корпоративный журнал

ПЛАНЕТА Арт Лайф

№ 1 весна 2020



НОВАЯ ЭРА АРТЛАЙФ

«АРТЛАЙФ» — ЭТО КОСМОС»
Группы из разных стран приехали в Томск
// 17

ФЕЕРИЯ КРАСОК И ПОБЕД
Индия ярко встретила партнёров компании
// 24

ЗАЧЕМ ЛЮДЯМ НУЖНЫ ЛИЗАТЫ
Биотехнологии в действии
// 86

В ЭТОМ НОМЕРЕ



ФЕЕРИЯ КРАСОК И ПОБЕД

Более 1200 партнёров компании «Артлайф» из восьми стран встретились в декабре 2019 года в индийском городе Дели. Они стали участниками невероятного марафона событий, в числе которых — награждение сразу 11-ти новых Президентов и поездка к сказочному Тадж-Махалу. Фестиваль Успеха — самый ожидаемый момент года для каждого члена «семьи «Артлайф». Как он прошёл — **читайте на стр. 26–59**

Уважаемые партнёры!



В 2020-м году началась новая эра компании «Артлайф». Мы формируем стратегический задел для успешного будущего, причём не на одно десятилетие. Наш основной фактор конкурентоспособности — производственный потенциал и инновационные технологии — сейчас активно прирастает новым направлением. «Артлайф» открыл нишу с неограниченным потенциалом — биотехнологии. Отрасль, которая, по мнению экспертов, станет ключевой в развитии экономик мира на ближайшие десятилетия.

«Артлайф» не мог упустить возможность стать одним из первых игроков на этом рынке. Плоды работы учёных, технологов, инженеров компании не заставили себя ждать, нам уже есть чем гордиться. В эксплуатацию введены новые линии по производству желатиновых капсул в крупнейшем в России биотехнологическом комплексе в посёлке Калтай Томской области. Это десятки тысяч квадратных метров полностью автономного производства. 2,5 тысячи из которых — «чистые» зоны, смонтированные по стандарту GMP. Оснащается новым оборудованием недавно открывшаяся лаборатория биоинжиниринга — место производства пробиотических бактерий, они станут основой инновационных продуктов компании. Открыты лаборатории эпигеномного проектирования, аддитивного питания и метаболической коррекции.

Итогом этого этапа жизни компании стала разработка эксклюзивных биотехнологических продуктов, часть которых уже произведена и нашла своих потребителей. Например, «Панбиолакт–Кидс», уникальный синбиотик для детей с активатором иммунитета. Впереди у нас — масштабный «захват» рынка, ведь продукты на основе биотехнологии благодаря своей высокой эффективности стали основным трендом в индустрии здорового питания в мире. За лидерство в этой области борются крупнейшие компании Японии, Канады, Китая… И мы в «Артлайф» доказали, что в России возможен выпуск биотехнологических препаратов достойного качества.

Все эти усилия по развитию компании делаются в первую очередь для вас, дорогие партнёры. Новые уникальные продукты — это новые возможности оздоровления, новые целевые аудитории потребителей нашей продукции. А, значит, и новые результаты от бизнеса с «Артлайф»! Нам вместе есть к чему стремиться в новом десятилетии и, я уверен, большинство из вас в ближайшие годы выйдут на совершенно новый уровень, как в бизнесе, так и в управлении собственным здоровьем.

Александр АВСТРИЕВСКИХ,
Президент-основатель
компании «Артлайф»





Бизнес-форум «ИННОВАЦИИ В ДЕЙСТВИИ»

В Санкт-Петербурге состоялся двухдневный бизнес-форум, который объединил профессионалов сетевого бизнеса, медицинских спикеров и активных партнёров компании «Артлайф».

Бизнес-форум под названием «Инновации в действии» — это сообщество лидеров, настоящая команда профессионалов, которые находятся на волне развития бизнеса и интересуются последними разработками в области медицины высоких технологий для активного и здорового образа жизни. О том, как построить сетевой бизнес, как его развивать и какой продукт выбрать для старта и дальнейшего развития — об этом рассказывали топ-лидеры индустрии.

УПРАВЛЯТЬ СВОИМ ВОЗРАСТОМ ВОЗМОЖНО!

— Форум был организован с целью помочь каждому его участнику поверить в себя и в свои возможности, поверить в компанию «Артлайф», в команду, которая поможет обрести мечту и сделать её реальностью, — такими словами открыла бизнес-форум «Инновации в действии» партнёр компании в статусе Президент Лариса Мошкина.



Инновации из сферы науки и медицины, которые используются при создании биологически активных комплексов «Артлайф» представил Виктор Вовченко, врач-ортопед высшей категории, кандидат медицинских наук, преподаватель Военно-медицинской академии им. Кирова. Его доклад о клеточном процессе аутофагии, который положен в основу прогрессивной программы управления возрастом «Мега Про Эйдж», созданной в «Артлайф», был очень позитивно воспринят аудиторией.

— Благодаря «Мега Про Эйдж» и входящим в состав этого продукта 49 активным компонентам мы уже сегодня можем запустить программу управления своим возрастом! Обратите внимание, что в данном случае «управление возрастом» происходит за счёт системной поддержки основных функций организма. Эта поддержка основана на научных разработках в области биологии клетки и на современных биотехнологических решениях. Расчищайте с помощью «Мега Про Эйдж» и процесса аутофагии клеточные «завалы» в своем организме и живите долгой, яркой, насыщенной жизнью, — завершил своё выступление доктор Вовченко.



Ещё одну новинку — негормональное средство для женского здоровья «Фитоэстрин» — представила Татьяна Иванова, кандидат медицинских наук, врач высшей категории, партнёр компании в статусе Президент.

— Входящие в состав напитка природные фитоэстрогены — это решение для многих женщин. Теперь, благодаря разработкам компании «Артлайф», мы знаем, как продлить женское долголетие, — сказала Татьяна Владимировна.

Выступление главного врача регионального представительства «Артлайф» в Санкт-Петербурге, гастроэнтеролога с 43-летним стажем, Лидии Бобылевой было посвящено ещё одной новинке — биологически активному комплексу «Кандифайтер-F».

— Благодаря «Кандифайтеру» мы можем держать под контролем количество дрожжеподобных грибков в организме и предупреждать рецидивы кандидоза, который, как известно, имеет способность поражать все без исключения органы человека, — сообщила Лидия Бобылева.

СОКРАТИТЬ ПУТЬ К ДОСТИЖЕНИЮ МЕЧТЫ

Вторая половина форума была посвящена проверенным методам развития сетевого бизнеса. О том, как благодаря компании «Артлайф» сократить путь к достижению мечты, рассказал партнёр компании в статусе Президент Александр Часовской. Он высказал убедительную позицию — независимо от политических и социальных условий бизнес с «Артлайф» является надёжной платформой для стабильной и качественной жизни.

О том, какими именно инструментами пользоваться для зарабатывания своего первого миллиона рассказал партнёр компании в статусе Президент Александр Жуков.



«УМНОЖАЙТЕ ДОХОДЫ, ВЫЧИТАЙТЕ СТРЕСС»



«Умножайте доходы, вычитайте стресс — именно так необходимо поступать для достижения результата. Маркетинг «Артлайф» позволяет использовать свой собственный «прогрессивный калькулятор прибыли». Начните считать и действовать, и вы увидите, как ваши доходы ежемесячно растут», — делился советами Александр.

Мощный заряд мотивации передал со сцены партнёр компании в статусе Президент Анатолий Гусев. В его выступлении «Пять минут до миллиона моего» содержались практические рекомендации, как держать себя в бизнес-тонусе. «Мотивация подобна воздуху, дышите ею независимо от рангов и статусов, напитывайтесь ею и передавайте силу этого инструмента ваших партнёрам. Именно сила мотивации двигает партнёров от рангов до статусов!» — заявил Анатолий.

«А ещё держите удачу за хвост, а красоту без инъекций, — продолжила Елена Пономаренко, партнёр компании в статусе Президент. — Красивый бизнес на качественном продукте для красоты — это основа гармоничного роста ваших доходов. Линии для красоты и здоровья, созданные компанией «Артлайф», дают как женщинам, так и мужчинам реальные результаты. А это именно то, ради чего мы все работаем». Елена Пономаренко презентовала свою тему «Красота без инъекций: современные тренды эффективного омоложения».

— Тренд на красоту устойчив и продолжит своё укрепление, поэтому будьте в тренде, будьте в команде, будьте с «Артлайф», — завершила бизнес-часть форума Елена.

«СИЛА МОТИВАЦИИ ДВИГАЕТ ПАРТНЁРОВ ОТ РАНГОВ ДО СТАТУСОВ!»





НАША ГОРДОСТЬ И УВЕРЕННОСТЬ

Чествование партнёров, лидеров бизнеса, тех людей, кто строит свой бизнес, помогая сохранять здоровье россиян, — это активная традиция «Артлайф». Поэтому зал приветствовал аплодисментами партнёров, которые достигли ранга Директор. «Поздравляем вас с первыми результатами и желаем яркого пути к новым статусам! В этом году в нашей структуре несколько сотен партнёров квалифицировались на ранг Директор — это наша гордость и уверенность в активном будущем!» — с такими словами поздравляли и вручали подарки своим Директорам вышестоящие спонсоры.

