. Саме стільки доводиться утилізувати наклейок, обірваних в шинних центрах, в шиномонтажах, в торгових точках, а також на заводах з виробництва шин, де також потрібно відправляти в утиль захисну фольгу, на які спочатку були нанесені наклейки. Цікавий факт – сумарна фольга-підкладка і наклейки мають довжину близько 6,4 км, що більше ніж в три рази перевищує довжину бульвару на Єлисейських полях в Парижі.

Наклейка, від якої компаія вирішила відмовитися, мала логотип відповідного бренду, наприклад, Continental, Uniroyal, Semperit та Barum. Для продавців шин ці наклейки спрощували процес їх пошуку на складах в умовах поганого освітлення.

Інформація, необхідна для продавців і покупців, така як марка шини, типорозмір, артикул і інші дані, будуть перенесені на євро-етикетку. Згідно із законодавством Європейського Союзу та деяких інших країн вона є обов'язковою. «Згідно українського законодавства – маркування ЄС в Україні не є обов'язковим. Однак українські споживачі можуть використовувати євро-етикетку як джерело інформації про властивості шини, які виробник надає з повною відповідальністю. Одночасно наявність маркування ЄС свідчить, що дана шина є оригінальною і відповідає всім європейським нормам безпеки» – підкреслює Степан Іваник, регіональний менеджер Continental з продажу шин в Україні.

Starlight Lab`s

Науково доведено, що Лабрадори високочутливі та особливо наділені лікувальними якостями.
У цієї породи високі інтелектуальні здібності. Лабрадори неперевершені няні та вихователі. Вони дуже ефективно показали себе в реабілітації дітей з захворюваннями психіки, з аутизмом, ДЦП та синдромом Дауна.
Лабрадори відмінно зарекомендували себе в якості поводирів. Вони чудові мисливці та рибалки.







Розплідник Starlight lab's професійно займається розведенням породи лабрадор ретрівер. Наші фахівці допоможуть вам у вихованні вашого улюбленця. Всі наші собаки тестовані зі здоров'я та є призерами виставок як в Україні, так і за кордоном. Наші собаки - це наша гордість! Якщо ви вибрали таку чудову породу, як лабрадор, то ми чекаємо на вас!

063 835 92 05 Микита nikita.kovzus labr.kiev.ua

Шляхами дитинства



Як вибрати ковпаки на колеса

Постало питання, як вибрати ковпаки на колеса? Значить, сталося одне з трьох: ви загубили або пошкодили старий ковпак, у вас заіржавіли диски або вам просто схотілося освіжити облік автомобіля. Виходячи з цього і розпочинайте ваш вибір. Зауважимо, що про розміри и дизайн ми тут не говоримо. Оскільки всі автомобілісти дорослі люди, і розуміють: давати поради щодо розмірів, кольору і стиля – марна справа.



1 **Отвори.** Міркуючи про дизайн, не стримуйте себе в бажаннях, але пам'ятайте про причину, з якої ви почали шукати собі ковпаки. Якщо ви вирішили використовувати ковпаки, аби прикрити вади колісних дисків (іржу, пошкодження фарби, ум'ятини), то шукайте малюнок, який майже повністю затулить диск. Інакше смислу в ковпаках буде мало. Схоже картина вийде, якщо ваші диски пофарбовані світлою фарбою: вона буде добре видна через отвори у ковпакові і псуватиме сприйняття його дизайна. Або перефарбуйте диски в чорне.

Ковпак правильно працює з точки зору дизайну тільки тоді, коли диск з під нього не "просвічує" ні в який спосіб.

2 **Кріплення.** До колеса типовий ковпак зазвичай чіпляється за допомогою вусів-розпорок, їх може бути різна кількість (6 – 12 шт.), чим більше – тим краще. Хоча якщо ви звикли додатково фіксувати ковпак по-народному – пластиковим хомутиком-стяжкою, то ця обставина не буде суттєвою. Зрідка зустрічаються ковпаки, що кріпляться тими ж самими бовтами, що і колесо.

3 **Якість.** У "ковпаковій" справі матеріал – один з ключових елементів. Дешеві ковпаки роблять з полістиролу – настільки крихкої пластмаси, що вони можуть зламатися навіть при першій установці на колесо. Те саме і при випадковому контакті з бордюром або краєм ями: дешевий ковпак зламається з більшою ймовірністю, ніж еластичний. Через свою непіддатливість дешеві ковпаки частіше злітають і губляться при ударах коліс на нерівностях. Тому бажано при купівлі взяти ковпак до рук, аби відчути, наскільки гнучкий его пластик.

4 **Походження.** Бувають ковпаки оригінальні, від автовиробника, і бувають незалежних, «вільних» марок. Других в десятки разів більше, проте перші по багатьом параметрам кращі. Оригінальні ковпаки виготовляються з еластичного ABS-пластику, тому вони міцні, добре тримаються свого місця. Вони коштують набагато дорожче, проте мають натомість ще один великий плюс: завдяки стандартизації малюнків до оригінальних ковпаків простіше підібрати "розпаровку" – один ковпак замість загубленого (подібно до сталевих ковпаків минулих років). Неоригінальні ковпаки після втрати або пошкодження одного доводиться міняти комплектом,

оскільки через неймовірне розмаїття малюнків знайти десь таку саму модель поштучно майже неможливо.

5 Моделі. Майте на увазі, що не кожна модель ковпака може підійти на вашу машину. Крім посадочного діаметру в дюймах, що відповідає посадочному діаметру шин, у деяких автомобілів доводиться враховувати опуклість поверхні ковпака. Наприклад, на 13-ти і 14-дюймові диски народного Lanos не надягаються надто пласкі ковпаки.

Сучасні виробники навчилися хромірувати пластик, в тому числі і ковпаки. В деяких випадках це виявляється дуже вдалим засобом дизайну.



Отже, ковпак на автомобільному колесі – це і засіб захисту, і декоративний елемент, і альтернатива ремонту дисків. Тому, з'ясовуючи, як вибрати ковпаки на колеса, ще раз зважте всі плюси і мінуси цього виду зовнішнього оздоблення. Можливо, вам таки буде доречніше прокатати та якісно пофарбувати диски або придбати легкосплавні колеса.





Автогаз: який буває і який краще для авто

Виявляється, коли говорять про автогаз, водії різних автомобілів та з різних країн можуть мати на увазі зовсім різні речі. Давайте разом впорядкуємо наші знання щодо газоподібних палив для автомобілів.

Існує кілька видів газоподібного палива для двигунів внутрішнього згоряння: пропан-бутан, метан, водень та генераторний газ. Також є різні форми зберігання газів у баку на борту автомобіля. Про це і поговоримо. Попередимо, однак, що не кожен автогаз можна придбати на АЗС в Україні, навіть якщо це фірмова брендова мережа. А деяких не вдасться знайти на заправці ніколи.

Пропан-бутан

Насправді це суміш двох газів, яка з успіхом використовується в якості моторного палива. Пропан-бутан є супутнім продуктом переробки нафти на нафтопереробних заводах, також цей продукт звільняється під час видобутку нафти. Цей газ в автомобілях використовується у скрапленому вигляді. І на заправних станціях, і в автомобілі він зберігається у балонах під тиском порядку 16 атм.

У скороченому вигляді пропан-бутан позначають як СНГ (у Європі LPG) – скраплений нафтовий газ. Рідше вживається абревіатура СУГ (рос.) – скраплений вуглеводневий газ. Саме під СНГ найчастіше переобладнують свої легковики українські автомобілісти, коли встановлюють ГБО, і саме СНГ/LPG мається на увазі, коли йдеться про автогаз. Ціна за літр пропан-бутану (аналог 1 л бензину) в Україні та Європі зазвичай складає близько 50-60% від ціни бензину А-95.

Пропан-бутан продається на більшості АЗК в Україні, також існують окремі “газові” заправки.

Метан

Його називають ще природним газом, хоча і пропан з бутаном аж ніяк не штучні. Метан видобувають як корисні копалини, і це той самий газ, що приходить в наші домівки по трубах. Власне, є спосіб, як використовувати для автомобіля газ із труби, але про це нижче. В Україні метан на транспорті використовується у стисненому до 200 – 250 атмосфер вигляді, його ще називають компримірованим. Така форма зберігання потребує громіздких і важких ємностей – балонів із товстими стінками.

Стиснутий метан (природний газ) CNG нечасто використовують на легкових авто, оскільки для нього потрібні важкі і великі балони. Тому абсолютна більшість переобладнань “на метан” припадає на вантажні машини і автобуси. Стиснутий метан маркується як СПГ – стиснутий природний газ, за кордоном ця абревіатура має вигляд CNG. Ціна стиснутого метану в Україні зараз приблизно дорівнює ціні пропан-бутану, але в деяких країнах вона у 1,5 – 2 рази нижче ціні LPG.

