Гороскоп на 11 июня

Овен (21 марта – 20 апреля)
Природный магнетизм возрастет многократно. И все же не переоценивайте своих возможностей и не позволяйте обманывать себя.

Телец (21 апреля – 20 мая)
Звезды рекомендуют избегать ненужных контактов, споров, ссор. Девиз этого дня «Береженого Бог бережет».

Близнецы (21 мая – 21 июня)
Сегодня вы можете быть слишком импульсивны в отношениях с домочадцами. Постарайтесь не планировать важных дел — их исход непредсказуем.

Рак (22 июня – 22 июля)
Возможно новое знакомство. Благоприятны помолвки, бракосочетания, семейные торжества. Примите участие в общественном мероприятии.

Лев (23 июля – 23 августа)
Постарайтесь избежать недопонимания и конфликтов в семье. Все свои дела и обязанности выполняйте с радостью и с осознанием своей полезности.

Дева (24 августа – 23 сентября)
Вероятны неожиданности в поездках, могут возникнуть внезапные осложнения в работе, неприятные известия. Будьте внимательнее.

Весы (24 сентября – 23 октября)
Судьба подбрасывает смелые идеи. Вам только нужно их аргументировать и логически обосновать. Стремитесь к реализации своих замыслов.

Скорпион (24 октября – 22 ноября)
Бескомпромиссность и легкомысленность Скорпионов чреваты противостоянием в семье. Проявите выдержку, сохраните свой авторитет.

Стрелец (23 ноября – 21 декабря)
День символизирует концентрацию всех сил и энергий, располагает к творческому созиданию. Займитесь укреплением самодисциплины.

Козерог (22 декабря – 20 января)
Этот день подходит для общения с друзьями, выхода в свет, перспективных знакомств. Можно строить планы на будущее.

Водолей (21 января – 18 февраля)
Многие ощутят возрастание нервозности и беспокойства. Будьте уравновешенными при общении и не настаивайте на своих правах, ведь можно договориться.

Рыбы (19 февраля – 20 марта)
Спокойное течение событий может быть нарушено в любой момент. При возникновении проблем не стесняйтесь обратиться к более опытным людям.

ПОГОДА

Магнитосфера спокойная.

12 июня — ясно. Ветер восточный, 4–5 м/сек. Температура ночью — 20 °С, днем — 33 °С.

13 июня — ясно. Ветер северо-восточный, 4–5 м/сек. Температура ночью — 23 °С, днем — 32 °С.

АНЕКДОТЫ

— Вы хотите устроиться к нам прорабом?
— Да.
— А какой у вас опыт работы?
— Я целый год учил молдаван строить мне дачу!

☺ ☺ ☺

Чтобы сохранить мир в семье, необходимы любовь, нежность, терпение, уважение, понимание... Ну, и два компьютера, разумеется.

Физическая активность — чуть ли не единственная по-настоящему важная вещь, которую может позволить себе каждый. Даже самая простая утренняя гимнастика, если не лениться ее регулярно выполнять, способна творить чудеса!



НА ЗАРЯДКУ СТАНОВИСЬ!

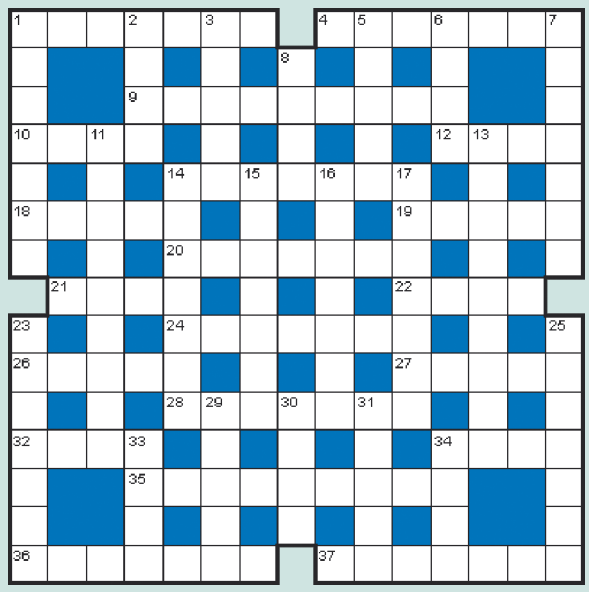
Специалисты утверждают: польза утренней зарядки ничуть не преувеличена. Постепенно привыкая к физическим нагрузкам, человек становится более активным, не испытывает сонливости и дольше сохраняет работоспособность.

Разминка заставляет кровь двигаться по сосудам интенсивнее. В результате ткани организма насыщаются питательными компонентами и кислородом. Насыщение кислородом головного мозга приводит к усиленной концентрации внимания, улучшению памяти, ускорению мыслительных процессов.