Статусные подарки от лица компании вручались партнёрам, достигнувшим статусов Серебряный и Золотой директор. «Желаем вам дальнейшего роста, расширения ваших структур и впечатляющих объёмов. Двигайтесь только вверх! Ждем вас в статусе Президент!» — озвучивали свои пожелания вышестоящие наставники.

Особое достижение года — квалификация новых Президентов. «Мы аплодируем каждому из вас, выражаем своё признание и с радостью вручаем в подарок сертификат на поездку на Фестиваль Успеха, — приветствовала новых Президентов Лариса Мошкина. — Наши яркие и активные звёзды, прирождённые лидеры, результативные наставники — Анна Колесова, Елена Пономаренко, Валентина Поколова, Татьяна Воробьева, вы — наша гордость!» — резюмировала организатор бизнес-форума.

Любое крупное и статусное мероприятие, такое как форум «Инновации в действии», в своей программе имеет блок, связанный с подведением итогов. В рамках бизнес-форума в Санкт-Петербурге были подведены итоги промоушена «Рождество за 200 баллов». Лариса Мошкина произвела розыгрыш путевки в Бельгию, в сказочный рождественский Брюгге! Обладателем приза стала Людмила Стрельцова.

В финале зал рукоплескал также победителю промоушена «Балльное золото», доктору Виктору Вовченко. Каждому победителю промоушенов, помимо денежных призов, вручался подарок — программная новинка «Мега Про Эйдж».



«Своё.Дело» вместе с «Артлайф»

В Ростове-на-Дону с успехом прошел региональный бизнес-форум «Своё.Дело» — уникальное мероприятие, объединившее партнёров компании «Артлайф» из параллельных структур.

Два дня полного погружения в работу, новые знакомства, самая актуальная информация о продуктах компании, а также море новых креативных идей для развития бизнеса.



Участники форума обсудили самые важные на сегодняшний день вопросы сохранения и укрепления здоровья, а также разобрали пять ПRO — уникальных бизнес-кейсов, посвящённых конкретным аспектам сетевого бизнеса:

— ПRO Здоровье — проблемы заболеваний суставов, пути их решения, комплексные программы коррекции здоровья. Этот кейс представил Виктор Вовченко, врач-ортопед высшей категории, кандидат медицинских наук, преподаватель Военно-медицинской академии им. Кирова, практикующий хирург.

— ПRO БИЗНЕС и цель — как поставить цель в бизнесе, как организовать работу по её достижению,



и, главное, как её действительно достигнуть. Об этом рассказал Александр Часовской, партнёр компании «Артлайф» в статусе Президент (г. Москва).

— ПRO БИЗНЕС-технологии и инструменты обработки контактов. Про чек-листы и практические схемы продвижения бизнеса рассказывала Валентина Поколова, партнёр компании в статусе Президент (г. Вологда).

— ПRO Методы оптимизации бизнес-процессов — как получить больше клиентов и как переводить клиентов в партнёры инструктировала Елена Пономаренко, партнёр в статусе Президент (г. Ростов-на-Дону).

— ПRO Команду — почему она необходима, какими должны быть навыки и компетенции руководителя, из чего состоит процесс построения организации и как работает система «умный покупатель» говорил Александр Жуков, партнёр в статусе Президент (г. Санкт-Петербург).

— ПRO Этику в бизнесе — правила и акценты грамотного создания команды.

УЧАСТНИКИ РАЗОБРАЛИ ПЯТЬ УНИКАЛЬНЫХ БИЗНЕС-КЕЙСОВ



— Мы с коллегами — Людмилой Башкатовой, Татьяной Григорьевой и Александром Часовским провели уже третий большой бизнес-форум и создали масштабную площадку для обучения и обмена опытом, где люди из разных регионов могут перенять знания и опыт экспертов сетевого бизнеса, — говорит Елена Пономаренко, один из основателей форума. — Мы сделали это вместе, работая на общий результат, потому что бизнес с «Артлайф» — это командная игра.

Корпоративная культура — одна из основ бизнеса. Команда — важнее всего. Именно благодаря слаженной работе людей, объединённых одной целью, происходят глобальные экономические и социальные изменения, вырастают новые партнёры, меняется в лучшую сторону мир вокруг.

— Я знаю не понаслышке, что такое работать в одиночку. Я знаю, как трудно донести до людей

«БИЗНЕС С «АРТЛАЙФ» — ЭТО КОМАНДНАЯ ИГРА»



информацию обо всех возможностях компании «Артлайф», находясь в «сетевом одиночестве». Поэтому первое, на чём я заострила внимание при масштабировании сети, — организация больших интересных мероприятий, на которых у каждого участника есть возможность не только посидеть в зале, узнать для себя что-то новое, но и познакомиться лично с сильными лидерами, задать им вопросы, получить важные для себя ответы, — рассказывает Елена Пономаренко. — Сейчас я знаю, что мы — команда № 1, несмотря на то, что мы партнёры из параллельных организаций, а не из одной. Каждый из организаторов бизнес-форума в Ростове-на-Дону является частью механизма взаимодействия, поэтому мы все получаем отличные результаты: новых амбициозных партнёров, новых лояльных клиентов, новое взгляд на бизнес.

Второй день форума был посвящён практическим мастер-классам по темам продвижения продукции, увеличения продаж, привлечения целевых аудиторий, создания цепляющих фраз для эффективных продаж. Участники мастер-классов учились тому, как привлекать новых партнёров, развивать сеть, масштабировать и формировать пассивный доход. Ведущими мастер-классов стали эксперты в области продаж и рекрутинга, в том числе партнёры в статусе Президент Елена Пономаренко и Александр Жуков. Они делились личными бизнес-наработками, совместно с участниками разбирались в ключевых вопросах и создавали пошаговый алгоритм действий с акцентом на продающие скрипты.

Сетевой бизнес — особый. Его важная составляющая — неформальное общение как часть корпоративной культуры. Именно поэтому при проведении крупных мероприятий немало внимания уделяется совместному отдыху партнёров. В рамках форума «Своё.Дело» был проведён весёлый капустник, в ходе которого команды из разных городов (Вологда, Кореновск, Ростов и другие) представляли свой стиль ведения бизнеса с «Артлайф».

В РАМКАХ ФОРУМА БЫЛ ПРОВЕДЁН ВЕСЁЛЫЙ КАПУСТНИК



«Артлайф-Башкортостан» отметил большой юбилей

В Уфе состоялся бизнес-форум для партнёров компании «Артлайф». Он был посвящён 20-летию структуры «Артлайф-Башкортостан». Уфа, Салават, Магнитогорск, Стерлитамак, Екатеринбург, Октябрьский, Мелеуз, Нефтекамск, Красноусольск – это не весь список городов, представители которых приехали поздравить структуру с юбилеем.

Бизнес-форум стал событием, которое позволило его участникам ближе познакомиться с компанией «Артлайф», с её традициями и с историями выдающихся Лидеров. В этот день партнёры, которые являются профессиональными врачами, провели яркие и наполненные полезной информацией презентации новинок компании.

Врач-хирург, ортопед-травматолог высшей категории, нутрициолог, преподаватель Военно-медицинской академии им. Кирова (г. Санкт Петербург), кандидат медицинских наук **Виктор Вовченко** представил «прорывную» новинку года, анти-возрастную программу «Mega Pro Age». Мануальный терапевт, остеопат, отличник здравоохранения Башкортостана **Светлана Гладунова** презентовала долгожданную новинку для женщин, концентрированный напиток на основе растений с эстрогеноподобным действием «Фитоэстрин». Врач-уролог, диетолог, нутрициолог, главный врач регионального представительства компании «Артлайф» в Республике Башкортостан **Артур Байков** рассказал гостям форума о действии уникального комплекса «Кандифайтер-F».

Профессионально, научно, но в то же время доступно представил компанию «Артлайф» партнёр в статусе Президент, руководитель партнёрской сети с широкой географией бизнеса, автор ряда бизнес-технологий **Александр Часовской.** Спикер на собственном примере показал, как успешно может работать продвижение продуктов и новинок, базирующееся на современных технологиях.

В ходе мероприятия проходил розыгрыш новинок компании. Заслуженные призы и подарки получили победители региональных промоушенов. Также состоялось поздравление партнёров, повысивших свои статусы и ранги. 16 партнёров получили дипломы и поздравления в связи с достижением ранга Директор, приняли статусные подарки новые Серебряные и Золотые Директора.

14 Директоров, победители промоушена, получили в подарок сертификат на поездку в Томск, чтобы посетить основные производственные площадки компании «Артлайф».

По словам организаторов бизнес-форума, четыре часа пролетели как один миг. Дружная, эмоционально-позитивная атмосфера творит чудеса! Участники мероприятия получили колоссальный заряд энергии, мотивацию, вдохновение для развития своего дела.





«Выступление нашего спонсора, Топ-лидера компании, партнёра в статусе Президент, чья организация раскинулась от Дальнего Востока до стран Евросоюза, Ларисы Мошкиной все слушали, затаив дыхание. Её личная история потрясла многих участников форума. Своим выступлением, в котором Лариса Ивановна рассказала, с чего начать бизнес и как использовать доступные всем возможности компании, она увлекла и вдохновила всех!»

