Гороскоп на 9 января

Овен (21 марта — 20 апреля)
Отвлекитесь от личной жизни и переключитесь на общественную. Тем более что изменений в романтических отношениях не предвидится.

Телец (21 апреля — 20 мая)
День благоприятен для посещения культурных и развлекательных мероприятий. Материальный успех будет зависеть от трудолюбия, дисциплины.

Близнецы (21 мая — 21 июня)
Вы ощутите прилив интеллектуальной активности. Не исключено, что придется потратиться на незапланированные покупки и поездки.

Рак (22 июня — 22 июля)
Спокойные и ровные отношения в семье — приоритет дня. Можно с пользой решить вопросы, связанные с наследством, долгами, страховками.

Лев (23 июля — 23 августа)
Общение с коллегами станут более дружественными, многие обзаведутся полезными и перспективными связями. Избегайте излишней фамильярности.

Дева (24 августа — 23 сентября)
Столько накопилось дел, что вы в полной растерянности. Чаще вспоминайте народную мудрость: глаза боятся, а руки делают.

Весы (24 сентября — 23 октября)
Наберитесь смелости, и возьмите ответственность за принятие важных решений на себя. В семье не допускайте конфликтов.

Скорпион (24 октября — 22 ноября)
Не скромничайте, и ведите себя естественно. Судьба может свести вас с людьми, занимающими высокие позиции в обществе, что будет весьма полезно.

Стрелец (23 ноября — 21 декабря)
Монотонная работа не для вас, да в этот период рутины и не предвидится — то важные встречи, то сделки с влиятельными людьми, то командировка.

Козерог (22 декабря — 20 января)
Неплохой, но хлопотный день. Не отчаивайтесь — вы всё успеете, в крайнем случае — зовите на помощь своих верных коллег.

Водолей (21 января — 18 февраля)
Старайтесь не критиковать родственников, и не ищите проблемы там, где их нет — семейная атмосфера быстро наладится, и этот день подарит мир и гармонию.

Рыбы (19 февраля — 20 марта)
День не сулит особых перемен и потрясений. Дела служебные порадуют стабильностью, появится возможность дополнительно заработать.

ПОГОДА

Магнитосфера спокойная.

10 января — пасмурно, небольшой снег. Ветер переменный, 2–3 м/сек. Температура ночью — -1 °С, днем — 1 °С.

11 января — пасмурно, дождь. Ветер южный, 4 м/сек. Температура ночью — -1 °С, днем — 1 °С.

АНЕКДОТЫ

— Дорогой, я решила сесть на диету. Теперь я буду есть только омаров, лобстеров и креветки.
— А что так? Ешь лучше сразу деньги!

☺ ☺ ☺

У нас дома самый религиозный предмет — напольные весы. Каждое утро мама становится на них и громко кричит: «О боже!»

ВОССТАНОВИТЬСЯ ПОСЛЕ ПРАЗДНИКОВ

Чтобы помочь организму быстрее прийти в норму после слишком бурных новогодних гуляний, можно воспользоваться простыми рекомендациями.



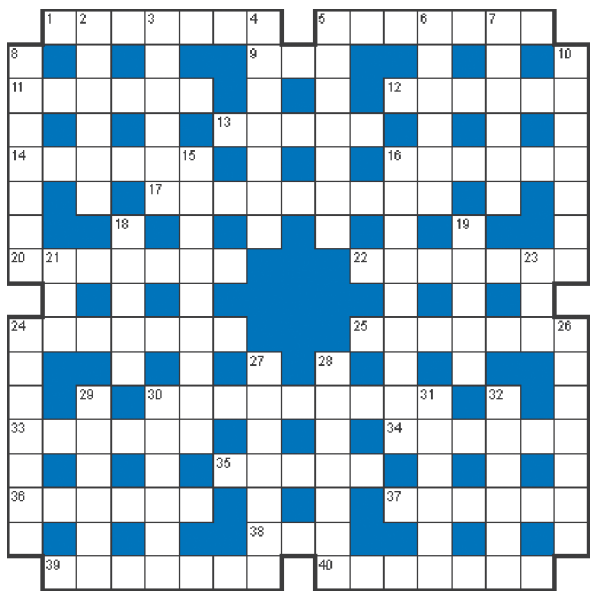
◆ Даем организму полноценный отдых. Это означает полноценный сон (не менее 8 часов в день), пешие прогулки на свежем воздухе и какое-нибудь спокойное занятие «для души». Через 1–2 дня такого размеренного режима вы вновь почувствуете прилив жизненных сил.

◆ Выводим токсины. Не секрет, что продукты распада алкоголя отравляют наш организм. Негативное воздействие на него оказывают также жирная и жареная пища, которая в изобилии находится на новогоднем столе и, конечно же, попадает к нам в организм (ведь от вкусных и красиво оформленных блюд так сложно удержаться). Чистая вода имеет свойство быстро выводить из организма вредные вещества. Поэтому чем больше вы будете пить жидкости, тем быстрее организм избавится от шлаков и токсинов. В качестве полезного питья подойдет чистая не газированная вода или зеленый чай без сахара.

◆ Сбросить лишние калории. Это не означает сразу сесть на жесткую диету. Наилучшие результаты в данном случае дадут овощные диеты, такие как капустная диета или особый низкокалорийный Боннский суп. После выходных на такой диете вы сможете вернуть себе прежние формы, и к тому же дадите небольшую передышку желудочно-кишечному тракту, который испытывал повышенную нагрузку в период новогодних праздников.

