

сбарро Успешная международная сеть ресторанов итальянской кухни «Сбарро», в связи с активным развитием объявляет набор на вакансии в ТЦ «Ереван Плаза» м. Тульская: **сбарро**

- **СОТРУДНИКОВ RESTORANA** (опыт работы не обязателен);
- **КАССИРОВ** (от 18 лет, без опыта работы);
- **ПОВАРОВ** (опыт работы не обязателен);
- **ПИЦЦАМЕЙКЕРОВ** (с опытом работы);
- **МОЙЩИЦ ПОСУДЫ;**

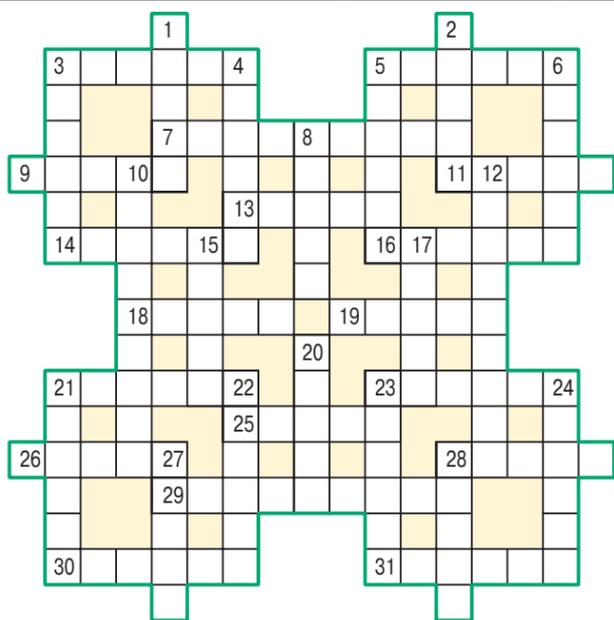
Мы предлагаем: возможность совмещения работы и учебы, стабильную заработную плату, обеспечение социальных гарантий, гибкий график работы, перспективы профессионального роста, униформу, питание.

Требования к кандидатам: Российское/белорусское гражданство обязательно.

По вопросам трудоустройства обращаться в Отдел подбора персонала по тел:
785-38-71, 785-38-76, 8-915-365-03-22,
 Факс для резюме: **785-38-72** Или по e-mail: **jobs@sbarro.ru**

КРОССВОРД

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 3. Кинорежиссер, автор фильма «С широко закрытыми глазами». 5. Минерал, употребляемый для шлифовки металлических изделий. 7. Аквариумная рыбка. 9. Клуб общения пожилых людей в Чертанове Центральном. 11. Лицевая сторона монеты. 13. Южное водяное растение. 14. Специальное напольное покрытие для борьбы с дзюдо. 16. Взрывчатое вещество. 18. Тарифная ставка оплаты труда. 19. Кондитерское изделие. 21. Местность с природными лечебными свойствами. 23. Ископаемое животное. 25. В греческой мифологии: богиня войны и победы, а также мудрости, знаний, искусств и ремесла. 26. Вид кузова легкового автомобиля. 28. Театральный осветительный прибор. 29. Музыкальный инструмент. 30. Спортивный судья. 31. Имя известного российского кинорежиссера.



жидких грузов. 23. Сорт вина. в пустыне, где есть вода и ра-
 24. Спутник Нептуна. 27. Место стительность. 28. Пища, еда.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Предмет мебели. 2. Буква старорусского алфавита. 3. В Древнем Риме: человек, отдавший под покровительство патрона. 4. Детский развлекательный аттракцион. 5. Перекладина в курятнике. 6. Младший командир в русской армии до начала XIX века. 8. Советский дикпурьер, погибший при исполнении служебных обязанностей. 10. Противник прогресса. 12. Олимпийский вид спорта. 15. Строительная специальность. 17. Созвучие концов стихотворных строк. 20. Спортсмен определенной возрастной группы. 21. Древесная лягушка. 22. Наливное судно для перевозки

ОТВЕТЫ ИЗ № 3 (237)

По горизонтали:
 1. Комод. 3. Орлан. 5. Шток. 7. Карт. 9. Устрица. 10. Лев. 11. Ива. 12. Атташе. 15. Катран. 17. Автобус. 18. Сюрприз. 20. Рапира. 21. Арбитр. 23. Гну. 24. Азу. 26. Кавычки. 27. Барс. 29. Кокс. 31. Терем. 32. Тында.