Айвар АСЫЛГАРЕЕВ, партнёр «Артлайф» в статусе Президент, организатор бизнес-форума

«С компанией «Артлайф» я познакомилась в Турции осенью 2019 года, и уже зимой получила приглашение на бизнес-форум, который проходил в Уфе. Программа форума была очень интересной и насыщенной: выступали Топ-лидеры, Президенты компании и врачи. Они делились своими историями успеха, рассказывали о новых продуктах (которые мне сразу захотелось попробовать), о том, как построить успешный бизнес, создать эффективную команду и замотивировать себя и своих партнёров на достижение целей. Приятным сюрпризом стало то, что все гости форума автоматически оказались участниками лотереи, было разыграно огромное множество призов. Домой уезжала в прекрасном настроении, с массой положительных эмоций, с подарками и ощущением, что оказалась в нужном месте в нужное время!»

Альфия АХМЕТЗЯНОВА, партнёр в ранге Директор, г. Екатеринбург



«Артлайф» расширяет производственную площадку

Компания «Артлайф» активно развивает производственную площадку недалеко от села Калтай в Томском районе. На 11 тысячах квадратных метров производственного корпуса разместятся семь линий по производству желатиновых капсул для лекарств и лаборатории кластера «Биотех».

ТЕКСТ
Андрей СОКОЛОВ,
РИА Томск

ФОТО
Таисия Воронцова,
РИА Томск
Евгений Парилов

«Нашей задачей было вывести производство за пределы города. Для этого нужно было освоить около 20 гектаров земли в Томском районе, подготовить инженерные коммуникации и создать почти автономную производственную площадку, поскольку для успешной конкуренции с западными компаниями необходимо до минимума снизить себестоимость выпускаемой нами продукции», — рассказал на встрече с томскими журналистами генеральный директор «Артлайф» Александр Австриевских.

Новый производственный корпус компании «Артлайф» — это здание из стекла и бетона площадью 11 тысяч квадратных метров. В корпусе будут расположены семь линий по производству желатиновых капсул для медицинских препаратов (две линии уже запущены).

Также здесь разместятся лаборатории по производству штаммов бактерий, созданные в рамках кластера «Медицинская промышленность, новая химия и биотехнологии» («Биотех»).

«Завод по выпуску желатиновых капсул работает уже почти полгода. Сейчас компания производит 1 миллиард желатиновых капсул в год, после ввода пяти новых линий объём увеличится до 2 миллиардов в год», — рассказал журналистам главный инженер компании «Артлайф» Валерий Тригубенко.

Но производственная площадка в Калтае не ограничивается только выпуском капсул. Здесь открыт завод по производству холода, а также цех деминерализованной воды (производительность — 1 тысяча литров в час), две котельные (отопительная на 1,2 мегаватта и производственная на 1 мегаватт). Площадка, за исключением потребления электроэнергии, полностью автономная. Даже вода сюда поступает из собственной скважины. Обслуживать производство будет не более 10 сотрудников, а контроль работы производственных линий осуществляется дистанционно, из офиса в Томске.

ПЛОЩАДКА «АРТЛАЙФ» В КАЛТАЕ СТАНЕТ ОСНОВНЫМ МЕСТОМ РАЗВИТИЯ БИОТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО ПРОИЗВОДСТВА. В ЕГО ОСНОВЕ — УНИКАЛЬНЫЕ РАЗРАБОТКИ СПЕЦИАЛИСТОВ КОМПАНИИ





Производственная площадка «Артлайф» в Калтае станет так же основным местом развития биотехнологического производства. В его основу положены собственные уникальные разработки специалистов компании. Лаборатория биоинжиниринга «Артлайф» позволяет решать такие задачи, как создание библиотеки собственных паспортизированных штаммов бактерий, выращивание глубинным способом медицинских грибов, ведение микробиологического синтеза гиалуроновой кислоты, получение метаболитов и сырья для продуктов функционального питания.



«В рамках кластера «Биотех» мы сейчас апробируем производство РС 128. Это бактерии, которые влияют на психоэмоциональное состояние человека. Проходя через желудочно-кишечный тракт, они способствуют выработке гормона серотонина, который стимулирует хорошее настроение, а также мелатонина, который влияет на качество сна. Производство таких бактерий — это наша совместная работа с биотехнологами из Гонконга», — отметил Александр Австриевских в разговоре с журналистами.



«АРТЛАЙФ» ДЕМОНСТРИРУЕТ УБЕДИТЕЛЬНЫЕ ТЕМПЫ РОСТА, ПОСТАВИВ НА ПОТОК ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

По мнению губернатора Томской области Сергея Жвачкина, который побывал на новой производственной площадке компании, «Артлайф» демонстрирует убедительные темпы роста, поставив на поток использование инновационных технологий.

«Томская компания «Артлайф» — мирового уровня. Её продукцию знают более чем в 20 странах мира, от Германии до Индии. Благодаря такому производителю Томская область прочно удерживает позиции в первой пятёрке регионов России, успешно развивающих инновационные технологии», — подчеркнул глава региона.

«Артлайф» — это КОСМОС»

Производство компании открыто для всех: от студентов-медиков до народных целителей

Начало 2020 года выдалось богатым на визиты партнёров в компанию «Артлайф» — три группы из разных уголков России и стран СНГ приехали в Томск в первые месяцы года.



ТЕКСТ
Мария ИСАЕВА-БАЙКАЧ, Маджид АХМАДИ

Около ста человек собственными глазами увидели основную производственную площадку компании в Томске, новый биотехнологический корпус в окрестностях посёлка Калтай и провели несколько дней на гостеприимной «Артлайф-Заимке».

Одно из конкурентных преимуществ «Артлайф» — это открытость. Компания с удовольствием рассказывает о себе и показывает своё производство. Во время экскурсии всех трёх групп специалисты компании старались максимально полно и доступно рассказать обо всех этапах производства. Партнёрам удалось посмотреть несколько производственных участков, сотрудники лаборатории биоинжиниринга рассказали им, как выращиваются полезные бактерии для продуктов компании.

Кроме того, гости смогли посмотреть, как на деле реализуются в производстве «Артлайф» стандарты GMP, по каким законам живёт сложное и технологичное производство, увидеть, как происходит анализ сырья, как создаются уникальные рецептуры. И, наконец, понаблюдать, как готовый продукт поступает на конвейер и упаковывается, чтобы попасть в руки потребителей.



КАЖДАЯ ЭКСКУРСИЯ
НЕ ОБХОДИТСЯ
БЕЗ ДЕГУСТАЦИИ

И, конечно, каждая экскурсия не обходится без дегустации продуктов компании. Группам гостей «Артлайф» предложили попробовать новинки: коктейль «Взрослей-ка» и гиалуроновое желе «Beautelle».

РАССТОЯНИЕ — НЕ ПОМЕХА!

Преодолеть почти 4 000 километров пути, чтобы увидеть производство «Артлайф» своими глазами, — почему нет? Именно ради этого из Ростова-на-Дону в Сибирь приехали сразу тридцать человек. Основную часть группы под руководством партнёра в статусе Президент Нины Челнаковой составили студенты Ростовского государственного медицинского университета. Они уже давно знакомы с продукцией компании и, как будущие медики, проявляют к ней большой интерес.



День в компании пролетел как один миг! В конце этого дня ростовские студенты дружно признали, что невозможно передать словами, насколько их впечатлила экскурсия, уровень и масштабы производства «Артлайф».

«Как часто мы слышали от наших наставников, что «это надо увидеть», «там надо побывать»... Мы знали, что будет круто, но не знали, насколько! Производственный комплекс компании «Артлайф» впечатлил участников группы, уже начиная с входа на предприятие. С первой минуты мы чувствовали внимание к себе и щедрое гостеприимство. Нас поразил этот КОСМОС! А «Артлайф-Заимка» — это же просто магическая энергетика! Утренние пробежки по белому снегу под скрип сосен заряжали нас на весь день. Мороз и



солнце такие, которых не увидишь и не ощутишь на юге страны, где мы живём. В валенках, играя в снежки, каждый из нас будто окунулся в беззаботное детство.»
Андрей и Оксана ГОНЧАРОВЫ, Серебряный и Рубиновый директора, г. Ростов-на-Дону

«Побывав на производстве в Томске, мы собственными глазами увидели, как делают желатиновые капсулы, выращивают культуры бактерий и даже моделируют желудочно-кишечный тракт с помощью специальных устройств. Нам посчастливилось пообщаться с персоналом, который безмерно влюблен в свою работу — и это видно! Все открыты к общению, веселы и с высоким профессионализмом рассказывают о своём деле. После экскурсии по производству мы отправились на Заимку, где нам выпала уникальная возможность встретиться и пообщаться с Александром Николаевичем Австриевских

Кроме того, в один из дней Андрей Алексеевич Вековцев прочитал нам увлекательные лекции о здоровье, питании и коррекции многих патологических состояний организма человека. Мне, как студенту-медику, это было особенно интересно. После поездки в Сибирь я не сомневаюсь в правильности выбора своего пути вместе с компанией, потому что «Артлайф» — это отечественная компания, имеющая мощную научную базу, что для меня крайне важно. Я планирую продолжать сотрудничество с «Артлайф», потому что лично убедилась в качестве продукции и вижу большие перспективы для развития себя как специалиста и оздоровления нации в целом!»
Анна ГАРЬКУША, студентка 4 курса РостГМУ

«Это была действительно замечательная поездка, как с образовательной стороны, так и с культурно-развлекательной! Я был глубоко впечатлён, когда увидел производство компании «Артлайф» Томске, их инновационное оборудование, планировку, кабинеты, различные инженерные разработки! Здесь всё самое передовое, лучшее и новое!»
Виктор КОЗУБ, студент 4 кура РостГМУ

«ЗДЕСЬ ВСЁ САМОЕ ПЕРЕДОВОЕ, ЛУЧШЕЕ И НОВОЕ!»