Крім того, метан на транспорті використовується і у скрапленому вигляді, в такому випадку його називають LNG – Liquified Natural Gas. Для зріджування природний газ

охолоджують до – 160° С, а потім закачують у відповідні ємності. Саме під таке паливо LNG випускають свої газифіковані машини численні європейські та деякі азіатські автобренди, хоча заводських версій під стиснутий метан CNG теж достатньо.

Водень

Автомобілі, що використовують водень в якості палива для двигуна внутрішнього згоряння, сьогодні неабияка рідкість – так само, як і водневі заправки. Але такі випускалися або і випускаються й досі – під шанованими марками BMW, Toyota, Hyundai, Mazda. Вони використовують скраплений водень, для чого на борту потрібно мати громіздкі і важкі балони з багатошаровою термоізоляцією.

Крім того, водень настільки летючий, що просочується через будь-які з'єднання: за десять днів з бака машини випаровуються половина його вмісту. Цікаво, однак, що водень можна отримувати вдома – з води або з природного газу, для чого існують спеціальні "домашні" установки. В більшості країн, де водень для автомобіля можна купити, він коштує дорожче бензину.

Водень у якості палива для автомобільних ДАЗ навряд чи має реальну перспективу у найближче десятиріччя, але свої переваги у нього є

Генераторний газ

Це газ, який автомобіль виробляє в себе на борту. Інакше кажучи, це автомобілі, які працюють на дровах. Газовий генератор, заряджений дровами, забезпечує такі умови їх згоряння, що в якості продукту згоряння виділяється горючий газ. Його й використовують в якості пального для двигуна. Цей газ називають також газогенераторним. Його не зберігають у балонах чи інших ємностях, газген влаштований так, що весь вироблений ним газ відразу споживається двигуном.

В принципі, газовим генератором можна обладнати будь-який карбюраторний автомобіль, але велику частину корисного об'єму



кузову відбере газовий генератор. Калорійність генераторного газу набагато нижче, ніж бензину, тож тягові характеристики машини при його використанні помітно погіршуються.

Під час воєн та великих економічних потрясінь газогенераторні автомобілі випускалися серійно. ЗІС-21 та ГАЗ-42 замість бензину споживали дрова

Чи можна газ з труби заправити в авто

Так, можна. Природний газ у трубі – це той самий метан, який закачують у балони на газонаповнювальних заправних станціях. Але проблема саме у тому, що у балонах на борту авто треба досягнути тиску 200 – 250 атм, а для цього потрібен особливий компресор. Проте, подібні пристрої існують, і навіть відомі приклади побудованих на їх основі комерційних заправних станцій.

Рекомендація

Вибір виду палива залежить в першу чергу від умов експлуатації. Якщо говорити про автогаз в Україні, зважте не тільки на добовий пробіг, а й на наявність поряд заправної станції з відповідним газом. Причому дуже бажано, аби це був мережевий автозаправний комплекс з якісним паливом і сервісом високого рівню. Адже на примітивних заправках no name є ймовірність бути ошуканим, тим більше що газ дає можливостей для зловживань більше, ніж рідке пальне.

50 відтінків Автоцивілки







Я, Ірина Ковтун, страховий агент з досвідом. Больше 10 років працюю з такими страховими компаніями України як: PZU, Uniqa, ARX, TAC, ПРО100, INGO та ін.

Живу і працюю в Києві, а моїми клієнтами є автовласники зі всієї України.

Як мені це вдається?

Електронний поліс Автцивілки (ОСЦПВ, ОСАГО) не має кордонів!

Проте він має багато варіацій, на кшталт: франшиза, ліміт відповідальності та можливість його збільшити, додаткову опцію прямого врегулювання та супровід еврокомісара. А також приємні бонуси, особливо для автоледі, у вигляді: заміни колеса, зарядки аккумулятора, доставки палива та службу підтримки. Із власного досвіду знаю, що допомога в дорозі – безцінна. Саме про це я і розповідаю у своєму блозі @blog.strahovogo.agenta

Оформлюючи поліс самостійно, за допомогою різних банківських сервісів або в інтернеті, Ви вибираєте за ціною чи назвою компанії не підозрюючи, навіть, про ті можливості, які можете отримати за ту саму ціну.

Підписники мого блогу знають, що я оформлюю страховку, виходячи з інтересів клиента, та завжди розповідаю про додаткові можливості.

Підписуйтесь, та будете знати про страхування більше!

Страхуйтесь – це збереже ваш бюджет!

+380683533344
blog.strahovogo.agenta
ikovt76@gmail.com
Ирина Ковтун

Соболева Вікторія

Майстер перманентного макіяжу

Призер чемпіонату України з ПМ Golden face 2020 в категорії Профі.
Royal Artist Міжнародної Академії Перманентного макіяжу Святослава Отченаша.
Сертифікований майстер - тренер ГО КССК України.
Медична освіта.

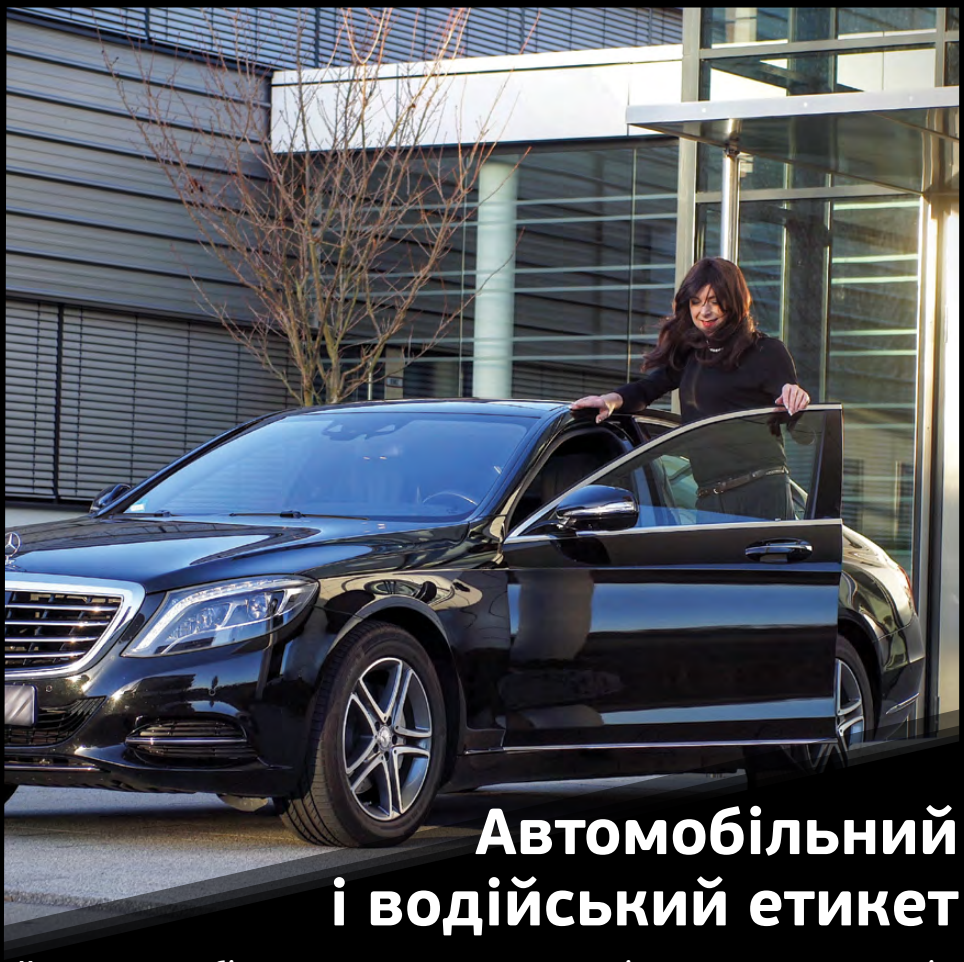
Кожна жінка – красуня! А перманентний макіяж робить її вроду ще більш вишуканою!





м. Кременчук
067 738 74 11

@viktoria_lashbrow.pm.maker
Viktoria Permanent



Автомобільний і водійський етикет

Книги з автомобільного етикету ще не написані, тому пропонуємо версію, складену на основі думок фахівців з різних країн.

За кордоном соціальний статус безпосередньо зв'язують з автомобілем, яким користується людина. Якщо ви отримуєте підвищення по службі, по етикету, ви просто зобов'язані змінити й автомобіль – зрозуміло, на дорожчий або престижніший. Причому іноді працедавець видає запрошеному працівникові спеціальний кредит на купівлю авто, щоб не підмочити імідж компанії.

