



ОТ РЕДАКТОРА



Уважаемые читатели! Наверное, в жизни каждого человека, который является экспертом в своём деле, наступает период, когда он хочет поделиться полученными знаниями. Вот уже на протяжении более 20-ти лет я вплотную изучаю важнейшие свойства воды и способы её очистки с учётом самых передовых технологий. Теперь я хочу передать часть своего накопленного опыта и разнообразных знаний вам, мои уважаемые читатели. Я хочу, чтобы вы, прочитав этот номер, как и я, смогли использовать самое простое и доступное средство - воду - в своей повседневной жизни не только для утоления жажды и приготовления пищи, но и для лечения различных заболеваний, укрепления здоровья и сохранения молодости.

Вы удивитесь, узнав, сколько заболеваний можно предотвратить, просто правильно и регулярно употребляя чистую воду! Хотите узнать больше? Читайте этот выпуск и будьте здоровы!

С уважением,
основатель компании "БИОС"
Александр Тарасов

С июля по сентябрь инженерами компании:

- было разработано **36 новых технологических решений по очистке воды** для обратившихся в компанию клиентов,
- монтажными бригадами произведена **установка 5 станций водоочистки** для производства.



ГЛАВНАЯ НОВОСТЬ

Скажите воде "Спасибо!"

Ни для кого не секрет, что вода – основа всего живого. Ещё древнеримский писатель Плиний Старший говорил, что «здоровье – в воде».

А знаете ли вы, что вода нам нужна не только для того, чтобы утолять жажду, но и лечить болезни? Главное, её правильно пить. Как – читайте в этой статье.

Наш организм – совершенная система, в которой всё продумано до мелочей. И, прежде чем заболеть, он подаёт нам различные сигналы, чтобы мы на него обратили своё внимание. Большинство действительно являются симптомами грядущей болезни, а некоторые лишь говорят о том, что в организме просто не хватает воды и пришло время выпить стакан – другой живой влаги.

Вода нам нужна для здоровья крови, здоровья мозга, сердца и просто каждой частички нашего организма: для растворения питательных веществ, переноса отходов, регулирования температуры тела, отправки сообщений мозга и смазки всех наших движущихся частей.

Каждый день мы естественным образом теряем много воды через дыхание, пот, мочу и испражнения. Но со временем мы сами же еще больше обезвоживаем наш организм, заменяя воду фруктовыми соками, разными напитками и даже просто пьем воду более низкого качества.

А вы знаете **признаки обезвоживания**? Они достаточно разнообразны и не всегда можно понять, что дело именно в не-

хватке воды. Усталость и головокружение, тяга к сладкому и мышечные судороги, беспокойство и раздражительность, головная боль и неприятный запах изо рта - это лишь немногие признаки недостатка воды. Конечно, никто не исключает, что головная боль может быть симптомом надвигающегося гриппа, но чаще всего она связана именно с тем, что пришло время сделать пару глотков жидкости.



Правда, чтобы вода принесла настоящую пользу для нашего здоровья, её нужно пить **по правилам**.

Итак, вот они.

Первое - сразу же после пробуждения необходимо выпить стакан-два воды комнатной температуры, чтобы «запустить» работу организма и пробудить его ото сна. Так будут быстрее выводиться накопившиеся шлаки, и в целом вы почувствуете себя более бодрым, «стряхнете» утреннюю негу.

Второе – пить надо за 20-40 минут до еды, чтобы подготовить организм к принятию пищи, и через час-полтора после, чтобы не разбавлять желудочный сок и дать еде хорошо перевариться.

Внимание всем!!! Без воды не получится легко и правильно похудеть, ведь она участвует во всех процессах, ответственных за похудение:

- Выводит все шлаки и токсины (мешающие нам похудеть)



- Активно участвует в расщеплении жиров (для расщепления одной молекулы жира нужно 4 молекулы воды, поэтому если воды недостаточно, то и замедляется похудение)

- Ускоряет наш метаболизм (до 30% между прочим)

- Позволяет нам не передать – в нашем мозге центр голода и жажды расположены очень близко, и порой мы просто хотим перекусить и налегаем на лишние и ненужные калории

- Более того – она повышает эластичность кожи, которая очень страдает при неправильном похудении.

Третье правило – стакан воды перед отходом ко сну.



