

Жизнь в стиле эко

В Центре городской культуры прошёл День полезных экознаний

Пермякам рассказали, что такое экологический след, почему не стоит выкидывать в общий мусорный бак батарейки, пластик, стекло, бумагу, и где принимают такие отходы. Мероприятие прошло в рамках благотворительного проекта «Предмостки» 15 апреля. По словам организаторов, нынешний Год экологии — это хороший повод не только обсудить экологические проблемы, но и поделиться накопленным опытом.

Как уменьшить свой след в природе

День полезных экознаний открыла Татьяна Лагунова, директор ООО «Экологический информационный ресурс». Она рассказала о правилах повседневной экологичности, а также предложила пройти специальный тест, определяющий экологический след.

«Экологический след — это условное понятие, отражающее потребление человечеством ресурсов биосферы. Он образуется не потому, что мы мусорим или загрязняем землю, а потому что мы просто живём с тем уровнем комфорта, который нам привычен. Мы каждый день пользуемся транспортом, покупаем продукты, тратим воду и электричество и т. д. В итоге всё это влияет на наш экологический след. Если раньше человечество пользовалось достаточно скромно этими ресурсами, то сейчас всё больше и больше. Мы берём, но ничего не

возвращаем», — рассказала Татьяна Лагунова.

Специалисты в сфере экологии также привели ряд простых рекомендаций, выполняя которые каждый человек может повлиять на уменьшение экоследа. Например, вместо пакетов, которые мы постоянно покупаем в супермаркетах, использовать многоразовую сумку. Также каждый из нас может сделать шаг к сортировке мусора: собирать бумажную макулатуру, завести специальный ящик для сбора батареек. Можно попробовать реже ездить на автомобиле, чаще пользоваться общественным транспортом, а ещё лучше — велосипедом. Для экономии воды экологи советуют принимать душ вместо ванны и не забывать выключать воду при чистке зубов.

«Это простые советы, которые каждый из нас может использовать ежедневно. Чем больше людей начнут следовать этим рекомендациям, тем меньше будет негативное влияние на окру-



Данила Шиферсон

В День полезных экологических знаний участники создавали коллажи, игрушки, предметы быта и просто арт-объекты из того, что могло бы отправиться в мусорное ведро

жающую среду», — уверены активисты.

Вообще без отходов

День полезных экознаний продолжила пермячка Анна Остапенко, которая поделилась опытом жизни в концепции zero waste, что в переводе значит «ноль отходов».

Главная её задача — максимизировать объёмы переработки и снизить количество отходов. Анна полностью отказалась от полиэтиленовых пакетов, а для

покупки продуктов на развес использует специальные тканевые мешочки. Мусор девушка сортирует: пищевые отходы (кожуру фруктов и овощей, яичную скорлупу и т. д.) увозит в компостную яму на даче, стеклянную тару, бумажную упаковку от продуктов сдаёт в переработку.

Кроме того, Анна — активист проекта «Сумки-бумеранги», суть которого заключается в сокращении использования полиэтиленовых пакетов. «Сумка-бумеранг» — это тканевая

сумка, которую вы можете взять бесплатно в магазине, отказавшись от покупки пакета, и вернуть её в магазин в любое удобное время.

Сейчас организаторы приглашают к сотрудничеству волонтеров, которые готовы шить такие сумки. «У нас есть уже 100 сумок. Запуск проекта в магазины мы планируем делать, когда у нас будет хотя бы 500 сумок», — рассказала Анна Остапенко.

Организаторы проекта приглашают к участию во-

лонтёров, которые могут шить сумки на дому из своих тканей, обрезков, старой одежды и других экологических материалов.

Примем ваш мусор!

Об отходах и их переработке пермякам рассказала ведущий специалист компании «Буматика» Анастасия Прошина.

«С 3 апреля по 30 мая в течение одной недели в каждом районе города Перми работают временные пункты приёма отдельных видов отходов: газет, книг, журналов, офисной бумаги, картона, пластиковых бутылок, канистр, алюминиевых и жестяных банок, энергосберегающих ламп, батареек и аккумуляторов, автомобильных шин, бытовой и офисной техники, за исключением крупногабаритных видов: холодильников, телевизоров, плит, стиральных машин и другого», — рассказала Анастасия Порошина.

Кроме того, организаторы проекта решили сделать его вдвойне полезным. «С каждого килограмма макулатуры, собранной во временных пунктах вторсырья, 2,5 руб. будет направлено в фонд помощи детям «Дедморозим» в рамках постоянного благотворительного проекта «ЧудоБум».

Для женщин, которые любят своих мужчин

Простатит разрушает интимную жизнь!