При цьому демонструвати свою фінансову спроможність по будь-якому випадку – моветон. Експерти в області етикету не рекомендують, наприклад, дружинам заможних чоловіків приїжджати на роботу в дизайн-бюро на Ferrari. Ніхто, звичайно, не вимагає від них пересідати на ЗАЗ, але для поїздок на службу (навіть якщо робота – просто хобі) краще придбати автомобіль гольф-класу, хай і преміального сегмента.



Юлія Дзондза

Єдиний майстер-спеціаліст з Exreme PM на Західній Україні - кольоровий перманентний татуаж брів, очей, губ

Тренер команди Leader

Старійшина ГО "Спілка майстрів краси України" (Імперія Краси)

Майстер перманентного макіяжу з підтвердженою кваліфікацією КССК та вищою медичною освітою (Львівський національний університет імені Д. Галицького)

Тату майстер

Призер міжнародного онлайн чемпіонату з перманентного макіяжу Glossy Face

Стаж в ПМ 3 роки, стаж викладацької діяльності в б'юті сфері більше 6 років

Підкреслюю природну красу легким перманентним макіяжем, а також виводжу невдалий татуаж

Навчаю перманентному макіяжу та провожу МК з підвищенням кваліфікації, готую до чемпіонатів

Львівська область, м. Турка
097 702 42 85, 095 907 75 32
@daniliukdzondza
Юлія Данилюк-Дзондза

Порадьте, будь ласка, як безпечно зробити собі макіяж, перебуваючи за кермом?

Олеся, 24 роки, м. Кривий Ріг



Будьте уважними

Не практикуйте макіяж у дорозі, якщо ви нещодавно сіли за кермо або маєте поганий зір. У цій ситуації ви не в змозі контролювати навколишнє оточення. Авто і без цього є предметом підвищеної небезпеки, а з непідготованим водієм воно стає подвійною небезпекою для оточуючих. Засвоївши це правило, розпочнемо розмову з тими, хто вже давно за кермом...

Дивіться в основне дзеркало

Під час нанесення макіяжу можна фарбуватися тільки дивлячись у дзеркало, розташоване у центрі передньої частини салону. Так ви зможете контролювати одночасно скло, яке знаходиться ззаду, і те, яке є попереду, щоб у разі початку руху у заторі швидко зреагувати. Ніколи не користуйтеся кишеньковим дзеркалом, інакше будете не в змозі контролювати ситуацію. Якщо не можете розглянути потрібну частину обличчя у дзеркало, відкладіть макіяж на потім.

Роблячи макіяж за кермом, не слід забувати про техніку безпеки!

Думайте простіше

Малювати стрілки або клеїти накладні вії – дурість. Макіяж у машині – це максимум тональний крем, консилер, скульптор і туш для вій. І останнє радимо вам відкласти до прибуття на місце, інакше ризикуєте промазати щіточкою повз очі.

Розташуйте усе на сусідньому сидінні

Набагато простіше і безпечніше дотягнутися до сусіднього крісла, ніж покласти косметичку собі на коліна. У разі різкого гальмування усі продукти полетять на підлогу, а там можуть потрапити під педаль гальма і заблокувати її – мабуть, найстрашніше, що може трапитися з вами у дорозі.

Ставте авто на ручник і натискайте гальмо

Водії, що перебувають за вами у заторі, повинні бачити, що ви стоїте на місці, а не рухаєтеся. Ніколи не повертайте ключ запалювання, гасячи машину. Так, ви витратите трохи більше бензину, проте вбережете інших від зайвих думок про вашу можливу поведінку. Не будьте егоїсткою – це найгірша поведінка для відповідального водія.

Порада від AUTOLady

Часто простіше швидше дістатися до парковки офісу і нанести макіяж там, ніж смикатися у пробці. Поміркуйте про те, що якщо кожен буде витрачати кілька секунд на закриття ковпачка помади і початок руху, то в цілому усі будуть стояти у пробці мінімум на пів години довше.

Гнітецька Алла



Майстер перманентного макіяжу та нігтьового сервісу

Рухатися вперед, розвиватися та ніколи не зупинятися на досягнутому!

місто Київ
098 -956 -11-64
@allagnitetskaia
Алла Гнитецкая
me connect AllaGnitetskaia


Люшина
Катерина



фотограф:
Олександр Педько

alexanderpedko

Александр Педько

Олександра Прокопюк:

ВАЖЛИВО ЗНАТИ КОЖНІЙ ЛЕДІ



Щорічні візити до гінеколога – це вже правило хорошого тону для сучасної жінки. Багато серйозних гінекологічних захворювань починають проявляти себе тільки тоді, коли знаходяться в запущеній стадії. Адже все могло бути інакше. Щорічна оцінка жіночого здоров'я якраз і проводиться для того, щоб вчасно виявити захворювання, або ж переконатися, що зі здоров'ям все добре. Про важливість планового огляду і профілактики серйозних захворювань в гінекології розповідає кандидат медичних наук, лікар вищої категорії, онкогінеколог, онколог, акушер-гінеколог Олександра Вікторівна Прокопюк.

Олександра Вікторівна, розкажіть, чому ви вибрали професію лікаря?

Я є п'ятим поколінням лікарів. Але вибір у мене був. У якийсь момент просто зрозуміла, що це моє. Пройшло вже багато років, і я з упевненістю можу сказати, що я люблю свою роботу.

Який шлях Ви пройшли, щоб стати акушером, онкологом, онкогінекологом?

Я вступила до медичного університету для того, щоб стати онкогінекологом. Я ним стала. Свою другу спеціальність онколог, більше мамолог, я отримала після того, як пережила рак молочної залози, змогла допомогти собі, а тепер можу допомогти дуже багатьом. Маючи знання по гінекологічній ендокринології, я можу відрегулювати гормони та вилікувати проблеми з грудьми без операції, понизити риски по розвитку раку. Тим, хто вже має цей діагноз, я допомагаю пройти цей шлях з найменшими втратами і відновитися. Особистий досвід в даному випадку зіграв позитивну роль.

Не рідше за один раз в рік усім жінкам рекомендується відвідувати гінеколога для профілактичного огляду. Пояснімо, з якою метою це треба робити і що входить в плановий візит.

Зараз рак помолодшав. Все частіше хворіють молоді жінки. Тому УЗД органів малого таза і молочних залоз, огляд на кріслі, цитологічне дослідження зішкрібу з шийки матки є обов'язковим 1 раз на рік.

Особливу увагу я хочу звернути на дослідження на вірус папіломи людини, він викликає багато раків і є причиною смерті дуже молодих жінок.

Як правильно підготуватися до огляду, щоб він пройшов максимально результативно?

Найсприятливіший час для оглядів – відразу після менструації.

Серед онкологічних захворювань у жінок рак шийки матки займає одно з перших місць. Окрім регулярних оглядів, які існують заходи профілактики?

Рак шийки матки – це вірус-асоційований рак. Доведено, що причиною є вірус папіломи людини. Часта зміна статевих партнерів, ранній початок статевого життя і відсутність контролю за ВПЛ (вірус папіломи людини) – це і є причина занедбаності. Це хвороба молодих.

Що робити, щоб не захворіти на рак, і які його симптоми?

Треба бути до себе уважним. Звертати увагу на появу виділень, контактних кровотеч, порушення циклу. Регулярний профогляд у уважного доктора допоможе уникнути великих проблем.

Які методи виявлення онкологічних захворювань і лікування доступні в Україні, а по яких доведеться звертатися в інше місце?

На цьому етапі в Україні доступні усі методи діагностики. У нас в Україні багато дуже хороших, професійних лікарів, я часто горджуся своїми колегами.

Людині повідомили, що в неї рак. Що робити?

Головне – не повинно бути паніки. Треба звернутися до лікаря, який допоможе пройти шлях діагностики і лікування, якому можна довіряти. Завжди та у всьому має бути здоровий глузд. Я завжди пояснюю своїм пацієнтам що і для чого треба робити. Пацієнт і доктор мають бути союзниками.

Якщо у тебе рак – ти приречений? Скільки можна прожити з таким діагнозом і від чого це залежить?

Рак – це енергетична хвороба з важкими клінічними проявами. Важливо знайти причину і змінити щось у своєму житті. Я абсолютно впевнена, що час лікування – це своєрідна фора від життя. Цей час на переосмислення. Я бачила людей з поганим медичним прогнозом, які вижили і більше не згадували про цю хворобу, але у них щось помінялося в очах. Зустрічала також пацієнтів з хорошим прогнозом, які дуже швидко гинули, не маючи бажання жити і мінятися. Мені вижити допомогли мої пацієнти, я їм дуже вдячна.

Куди їдуть лікуватися від раку за кордон і де кращі клініки?

В Україні ми свої, рідні, ми можемо дізнатися інформацію про доктора, поговорити. За кордоном ми не знаємо на кого потрапимо. Може і не повезти. Я знаю різні приклади.

