

ОТ РЕДАКТОРА



Уважаемые читатели! Весной мероприятия следовали одно за другим, не давая нам отдыха. Это и участие в качестве партнёров в XI открытом Чемпионате Повол-

жья по СПА-массажу, инвестиционно-строительном форуме «Домострой 2019», научно-промышленной выставке «Великие реки», и многое другое.

Однако за общественной деятельностью мы не забываем о нашей основной задаче: помогать людям и очищать им воду. Я думаю, результаты здесь говорят сами за себя.



Наши результаты с
апреля по июнь:

**7 новых
смонтированных
станций
221 проведённая
сервисная работа**

Особенно мы рады помогать детям. А вы уверены, что Ваш ребёнок пьёт достаточное количество воды? Правильный питьевой режим в детском возрасте - залог здоровья и хорошего развития. В этом номере Вы познакомитесь с парой советов, как уговорить своего «нехочуху» «попить водички».

Останутся вопросы - пишите на нашу электронную почту bios.nn@mail.ru Я обязательно лично отвечу всем!

До скорой связи, друзья! Хорошего и яркого вам лета!

С уважением,
основатель компании «БИОС»
Александр Тарасов

ВОДЯНЫЕ НОВОСТИ



Значимость воды в спорте

Ещё один фитнес-центр нашего города может похвастаться своей чистой водой! Соблюдение питьевого режима - важная деталь, которую многие почему-то упускают из вида. Хотя вместе с регулярными тренировками и разумной диетой оно способно привести к впечатляющему результату!

Вода - это главное транспортное средство для питательных веществ и важный «дворник» нашего организма, который помогает нам избавляться от всех шлаков и токсинов. Наибольший эффект получается, если пить правильную воду в спортивных центрах «Физкульт» - нашего постоянного клиента. Такая вода, благодаря профессиональной системе очистки, избавлена от вредных примесей и в ней сохраняются все полезные микроэлементы. Поэтому Вы укрепляете своё здоровье с каждым глотком! Особенно, если употребляете воду по правилам.

А Вы знаете, как следует пить во время тренировки? За час до физической нагрузки врачи рекомендуют выпивать 300 - 500 мл воды, во время занятия - делать пару глотков каждые 10 - 15 минут, чтобы в сумме получилось 0.5 - 1 литр. Только так Вы сможете защитить себя от обезвоживания.

Пейте правильную воду и будьте здоровы вместе с «Физкульт»!

Питьевой режим детей и его важность

Одна из ласти.

Дети - это маленькие взрослые: у них есть такие же важные проблемы и потребности. Правда, кое в чём они всё же отличаются - содержание воды в их организме гораздо больше и доходит до 80 %. А это значит, что эту жидкость необходимо регулярно восполнять. Ведь уже у подростков младшего школьного возраста суточная потребность в воде почти как у взрослых и равна 2 литрам, и она ежедневно тратится на поддержание нормального функционирования организма. **продолжение на стр. 2**



В начале июня специалисты сервисно-монтажной службы закончили установку питьевого фонтанчика в одном из оздоровительных детских лагерей нашей об-

Но пьёт ли Ваш ребёнок простую воду?

Зачастую, желая заставить своё чадо «попить водички», родители идут на разные меры: например, подслащивают жидкость или вообще заменяют её соком, компотом или, что ещё хуже, газировкой. И пользы ребёнок не получает никакой, один только вред, потому что чистую питьевую воду нельзя заменить ничем! Именно вода регулирует температуру тела ребёнка, разносит питательные вещества по всему организму и помогает бороться с вирусами.

Без достаточного количества жидкости наступает обезвоживание, и ребёнок становится вялым и начинает часто болеть. Скорее всего, чтобы помочь своему малышу вылечить очередную простуду, Вам стоит дать ему не таблетку, а достаточное количество воды.