Человек, который не спешит подняться с постели после сигнала будильника, 2—3 часа после пробуждения испытывает сонливость, что мешает сосредоточиться на стоящих перед ним задачах. Любители кофе вынуждены периодически пополнять запасы кофеина в организме — вещество выводится спустя час, что провоцирует «энергетический голод». Приверженец зарядки не испытывает проблем с пробуждением, легко входит в рабочий ритм и отличается крепким здоровьем.

Систематические физические упражнения делают красивой осанку, приучают человека держать спину. Кроме того, это профилактика против сколиоза, грыжи позвоночника, остеохондроза. Насыщение кислородом легочных тканей стимулирует кислотно-восстановительные процессы, что помогает убрать лишние килограммы, укрепить мышцы, добиться слаженной работы внутренних органов.

Человек, не пренебрегающий зарядкой, редко простывает. Иммунитет защищает организм, не давая шанса инфекционным процессам. Также гимнастический комплекс положительно влияет на настроение и помогает справиться с бессонницей. Раннее пробуждение позволяет придерживаться режима дня. Человек не засиживается ночами. Усталость дает о себе знать, когда биологические часы указывают на время отдыха. Соблюдение режима гарантирует крепкий и спокойный сон.



По горизонтали: 1. Род лиственного леса. 4. Набор лекарств для оказания первой помощи. 9. Агрегат для получения стали. 10. В старину: орудие пытки. 12. Отверстие в стене здания. 14. Утреннее принятие пищи. 18. Толки в обществе о чем-нибудь. 19. Марка отечественных автомобилей. 20. Подвижная, скользящая часть некоторых машин, механизмов. 21. Время суток. 22. Кушанье из мелко нарезанной рыбы с пряной и острой приправой. 24. Лечебное учреждение при войсковых частях. 26. Верхняя долгополая распашная одежда. 27. В царской армии: казачий офицерский чин, равный капитану в пехоте. 28. Алмаз. 32. Вероятная возможность осуществления чего-нибудь. 34. Огородное растение, пряно-вкусовой овощ. 35. Муравей как представитель класса. 36. Составитель жизнеописания. 37. Недобросовестное исполнение обязанностей.

По вертикали: 1. Женское головное драгоценное украшение. 2. Человек, который оказывает кому-нибудь уверенную, но неявную помощь. 3. Большой продолговатый сосуд для купания, мытья. 5. Нижняя задняя часть ноги. 6. Денежная единица Германии, Италии и некоторых других стран. 7. Тележка с двигателем внутреннего сгорания. 8. Короткий тяжёлый стержень для толчения, дробления. 11. Страстный любитель балета. 13. Единица массы. 14. Приспособление для скрепления волос, галстука. 15. Часть филе, из которой приготовляется обычно бифштекс, ростбиф. 16. Грушевидный лабораторный сосуд с длинным изогнутым горлом. 17. Музыкальный ансамбль из четырёх исполнителей. 23. Отношение длины отрезков на карте к длинам соответствующих им отрезков в натуре. 25. Укрытие, оборонительное сооружение для защиты от снарядов, бомб и т. п. 29. Щит для объявлений, каких-нибудь показателей. 30. Порошок из какого-либо измельчённого вещества. 31. Второстепенная богиня, олицетворяющая силы природы. 33. Атмосферный осадок в виде белых хлопьев. 34. Отдельный предмет в пространстве.

Ответы на кроссворд, опубликованный в прошлом номере

По горизонтали: 1. Пародия. 6. Импульс. 10. Лаваш. 11. Винт. 12. Изюм. 13. Дуэль. 14. Аргон. 16. Тол. 18. Отцовство. 20. Освещение. 24. Вермишель. 26. Лекало. 28. Стайер. 30. Антоним. 31. Ошибка. 34. Мясник. 36. Пантомима. 39. Сарделька. 41. Парламент. 42. Бур. 44. Скунс. 45. Икона. 47. Овал. 48. Киль. 49. Анион. 50. Антураж. 51. Запятая.

По вертикали: 1. Поворот. 2. Ранг. 3. Искусство. 4. Сальто. 5. Начало. 7. Монорельс. 8. Лязг. 9. Самосев. 15. Кобра. 17. Пешка. 19. Воронёнок. 21. Специфика. 22. Кинолог. 23. Гейша. 25. Метис. 27. Лук. 29. Тля. 32. Бридж. 33. Аппликата. 34. Масленица. 35. Сумма. 37. Острога. 38. Штольня. 40. Абсент. 41. Приток. 43. Факт. 46. Лист.

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) 731-42-50.
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 № 4624.
Тираж номера 11 219.

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