◆ Возвращаем себе цветущий вид. Поскольку цвет лица многое может рассказать об общем состоянии организма, следует позаботиться о том, чтобы кожа выглядела красиво и естественно (что особенно сложно после бурных выходных). Для этого не нужно тратить много времени на дорогие салоны красоты, можно сделать несколько питательных масок в домашних условиях, ориентируясь на свой тип кожи и возраст.

◆ Прогулки на свежем воздухе. Чтобы уберечься от соблазна выпить или съесть что-то лишнее в гостях, можно договариваться о встрече с родными или друзьями на улице. Вместе выйти на прогулку по зимнему городу, сводить детей на елку, покататься на санках или посетить ледовый каток.



По горизонтали: 1. Отступление от главной темы изложения. 5. Спортивная игра. 9. Образец, которому соответствует известная группа предметов, явлений. 11. Четвёртый месяц календарного года. 12. Суждение, выражающее взгляд на что-нибудь. 13. Опора для рельсов. 14. Сравнительный итог прихода и расхода, производства и потребления. 16. Хрупкое прозрачное вещество. 17. Одна из декартовых координат точки в трёхмерном пространстве. 20. Раздел математики. 22. Фактор, вызывающий изменение наследственных признаков. 24. Работник сферы коммуникаций. 25. Утреннее принятие пищи. 30. Фигура высшего пилотажа. 33. Косметическое гигиеническое средство для ухода за кожей. 34. Сладкое блюдо с добавлением крахмала. 35. Срезанные или сорванные цветы, подобранные друг к другу. 36. Негодяй. 37. Печатное периодическое издание. 38. Кустарник или дерево с гибкими ветвями и узкими листьями. 39. Препятствие, затруднение. 40. Столярный инструмент.

По вертикали: 2. Игральная карта с изображением мужчины в короне. 3. Кустарник семейства жимолостных. 4. Место стоянки строящегося или ремонтируемого судна. 5. Вид катушки для ниток. 6. Денежный знак, изготовленный из металла. 7. Древнеримская нательная одежда, род рубашки. 8. Морская промысловая рыба с плоским телом и асимметричным строением черепа. 10. Разновидность дорожной сумки. 15. Профессиональный физкультурник. 16. Вид рубанка. 18. Самая сильная фигура в шахматах. 19. Предприятие, ведущее подземную добычу полезного ископаемого. 21. Мужское имя. 23. Первая женщина. 24. Искушение, приманка. 26. Установленная вертикально или под углом доска для черчения. 27. Род одно- и многолетних трав семейства паслёновых. 28. Рабочий, обслуживающий топки паровых котлов. 29. Опорная часть предмета. 30. Утрата, лишение чего-нибудь. 31. Пространная реплика, произносимая в приподнятом тоне. 32. Многолетнее растение с твёрдым стволом.

Ответы на кроссворд, опубликованный в прошлом номере

По горизонтали: 1. Апилак. 6. Виадук. 10. Лиана. 12. Поездка. 14. Единица. 16. Аудитория. 17. Грим. 19. Кета. 20. Каток. 22. Ствол. 23. Тост. 25. Набойка. 26. Тьма. 28. Формация. 29. Резонанс. 31. Раут. 33. Тактика. 35. Евро. 38. Диван. 39. Анонс. 40. Фрак. 41. Сажа. 42. Универсам. 46. Ренегат. 47. Особняк. 48. Онагр. 49. Эколог. 50. Треска.

По вертикали: 2. Префикс. 3. Луда. 4. Клад. 5. Мастерок. 6. Ваер. 7. Ария. 8. Учитель. 9. Шпагат. 11. Палата. 13. Купон. 15. Диета. 18. Математик. 19. Котангенс. 21. Капитан. 22. Скрепка. 24. Осока. 27. Минор. 30. Сталевар. 31. Рефери. 32. Ударник. 33. Тайна. 34. Анфас. 36. Всадник. 37. Осанка. 42. Угол. 43. Итог. 44. Сорт. 45. Море.

Издатель — ООО «Газета «Харьковские Известия» Харьковская городская газета.
Свидетельство о регистрации: ХК № 2230—971ПР от 28.12.2018.
Адрес редакции: 61003, г. Харьков, пл. Павловская, 10, тел. (057) 771-01-50.
Главный редактор — **Григорий ГРИГОРЯН.**

Отдел рекламы: тел./факс (057) 771-01-50.
E-mail: info@izv.kharkov.ua — общий; reklama@izv.kharkov.ua — реклама; sekretar@izv.kharkov.ua — секретарь.
Редакция не несет ответственности за содержание и достоверность рекламных материалов.
R — материалы на правах рекламы.

Газета выходит три раза в неделю: по вторникам, четвергам и субботам.
Заказ № 0154.
Тираж номера 7800.
Цена договорная.
Отпечатано в типографии ООО «Фактор-Друк». 61030, г. Харьков, ул. Саратовская, 51.

ХАРЬКОВСКІЯ ИЗВѢСТІЯ
200-летняя история харьковской журналистики
СОХРАНЯЯ ТРАДИЦИИ
реклама и маркетинг
731-42-50, 731-21-81, 771-01-50.
E-mail: reklama@izv.kharkov.ua
ОСТАВЬ СВОЕ ИМЯ В ИСТОРИИ ГОРОДА
СОЗДАВАЯ БУДУЩЕЕ