СЕКРЕТЫ КИРГИЗСКОГО ДОЛГОЛЕТИЯ

НАРОДНЫЙ ЦЕЛИТЕЛЬ ДЕСЯТКИ ЛЕТ ПОМОГАЕТ ЛЮДЯМ, ИСПОЛЬЗУЯ ПРОДУКЦИЮ «АРТЛАЙФ»

Через неделю после отъезда группы из Ростова «Артлайф» встречал новых гостей. Делегацию партнёров из Бишкека, которые приехали знакомиться с томским производством, возглавила Светлана Настиченко, один из лидеров структуры Лидии Лютовой. В составе группы оказался весьма необычный гость. Седовласый мужчина, одетый в национальную киргизскую одежду: особого кроя меховая шапка, удлинённый сюртук, брюки-галифе, заправленные в колоритные сапоги с остроконечными носами. Этот пожилой мужчина — народный целитель, который десятки лет помогает людям, используя дары природы и продукцию «Артлайф».

75-летний Султэк Кобоков обнаружил свой талант врачевателя, как он сам признаётся, совершенно случайно, когда ему было около 40 лет. Тогда Султэк сильно заболел, даже не мог ходить, был практически парализован. В это время ему приснился сон, в котором он увидел способ для своего выздоровления — мазь, которая поможет встать на ноги. Султэк воспользовался увиденным во сне рецептом мази и постепенно пошёл на поправку.

С этого момента его жизнь изменилась — Султэк Кобоков начал создавать свою методику лечения с помощью даров природы: трав, цветов, корней. Сбором природного материала для лечебных отваров и смесей он занимается только сам лично. В апреле начинается цветение одного из нужных Султэку растений, и он уже готовится отправиться за ним в горы, продумывает маршрут.

В 2006 году Султэк Кобоков впервые познакомился с продукцией «Артлайф» и решил попробовать использовать её в своей деятельности. Врачеватель признаётся, что эффект ему настолько понравился, что с тех пор каждый курс терапии для своих пациентов он проводит с применением комплексов «Артлайф». Рассказывая о своём опыте, Султэк не стал раскрывать секреты своих методов, но охотно поделился примерами из практики работы с разными пациентами:



— Лечу сахарный диабет, печень, почки, артрит, женские воспаления. Был пациент с аллергическим дерматитом, ему давал «Артемизин», «Холегон», «Хепар Формулу» вместе с отваром пижмы — ему стало легче, пошёл на поправку.

Подобных примеров у Султэка за многолетнюю практику накопилось немало. Как отмечают его дети, которые тоже в группе партнёров приехали в Томск, очередь к лекарю выстраивается уже в двух городах Киргизии — Бишкеке и Нарыне. Здесь у него есть свои центры, в которых он принимает пациентов. Уникальные знания Султэка Кобокова о том, как применять в лечении народные рецепты в сочетании с инновационными продуктами «Артлайф» будут жить и дальше — весь накопленный опыт он передаёт своему сыну.

В офисе компании состоялась встреча Султэка Кобокова с Президентом-основателем «Артлайф» Александром Австриевских.

— Рад нашей встрече и благодарю Вас за то, что доверяете нашим продуктам и применяете их в своей практике, помогаете тем самым людям, — сказал Александр Николаевич.

Народный лекарь с большим интересом посещал все инновационные лаборатории и производственные участки «Артлайф». Узнать, как и в каких условиях создаются рецептуры и производятся биологически активные комплексы, к помощи которых он прибегает не один год, — вот главная цель поездки. Результат превзошёл ожидания: масштабы и безопасность производства, строгое соблюдение стандартов качества — всё это поразило не только Султэка, но и остальных гостей из Киргизии.





ЗАИМКА — МЕСТО СИЛЫ

Третья делегация, посетившая «Артлайф» в начале 2020 года, была самой многочисленной. 50 партнёров структуры Светланы Демидовой осмотрели основной производственный комплекс компании в Томске и новый биотехнологический корпус в Калтае, а затем прошли двухдневную программу обучения, совмещённую с активным отдыхом на «Артлайф-Заимке».

В центральном офисе компании с группой партнёров встретился вице-президент «Артлайф» по науке и производству Андрей Вековцев. Он рассказал о принципах современного функционального питания, в том числе об использовании метабиотиков, на основе которых «Артлайф» производит ряд продуктов.

— Метабиотики — это будущее, которое уже здесь, — говорит партнёр компании в статусе Президент Вера Снигирёва (г. Северск). — Научный мир ещё только мечтает



создавать на их основе лекарственные препараты, а биологически активные добавки и продукты функционального питания с метабиотиками уже есть. И созданы они в компании «Артлайф»! Меня восхищают глубокие знания специалистов компании в биологии и других областях, связанных с оздоровлением человека. После экскурсии на производство



«ПОСЛЕ ЭКСКУРСИИ Я НАХОЖУСЬ ПОД БОЛЬШИМ ВПЕЧАТЛЕНИЕМ ОТ БИОТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ ЛАБОРАТОРИИ «АРТЛАЙФ»

я нахожусь под большим впечатлением от биотехнологической лаборатории «Артлайф». Сотрудники компании так быстро осваивают новейшие технологии и создают на их основе уникальные разработки, они действительно глубоко разбираются в современных тенденциях на рынке продуктов здорового питания! «Артлайф» сегодня — это сильная команда супер-профессионалов, лучшие из лучших. Я уверена, что приеду на производство через несколько месяцев и снова буду поражена скоростью новаций и движением компании вперёд...

Программу обучения партнёров открыл кандидат медицинских наук, научный консультант компании Александр Нагайцев. Он рассказал собравшимся о новой программе для биокоррекции организма. Начальник отдела маркетинга Анна Шушпанова представила биологические комплексы и продукты функционального питания, которые созданы в «Артлайф» за последние несколько месяцев. Кроме того, партнёры узнали о новых возможностях работы в онлайн-пространстве и основных тенденциях развития цифрового маркетинга в компании.

Второй день обучения был полностью посвящён опыту лидеров структуры Светланы Демидовой.

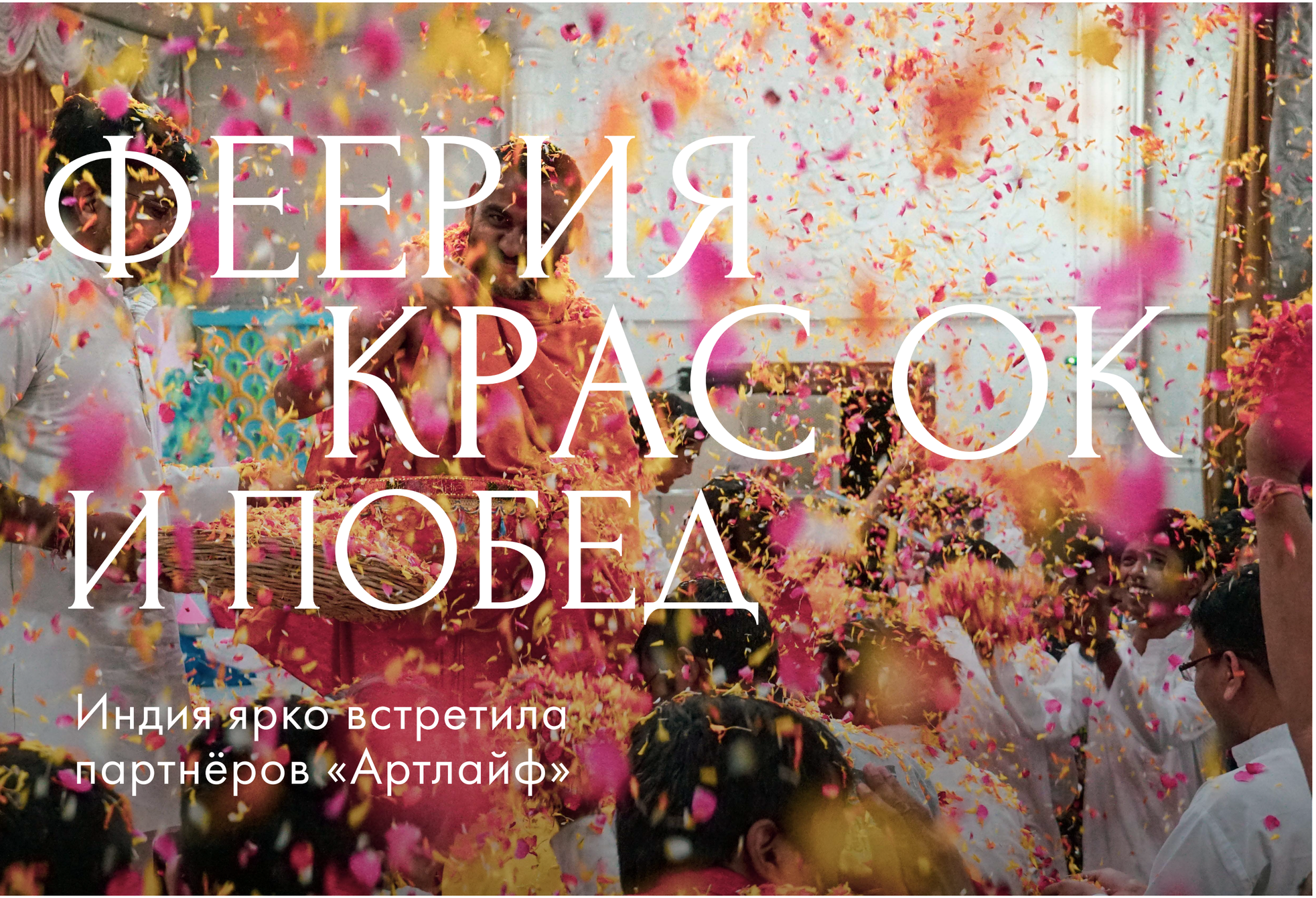
Целая серия докладов и презентаций, подготовленных лидерами, касалась широкого спектра вопросов: инструменты продвижения продукта в интернете, опыт работы через инстаграм, продажа и продвижение продукции на спортивных мероприятиях, организация клубной работы и открытие новой торговой точки.