Зачем? Ночью обмен веществ замедляется, организм отдыхает, а из-за того, что сон занимает продолжительное время (напомним заодно, что врачи рекомендуют спать по 8 часов в день), кровь становится гуще. И вот именно для того, чтобы избежать инфаркта и инсульта и существует данное правило (вода помогает

сделать кровь более жидкой, то есть позволяет ей более свободно и легко течь по венам).

И, самое главное, не забываем: суточный объём воды должен составлять около двух литров из расчёта 30-40 мл на 1 кг массы тела. Конечно, многое ещё зависит от физической активности и особенностей организма, но рекомендации врачей для здорового организма именно такие.



Обратите внимание: водой считается именно вода, а не любая жидкость вроде сока, супа, кофе и т.п., так как эти напитки считаются едой.

Насчёт правильного времени употребления воды, думаем, всё понятно. А вот как следует её пить? Разумеется, не залпом, а маленькими глотками, потому что в противном случае создаётся дополнительная (и излишняя) нагрузка на почки, а вода не успеет полностью усвоиться.

Интересный факт, что воду надо пить сидя. Да-да, вы не ослышались, именно сидя! Так вода может спокойно всосаться в кровь и принести наибольшую пользу организму.

Не менее важно и то, с каким настроением вы её пьёте. Многим покажется странным, но перед тем, как сделать глоток воды, её необходимо поблагодарить. Хотя бы за ту пользу, которую она приносит организму. Мы ведь всё-таки на 70 % состоим из воды. Главное, пить “правильную” воду. Какая вода “правильная”? Приходите в “БИОС” - мы вам расскажем!

КАЛЕЙДОСКОП НОВОСТЕЙ



Основатель компании А.В. Тарасов принял участие в открытии Чемпионата ПФО по аквабайку



Весело отметили День строителя в яхт-клубе "Лето"



Зарегистрировались на Facebook



Начали продвижение в Instagram

ПОЛЕЗНОЕ

Всемирный день красоты

Праздники есть не только профессиональные и государственные, но и учреждённые в честь какого-либо события или понятия, которые

являются важными, по мнению многих людей. Один из таких - Международный день красоты, который празднуют по всему миру вот уже на протяжении более 20-ти лет.

Праздник всей прекрасной половины человечества появился благодаря быстрому развитию промышленности и, в частности, косметической индустрии в XX веке.

Все знают, что идеалы красоты стремительно менялись от эпохи к эпохе, но одно оставалось неизменным: подлинная красота всегда ассоциировалась со здоровьем. Как тут не вспомнить слова классика: «В человеке всё должно быть прекрасно: и лицо, и одежда, и душа, и мысли...» Помните? Одним словом, гармония должна быть во всём.

«Это понятно, - можете ответить вы, - но как достичь гармонии в наше время? Одни пробки, авралы, недосып! Сплошной стресс!» Во многом облегчить нашу участь способно правильное питание и здоровый образ жизни, а кроме этого – наше восприятие происходящего: если нервничать по пустякам, то ничего хорошего из этого не выйдет.

Своеобразными «помощниками» по поддержанию ежедневной красоты и здоровья являются косметические средства. Выбор их велик: на рынке представлены продукты на любой вкус и кошелёк.

Правда, многие из них надо покупать сериями, чтобы получить максимальный эффект. А это, согласитесь, при любом ценнике



достаточно накладно. Некоторые дамы, в результате, решают проблему кардинально и не пользуются ничем. Но это не выход.

Поделюсь с вами секретом, как лишь при помощи одного средства можно решить сразу же миллион проблем! Сенсационная новинка – платиновый спрей, который является единственным в своём роде, - решит все ваши проблемы с кожей в один пшик. Эта новейшая разработка в области ухода за кожей имеет компактный размер и практически невесома, поэтому с лёгкостью поместится в сумочке любого размера. Но самая главная его особенность в том, что он работает на простой воде.

При помощи особой запатентованной технологии спрей преобразует обычную воду в мельчайшие нано-частицы, кото-



рые с лёгкостью проникают в самые глубокие слои кожи и очищают её от шлаков и токсинов. А за счёт того, что увлажнение «идёт» не с по-

верхности, как при использовании обычных кремов, а изнутри, морщины, словно сами по себе, разглаживаются, и кожа становится чище и избавляется от пигментных пятен...