Чи можна вилікувати рак травами, медитаціями, молитвами, святою водою? Що б Ви сказали тим, хто це пропонує як основний вид лікування?

Ні. Основний метод лікування – по міжнародному протоколу. Але вибір методу лікування і послідовність дій краще визначати індивідуально. Усі духовні практики – це серйозна допомога в проведенні лікування. Це завжди робить позитивний вплив на пацієнта і підвищує ефективність лікування.

Який догляд потрібний онкохворій людині від близьких? Як слід поводитися з онкохворим людиною, що говорити, а чого уникати?

Людина не повинна себе жаліти, і родичі мають бути в цьому непохитні. Підтримка потрібна. Людина повинна відчувати любов та оточення. Догляд залежить від стану пацієнта. Я вважаю, що саме головне – не тривалість життя, а якість життя. До цього і треба прагнути.

Ваші рекомендації нашим читачкам.

Я бажаю Вам здоров'я, фізичного і духовного, бажаю бути уважними до себе. Звертаю увагу, що всередині Вас має бути радість і любов до життя та до всього, що Вас оточує – це перша ознака здоров'я!



КУРС
«МОЄ УСВІДОМЛЕНЕ ЗДОРОВ'Я»
ПРАКТИКА ПСИХОСОМАТИКИ

Курс потрібний людям, які хочуть поліпшити своє здоров'я, здоров'я своїх близьких.

На курсі ви:

- дізнаєтеся Закон «причини і наслідку»
- приберете негативні установки
- дізнаєтеся, як відновлювати сили та здоров'я за допомогою медитацій
- набудете цінних навичок для підтримки здоров'я
- позбавитеся від страхів і тривог
- станете енергійнішими і радіснішими

Зробіть перший крок, щоб створити гармонійне, наповнене сенсом щасливе життя для себе і своїх близьких!

***Ведучий Тьютор* Романенко Наталія**
Практик психосоматики з багаторічним досвідом

GELON | Харків
Мироносицька, 94
+38 066 173 6608



КУРС «ПСИХОЛОГІЯ ПРОДАЖІВ»
В ШКОЛІ УПРАВЛІННЯ «GELON».

Курс потрібний фахівцям з продажів, професійним комунікаторам, власникам стартапів, підприємцям та усім, чия професія належить до категорії **«людина-людина».**

На курсі ви:

- станете тим, у кого хочуть **купувати** і з ким хочуть **співпрацювати**
- дізнаєтеся принципи продажів майбутнього
- опануєте **мистецтво комунікацій**
- проаналізуєте **секрети кращих продавців** світу
- розберете етикет онлайн комунікацій
- придбаєте багато інших цінних навичок і умінь

Зайняття проходить:

- в групах до 7 осіб
- у творчому форматі
- з інтерактивними завданнями
- з індивідуальними консультаціями

Після закінчення навчання безплатний довічний доступ до зайняття курсу в Школі управління «GeloN».

Галина Новікова
тьютор курсу

GELON | Харків
Мироносицька, 94
+38 050 710 7010

Як збільшити свою вартість на ринку?

Якщо Ви в соцмережах, Ваша вартість вже вище за тих, хто тільки офлайн! Знали про це?

Візьміть листочок паперу і пропишіть, скільки і які курси, тренінги, марафони ви пройшли.

Багато? Звичайно!

А скільки грошей Ви витратили на навчання? Порахували? Відчуваєте, як збільшується Ваша вартість?

А тепер питання: скільки людей про це знають? Скромність тут ні при чому! Знання і навички треба віддавати, щоб розвантажитися, а відповідно отримати нові та посилити професіоналізм.

А тепер про пакетні продажі й збільшення вартості ваших послуг.

Приклад. Припустимо, Ви дизайнер. І Ви розумієте, що дизайнерів в інтернеті повно. І чим Ви можете відрізнятися? Ви можете бути дизайнером копірайтером. А другий дизайнер ще плюс і таргетолог. А третій дизайнер ще плюс і творець сайтів.

Додаючи до себе в послужний список додаткові опції, ви завжди в "блакитному океані", а значить поза конкуренцією! Хочете додати до вашого послужного списку ще одну навичку? Це вміння створювати чат-ботів як віртуальних помічників.

Записуйтеся на мою менторську сесію і за 2 години придбаєте готову навичку з результатом по вашій ніші.



Тел.: 380997842520
сайт: elenayarova.ru

З карантином нам тепер доведеться жити довго...
Але це не означає, що життя зупиняється, і зараз саме час розставити все по місцям:

- подумати про себе та своїх близьких сьогодні і про деталі в майбутньому;
- привести всі свої справи до ладу: вирішити спірні питання в бізнесі, з родичами, кредиторами, боржниками.

І для цього зовсім не обов'язково звертатися до суду. Більшість питань зараз набагато зручніше та бюджетніше вирішити з нашою допомогою.



Як це зробити? Все дуже просто!

Якщо ви або ваша близька людина захворіли на Covid, ми пропонуємо юридичний супровід.
В разі необхідності можливий виїзд нотаріуса і оформлення документів на дому, у лікарні, шпиталю.
Також ви можете отримати онлайн-консультації, скориставшись Whats up, Viber, Telegram, FaceTime, Skype, Zoom або зателефонувати протягом 24 годин.

044 592 75 31, 044 592 75 41, 044 592 75 51, 067 500 68 65

Пред'явнику - знижка 25%

Кравченко Андрій

Заслужений артист естрадного мистецтва України.



Лауреат Всеукраїнських і міжнародних конкурсів. Переможець рейтингу «Топ-100 видатних чоловіків Київщини 2020» в номінації «Шоу-бізнес», автор текстів і композитор своїх власних пісень, шоумен, ведучий, музикант. Популяризує українську пісню. Незабаром буде презентація нової композиції з назвою «На краю землі».

Андрій, як Ви почали займатися музикою? Це був усвідомлений вибір або ж стався якийсь випадок, що підштовхнув Вас до цього?

Почав займатися за покликом серця. Завжди мріяв мати якусь професію, яка пов'язана з бізнесом або військовою справою. Але б чим я не займався, все одно дорога приводила мене до творчості, від якої я отримую величезне задоволення.

Чому Ви вибрали саме цей стиль музики, а не який-небудь інший? Що притягнуло в ньому?

Музика і душа – дві подібні речі. Я в душі рокер і романтик, але для людей хочеться донести зрозумілий стиль музики. Довелося вибрати стиль ПОП, але добавити туди романтику і рок.





Як Ви відноситеся до сучасної музики: чи є якісь стилі, може бути групи, виконавці, які імпонують найбільше?

До сучасної музики я відношусь цілком нормально. Є речі, які мені дуже подобаються, особливо українська пісня. Наразі наш шоу-бізнес дуже стрімко розвивається, що дуже гріє серце. Але класична музика, така як Бетховен, Моцарт, Бах, – надихає найбільше.

Ви відносите себе до числа щасливих людей? У чому для Вас полягає щастя?

Я дуже щаслива людина! Щастя для мене – просто жити, прокидатися зранку, писати нові пісні та дарувати їх людям!

Що для Вас головне в житті?

Саме головне в житті, щоб люди, які мене оточують, були щасливими.

Фотограф Korzhik Viktoria

Олександра

Фотомодель Олександра взяла участь у конкурсі краси «Дівчина 2021 року» і зайняла 1 місце!



Вода в реках в пустыне снова гуляет игриво,
А те птицы не полетают мимо!
Животные могут напиться сполна,
Они прятались так долго – и это ваша вина!

Зацветут все сады по весне,
Все без Морозов – только в белой мгле!
Крупицы снежинок пролетят в небесах
И так быстро тают на нежных ветвях .

Дожди зальют реки.
Вам всего не понять.
Моря. Океаны тихо будут стоять !

Луна станет яркой ,
Вокруг много звёзд,
И все в этом мире сияние даёт!

Это так бесподобно, как птицы поют,
Все чаще и чаще, голоса – изумруд!

В глуби океанов проснуться киты,
Поднимутся сами из тяжелой мглы!

Животные без страха прибегут из лесов,
Нет дороги обратно, они покажут вам все!
Нет, они безобидны, дают только понять ,
Сколько можно все рушить, хватит больше страдать!

В небе птицы совьются кругами большими ,
Вы не трогайте их – они волей простые!
Будут только порхать, показав свой нрав ,
Они просто высоки, но а ты был не прав !

Пауки соберутся по просторам своим,
Друг об друга все трутся –
Ах как холодно им!

Все вокруг зацветёт и запахнут сады,
И за столько веков – не ведал красоты!
Запах этих цветов будет каждый любить,
И корона падет – без вакцины и тьмы!

В небе видите свет, после будет заря,
И прекраснее День станут помнить Века!
Каждый важность поймёт в доброте и любви,
А потом чистота в вашем сердце в груди!