По вертикали:

1. Канал. 2. Дно. 3. Оса. 4. Нимфа. 5. Шива. 6. Курага. 7. Кактус. 8. Тмин. 13. Тарелка. 14. Евтерпа. 15. Кабарга. 16. Адвокат. 18. Сфинкс. 19. Зяблик. 20. Румб. 22. Рапс. 23. Гавот. 25. Улика. 28. Ром. 30. Ост.

**ПЕРЕТЯЖКА
 РЕМОНТ МЕБЕЛИ**
 замена внутривиданной раскладушки, выбор ткани, замена обивки, пружин, поролона, ремонт бруса, полная проклейка. Ремонт в щель. Вывоз и доставка бесплатно.
МАТРАСЫ, ПОДУШКИ ДЛЯ СОФЫ
ГАРАНТИЯ. 643-4974 10 ч. 19 ч.

АДВОКАТЫ
 в Южном административном округе

- Решение сложных ЖИЛИЩНЫХ и НАСЛЕДСТВЕННЫХ вопросов
- Помощь при УГОЛОВНОМ ПРЕСЛЕДОВАНИИ
- СРОЧНЫЙ ВЫКУП КВАРТИР (ДОЛЕЙ, КОМНАТ), в том числе проблемных
- Бесплатные консультации для пенсионеров и инвалидов
- Бесплатные юридические консультации по телефону 119-39-09

Качество услуг подтверждено сертификатом РОСТЕСТА
 м. Варшавская (1 мин пешком), Чонгарский бульв., 4-2, офис 10
 ☎ 8-499-613-4833 – с 9.00 до 21.00 ч. без выходных и перерывов
 ☎ 8-499-619-3909 – круглосуточно

ЦЕНТР ВОССТАНОВИТЕЛЬНОЙ МЕДИЦИНЫ
 Лечение
**ПОЗВОНОЧНИКА
 и СУСТАВОВ**
 нейро-кардиореабилитация
 714-85-54 714-85-63 www.mckb.ru
 ул. Старокачаловская, д.6, метро "Бульвар Дмитрия Донского"

**Центр образования № 556
 ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ**

- учителя математики,
- учителя биологии,
- учителя информатики,
- учителя-дефектолога,
- педагога-организатора внеклассной воспитательной работы,
- воспитателя в группу продленного дня,
- воспитателя в дошкольную группу (детский сад),
- руководителей кружков и секций,
- инструктора по плаванию в детский сад,
- старшего воспитателя в детский сад,
- рабочего по уборке территории.

ул. Днепропетровская, 33А, тел. 313-74-10

✓ ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

Наши ДРУЗЬЯ И ВРАГИ

Весна – в полном разгаре. И, несмотря на капризы погоды, природа пробуждается, торжествуя в разноцветье ранних трав и зацветающих деревьев. Среди растений, появляющихся в лесах и на лугах, есть наши друзья и враги, выявленные путем многовековых наблюдений.

Дружественными человеку (кроме тех, что мы применяем в пищу) являются лекарственные растения, которые могут прийти на помощь

рышника красного, листья брусники, кора дуба и калины обыкновенной, корни дягиля лекарственного, листья крапивы двухдомной, кора крушины, цветки и листья мать-и-маче-

употребления в течение 1–2 дней – не более. Хранить их следует в темном прохладном месте, не допуская попадания прямых солнечных лучей. Если отвар или настой на следую-



при различных болезнях и травмах. Человеческая наблюдательность и народная мудрость заложили основу применения растений при лечении всяких недугов вначале из местной флоры, а в ходе общественного развития и налаживания торговых отношений – практически из всех стран земного шара.