Но партнёры любят Заимку не только за то, что там можно встречаться, обмениваться опытом, учиться и обсуждать серьёзные вопросы. Заимка — это ещё и место радости, бодрости, дружеских посиделок у костра и разнообразных зимних забав. Все партнёры, кто бывал там хотя бы раз, непременно хотят вернуться снова. На «Артлайф-Заимке» царит особая энергетика: вокруг потрясающий лес, чистый воздух, несёт свои быстрые воды река Чулым, а окружающая природа никого не оставляет равнодушным.



«Артлайф-Заимка» — это, без преувеличения, место силы! Мы уже не раз замечали волшебную способность этого места исполнять задуманное. Стоит только помечтать, поставить какие-то цели во время пребывания на Заимке — всё обязательно сбывается!»

Иниза ИБРАГИМОВА, партнёр компании в статусе Президент



ФЕЕРИЯ КРАСОК И ПОБЕД

Индия ярко встретила партнёров «Артлайф»

Солнце ласково греет сквозь лёгкую утреннюю дымку, в воздухе витают ароматы кофе и специй, пенджабские барабанщики отбивают задорный ритм, который сразу же берёт в свой плен и заставляет бодро двигаться в такт... Фестиваль Успеха «Артлайф» приехал в гостеприимную Индию!

>>









1200
партнёров

8
стран

Более 1200 партнёров «Артлайф» из восьми стран, среди которых Россия, Украина, Казахстан, Болгария, Италия, Бангладеш, Индия собираются на зелёной площадке у огромного конгресс-центра «Orana Conventions»… Им предстоит стать участниками невероятного марафона событий.

«Каждый год мы с волнением ждём это вдохновляющее мероприятие — Фестиваль Успеха. В 2019 году компания «Артлайф» вновь предоставила нам возможность путешествовать и узнавать различные уголки мира — мы побывали в солнечной и удивительно красивой Индии. Фестиваль проходил в Дели, в одном из крупнейших городов мира. Индийское гостеприимство проявлялось повсюду: яркие краски цветочных гирлянд, артисты в национальных костюмах, танцующие под звуки дхоллов — индийских барабанов… Эта удивительная страна с позитивными, улыбчивыми и гостеприимными людьми, которые умеют радоваться жизни, несмотря на иногда действительно тяжелые условия существования, останется у всех нас в памяти, наверное, навсегда».
Разиля ЗАЛЯЛИЕВА,
г. Набережные Челны

«Фестиваль Успеха «Артлайф» — это всегда праздник, а когда он проходит в сказочной Индии, то это праздник вдвойне! Эмоции, радость и восторг захватывают сразу, уже с террасы рядом с Фестивальным залом. Здесь танцы, барабаны, индийские напевы, улыбки и признательность индийских партнёров компании «Артлайф» за её продукт, за инновации и заботу о каждом из нас! Фестиваль Успеха для меня — это не только праздник, но и подведение итогов работы за год. Это знакомство с яркими лидерами, новыми партнёрами, обмен опытом, чувство благодарности всем за единение, за совместную работу, за позитив и желание двигаться вперёд навстречу свой мечте. Это гордость за успехи коллег, нашей команды и всех, кто рядом! Фестиваль Успеха — это всегда супер-мотивационное событие!
Светлана АРТАКОВА, г. Харьков

«Моё участие в Фестивале Успеха-2019 в Индии — это неслучайная случайность. Для меня, делающей первые шаги в компании, Фестиваль реально открыл горизонты успеха! Он дал намерение действовать, идти вперёд, побеждать. А, главное, нести позитив и здоровье людям!»
Татьяна НЕГРЕСКУЛ, г. Евпатория

ВЕРШИНЫ ПОКОРЯЕМ ВМЕСТЕ



Фестиваль-2019 встречал своих гостей громко и феерично: пенджабские барабанщики в ярких национальных одеждах приветствуют гостей на улице и в танце увлекают всех в фестивальный зал. Ритм барабанов, зажигательные движения, невероятная энергетика — всё это никого не оставило равнодушным! Старт Фестивалю дали Президенты-основатели компании «Артлайф», Александр и Татьяна Австриевских. Это традиция, которую нельзя нарушать: двадцать два года назад они основали компанию «Артлайф» и открыли огромному множеству людей настоящие горизонты успеха. А сегодня Президенты-основатели приветствуют с фестивальной сцены полный зал продуктивных Лидеров:

– Уважаемые партнёры «Артлайф», дорогие друзья! Благодарим вас за радушный приём! Индия действительно умеет принимать гостей. Хотя очень трудно сегодня представить здесь кого-то только гостями… Все мы здесь — индусы, русские, украинцы — единая семья, семья Партнёров «Артлайф»! Мы с вами как единое целое способны достичь намного большего, чем человек, идущий к своей цели в одиночку…

Фестиваль Успеха — это кульминационный, самый ожидаемый момент в году для каждого члена «семьи «Артлайф». Это возможность поделиться радостью своего успеха и разделить счастье коллег, получить мотивационный заряд на весь год, стать обладателями ценных подарков за блестящую работу и достижения, а также побывать в самых живописных уголках планеты вместе со своими единомышленниками.

«В Дели меня не покидало чувство глубокой благодарности руководству компании, организаторам праздника за их радушный приём, за эксклюзивные подарки, за возможность общения с удивительными, талантливыми, постоянно развивающимися личностями. Людьми, которые нашли дело своей жизни и своё предназначение».
Александр ЧАСОВСКОЙ,
г. Санкт-Петербург

В торжественный фестивальный вечер на сцене чествовали сотни партнёров компании, которые показали выдающиеся результаты в сфере продаж, в построении бизнеса, в развитии лидерских качеств или внесли значительный вклад в развитие компании в целом. Победители в каждой номинации стали обладателями денежных призов, а также различной бытовой техники, ноутбуков, золотых часов, сертификатов на путешествие в Париж. Кроме того, многим партнёрам были вручены подарки, которые помогут им успешно развивать бизнес с «Артлайф». В числе таких подарков были промостойки для участия в выставках, роллапы, мобильные пресс-воллы. И, конечно, не только победители, но и все участники Фестиваля Успеха стали обладателями великолепных наборов с продукцией компании. В этих наборах было немало новинок, таких как персональная программа управления возрастом «Mega Pro Age», средство для сохранения молодости и красоты «Коллаген 7000», уникальная программа для мужчин «Dim-Prost programm» и другие.





«Да, это просто незабываемое событие, это приятное волнение до «бабочек в животе»! А когда объявляют номинацию, и ты выходишь на сцену, где ощущаются успех и гордость, то чувство восторга просто захлёстывает. Я так благодарна компании за эти приятные чувства, за знакомство с большими Лидерами! Всё это вместе взятое даёт необыкновенную мотивацию работать больше и лучше!
Людмила РОМАНОВА,
г. Рим, Италия

САМЫЕ ДОРОГИЕ СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ



От уже пять лет подряд доброй традицией на каждом Фестивале Успеха становится чествование «Семей года». Особую значимость для компании всегда представляли семья и семейные ценности. Поэтому неудивительно, что большой эмоциональный отклик у сидящих в зале вызвал момент чествования пяти «Семей «Артлайф». И ещё одной прекрасной традицией стало то, что награждает их человек, для которого тема семейных ценностей дорога и священна. Человек, который сам не понаслышке знает, что такое крепкая и счастливая семья, и всё делает для того, чтобы другие семьи тоже были счастливы и успешны. Для неё было и остаётся важным то, что «Артлайф» — это семейный бизнес. Поздравительное слово «семьям года» произнесла **Президент-основатель компании «Артлайф» Татьяна Австриевских:**

— Писатель Антон Чехов как-то сказал: «В семейной жизни самый важный винт — это любовь». Тут он был трижды прав: всё держится на любви, всё вертится вокруг неё. Семья, в которой царит любовь, — всегда гармоничная и дружная. А если эта семья ещё и трудится на общее дело, то для неё не существует преград на пути к успеху, ей любые трудности нипочём. Именно такие они, семьи «Артлайф». Их скрепляют и взаимная любовь, и общее дело…

За наградой в этой номинации на сцену поднимались Анна и Сергей Кухта (г. Владивосток), Наталья Грибанова и Владимир Малий (г. Старый Оскол), Светлана и Константин Кихтенко (г. Николаев), Ладжибай Хирани (г. Гуджарат, Индия) и Имли Матем (г. Нагалэнд, Индия) и члены их дружных семей.