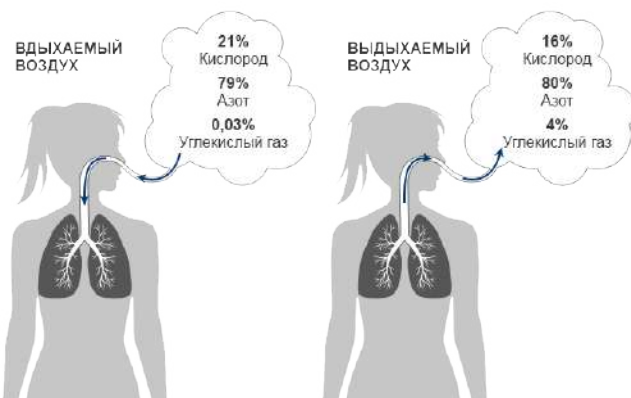
Только как его рассчитать? Есть простая формула: вес ребёнка в килограммах следует умножить на 2,205 и разделить на 2. Полученный результат необходимо снова разделить на 8, а результат – умножить на 240. Таким образом Вы получите количество воды в мл., которое Ваш ребёнок должен выпивать ежедневно.

А если это будет правильным образом очищенная вода со всеми необходимыми микроэлементами, то пользы будет гораздо больше! Звоните 8 (831) 21-888-12 – расскажем, как такую сделать!

РУПОР «БИОСа»

CO₂ и дыхание

Углекислый газ вреден! Вы и правда в этом уверены? Учёные, напротив, давно доказали его терапевтическое воздействие на организм. Как действует CO₂ и чем он полезен для человека?



Поддержание газа гарантирует Вам хорошее самочувствие и нормальную работу всего организма. Следует отметить, что кратковременное повышение или же понижение углекислого газа не приведёт ни к каким негативным последствиям для здорового организма, тогда как длительное – способно спровоцировать целый ряд недугов: повышение или же понижение CO₂ на долгое время приводит к развитию хронических заболеваний: стенокардии, ишемической болезни сердца, аритмии, бронхиальной астме, сахарному диабету, язвенной болезни желудка, гастриту и многим другим. В подтверждение этих слов - цитата из трудов советского учёного и физиолога Константина Бутейко: «Дефицит CO₂ нарушает обмен веществ, что, в частности, выражается в появлении аллергических реакций, склонности к простудам, разрастании костных тканей (именуемых в обиходе отложением солей) и т.д., вплоть до развития опухолей».

Как же не допустить этого? Прежде чем паниковать, рекомендуем Вам измерить количество углекислоты в крови. А потом, в зависимости от результатов, врач подберёт Вам необходимое лечение.

Относитесь бережно к своему самочувствию и будьте здоровы!

Обратный

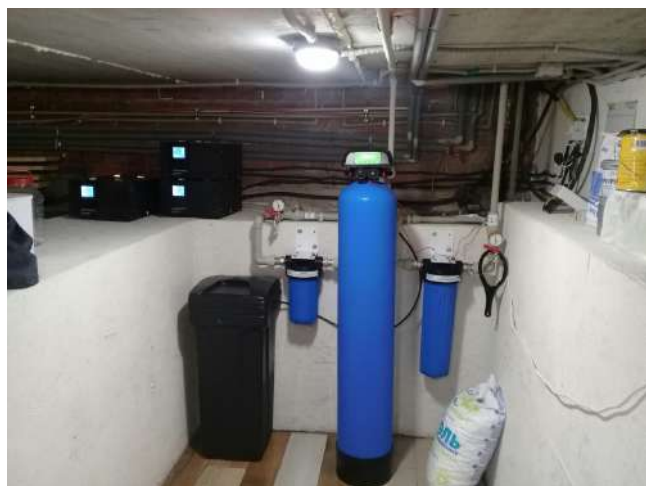
ОСМОС

Для чего нужен обратный осмос? Благодаря этой технологии Вы получаете на выходе экологически чистую и безопасную воду, которая напоминает талую. А при помощи дополнительных картриджей в жидкости в необходимом количестве сохраняются все необходимые минералы!



Фильтр - умягчитель

Слишком жёсткая вода – проблема ряда районов нашей области. Например, Дальнеконстантиновского, Борского районов, Балахнинского, Богородского и многих других. К чему это приводит? Повышенная жёсткость образует накипь и белый налёт на бытовых приборах и сантехнике, а также вредит здоровью (образуются песок и камни в почках и мочевом пузыре, язва желудка и прочие болезни желудочно-кишечного тракта). Защищите своё здоровье и здоровье своей семьи и установите фильтр-умягчитель. А как правильно его выбрать, Вам расскажут наши специалисты!