Как помочь мужчине решить деликатную проблему?



Заметив, что в сексуальных отношениях что-то разладилось, женщина нередко думает, что муж её разлюбил. Не стоит топиться с выводами. Причиной проблем может быть простатит — заболевание предстательной железы.

Будьте внимательны

Эта болезнь обычно протекает незаметно. Эректильная дисфункция и снижение полового влечения являются зачастую единственными симптомами, которые обычно не связывают с простатитом. Но если

на болезнь вовремя не обратить внимания и не начать лечение, то она может перерасти в настоящий кошмар, результатом которого часто является рак простаты...

Мужчины не любят заниматься своим здоровьем, поэтому женщины должны проявить инициативу.

Не ставьте диагноз самостоятельно, это дело врача. Для начала нужно просто понаблюдать за тем, с какой частотой муж ходит в туалет. При воспалении простаты увеличивается в размерах и пережимает уретру, затрудняя мочеиспускание и способствуя учащению позывов.

Задавайте вопросы

Заподозрив, что причина интимных неудач — в болезни мужа, не стоит ждать, что он заговорит об этом первым. Мужчины в этой сфере крайне уязвимы, и им нелегко обсуждать связанные с ней проблемы. Верный способ «разговорить» — это задать ему вопросы, оставляющие достаточное пространство для ответа. Например: «Как ты себя чувствуешь?», «Что у тебя сейчас со здоровьем?» и т. п.

Трудности лечения

На этапе лечения тоже могут возникнуть сложности.

1. Лечение простатита фармакологическими средствами сильно затруднено. Дело в том, что

простатит обычно формируется на фоне застоя — замедленного кровообращения в малом тазу. Воспаление, отёк ещё больше усугубляют проблему с обменными процессами: лекарства не доставляются в достаточном объёме в нужное место, продукты воспаления не выводятся из больного органа. И то, и другое провоцирует дальнейшее течение болезни в вялотекущем режиме и при малейшем поводе даёт обострение.

2. Мужчины намного хуже женщин переносят боль и могут избегать медицинских процедур из банального страха неприятных ощущений.

3. При заболеваниях простаты лечебные процедуры осуществляются посторонним лицом через прямую кишку, что многих очень смущает по понятным причинам.

МАВИТ — чтобы хотелось и могло!

Но есть и хорошая новость, которую стоит донести до любимого: все эти трудности, как правило, перестают быть таковыми, если в

лечении используется устройство МАВИТ (УЛП-01 «ЕЛАТ»). В его основе серьёзные лечебные факторы: магнитное поле, тепло и вибрационный массаж.

- Шансы вылечить болезнь гораздо выше, если лечение назначено комплексное: лекарства + МАВИТ. Устройство способствует повышению результативности терапии у 90% больных.
- МАВИТ даёт возможность устранить застойные явления и отёки, быстро убрать воспаление и мучительную боль, нормализовать мочеиспускание.
- МАВИТ способствует излечению от импотенции. Учёные отмечают, что под влиянием МАВИТа половая функция может возрасти на 75%, удовлетворённость половым актом — на 52%, оргазмическая функция — на 20%, удовлетворённость половой жизнью — на 32,6%.
- Даёт возможность нормализовать работу простаты даже на фоне аденомы и в 20% случаев отказаться от операции по её удалению.
- Применяется в лечебной практике более 10 лет.



- Лечиться можно дома. Помощь посторонних не требуется.

Простатит — болезнь коварная. Двумя-тремя процедурами от неё не избавиться. Даже если больной будет чувствовать явное улучшение, курс нужно провести полностью! А потом обязательно проводить поддерживающее лечение два раза в год. МАВИТ должен быть под рукой, чтобы исключить проявления болезни.

МАВИТ даёт возможность мужчинам вернуть полноценные сексуальные отношения и решить проблемы со здоровьем без морального и физического дискомфорта!

МАВИТ — подарите мужчине здоровье!

ПЕРММЕДТЕХНИКА..... тел. (342)270-07-07
ЦЕНТРЫ ДИАБЕТА тел. (342)221-68-62
ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ..... тел. (342)219-84-84
ПЕРМФАРМАЦИЯ тел. (342)241-11-01

АПТЕКА ОТ СКЛАДА..... тел. 8-800-55-000-33

Телефон представителя завода в Перми
тел. 8-982-445-50-50

Телефон горячей линии завода 8-800-200-01-13 (звонок бесплатный). Вы можете заказать нашу продукцию с завода: 391351, Рязанская обл., Елатьма, ул. Янина, 25, АО «Елатомский приборный завод», в т. ч. наложенным платежом. ОГРН 1026200861620. Сайт www.elamed.com.



реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