Каждая из этих семей значима и важна для «Артлайф», они много лет трудятся на благо не только своих родных и близких людей, но и на благо тысяч других семей.



Анна и Сергей Кухта из Владивостока — люди невероятной энергии, которой хватает на весь Дальневосточный регион! Сергей занимается обеспечением и логистикой, Анна — развитием сети, выступает организатором региональных мероприятий компании и является их постоянным спикером. Действовать в команде и в интересах команды — их кредо!



Супруги из Украины — Светлана и Константин Кихтенко — также значимые фигуры в «Артлайф». Они активно строят международный бизнес — структуры в Украине, Болгарии, Армении и Грузии. Константин обеспечивает бесперебойную работу по доставке продукции в сервисные центры, а Светлана проводит обучение и растит новых лидеров. Их сын Роман развивает бизнес «Артлайф» в новых регионах, в прошлом году он закрыл статус Бриллиантовый Директор.

Приятно осознавать, что «Артлайф» — это уникальная территория здоровья и успеха, которая объединяет близких по духу людей, помогает им найти друг друга и создавать крепкие, здоровые и счастливые семьи.

Семья Натальи Грибановой и Владимира Малия работает с компанией «Артлайф» практически с самого её основания. Наталья — диагност, нутрициолог, психотерапевт, она вносит огромный вклад в научную работу компании — постоянно проводит исследования продуктов «Артлайф», участвует в конференциях и тренингах. По стопам своих родителей, Натальи и Владимира, пошла и дочь Елена — она подтвердила статус Рубиновый директор, а совсем недавно сама стала мамой!





НОВЫЕ ПРЕЗИДЕНТЫ — НОВЫЕ ЛИДЕРЫ

Много в этот фестивальный день говорилось о достижениях компании «Артлайф» за минувший год, однако одно из этих достижений по-настоящему впечатляет — 11 новых Президентов!

Участники Фестиваля восторженно приветствовали новых Лидеров компании. Радость и гордость заставили всех рукоплескать новым Президентам и их спонсорам. Наверное, каждый сопереживал находившимся на сцене, и каждый сознавал, что стал свидетелем огромного события, которое будет вписано в историю «Артлайф».



Новыми Президентами в этом году стали семь партнёров из Индии: Виджейсинх Матроджа (штат Гуджарат), Нанасахеб (штат Махараштра), Имли Матем (штат Нагаленд), Арун Бхардувадж (штат Уттар-Прадеш), Руксана Бегум (штат Мадхья-Прадеш), Мохат Даулатрао Нилвад (штат Махараштра), Ракеш Ранжан (штат Бихар). Кроме того, в числе новых Президентов — четверо прекрасных женщин из России: Валентина Поколова (г. Вологда), Анна Колесова (г. Вологда), Елена Пономаренко (г. Ростов-на-Дону) и Татьяна Воробьева (г. Краснодар).





«WE ARE THE CHAMPIONS, ARTLIFE!»

— Для меня Фестиваль «Горизонты Успеха» в Индии стал особенным и запомнится надолго, потому что в числе новых Президентов была я! Не передать словами ощущение счастья и волнения, когда тебя приглашают на фестивальную сцену для получения статуса Президент. Желаю пережить этот момент каждому партнёру «Артлайф»! В такие минуты происходит что-то потрясающее — буря эмоций внутри! Огромная благодарность компании за признание, за возможность яркой жизни, за реализацию себя! Благодарность всей моей команде и наставникам! Нас ждут великие дела! Только вперёд, к новым вершинам!

Татьяна ВОРОБЬЁВА, г. Краснодар

В завершение грандиозного праздника была вручена ещё одна особо значимая награда. Обладателем бриллиантового знака признания заслуг перед компанией стал киевлянин Валентин Башинский. Он — один из тех партнёров, кто 10 лет назад стоял у истоков открытия «Артлайф» в Индии и внёс огромный вклад в развитие бизнеса в этой стране.

Сегодня «Артлайф-Индия» — это огромная структура, которая активно развивается, ставит всё новые амбициозные цели и привлекает тысячи и тысячи людей в ряды сторонников здорового и активного образа жизни. А во время проведения Фестиваля структура как раз отметила свое 10-летие! Партнёры «Артлайф-Индия» стремительно растут в статусах и рангах. В 2019 году частью компании стали 700 новых директоров, 35 рубиновых, 20 бриллиантовых директоров и 7 новых президентов. На территории страны работают 13 сервисных центров и 5 офисов компании.

Под блестящий дождь конфетти и аплодисменты гостей официальная часть Фестиваля «Горизонты успеха» завершилась музыкальным подарком в исполнении Партнёров — песней-гимном «We are the champions, Artlife!»

Фестиваль в Индии завершился, он был ярким и незабываемым, но впереди нас всех, без сомнения, ждут новые горизонты и новые победы. >>













«Каждый фестиваль – это большое событие и чудесные впечатления. Я благодарна компании за возможность прикоснуться к величайшей истории Индии, к этой древнейшей цивилизации. Мы любовались достопримечательностями, радовались успехам партнёров, танцевали, пели песни, поражались контрастам, удивлялись развитию компании, отдыхали, покупали сувениры, приобщались к культуре… Благодарю всех партнёров за приятную, комфортную атмосферу и позитив! Я рада видеть ваши счастливые глаза!

Ольга БОЙКО, г. Москва

«Для нас это первая поездка в Индию всей семьёй. Мы очень рады такой возможности – показать мир своей дочке Даше. С 4-хлетнего возраста она путешествует с нами благодаря «Артлайф»! Эти эмоции и впечатления от Индии останутся с нами на всю жизнь! Не зря Индию называют «зеркалом души». Действительно, каждый в этой стране увидел что-то своё. И величие, и роскошь дворцов и храмов, и красоту, и мощь океана и джунглей, и уважение и почитание родителей, и любовь в семьях, и дружелюбие и гостеприимство индийских партнёров, и признание наших партнёров – это перечисление можно продолжать бесконечно! И нас очень радует, что самую высокую оценку его роли и значимости для компании, его преданности и высочайшего профессионализма получил наш единственный и неповторимый спонсор Валентин Башинский! Мы гордимся тобой! У тебя высокие цели и великая миссия! И пусть число твоих последователей только увеличивается! Красочный, яркий, весёлый и зажигательный индийский Фестиваль «Артлайф» мы оставим в своём сердце, как одно из «чудес света», которое мы увидели воочию! Виват, «Артлайф»!

Оксана и Сергей ЦЮК, г. Полтава

«Как сложно возвращаться к реальной жизни после такого чуда! Поездка была просто потрясающей! Красоту дворцов даже сложно было представить. А организация поездки! Всё продумано до самых мелочей. Чего стоит колоритный экскурсовод, который мастерски исполнял старые индийские песни. А как радостно было видеть на фестивальной сцене знакомых партнёров и ощутить единство участников фестиваля».

Людмила КУЛЫК, г. Киев

«Это был праздник, который воплотил мечты в реальность, наполнил энергией, невероятными впечатлениями и эмоциями! Фестиваль объединяет всех в одну большую семью без границ, и как же здорово чувствовать себя частью этой семьи»!

Ольга Фаласова, г. Киев

Благодарим за предоставленные фотографии **Романа Бороздина**



Самая драгоценная ЖЕМЧУЖИНА Индии

Чудо света, любовь, запечатлённая в камне, жемчужина мировой архитектуры, «слеза, сверкающая на лице вечности» — так в разные времена отзывались о Тадж-Махале те, кому посчастливилось его увидеть. Невероятно красивый, окутанный шлейфом легенд, этот архитектурный памятник никого не оставляет равнодушным. На Фестивале «Горизонты успеха» в Индии у партнёров «Артлайф» появилась возможность своими глазами полюбоваться на сказочный Тадж-Махал!

Утро 9 декабря для партнёров «Артлайф» было столь же ожидаемым, как и торжественный день Фестиваля. Впереди экскурсия к жемчужине Индии, к месту, которое обязательно нужно увидеть своими глазами, — к Тадж-Махалу. Триста человек распределились по туристическим автобусам и отправились в четырёхчасовое путешествие в Агру, город на Севере Индии, куда всегда течёт поток туристов, желающих посетить Дворец дворцов.

Долгая дорога, по общему признанию, пролетела незаметно. То ли огромный эмоциональный заряд, который участники Фестиваля Успеха получили накануне, во время торжественного вечера, не дал никому устать, то ли дружеское общение и обмен впечатлениями позволили скоротать время в пути. Шесть групп партнёров с гидами для каждой группы прошли пункт досмотра, и вот уже впереди знаменитые ворота в комплекс с зеленым парком протяженностью триста метров и главным архитектурным памятником Индии.

Для многих участников экскурсии встреча с Тадж-Махалом была впервые в их жизни, вот как они вспоминают этот день:

«Тадж-Махал недаром назвали одним из чудес света. Увидела и… застыла на месте!

Пришла ассоциация с чем-то неземным, с великолепным каменным цветком. Трудно было поверить, что этот дворец — произведение человеческих рук. Спасибо компании «Артлайф» за предоставленную возможность увидеть эту красоту!»

