

ЮБИЛЯРЫ СКЖД

Уборщику производственных помещений локомотивного депо Батайск

Надежде Васильевне ЛАВРИНЕНКО

Уважаемая Надежда Васильевна!

Вас ценят и уважают в депо за добросовестное отношение к своим должностным обязанностям, обязательность, ответственность. Примите наши самые теплые поздравления в связи с Вашим юбилеем!

Пусть будет счастье и здоровье, и пусть на все хватает сил! Чтоб каждый день обычной жизни Вам только радость приносил!

Помощнику машиниста электровоза

Владимиру Васильевичу КУДРЯВЦЕВУ

Уважаемый Владимир Васильевич!

От всей души поздравляем Вас, заслуженного работника нашего предприятия, связанного с депо трудовыми узами вот уже 31 год, с юбилеем – 55-летием!

Желаем Вам несокрушимого здоровья, неистребимого оптимизма, неиссякаемой энергии! Пусть век Вашей жизни будет долгим и плодотворным, и все запланированное претворится в жизнь! Счастья Вам и семейного благоденствия!

Машинисту тепловоза
Владимиру Васильевичу СИДОРЕНКО

Уважаемый Владимир Васильевич!

От всей души поздравляем Вас, профессионально компетентного специалиста, ответственного, надежно-го человека, с «золотым», 50-летним юбилеем!

Желаем Вам жить как минимум сто лет, в добром здравии, в окружении любящих чад и домочадцев! Пусть все намеченное претворится в жизнь, фортуна будет благосклонной, а каждый день жизни радуется! Счастья Вам, благополучия, «зеленой улицы» – всегда и во всем!

Ю.Растегаев, начальник депо А.Гурин, председатель профкома

Дежурному помощнику начальника вокзала Новочеркасс

Зинаиде Константиновне ЧЕМБУЛАТОВОЙ

Уважаемая Зинаида Константиновна!

От всей души поздравляем Вас с юбилеем!

Пусть исчезнут все заботы, если можно – насовсем. Пусть Вас радует работа и здоровье без проблем! Мы удачи Вам желаем долгих лет, счастливых дней! И еще раз поздравляем в Ваш прекрасный юбилей!

Коллектив вокзала Новочеркасс

Здоровье маслом не испортишь

ЗЕЛЕНАЯ АПТЕКА

Продолжение. Начало в № 28

ЖАСМИН

Уход за кожей: жирная, раздраженная, чувствительная кожа (добавлять в ванны, при массаже в массажный крем).

Кровообращение, мышцы и суставы: растяжение связок, (массаж, компрессы).

Дыхательная система: кашель, хрипота, ларингит (аромакурительницы, массаж, ингаляции).

Нервная система: депрессия, нервное истощение и стрессовое состояние (аромакурительницы, ванны, массаж).

ИЛАНГ-ИЛАНГ

Уход за кожей: улучшения роста волос, ополаскивания волос, против укусов насекомых, для чувствительной и жирной кожи, для общего ухода за кожей (ванны, массаж, компрессы).

Улучшает кровообращение, при высоком кровяном давлении, тахикардии, сильном сердцебиении (аромакурительницы, ванны, массаж). Нервная система: при депрессии, бессоннице, нервном напряжении и стрессовых заболеваниях (аромакурительницы, ванны, массаж).

КАЙЕПУТ

Эфирное масло, благодаря

сильным антисептическим свойствам, рекомендовано при ларингите, отите, ревматизме, гриппе, ОРЗ, бронхите. Кожные болезни – язвы, дерматиты. Используют при психоэмоциональных расстройствах – тревожных состояниях, неуверенности в себе, раздражительности.

Эфирное масло кайепута поднимает настроение. Имеет сильное бактерицидное и ранозаживляющее действие.

КЕДР

Уход за кожей: против дерматита, экземы, грибковых инфекций, при жирной коже, облысении, кожных высыпаниях (компрессы, массаж).

Кровообращение, мышцы и суставы: при артрите, ревматизме (ванны, массаж, компрессы). Дыхательная система: при бронхите, катаре, застойных явлениях, кашле (аромакурительницы, ванны, массаж, ингаляции).

Нервная система: при нервном напряжении и стрессовых ситуациях (аромакурительницы, ванны, массаж).

КИПАРИС

Уход за кожей: при жирной и переувлажненной коже, чрезмерном потоотделении, варикозном расширении вен, ранениях (компрессы, массаж).

Кровообращение, мышцы

и суставы: при целлюлите, мышечных судорогах, отеках, плохом кровообращении, ревматизме (ванны, массаж, компрессы). Дыхательная система: при астме, бронхите, спазматическом кашле (аромакурительницы, ванны, массаж, ингаляции).

Нервная система: при нервном напряжении и стрессовых ситуациях (аромакурительницы, ванны, массаж, ингаляции).

КОРИАНДР

Эфирное масло кориандра действует на колибациллы, вызывающие развитие цистита.

КОРИЦА

Уход за кожей, за зубами и деснами, бородавки, укусы ос (ванны, массаж, компрессы).