Мир зелёный такой, много доброй росы,
Зарастёт все травой, только ты подожди!
Небеса – изумруд, цвет такой голубой,
Воздух свежий, простой,

Как и прост весь народ!



Фотограф: vitaliy_vyuga

Корона і конкурс для мене – це всього лише участь. Навіть якщо ти не зайняла перше місце, важливе те, що ти віриш в себе і береш участь в подібних конкурсах.

Хочу дати невелику раду всім дівчатам: «Ніколи не бійтеся приймати рішення або брати участь в різних заходах! Можливо, це і є ваш великий шанс.

Олександра любить водити автомобіль. Машини – її пристрасть!

«У мене з дитинства була мрія мати авто. Батьки були не настільки багаті, щоб робити такі дорогі покупки, тому в сім'ї не було транспорту і нам увесь час доводилося їздити на громадському. Пам'ятаю, ще тоді вирішила: коли виросту, будь-яким способом придбаю автомобіль! Так і вийшло. Важливо мати мету та усвідомлено йти до неї.

Я бажаю, щоб кожна людина вірила у свою мрію, адже коли віра йде від душі, по-справжньому, тоді ваші мрії обов'язково збуватимуться!

БЛІЦ-ПИТАННЯ

Олександра, скільки років Ви за кермом?

Вже 10 років.

Марка авто?

В даний момент їжджу на BMW X3, але не відмовлюся від Rolls – Royce (сміється).

Чи знайомляться з Вами чоловіки в пробках?

До речі, ще не разу такого не було.

Автомобіль Вашої мрії?

Нагадаю: білий і чорний Rolls – Royce.

Автоледі на каблуках або без?

Автоледі на зимовій і літній гумі, а хазяйка автоледі по-різному.

Їздили за кермом в короні?

Я віддаю перевагу німфам, а не короні.

Що найбільше сподобалося в процесі участі в конкурсі краси?

У конкурсі важлива участь, підготовка – це усе так заманює і надихає! А коли ти переможець – в 10-кратному розмірі надихає!

aleksa_mariya_

SHOWROOM

Данило Гуляєв

Тільки якісні та перевірені вироби

Можливий індивідуальний пошив

Обмін / повернення

Доставка по всій країні

Daniil Guliaev

Займаюся зйомкою під ключ для замовника



097 194 75 78

showroom_by_guliaev

Пукас Катерина

Кандидат медичних наук
Діагностика та лікування
серцево-судинної патології



Запис на
консультацію
за телефоном
097 919 16 14

Пукас Катерина
@dr.pukas_cardiologist

Кукленко Алла

Художник,
дизайнер
аксесуарів,
викладач
образотворчого
та декоративно-
прикладного
мистецтва.

м. Харків
@kuklenkoalla23
Alla Kuklenko

Перманентний макіяж:

- брови пудрові та розтушування
- губи "нюдові", "помада"
- стрілка класика, тіньова
- видалення і перекриття татуажу
- міні тату

Косметологія:

- ботокс
- збільшення губ
- мезотерапія обличчя і тіла



Бюті студія **ОЛЕНИ ВОЛОШКО**

м. Харків, вул. Університетська, 35/2
тел. (093) 611 36 96; (099) 610 22 27; (068) 248 31 89

elena_voloshko_pm

Будь-який інтер'єр вимагає стильних та сучасних прикрас.

Кокодами - японські "мохові кульки" - новий тренд в оздобленні інтер'єру.

Будь-хто, побачивши у вас японську кульку, точно не залишить її без уваги.

Кокодами створюються вручну, а значить ви точно зможете підібрати те, що підійде саме вам.

+38 067 107 06 00, +38 063 240 51 00
@kokodama_kh



Ірина Бойко: Наше натхнення – це наші замовники

З 18 років я працюю у сфері будівництва та дизайну інтер'єру. За спиною вже більш як 15 років досвіду роботи в цій сфері. Маю дві вищі освіти за спеціальністю та 8 років художньої школи. Майже весь час я присвячую улюбленій справі, проживаю маленьке життя зі своїми клієнтами, допомагаю їм із найменшими затратами і нервами пережити ремонти. Ми створюємо комфортні для життя, красиві та практичні інтер'єри.

Ірина, розкажіть про те, як Ви стали дизайнером інтер'єру. Це був усвідомлений вибір професії або улюблене хобі переросло в роботу?

Я все життя розуміла, із самого малечку, що я хочу створювати прекрасне для людей. Тому мій вибір абсолютно свідомо пав на вибір професії дизайнера інтер'єру. Я ніколи до цієї справи не відносилась як до хобі, пройшла довгий час навчання (й зараз по всяк час удосконалюю свої знання в цій сфері). Мої клієнти, партнери – це дуже опитні бізнесмени, тому у них завжди є чому навчитися.

Що повинен уміти робити дизайнер інтер'єру: добре малювати від руки, уміти створювати щось своїми руками, бути фахівцем 3d візуалізації або бути хорошим психологом і легко знаходити контакт з людьми? Що на Ваш погляд важливіше?

В нашій сфері діяльності немає однозначної відповіді на те, що краще повинен вміти дизайнер. Я працюю на результат. Мій результат полягає у кінцевому продукті – реальному, а не віртуальному. Створити інтер'єр в 3D – це добре, але найголовніше – реалізувати його, і це не кожному під силу.

Що для Вас дизайн – це стан душі, творчі пошуки або повсякденна робота?

Звісно, операційні повсякденні процеси ніхто не скасовував, у нас вони також присутні. Але до всього ми підходимо із творчістю, натхненням та задоволенням.



В чому Ви знаходите натхнення?

Дуже часто наші замовники і стають цим натхненням. Вони в нас просто чудові! У кожного з них є свої індивідуальні риси, котрі я виражаю через наші інтер'єри. Звісно, я відвідую виставки, подорожую до наших партнерів із різних країн світу, щоб дізнаватися про нові технології та матеріали – це дуже важливо та корисно.

Ірино, Ви – чудова мама трьох діток і прекрасна дружина. Як вдається вдало поєднувати особисте життя, побут і роботу? Поділіться своїми секретами з нашими читачками.

Я завжди кажу молодим мамам, що можна і треба поєднувати роботу і сім'ю. Діти дуже швидко ростуть, їм потрібна мама щаслива, реалізована, чоловіку – задоволена жінка. Так, не без того, що іноді я мало приділяю їм уваги, але моя і їх любов від того не менша. Весь тиждень діти також зайняті своїми справами – школи, садочки, секції. Ми всі чекаємо вихідних, бо знаємо, що ми проведемо їх разом і вони будуть насичені та цікаві. У нас є спільні хобі, що поєднують нас. Також я вважаю, що якщо дітей з малечку привчати до зайнятості (у кожного вона своя), особливо власним прикладом, то можна виховати абсолютно відповідальних та успішних дорослих людей в майбутньому.

098 323 32 33
reina_designukraine
www.reina-design.com.ua

Давлетшина Карина

ТОП-МАЙСТЕР СТУДІЇ “NEW YORK”

- Майстер перманентного макіяжу
- Акредитований майстер КССК України з перманентного макіяжу



Щастя - в тебе на обличчі.
Я вважаю, що єдиний спосіб отримувати справжнє задоволення від роботи - це робити її чудово, з бажанням. А єдиний спосіб робити свою роботу добре - це любити її.
Я дуже люблю свою роботу.
І тішуся з того, що мої клієнти йдуть від мене з посмішкою на обличчі!
Немає роботи важче, ніж намагатися виглядати красивою з восьмої ранку до півночі.
Але є невелика магія, яка тобі в цьому допоможе - перманентний макіяж, за допомогою якого ти забудеш про косметику на 1,5 роки.

м. Запоріжжя, вул. Маршала Чуйкова 28, студія краси “NEW YORK “
@viv_en_pm
099 091 95 99

Мінімалізм.

Швидкість сучасного світу диктує тренди дизайну.



Дизайнер інтер'єру **Анастасія Вовченко**
Студія AVE.design

Дизайн, який спрощує життя

Ритм життя значно прискорився. Все менше часу залишається на битові потреби. Ми оточуємо себе технікою яка заощаджує час, позбуваємося речей, які вже нам не потрібні. Зараз на першому місці функціональність.

Найсучасніший та найфункціональнійший стиль інтер'єру - мінімалізм. Я проектую квартири і будинки, які допомагають вам відпочивати та займатися улюбленими справами замість того, щоб довго прибирати та шукати розетки за диваном.

Функціональний та естетичний інтер'єр оселі спрощує життя та робить знаходження дома ще приємнішим.

Найлегший спосіб жити в комфорті - продумати дизайн заздалегіть. Тоді ремонт пройде легше, а життя в новій оселі буде вас надихати.





Розробка та реалізація дизайн-проектів квартир, будинків, салонів, офісів. Харків та СНГ
Консультації по дизайну.