Елена ОРЛОВА, г. Москва

>>





«Фестиваль Успеха в Индии мы ждали целый год! А когда сообщили о подарках от компании, которые нас ожидают, мы были потрясены! Экскурсии «Краски Индии» и великий Тадж-Махал. В Тадж-Махал мы мечтали попасть в наш первый приезд в Индию пять лет назад, но из-за сжатых сроков не получилось, а в этом году — настоящий подарок, мы отправились увидеть это чудо-света! Прекрасный дворец предстал перед нами во всём своём великолепии: перламутрово-белый, воздушный, с роскошным парком, он завораживал своей красотой! Хочется любоваться им снова и снова...»

Ринат и Любовь ГАЛИМОВЫ, г. Казань

«Я была в восхищении от экскурсионной программы, приготовленной для нас. Хочется сказать отдельное спасибо «Артлайф» за это! Мы прикоснулись к истории, культуре и увидели Тадж-Махал. Чудо, да и только!»

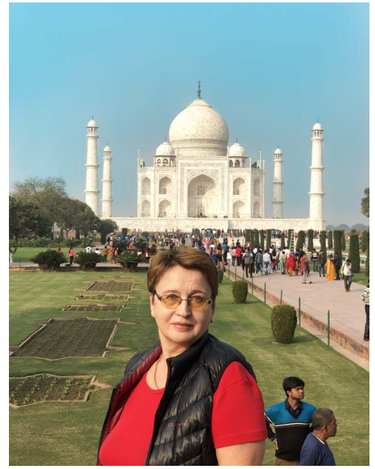
Елена БРИЧЕЕВА, г. Москва

Чтобы попасть в усыпальницу Тадж-Махала, нужно пройти по живописному, цветущему парку с геометрическими клумбами. Этот парк называют «райский сад». Даже искушённых путешественников, партнёров «Артлайф», которые были вместе с компанией в разных странах мира, Тадж-Махал не оставил равнодушными. И те, кто уже бывал здесь раньше, и увидевшие «жемчужину Индии» впервые — все остались под огромным впечатлением.

ВСЕ ОСТАЛИСЬ ПОД ОГРОМНЫМ ВПЕЧАТЛЕНИЕМ







«Мы не впервые были в Индии, но Тадж-Махал увидели впервые. Это впечатление не сравнить ни с чем! Вспоминаем поездку в Тадж-Махал — и сразу теплеет на душе. Надо сказать, что все экскурсии индийского Фестиваля оставили в памяти яркие впечатления, а все партнёры вернулись домой вдохновлёнными и отдохнувшими. Наши новички сейчас заряжены стремлением вести бизнес, а двоих наших партнёров Фестиваль «Горизонты успеха» воодушевил настолько, что они открывают новый сервисный центр!»

Инна и Роман БОРОЗДИНЫ, г. Краснодар

«Самый большой подарок, на мой взгляд, это экскурсия в Тадж-Махал. Не зря же говорят, если вы не были в Тадж-Махале, значит, вы не были в Индии. Сюда каждый день приезжают туристы из всех уголков планеты. В том числе и мы после официальных мероприятий в конгресс-центре «Orana Conventions» смогли своими глазами увидеть это чудо света, похожее на огромное ювелирное изделие, и рассмотреть его со всех сторон... Особенно впечатлил мавзолей, который является центром архитектурного комплекса. В нашей памяти надолго останутся приятные воспоминания о посещении Индии и Тадж-Махала. С «Артлайф» мечты сбываются!»

Наталья ШАТУРИНА, г. Владивосток

Незабываемые путешествия в самые живописные уголки планеты вместе с компанией друзей и единомышленников давно уже стали доброй традицией «Артлайф». Где мы только не побывали вместе! От теплых берегов Италии и Испании до Скандинавии, омываемой Северным и Норвежским морями. От солнечного и гостеприимного Кипра до экзотичного и яркого Таиланда. Каждая поездка памятна и дорога участникам по-своему, но с уверенностью можно сказать, что все партнёры возвращаются с невероятной позитивной энергетикой, все заряжены положительными эмоциями, драйвом, которого точно хватит на весь год!



Большой звёздный КВАРТЕТ

2019-й год стал для компании «Артлайф» очень успешным и богатым на достижения, одно из них — появление новых Президентов. Сразу 11 партнёров компании подтвердили этот высокий статус и вошли в элиту лидерского корпуса партнёрской сети. Семеро из них — представители «Артлайф-Индия», о них мы расскажем отдельно в следующих номерах журнала. Сейчас же речь пойдёт о четырёх Президентах из России. Целеустремленные руководители, обаятельные и талантливые женщины, они начинали свой путь в компании по-разному, но всех их объединяет невероятное желание быть лучшими, добиваться новых высот, дарить людям красоту и здоровье и продолжать прокладывать свой путь успеха вместе с «Артлайф»!



ТАТЬЯНА ВОРОБЬЕВА / КРАСНОДАР

Я юрист по образованию, с красным дипломом. Хотела стать классным юристом и даже выиграла несколько дел. Но после практики в прокуратуре и арбитражном суде Краснодарского края я задумалась: «А действительно ли я этого хочу? Каждый день я буду решать сложные юридические вопросы… А ведь я мечтала о другой жизни!» После окончания вуза встал вопрос — выходить на работу в соответствии с полученным дипломом или рискнуть и принять предложение стать партнёром компании «Артлайф». Признаюсь честно, для меня это решение было сродни прыжку с парашютом в неизвестность. Я не рассматривала работу в «Артлайф» просто как способ получить дополнительный доход, я пришла в компанию всерьёз и надолго, и это круто изменило мою жизнь!

Когда в моей жизни появился «Артлайф, она заиграла яркими красками. Общение с интересными успешными людьми, бизнес-форумы, незабываемые Фестивали успеха в разных городах и странах: круиз на белоснежном лайнере по Средиземному морю (Барселона, Монако, Ницца, Пальма де Майорка, Флоренция, Рим, Пиза), Кипр, Таиланд, Китай, Индия — это только небольшая часть наших увлекательных путешествий. Компания «Артлайф» — это моя первая и единственная компания, здесь я начала и продолжаю свой путь развития в сетевой индустрии. Я впитывала в себя, как губка, навыки своих наставников. Вместе с партнёрами мы осваивали всё новые города и регионы, открывали сервисные центры, проводили огромное количество мероприятий. В 2011 году на Фестивале успеха на Кипре за максимальное количество лидерских стартов в своей структуре я получила кубок «Лидер года», в 2016-м на Фестивале в Ярославле я вышла на сцену в номинации «Премьер-лига». Продемонстрировать за 36 месяцев суммарный групповой объём в 60 тысяч баллов было непросто, но у меня получилось! Об этом мне напоминает награда номинации — золотые часы с логотипом «Арлайф».

На многих Фестивалях успеха я номинант «Звезда продаж», «Звезда структуры», «Звезда стратегии». Я провела более 1000 мастер-классов «Преображение» на роскошной уходовой линии косметики Probiocosmetics и Golden Cocoon. На этих мастер-классах я делюсь секретами сохранения и приумножения женской красоты, обучаю клиентов и партнёров. Смело могу назвать себя бьюти-экспертом. Получаю удовольствие от работы. Шесть лет активно сотрудничаю с санаторием и центрами здоровья в Сочи, где врачи рекомендуют мой любимый VIP-комплекс «Виктория».

ТАТЬЯНА ВОРОБЬЕВА / КРАСНОДАР

> ЭТО ВОЗМОЖНОСТЬ ЖИТЬ ТОЙ ЖИЗНЬЮ, О КОТОРОЙ МНОГИЕ МЕЧТАЮТ

Компания «Артлайф» для меня — это надёжный бизнес-партнёр, которым я очень горжусь! Это уверенность в завтрашнем дне, возможность получать отличный доход и реализовываться, раскрывать свой потенциал, получать возможность быть полезной людям. И, наконец, это возможность жить той жизнью, о которой многие мечтают.

Мне очень повезло с моими наставниками — Инна и Роман Бороздины стали для меня главным примером успешной и интересной жизни. Инна – моя сестра, и весь её путь успеха в компании был перед моими глазами. Это стало для меня основным аргументом при принятии решения быть партнёром «Артлайф». На протяжении многих лет мы вместе организуем классные мероприятия: «Дни красоты», презентации и дегустации, мастер-классы, VIP-обучения… Инна и Роман — это большие профессионалы своего дела, они постоянно развиваются и никогда не стоят на месте! Это люди с открытым сердцем, с горящими глазами. «Артлайф» для них — неиссякаемый источник вдохновения. Я очень благодарна им за помощь, за то, что они всегда рядом, за их любовь и за безграничную веру в меня. И, конечно же, я очень благодарна моим вышестоящим наставникам – Ларисе и Игорю Мошкиным за помощь и поддержку, за колоссальный профессиональный опыт.

Моя формула успеха: «Горишь идеей ты — горит идеей вся твоя структура». Я умею вдохновлять на свершения. Я чувствую людей, вижу их таланты и помогаю в развитии этих талантов. Я наблюдаю, как растут профессионально мои лидеры, и получаю колоссальное удовольствие от того, что мы вместе начинали с «нуля», а выросли в экспертов бизнеса. На пути к успеху есть несколько важных моментов, среди которых — постоянное саморазвитие, стремление не стоять на месте, а действовать и получать удовольствие от того, что ты делаешь. Кроме того, важно слышать людей, которые работают вместе с тобой, позволять им развиваться. Ну и, конечно, нужно всё время расширять границы своих возможностей, позволять себе амбициозные цели и задачи.