Кровообращение, мышцы и суставы: плохое кровообращение, ревматизм (ванны, массаж, компрессы). Дыхательная система: катар, кашель, хрипота, ларингит (аромакурительницы, массаж, ингаляции). Нервная система: понижение тонуса, нервное истощение и стрессовые ситуации (аромакурительницы, ванны, массаж).

ЛАВАНДА

Уход за кожей: аллергии, фурункулы, синяки, ожоги, перхоть, дерматит, воспаления, укусы насекомых, для отпугивания насекомых, раны, солнечные ожоги



(ванны, массаж, компрессы).

Кровообращение, мышцы и суставы: прострел, боли в мышцах, ревматизм, растяжение связок (массаж, компрессы). Дыхательная система: бронхит, катар, ларингит, инфекции горла, коклюш (ингаляции, полоскания).

ЛАЙМ

Масло обладает противоревматическим, антисептическим, антивирусным, бактерицидным, заживляющим, восстанавливающим, тонизирующим действиями. Показано при плохом пищеварении, застое лимфы, застое в желчном пузыре, заболеваниях печени, анемии, ожирении, астме, бронхите, тревоге, депрессии, инфекционных заболеваниях. Хорошо сочетается со всеми цитрусовыми маслами, лавандой, мелиссой, розовым деревом.

«Модная грамота»: сезон 08/09

СТИЛЬНО

ПЛАТЬЕ НА ЗАКАЗ

Платье является безусловным хитом на протяжении нескольких сезонов, но надо уметь правильно выбрать этот наряд.

Например, хлопковые платья-трапеции с геометрическим рисунком или приталенные трикотажные, в мелкий цветочек, с запахом идут абсолютно всем. Крупные цветы могут позволить себе дамы изящной комплекции. Чтобы платье идеально «село», ваш и его размеры должны совпасть. Если приглянувшаяся вещь находится «между размерами», выбирайте больший. Свободные вещи стройнят, тесные – полнят даже самых хрупких. Кроме того, в слишком облегающей одежде в жару вы будете чувствовать себя дискомфортно.

Самое удачное дополнение к летнему платью – большие солнечные очки. Что же касается обуви, то платье прекрасно смотрится и с балетками, и с босоножками на высоком каблуке или танкетке.

ВЫХОД В СВЕТ

Если у вас нет возможности перед выходом в свет отдохнуть или сделать



маску для лица, воспользуйтесь быстрым способом приведения в порядок уставшей за день кожи.

Взбодрите ее перед нанесением макияжа лимонным тоником. Смешайте небольшое количество лимонного сока с кипяченой водой так, чтобы сока было чуть меньше, чем воды, и протрите этим тоником лицо. Эффект от него сравним с действием дорогого лифтингового средства.

Поможет и карандаш цвета хаки, который должна иметь в своей косметичке каждая женщина, если она много работает и мало спит. Дело в том, что он помогает визуально «скрыть» красноту глаз – просто нанеси-

те карандашом линии на оба века вдоль ресниц.

А теперь подумаем над тем, как правильно одеться, отправляясь на торжественный прием.

Остановите свой выбор на платье из однотонной гладкой ткани длиной в пол, ведь, как говорят модельеры, сплошное полотно всегда стройнит. Самый модный цвет нынешнего сезона – искрящийся белый, но не менее элегантно и нарядно смотрится платье серо-стального или классического черного цвета. Ткань ни в коем случае не должна «линнуть» к телу или облегать, как чулок. Прекрасный вариант: двух-

слойное платье, внизу темное на бретелях (кстати, оно может быть и облегающим), а сверху – свободно струящееся из легкой прозрачной ткани.

Еще один вариант – свободные вечерние брюки, прямые от бедра и свободная туника из хорошей дорогой ткани, лучше легкой, например, органзы, шелка, кружевного полотна. Туфли – непременно под цвет наряда, что позволит зрительно вытянуть силуэт. Обратите внимание на выбор аксессуаров. К вечерним нарядам традиционно подходят элегантные украшения из жемчуга, золота.

ДИЗАЙНЕРСКИЕ ШТУЧКИ

Лето подходит к концу, но впереди нас ждет новый модный сезон – осень-зима 2008-2009 годов. Что подготовили нам дизайнеры на этот период?

Будут актуальны:

блейзеры без рукавов – другими словами, удлиненные жакеты из костюмной ткани, двубортные и однобортные, с отложным воротником и лацканами, нагрудными и боковыми карманами; широкие брюки – расширенные от талии за счет складок, а также от бедра – в новом сезоне в большом почете. Особенно актуально они выглядят в сочетании с узкой удлиненной туникой или жакетом;

расклешенные юбки длиной до середины колена. Женственные и романтические силуэты выходят на передний план. Мех – традиционный для осенне-зимнего сезона тренд вновь правит бал. В моде разнообразные детали и изделия из пушистого разноцветного меха.

Зеленый цвет всех оттенков – от болотного до изумрудного, осенние цветы – цветочные принты приглушенных тонов переходят из лета в осень.