+380985826894 Харків, Україна ave.design_

Новікова Світлана

Акредитований майстер перманентного макіяжу
Brow master
Ламінування брів та вій



Завжди обирайте найважчий шлях - на ньому ви не зустрінете конкурентів!

м. Полтава
вул. Котляревського 1/27
Бізнес центр «Ера»
099 231 08 09
permanent_novikova
Svetlana Permanent



Олександр Іванов
Психіатр, сексолог, нарколог
Тел. 0504520303

ЯК ВИВЧИТИ ЧОЛОВІЧУ МОВУ



Упродовж сотень тисяч років манера спілкування у чоловіків і жінок формувалася абсолютно по-різному. У чоловіків було основне завдання – забезпечити безпеку своїм жінкам і дітям, тобто бути зосередженими на ворожому оточенні та миттєво реагувати на цю ворожість. Жінки ж були творцями спілкування і виховання. Вони й створили мови спілкування для виховання дітей і взаємодії один з одним.

Чоловіки, які намагалися вникнути в мовне середовище жіночо-дитячого спілкування, не залишили потомства. Їх з'їли хижаки. Тому не намагайтеся ображатися на неуважність чоловіків. Ми такі, якою нас зробила еволюція. Навчати чоловіка складним жіночим комунікативним особливостям дуже складно і не дуже продуктивно. Простіше вивчити чоловічу мову. Вона вкрай проста!



По-перше, перш ніж ви щось хочете донести до чоловіка (чоловік, брат, син, товариш по службі, сусід і так далі) важливо притягнути його увагу. Дуже добре працює дотик до руки, швидка зміна тембру голосу, зміна активності.

По-друге, не забувайте про правило восьми слів. Так склалося, що чоловіки не сприймають інформацію в довгих пропозиціях. Розбийте свою мову на короткі речення до восьми слів, і ви завжди порозумієтеся з важливими для вас чоловіками. Все просто!

Щастя вам, жінки!

Наталія Ткач

Майстер перманенту

- Брови
- Стрілочка
- Губи

Мої клієнти - моє натхнення! Ваша довіра - це те, заради чого я готова звернути гори і постійно вдосконалюватися.







м. Херсон
050 166 67 55
lips_queen_kherson

Ірина Сотниченко

Дизайнер інтер'єрів, засновник студії IS design studio

Дизайн інтер'єру – це поєднання ваших бажань, ваших мрій, вашого стилю життя, вашого способу мислення в тому приміщенні, яке ви обрали, щоб називати домом.

І це моя робота – допомогти віддзеркалити вашу індивідуальність та заповнити сенсом цей простір, адже дім – це ваше продовження.





Кожен інтер'єр, з яким я працюю має власний стиль, характер та настрій, бо розробляється індивідуально, враховуючи те, що важливо саме для вас.



irynasotnychenko
IrynaSotnychenko
irynasotnychenko.com
isdesignstudio.contact@gmail.com
+38 097 948 21 17

Олена Хандоженко: Криза – шлях до твого успіху!

Стрес – це майже звичний спосіб життя для звичайної людини. Я вже мовчу про керівників заводів, пароплавів, які особливо зараз відчувають на собі відповідальність за колектив, за скорочення виробництва і робочих місць, і, відповідно, переживають емоційне і психологічне навантаження.

На тлі світової кризи і пандемії росте хаос в головах, серцях і справах. Звичні конструкції бізнесу, Інституту сім'ї і особистих життів рушаться. По суті – ми входимо в нову епоху, незвідану і незрозумілу. Ми бачимо нові образи майбутнього і доки не знаємо, як вписатися в цей новий порядок. Хтось хапається за звичне, що відбирає сам Всесвіт і отримує удари Долі. Хтось не хоче бути гнучким і продовжує чіплятися за те, що віджило, і тим самим затягує собі петлю все тугіше... Хтось зовсім вирішив не боротися, а прийняв найпростіше, на його думку, рішення – піти з цього життя... Це наша зараз реальність. А ти спробуй жити! Так! Жити! І причому якісно жити в таких екстремальних умовах. Спробуй пройти квест під цією прекрасною назвою «Життя». Це куди більше цікавіше, якщо ре-





ально почати жити наповненим життям. Жити якісно, а не склеїти лапки і втратити інтерес до нього.

Моя професійна діяльність така, що я щодня займаюся розв'язання проблем моїх шанованих клієнтів. Я напрацювала цілий комплекс по реконструкції життя людини.

Чому у багатьох проблеми?

Від незнання! І коли до мене приходять на консультації, я передусім пропоную людині дізнатися про себе. Це найважливіше, що хоче від Вас Творець!

Вчіться ставити собі питання: «Хто я? Що я повинен знати»? І не «За що мені це?», а «Що я зробив не так?».

Як тільки ви почнете ставити собі правильні питання, та хоч би звернувшись на консультацію, на якій я використовую один зі своїх

улюблених інструментів – Карти Таро, – ви дізнаєтеся, що треба зробити для поліпшення карми (чи не робити). Ваша реальність почне мінятися в кращу сторону вже з першої нашої зустрічі!

З досвіду скажу: застосовуючи тільки одну систему в діагностиці проблем, наприклад, нумерологію, це не дасть Вам повну картину того, що відбувається. Наукою доведено, і ми вже точно знаємо, що людина – це багатовимірна істота. Точно також, використовуючи тільки одну психологію або астрологію, ми дивимося односторонньо. Тому дотримуюся принципу «В здоровому тілі – здоровий Дух» і проводжу діагностику по декількох системах – астрологія, таро, кармічні завдання...

Якщо проблема перейшла у видиму реальність, як, наприклад, деяке захворювання, необхідно лікувати і тіло, не виключаючи енергетичне цілительство.

Скажу про себе: у мене є Диплом про медичну освіту, але додатково я вивчила теософію (наука про карму, тобто закон причинно-слідчих зв'язків), систему Таро, астропсихологію і парапсихологію, космоенергетику. Я духовний кармічний цілитель. Є в мене діючий Клуб «Жінка, що міняє Світ», де йде постійна робота над собою. Моя діяльність в Клубі має на увазі й ретрити «Шлях до себе», поїздки в місця Сили, а також вебінари і навчання в Школі парапсихологів. І це усе прекрасно!

Але я впевнена, що ще і місце існування безпосередньо впливає на людину. І вивченню китайській метафізиці (Феншуй) я присвятила багато свого дорогоцінного часу. Усі ці знання в сукупності принесли моїм клієнтам величезну користь, і тисячі вдячних клієнтів стали моїми добрими друзями по всьому світу. Мій природний Дар, що перейшов до мене від батьків, допомагає мені в цілительстві. Я використовую його для лікування в комплексі з офіційною медициною.



Мої медитації приносять людям розслаблення і заспокоєння нервової системи, учать жінок бути цілісними та жіночними, а по підсумку зміцнюють сім'ї, колективи. Чоловіки вчаться володіти собою і своїми емоціями, дбайливо відноситися до жінок і цінувати їх.

Багато хто підвищує свій енергетичний потенціал і приходить до розуміння, що наше завдання в цьому житті не лише споживати, але і розвиватися духовно!

Я несу своє служіння людям не з тяжкістю, а з Любов'ю. Якщо кожна людина розпочне з себе, з внутрішньої роботи над собою, транслюючи у Світ гармонію і любов, приймаючи достаток Всесвіту, то у світі так і буде – Достаток, Світ і Любов. А моє завдання – допомагати Вам ставати щасливими, здоровими й багатими людьми.



Вам треба тільки захотіти!

elena.handojenko

+380961237303



Мандала – це Боже Око

Говорять, що якщо бути уважним, то зображення мандали можна побачити багато в чому. Складний сакральний малюнок вгадується в марокканській мозаїці, під зведеннями церков, у вітражах Нотр-Дам де Пари, в штурвалі корабля, в старовинних монетах і навіть серед найвідоміших споруд: британський Стоунхендж, Храм неба в Китаї, комплекс на острові Хортиця в Україні й так далі. Правда це або усього лише домисли, нам розповість мандалотерапевт Світлана Абаржи.

Світлана, як давно існує мандала?



Сказати точно, коли і як давно існує мандала складно. У моєму розумінні мандала існує з моменту зародження Всесвіту, Галактики, Землі й можна так до нескінченності перераховувати. Форма мандали закладена скрізь – в орбіті, у квітці, в сніжинці, в атомі та має багато значень – круг, колесо, простір, сферу... Адже мандала – це круглий символ Всесвіту, що передає глибокий сенс.

Мені часто ставлять питання: «А яке відношення мандала має до нас, православних християн?» Раніше з інших джерел я дізналася про те, що мандала – це древній слов'янський оберіг, відомий на Русі під традиційною назвою Боже Око.