Такой обмен знаниями позволил человеку создать весьма значительный арсенал лекарственных средств. Их изучением занимается такой раздел фармацевтических наук как фармакогнозия. В нем всесторонне изучаются растения, их биохимия, препараты на их основе и многое другое. В частности, серьезное внимание уделяется вопросам заготовки, сушки и хранения лекарственного сырья. И это не случайно.

Ведь зачастую люди, привыкшие лечиться с помощью отваров и настоев из лекарственных растений, собирают их, фактически, в черте города, не задумываясь о том, как много вредных токсинов (в том числе свинца) поглощают растения за время своего произрастания. И получается, что растения-друзья, собранные в экологически неблагополучных местах, при употреблении их в качестве лекарственных средств могут стать врагами человека. Это же, кстати, касается съедобных ягод и грибов.

Вот потому в аптеке «Кросс-Лидер» (ул. Чертановская, 9-1), всегда в продаже лекарственные растения, поступившие от проверенных поставщиков: сертифицированные, прошедшие санитарно-эпидемиологическую экспертизу и радиационный контроль. В мае начинается сбор таких лекарственных растений, как адонис весенний, багульник болотный, листья и почки березы бородавчатой, цветки боя-

хи, корни одуванчика и многое другое.

Но приверженцам лечения травами не нужно ждать, пока специалисты из заготовительных организаций соберут необходимые травы и сдадут их на переработку. В аптеке «Кросс-Лидер» выбор лекарственных сборов и фитопрепаратов велик в любое время года. Но, по мнению заведующей аптекой О. Е. Шаровой, постоянное применение даже безобидных, на первый взгляд, лекарственных растений в сочетании с рядом фармацевтических препаратов может навредить организму из-за воздействия так называемого «лекарственного коктейля» на сердце, печень и другие жизненно важные органы.

А вот несколько секретов приготовления отваров из лекарственных растений от аптеки «Кросс-Лидер». Не все знают, что настои из трав можно приготовить не только горячим способом, но и холодным – при этом лекарственное сырье заливают холодной кипяченой водой и настаивают от 4 до 12 часов, а затем фильтруют и используют. Это помогает сохранить ряд полезных веществ, которые могут разрушиться под воздействием кипятка.

При горячем способе нужное количество лекарственного сырья заливают водой комнатной температуры в фарфоровой, стеклянной или эмалированной посуде, которую помещают в кипящую «водяную баню» и нагревают при помешивании (обычно, отвары – 30 минут, настой – 15 минут), затем охлаждают, фильтруют, и настой готов к употреблению. Водяную баню можно заменить горячей печкой, но нужно следить за тем, чтобы лекарственная смесь ни в коем случае не кипела. Следует помнить, что отвары и настои готовят для

того не следует подогревать – лучше разбавить горячей водой.

Из лекарственных препаратов, приобретенных в аптеке, в домашних условиях можно приготовить и настойки на 40–70-процентном спирте. Но при этом нужно точно соблюдать соотношение (1:10, 2:10 или 3:10), в котором измельченное лекарственное сырье заливается водкой или спиртом. Такая настойка плотно закрывается пробкой и выдерживается в темном месте от 3 до 21 суток при периодическом взбалтывании. После фильтрации настойку можно хранить 1–3 года. Однако, в аптеке «Кросс-Лидер» продаются настойки и эликсиры, изготовленные на основе таких редких трав, которые не всегда продаются по отдельности. Так что, лучше воспользоваться готовыми проверенными препаратами на основе лекарственных растений, в том числе тонизирующими настойками.

А вот рецепт напитка из шиповника, восполняющего в весеннее время дефицит в организме биологически активных веществ. Взять 2 ст. ложки сухих измельченных плодов шиповника, залить 0,5 л кипяченой воды, кипятить 10 мин. на слабом огне в эмалированной посуде при закрытой крышке, настоять 1–2 часа, процедить, добавить 2 ст. ложки меда, размешать до полного его растворения и принимать по 1/2 стакана 2–3 раза в день как общеукрепляющее средство. Напиток особенно полезен ослабленным людям, сердечникам и почечным больным.пейте и будьте здоровы! Справку о наличии в аптеке «Кросс-Лидер» лекарственных растений и препаратов на их основе – по телефону 312-06-32.

Ирина СКВОРЦОВА