ДоброВОД

Вода и массаж

На XI чемпионате Поволжья по СПА-массажу фирма «БИОС» традиционно принимала участие в качестве спонсора и рассказывала гостям и участникам мероприятия о пользе воды. Особый акцент мы сделали на употреблении воды во время массажа.



А Вы регулярно ходите на эту процедуру? Вряд ли ответ будет положительным. Большинство проходят плановые осмотры у целого ряда врачей, а вот массаж почему-то игнорируют. Хотя это верный способ помочь своему здоровью наряду с правильным питанием, физическими нагрузками и употреблением воды. Всё это компоненты здорового образа жизни. Если про питание и спорт всё понятно, то как связаны массаж и вода? Об этом – ниже.

Польза от профессиональной терапии в разы превосходит самомассаж (хотя, при отсутствии возможности оплатить курс, самостоятельные процедуры всё же лучше, чем вообще ничего). В результате интенсивной проработки мышечных тканей руками специалистов из самих мышц, кожи, жировой ткани выгоняется огромное количество продуктов жизнедеятельности всех этих структур – шлаки и токсины.

ВАШ ЧИСТОВОД



наше оборудование?

- Детей у нас много и мы решали как

- Татьяна, здравствуйте! Расскажите, почему Вы обратились в компанию и решили установить

Все они сразу же (!) попадают в нашу кровь и лимфу. Этим и объясняется знакомое всем ощущение ломоты во всём теле после массажа. «Разбуженные» вредные вещества поступают обратно в организм. Чтобы не допустить этого, необходимо всего-навсего увеличить потребление жидкости. В день массажа и на протяжении всего курса процедур врачи настоятельно рекомендуют выпивать как можно больше тёплой воды.



Почему именно тёплой? Всё очень просто: если температура воды приблизительно равна температуре тела, то такая жидкость сразу же попадает в кишечник, где лучше впитывается в плазму крови и эффективнее растворяет яды и токсины. Для утоления жажды лучше, конечно же, подходит прохладная вода, но чтобы помочь своему организму эффективнее очищаться, следует пить именно тёплую воду. Так польза от массажа возрастёт в разы.

«А что будет, если не пить?» - спросите Вы. В этом случае во время курса массажа токсины не выводятся из организма, а, напротив, накапливаются. Как результат, повышается температура тела, Вы себя начинаете плохо чувствовать, а вместо долгожданного облегчения самочувствия наступает его сильное

ухудшение. Если телу не хватает воды, то человек испытывает: боли в мышцах и суставах, повышенное давление, проблемы с пищеварением, усталость и сонливость, раздражительность, вялость и апатию...

Чтобы избежать этих неприятных симптомов, сделайте несколько глотков воды. Вы удивитесь, насколько быстро наступит облегчение. А если заведёте себе привычку выпивать в день по несколько стаканов жидкости, то через месяц Вы по-

чувствуете себя гораздо лучше! Особенно, если пить будете правильно очищенную и полезную воду.

Такая, например, получается из оборудования фирмы «БИОС». Большой плюс нашей работы – индивидуальный подход к каждому клиенту и его проблеме. Мы не работаем по типовым проектам, которые однажды создали, а каждый раз заново проектируем станцию водоочистки, исходя из анализов воды и потребностей клиента.

Не важно, проходите ли Вы курс массажа сейчас или только планируете эту процедуру в будущем, чистая и полезная вода будет укреплять Ваше здоровье с каждым глотком каждый день! Звоните по номеру 8 (831) 21-888-12 и мы подберём специально для Вас станцию водоочистки!

раз проблему с питьевой водой. Мы хотели проверить воду, которую мы пьём из колодца, а также покупную воду, которую мы заказывали на производстве. После презентации Александра Викторовича сомнений не осталось, и мы установили аппарат.

- А кто пьёт из него?

- Пьём из него все мы, а также бутылку носим бабушке с дедушкой, то есть на два дома у нас получается шестеро детей и четверо взрослых.

- И какой результат Вы получили, когда Вы стали пить эту воду?