Кстати, решение проблем с кожей – это не единственное применение новинки. Дезинфекция рук во время поездок и стерилизация бытовой техники, устранение неприятного запаха изо рта и из обуви, лечение аллергии, грибковых заболеваний и дерматитов – это неполная область его применения.

Заинтересовались? Приходите в «БИОС» и узнайте больше!

ИНТЕРВЬЮ

Здоровье можно купить за деньги!

А.П. Васютин, индивидуальный предприниматель: «Я для себя выбор сделал!»



- Александр Павлович, как Вы считаете, какой продукт самый главный в жизни человека?

- Самый главный продукт – это вода, потому что наш организм состоит из воды на 75 %, и от того, какую воду вы пьёте, зависит то, как вы себя чувствуете.

- Как Вы приняли решение приобрести аппарат по преобразованию воды?

- Я долго не решался купить аппарат, который готовит воду. Всё изменилось, когда Александр показал мне презентацию и на примере различных бутылочек из магазина продемонстрировал, как отличается вода различных производителей между собой.



Тогда я понял, что в этом есть смысл, и принял решение купить этот аппарат. Сейчас мы пьем воду из него с удовольствием каждый день. Всем известна поговорка, что здоровье за деньги не купишь, но это как раз тот случай, когда это можно сделать: этот аппарат готовит такую воду, которая улучшает ваше самочувствие и укрепляет здоровье.

- Александр Павлович, а как долго Вы пользуетесь этим аппаратом? Вы заметили какие-

нибудь перемены в своём самочувствии?

- Я им пользуюсь уже месяца три-четыре, и я очень доволен, что я сделал такой выбор. Моё самочувствие стало лучше. С одной стороны, это незаметно вроде бы, но я понимаю, что моё внутреннее состояние и взгляд на мир стали другими. Я понимаю, что в моём организме вода полностью поменялась. Она обновляется за месяц, значит, изменилась уже четыре раза и сегодня у меня совсем другая вода в организме. Она «правильная». Что это означает? Обратитесь к Александру. Пусть он вам расскажет.

- Спасибо за Ваш ответ. Что Вы можете посоветовать тем, кто задумывается о покупке, но пока всё ещё не решается приобрести аппарат?

- Я не рекомендую вам покупать и моментально принимать решение, я рекомендую вам сходить на презентацию Александра и внимательно послушать, что он говорит. Эти знания необходимы всем. Сами сделайте выбор, надо вам или нет. Я для себя выбор сделал.

- Спасибо за беседу, Александр Павлович! Успехов Вам и процветания!

УЛЫБНИТЕСЬ



...В вине - истина, в коньяке - благородство..., в водке - приключения, в воде - микробы...Что будем пить?..)



МОТИВАЦИЯ



Приглашаю Вас принять участие в экспресс-семинаре “Полезная вода”, который я проведу бесплатно и специально для Вас!

Вы увидите, что же на самом деле в пластиковых бутылках...

Вы узнаете, какая именно вода нужна:

- Для профилактики и лечения онкологических заболеваний
- При высоком давлении, инсультах, инфарктах
- Подагре и диабете
- Расстройстве желудочно-кишечного тракта
- Аллергии, дерматите и др. заболеваниях
- При беременности
- Для сохранения здоровья и бодрости духа

Запишитесь на удобное для Вас время и за 30 минут узнаете о воде всё! 8 906 365 28 88!



А.В. Душкин, врач: “Когда я стал регулярно употреблять воду, прошедшую очистку в оборудовании компании “БИОС”, моя формула крови стала практически идеальной!”

Газета “Вестник чистой воды”
Учредитель: ООО “БИОС”
Главный редактор: А.В. Тарасов
№ 2 (2) 01.10.2018: по графику - в 10.00, фактически - в 10.00
Индекс - 603109
Тираж - 100 экз.
Распространяется бесплатно.
Адрес редакции и издателя: 603109, г. Н. Новгород, ул. Нижегородская, 5. Телефон: 8 (831) 278-07-72. Сайт: www.bios-akva.ru
Отпечатано в типографии ООО “ИНТЕРКО”, г. Н. Новгород, ул. Гоголя, 2. Телефон: 8 (831) 282-05-80. Сайт: www.amplituda-nn.ru