Особисто для мене немає розділення віри, все єдино! Просто кожна людина вибирає те, що йому ближче до душі, свою релігію і віросповідання. По вірі вашій буде вам, адже в що ми віримо, то ми й отримуємо!

Чи робить сакральний символ лікувальний ефект?

Не лише лікувальний, але й різні бажання на виконання.

Мандалотерапія вважається безпечним і екологічним методом психокорекції та психотерапії. В процесі творчості особа набуває цілісності та зміцнює власне «Я». Мандала не вирішує проблем! Вона притягає в життя людини події, в яких він сам може вирішити ті або інші завдання.

Як Ви підходите до складання мандали? Що для цього треба? З якого матеріалу створюєте їх і де його берете?

Є заготівлі – дерев'яні основи різних форм і розмірів в діаметрі. Зазвичай усі матеріали для створення мандал я закуповую в арт-студіях. З недавніх пір стала використовувати стрази для декору, які закуповую в інтернет-магазинах «Світ страз».

Спочатку я створювала мандали інтуїтивно. Використання мандал залежить від запиту, чи пов'язано це зі здоров'ям, матеріальним благополуччям, духовним розвитком. Енергія, яка виходить від мандали, допомагає в здійсненні бажаного. Потім я вирішила поєднати знання про мандали з напрямом нумерології, де кожна цифра – це своя енергія, яка має свій колір. Під час роботи я часто записую ті стани, в яких знаходжуся, а потім даю рекомендації, над чим ще варто попрацювати.

У мене була мрія – створити ювелірну прикрасу мандали. Спільно з ювеліром ми створили по моєму ескізу кулон «Сакральна Мандала» із золота, з покриттям гарячої емалі та з каменями (цитрин).

У мене є бажання виходити на інший рівень створення мандал – створювати прикраси з дорогоцінних металів. До речі, запрошую до співпраці інвесторів для спільного створення виробів.

Бажаю усім читачкам вашого журналу вірити в себе, у свої сили й можливості. Той вчитель, якого ми шукаємо, знаходиться в нас самих. Кожна людина приносить свою місію в це життя. Живіть в гармонії й балансі, будьте щасливими тут і зараз. Любіть, цінуйте і поважайте себе коханих!

380672735623
svetlanabarzhi

Юлія Бартюк

Засновник та провідний майстер студії перманентного макіяжу

В сфері краси більше 7 років, з них 3 роки як майстер перманенту, в 2019 р. відкрила студію перманентного макіяжу в м. Хмельницький.
В 2020 р. увійшла в міжнародну академію з перманентного макіяжу AcademyS by Sviatoslav Otchenash та отримала категорію Artist.
Нагороджена Знаком Якості України за надання найякісніших товарів та послуг!



м. Хмельницький
098 056 19 03
@julia_bartiuk_
Юлія Бартюк

Таролог Тетяна Смольник: *Таро – інструмент для поліпшення життя*

За фахом Тетяна Смольник лікар, закінчила Новосибірський медичний університет, факультет педіатрії. Але будувати кар'єру в цьому напрямі дівчина не стала, вибравши зовсім іншу дорогу. Тетяна працює тарологом, за допомогою особливих карт передбачає долі. Поворот її біографії цікавий, та і сама професія екзотична. Як тут встояти перед спокусою і дізнатися більше про таро і роботі з ними? Правильно, ніяк!

Тетяна, чому таро?

Таро – це не просто інструмент моєї роботи, це стиль мого життя, це спосіб поринути в чаклунство, і зрозуміти, що багато що в нашому житті можна змінити, якщо правильно використати теорію вірогідності, якій служить таро.

Мій вибір професії був продиктований життєвою необхідністю коригувати власні бажання і можливості. Точно також я допомагаю іншим людям розкрити в собі потужний потенціал, який частенько вони не використовують, і не наважуються змінити своє життя на краще. Щоб стати хорошим тарологом, передусім треба розуміти, що таро – це навігатор. Завдяки підказкам карт таро можна добитися величезного успіху і самореалізації, поліпшити своє фінансове положення, усунути невдачі в особистому житті та навіть поліпшити стан здоров'я.

Таро – це система, це наука, яка допомагає прогнозувати і регулювати наші повсякденні потреби. За допомогою таро можна навчитися коригувати проблемні сфери й отримувати величезне задоволення від результату.

Є думка, що хто завгодно тарологом не стане, – потрібен особливий дар, чуття, інтуїція... Це правда?

Думка, що тарологом не може стати кожен – це правда. Передусім треба володіти емпатією та вміти співчувати людям, тому



що таролог – це не лише людина, яка дає сухий прогноз. Це людина, яка учить інших поступати відповідно до їх бажань, з їх можливостями і допомагає розкрити в собі потенціал на щастя. Щастя у кожного своє, але іноді людині потрібен вектор, який направить її на вірний шлях для його ж власного блага.

Тому таролог повинен не лише вміти добре читати розклади, їх треба застосовувати в реальному житті, давати практичні поради і допомогти людині зробити оптимальний вибір.

Наскільки я знаю, існує багато видів колод карт таро. Скільки їх насправді?

Існує сотні видів колод таро. Є авторські колоди, є ексклюзивні колоди, класичні, дитячі, колоди друїдів і багато інших. Колоди діляться на світлі й темні. Світлі колоди застосовуються для діагностики ситуації та стан здоров'я. Темні колоди застосовуються для діагностики негативних дій, а також корекції й чищень енергетичного поля. Але я працюю з основними 10 колодами, цього вистачає для практики таролога.

Звичайно ж, колоди можна розширювати, але не варто забувати, що будь-яку колоду слід зарядити на роботу відповідно до природних стихій, і не кожна колода працюватиме. Колода вибирає майстра точно також, як і майстер колоду. Все приходить в процесі роботи. На своєму авторському курсі по навчанню таро я розповідаю про це.

Мабуть, таролог – це ще і якоюсь мірою психолог?

Передусім таролог – практичний психолог, емпат, лікар, психотерапевт одночасно. За допомогою розкладу можна упізнати тіньові сторони особистості, які вона приховує навіть від самої себе, тому треба мати почуття такту, обережність і терпіння при роботі з клієнтом. Таролог – це лікар, який дуже тісно працює з психосоматикою. Тема здоров'я в моїй практиці дуже важлива, іноді можна вилікувати людину за один сеанс, якщо він правильно зрозуміє причину своєї хвороби і свого стану.

Самій собі гадаєте?

Самій собі я не гадаю, але, якщо мені потрібний розклад таро, я звертаюся до колег і отримую потрібну інформацію. Вважаю, що самій собі гадати не дуже правильно, оскільки ми суб'єктивні до своїх власних очікувань.

А якщо погадати не конкретній людині, а людству в цілому? Наскільки точно і далеко можна заглянути в майбутнє усієї планети?

Якщо говорити про прогноз людства в цілому, то варто звернути увагу на те, що люди



самі знищують нашу планету. Усі хвороби, війни, пандемії та розрухи відбуваються через те, що люди не навчилися цінувати те, що вони мають. В першу чергу – це життя, чисте повітря, світ і можливості. Жадання грошей і наживи перетворює людей на споживачів. Прогноз планети несприятливий в плані екології, тому що знищується усе живе на землі.

Але у нас є шанс і за економічними показниками, і за прогнозом на майбутнє – Україна стане вагомішою країною у світі тоді, коли стануться важливі зміни в керівництві країною. Термін змін – найближчі п'ять років.

Що стосується планети Земля, можу сказати, що пандемія закінчиться і людство повернеться до нормального життя. Ми переживемо ще два складні роки і після цього можна буде надіятися на краще.

Сподіваюся, позитивні пророцтва все ж частіше доводиться робити...

Прогнози, які я роблю, у більшості випадків, звичайно ж, позитивні, і це не тому, що я хочу вселити надію або зробити приємне своєму клієнтові. Таро дають підказку – як поступити людині так, щоб він сам міг відчути внутрішні сили і резерви. Ми самі будівельники свого майбутнього, і слово «доля» дуже багатогранне з точки зору карт Таро. Тобто у нас є 1000 можливостей бути щасливими.