- Бабушка сразу же заметила изменения, потому что у неё прошла изжога. У нас по младшему ребёнку, Соне, хорошие показатели. У неё с самого начала не было ни коликов, ни газиков и каких-либо хлопот с желудком и кишечником. Не было вообще проблем со стулом, хотя, как правило, пока у ребёнка всё это налаживается, проходит значительное время. продолжение на стр. 4

Одним словом, дети бодр и веселы. Мы все смеси разводим на этой воде, все каши готовим на ней.

- А Вы сами чувствуете эффект от этой воды?

- Знаете, в чём была большая разница? Мы стали высыпаться за три – пять часов. И я, и мама ложились в 12 и просыпались в три – пять, и этого было достаточно. Появилась целая куча свободного времени на себя: киношки смотреть, книжки читать, раньше на это не было вообще ни минутки. Сейчас уже, конечно, разница сгладилась, но всё равно мы лучше высыпаемся, лучше себя чувствуем и спим. Также у нас в семье у всех хорошая кожа, волосы и ногти. И мы очень рады, что приобрели этот аппарат и пьём чистую воду. Здоровье семьи – на первом месте.

- Спасибо!

- Спасибо Вам! Дорогие читатели, приходите на презентацию к Александру Викторовичу и узнайте о воде всё!

ВОДОВОРОТ СОБЫТИЙ



На научно-промышленной выставке «Великие реки» поили посетителей вкусной водой! А также рассказали о пользе употребления воды для организма



Генеральный директор «БИОС» А.В. Тарасов на Кубке губернатора по выездке



Генеральный директор «БИОС» А.В. Тарасов на бизнес-ужине в ресторане «Монет» (слева) и на инвестиционно-строительном форуме «Домострой 2019» (справа)



БИОС инфо

Как приучить ребёнка пить воду



Дети - это маленькие батарейки. Глядя на них, кажется, что их энергия бесконечна. Однако этих «живчиков» необходимо регулярно «подзаряжать» правильными едой и жидкостью.

Если с продуктами питания как-то проще (например, можно приготовить блюдо так, чтобы «спрятать» нелюбимый продукт), то с напитками возникает вопрос: чем лучше поить своего ребёнка?

Педиатры дают однозначный ответ: ключевую роль в питьевом режиме должна играть чистая вода. Но как быть, если чадо отказывается её пить? Во-первых, не стоит H_2O подслащивать ни под каким предлогом: так Вы сведёте всю её пользу к минимуму. Вместо этого попробуйте превратить процесс употребления воды для своего ребёнка в увлекательную игру – соревнование. Например, для фиксации выпитой жидкости можно в обычном альбоме нарисовать несколько стаканчиков и закра-



Во-вторых, сведите выбор напитков в своём доме к минимуму. Если у Вас есть и газировка, и сок, и компот, и чай, то чадо всегда выберет самое сладкое и, разумеется, вредное. Но если же оставить молоко, воду и чай, то уговорить ребёнка будет гораздо проще.

В-третьих, задумайтесь: а может, дитя так отказывается пить воду просто потому, что она невкусная? Тогда надо уже задуматься о качестве жидкости из-под крана.

Сдайте свою воду на анализ в лабораторию и наши специалисты подскажут Вам, как её можно очистить! Тогда Ваш ребёнок станет пить воду с удовольствием! Приходите в наш офис по адресу: ул. Нижегородская, 5! Ждём Вас!

А Вы знаете о том, что существуют 8 видов воды и каждая по-своему полезна для нашего организма как изнутри, так и снаружи?

Приходите на индивидуальный экспресс-семинар к Александру Викторовичу и он расскажет и покажет Вам:

- какая именно вода нужна для укрепления здоровья ребёнка
- какую воду надо пить при беременности
- какая вода помогает при аллергии, грибок и дерматите
- какая вода необходима для профилактики и лечения онкологических заболеваний
- при высоком давлении, инсультах, инфарктах
- подагре и диабете
- нарушениях работы кишечника
- при занятиях спортом
- для сохранения здоровья и бодрости духа!

Запишитесь на удобное для Вас время и за 30 минут узнайте о воде всё! Звоните: **8 906 365 28 88!**

Бесплатное посещение.

Кодовое слово: **VODA**

Присоединяйтесь!



www.facebook.com/AlexandrViktorovichTarasov



www.instagram.com/tarasovbios



www.bios-akva.ru