380675354608
www.worldtaro.com
smolnik_taro

Інна Біланюк



Навіщо вам консультант з харчування та здорового способу життя? Ми часто користуємося послугами різних індустрій: beauty, фітнес, технічних сервісів, медичних центрів, тих, хто здійснює супровід, якісно обслуговує нас. Наше тіло – це головний інструмент в нашому житті, завдяки йому ми рухаємося та існуємо. Воно вимагає такого ж якісного обслуговування. Всі ми знаємо приказку «Ми те, що ми їмо». Але мало хто надає сервіс і дійсно вчить здоровому та правильному харчуванню і способу життя. Робота у великих групах по зниженню ваги або набору м'язової маси без індивідуального супроводу – це тимчасовий wow-ефект. Вас ніхто не навчить утримувати свій результат, тому що, обмежуючи себе в улюблених стравах, не розуміючи особливості саме вашого організму, ви отримаєте «психологічний зрив», безконтрольне заїдання стресу і повернення до старих звичок. Тому важливо, щоб в ці моменти поруч з вами був однодумець, ваш персональний консультант з харчування, який:

- *відповість на будь-які ваші питання, що стосуються раціону;*
- *дасть практичні поради щодо вибору продуктів;*
- *дасть комплекс фізичних вправ для корекції саме вашої фігури;*
- *дасть додаткову мотивацію та особистим прикладом буде надихати вас на зміни;*
- *буде працювати з вами щодня, персонально, фіксуючи всі поліпшення на шляху до вашої поставленої мети.*

У нас є сотні реальних результатів, відгуки, змінені життя... Хочете так само?

067 520 53 00 | inna_bilaniuk | Инна Беланюк

Photographer
Slava Kladiev



Послуги, що надаються:

- Весільна фотографія
- Дитяча фотографія
- Сімейна фотографія
- Студійна зйомка
- Фотозйомка інтер'єру
- Виїзна фотосесія
- Фотосесія на вулиці
- Корпоратив, хрестини, ювілеї
- Дні народження
- Бізнес фото

тел.: 067-1234-0-57
093-629-03-03
aspect1905@gmail.com

Instagram : @kladiev.photo
www.slavakladiev.fo.ru
Facebook : фотограф Слава Кладиєв

Solomiia
PERMANENT MAKE-UP

Кратко
Соломія

Сертифікований майстер перманентного макіяжу в місті Радехів.

В індустрії краси з 2014 року.



Мета перманентного макіяжу - підкреслити вашу красу!

solomiiakratko_permanent
Соломія Кратко
+38 (096) 6568662
м. Радехів, Львівська область

Кулінарний експерт рубрики
Павло Єременко

Провідний фахівець в області гарячих блюд і соусів ресторанів преміум рівня. Учасник кулінарного шоу «Майстер Шеф»



Прийшла весна й усім нам потрібна смачна і дуже корисна їжа, вітаміни, мінімум калорій і що дуже важливе – просте приготування. У цьому номері я пропоную вам рецепт супу із зеленою спаржею, насінням чіа та креветками.

Суп зі спаржі з насінням чіа та креветками

Для цього нам знадобиться на 1 порцію:

- спаржа зелена очищена 200 г
- цибуля ріпчаста 50 г
- насіння чіа 20 г
- креветка тигрова, хвіст 4 шт
- олія оливкова 30-50 г



Обсмажуємо лук до золотистого кольору, додаємо довільно нарізану спаржу. Обсмажуємо і підливаємо кип'ячену воду (можна бульйон), рідини має бути не більше половини. Відправляємо в чашу блендера і добре збиваємо до однорідної маси, додаємо в процесі трохи оливкової олії. Паралельно з цим обсмажуємо очищені хвости креветок. Запарюємо насіння чіа, вони повинні постояти не менше 30 хвилин.

Насипаємо суп в тарілку, в центр викладаємо насіння чіа, а зверху обсмажені хвости креветок. Прямо в блюдо додаємо сіль і перець на свій смак.

Щиро ваш Павло Єременко.

Живіть смачно!

+38 066 054 49 24 | +38 097 750 01 78
Павел Ерёменко p_eremenko Paveleryomenko2 paveleremenko1981
Paveleryomenko2 Павел Еременко Авторские футболки



Пастила - фруктовий десерт

Вона є дуже корисним, поживним та дієтичним продуктом. До складу пастили не входять ніякі хімічні добавки, тут ви не знайдете цукру та барвників.



Смачні ласощі готуються з любов'ю для Вас в спеціальних сушарках (дегідраторах) з високоякісного пластику при низьких температурах, що дозволяє зберегти максимум корисних речовин та вітамінів в ягодах та фруктах!

м. Полтава 066 846 80 15 sweetberrry.ua

ПАНСІОНАТ «ПРИМОРСЬКИЙ»

курортна зона Лугове

Незабутній відпочинок на Чорному морі

- 20 метрів до моря
- Власний пляж
- Оздоровчий центр: медичний пункт сольова кімната масаж
- Дитячий майданчик
- Ігрова кімната
- Їдальня на 200 місць
- Кафе на пляжі на справжньому кораблі
- Магазин на пляжі
- Басейн на території
- Номери: люкс напівлюкс котедж стандарт
- Бібліотека, більярд, теніс
- Аніматор для дітей
- Автобусні екскурсії



Миколаївська область, с. Рибаківка
Зона відпочинку Лугове,
вул Квартал Шостий, 9

+38 (067) 968-35-24
https://приморский.com.ua/

Мігаєва Яна

Перманентний макіяж (брови, губи, повіки)

Сертифікований майстер та тренер академії Юліани Дружиніної

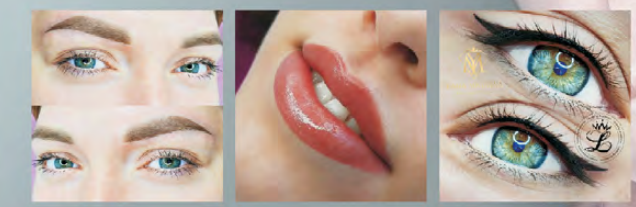
Тренер від команди Leader

Проводжу навчання

YANA MIGAEVA

Permanent Make Up

Leader by Druzhinina



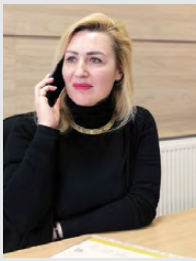
м. Кременчук

+38 067 387 18 28

@yana_migaeva_pm

Яна Мігаєва

Ви міркуєте про гарну освіту? Або цікаву та оплачувану роботу? Чи, може, хочете змінити свою професію?



Тоді Вам до Тетяни Євгеніївни Дехтяр – відповідального секретаря приймальної комісії КІБІТ.

Уважність до підбору місця навчання, що хвилює батьків; турбота про правильний вибір освітньої програми абітурієнтом, підготовка до вступу та складання ЗНО, продовження навчання в магістратурі, підбір програми для другої вищої освіти та багато додаткових питань.

Ця вступна кампанія особлива: навчання за кордоном виключено, працевлаштування обмежене карантинними заходами. Університети та Інститути є найвдалішим місцем для молоді: високі технології навчання, соціалізація, професійне зростання та перша робота за фахом, студентське життя, інтернаціоналізація, перші наукові публікації й виступи на конференціях.

Приймальна комісія вже працює!

Беріть документи та мерщій на індивідуальну консультацію!

Запис за телефоном (Viber, Telegram, WhatsApp) 050 341 42 42, або vstup@kibit.edu.ua

Київський інститут бізнесу та технологій – це інноваційне навчання!

КІБІТ
КИЇВСЬКИЙ ІНСТИТУТ БІЗНЕСУ ТА ТЕХНОЛОГІЙ



Наш Інститут має багаторівневу структуру, що включає в себе:

- Економіко-технологічний коледж
- Бакалаврат Київського інституту бізнесу та технологій
- Магістратуру КІБІТ

Нашою цільовою аудиторією є всі соціальні групи та верстви населення – від випускників 9 класів до керівників компаній.

Економіко-технологічний коледж КІБІТ пропонує навчання для **випускників шкіл (9 чи 11 класів) та випускників училищ (ліцеїв)** за наступними освітніми програмами:

- Комп'ютерна інженерія / Web-розробка
- Менеджмент / Підприємництво
- Фінанси, банківська справа та страхування
- Соціальна робота

Вступ на бакалаврат можливий як за ***звичайною*** програмою (на І курс після школи), так і за ***скороченою*** програмою (на ІІ, ІІІ курс після коледжу чи на другу вищу освіту).

На бакалаврaті діють наступні напрями підготовки:

- Менеджмент організацій / Підприємництво
- Економіка і фінанси підприємств
- Облік, аудит і оподаткування
- Практична психологія / Психологія бізнесу

Друга вища освіта – вступ без ЗНО!

Яку спеціальність ви б не обрали при вступі до КІБІТ, ви отримаєте наступні переваги:

- Індивідуальну траєкторію навчання
- Інтерактивні інноваційні заняття
- Співробітництво зі стейкхолдерами (державними організаціями та приватними компаніями)
- Розробку власних бізнес-проектів
- Активну соціалізацію

Запрошуємо на навчання всю родину – буде знижка!

Більше інформації на нашому сайті www.kibit.edu.ua, на сторінці у Facebook та Instagram.

Ганна Синишина



Топ тренер команди LEADER

Майстер перманентного макіяжу

Лазерне видалення тату

Карбоновий пілінг

Проводжу навчання та підвищення майстрів ПМ





synyshyna_vip_permanent