Статус Президент – это только начало. Теперь только вперёд, к новым вершинам! Меня вдохновляет, что в компании «Артлайф» можно развиваться бесконечно. Я готова делиться своими профессиональными навыками и опытом с моей любимой командой. Я готова к масштабированию моего бизнеса. В планах – вырастить пять Президентов в первом поколении, один из них уже есть — Елена Пономаренко. Я хочу, чтобы мои лидеры испытали ту же радость, которую испытала я в Индии на Фестивале «Горизонты Успеха». Ещё одна цель — стать участником Экспертного совета компании. Я знаю точно — с «Артлайф» мечты сбываются!



АННА КОЛЕСОВА / ВОЛОГДА

До прихода в «Артлайф» у меня был долгий путь работы по найму, где я выстроила карьеру от простого продавца до руководителя филиала. Но меня не покидала мысль о собственном бизнесе. Знакомство с биологически активными комплексами началось в то время, когда мой второй ребёнок родился с патологией. Врачи сказали, что сделать нужную операцию можно лишь тогда, когда ему исполнится три года. Меня не устраивал такой долгий срок ожидания, где-то в глубине души я чувствовала, что есть то, что нам может помочь. И, действительно, нашлись нужные биокомплексы. Благодаря их использованию операция была отменена, ребёнка сняли с учета, а я, захваченная возможностями сетевого бизнеса, написала заявление и ушла в мир МЛМ.

Сквозь тернии — к звёздам. Наверное, именно так можно охарактеризовать мой путь в сетевом бизнесе. За несколько лет меня хорошо здесь «поколбасило», я многому научилась на личном опыте. В одной компании, выполнив два статуса и поняв, что пассивного дохода, которой изначально обещали, в маркетинг-плане нет, я стала изучать возможности, искать что-то новое и… попала в прикрытую товаром финансовую пирамиду. Поняла я это только тогда, когда все рухнуло, и я осталась с большим денежным долгом, потерянной репутацией у людей, которых я пригласила, и ужасной депрессией.

В этот сложный период, в мае 2014 года, я познакомилась с Александром Жуковым и Анатолием Гусевым (в настоящее время — партнёры «Артлайф» в статусе Президент). На тот момент желания идти ещё в какую-то сетевую компанию не было, но и в работу по найму моё предпринимательское мышление тоже уже не пускало. Сначала я заключила соглашение с компанией «Артлайф», чтобы взять продукт со скидкой для себя. Через две недели мы со старшей дочерью получили шикарные результаты в состоянии здоровья, и появилось желание поближе познакомиться с «Артлайф». Но моё разочарование в предыдущих проектах и подавленность не давали мне двигаться дальше. Взвесив все «за» и «против», я рискнула и поехала на фестиваль в Казань, чтобы больше узнать про компанию, руководство и лидеров. И это решение было самым правильным и ключевым в моей истории с «Артлайф»!

Сказать, что я приехала с фестиваля вдохновлённая и окрылённая — это ничего не сказать! Я увидела другой мир — мир счастливых, открытых людей. Компания была так щедра и внимательна к своим дистрибьюторам! Сидя в зале на самом верху, я дала себе слово, что обязательно буду сидеть с Президентами. И в 2019 году я выполнила это обещание.

Моя жизнь с «Артлайф» начала активно развиваться и дарить невероятные эмоции. Очередным важным моментом в развитии карьеры в компании стала поездка на производство в Томск и на «Артлайф-Заимку». Это было в 2015 году, после выполнения промоушена. А уже в 2016 году на сцене в Ярославле были взяты номинации «Звезда продаж», «Звезда стратегии», «Звезда структуры», получены статусы Серебряный, Золотой, Рубиновый директор. В 2017 году в Сочи мне покорился статус Бриллиантового директора, и в 2019 году в Индии — статус Президента! Все эти результаты были достигнуты, во-первых, благодаря вновь обретённой вере в себя и в компанию, в наш продукт. Во-вторых, благодаря большому количеству действий, упорной работе. В-третьих, благодаря людям, которые поверили и пошли вместе со мной к поставленным целям.

> ТОЛЬКО С КОМАНДОЙ ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ МОЖНО ДОБИТЬСЯ ТАКОГО УСПЕХА!

Шесть лет с «Артлайф» пролетели очень быстро. За это время мы закрыли все долги, с которыми я пришла в компанию, рассчитались с ипотекой. Сейчас подбираем новую просторную квартиру. Путешествуем всей семьёй, ездим на Фестивали успеха. Старшая дочь Елизавета приняла решение получить медицинское образование, она второй год учится в медколледже. Планирует поддержать семейный бизнес, сейчас она в ранге Директор. Все вместе делаем карты желаний, читаем книги, меняющие мышление, в этом году вместе летим отдыхать в тёплую страну.

Меня очень поддержал мой наставник, спонсор, Анатолий Гусев. Он очень амбициозный и целеустремленный человек. Его «фишка» в том, что он, взращивая Президентов, старается дать им как можно больше самостоятельности, учитывать их амбиции, их лидерскую позицию и, безусловно, в нужный момент помогать. Наше общение с коллегами, партнёрами компании выстраивается на деловых принципах, но за годы работы с некоторыми из них мы стали настоящими друзьями, и я это очень ценю.



Самая большая мотивация для меня — мои дети. Я, естественно, хочу дать детям крепкое здоровье, расширить их мировоззрение, научить быть свободными и полезными людям. Меня очень мотивируют мои партнёры — я вижу, как они достигают высот в компании, как происходит их личностный рост, приходит финансовое благополучие, и как меняется в лучшую сторону их жизнь! Что касается планов на будущее с «Артлайф» — я планирую вырастить Президентов в первом поколении, масштабировать свой бизнес и продолжать саморазвитие. Особенно радует, что кандидаты в Президенты уже есть, мы активно работаем. А ещё у меня есть амбициозная цель — войти в Экспертный совет. Поэтому — не боимся высоты и смело движемся к вершинам!



Я всегда была предпринимателем, работала на себя. Мой муж, военный летчик в прошлом, сейчас тоже со мной в «Артлайф» строит бизнес, у нас две чудесные взрослые дочки, и уже есть внучка. Дети и семья для меня самое главное, они — моя опора и поддержка. Мой секрет успеха — меньше слов, больше действий. Не люблю рассуждать, люблю делать!

Когда в мою жизнь пришёл «Артлайф» — всё круто изменилось! На тот момент я весила на 50 кг больше, была в состоянии банкротства и абсолютного отчаяния. Мы с мужем всегда были соратниками, и сейчас благодаря «Артлайф» мы вернули свой статус успешных людей в своём городе. Я постройнела, нравлюсь себе и окружающим, мы решили свои финансовые проблемы, с уверенностью смотрим в будущее, а, главное, понимаем, что наши возможности теперь не ограничены. Началось всё с «Нейростабила», если бы не он, возможно, я не пришла бы в «Артлайф». А высокого статуса добилась, потому что эту цель поставила сразу, других вариантов я не рассматривала. Шла к цели, составив план, сразу после поездки в 2015 году на завод в Томск. Его посещение меня вдохновило, более того – превзошло все мои ожидания!

Мне повезло с наставниками, о каждом я могу написать отдельную статью. Анатолий Гусев — низкий поклон этому человеку за то, что он привёл «Артлайф» в Вологду. Он поставил цель строить сеть, дал возможность зарабатывать не только себе, но и другим людям. Анна Колесова — мой вдохновитель, я многому у неё научилась. Александр Жуков — человек, который говорил мало, когда я задавала вопросы, но говорил по существу, и я безоговорочно следовала его советам. Галина Фёдорова — человек, в которого я влюбилась сразу, её уверенность и компетентность для меня как надёжное плечо. Наталья Непокорова, наш красивый спонсор, научила видеть бизнес через продукты красоты. И, конечно, Лариса Ивановна Мошкина… Помню, когда я осознала масштаб мыслей этой женщины, то поняла, как крупно мне повезло с лидером — она и учитель, и партнёр, и руководитель с большой буквы, и просто родной человек. Разве с такими наставниками можно не стать Президентом?!

«Артлайф» — это мои друзья, это люди, с которыми мне всегда интересно общаться. Это огромное счастье — иметь единомышленников, особенно когда их количество растёт с каждым месяцем. Причём это люди, которым нужно больше, чем другим, они позитивные, активные и смелые. «Артлайф» — это дело, которое приносит мне удовольствие и от которого я никогда не устаю. Это всегда получение новых знаний и огромный личностный рост. «Артлайф» — это моя гордость, я патриотка и горжусь тем, что у нас в России есть такое производство!

ЕЛЕНА ПОНОМАРЕНКО / РОСТОВ-НА-ДОНУ



«Артлайф» был в моей жизни всегда. Я – артлайфовский ребёнок, «воспитанный на витаминах». Моя мама была клиентом компании, поэтому продукция «Артлайф» была в моей жизни настолько же привычной, как и зубная паста, соль на столе и т.д. В компании работают моя сестра и её муж, лидеры краснодарской структуры Инна и Роман Бороздины. Это люди, благодаря которым у меня было неоспоримое преимущество на старте, я точно знала, что стать Президентом в «Артлайф» возможно. У меня нет опыта работы в других сетевых компаниях, вся моя профессиональная деятельность связана с «Артлайф». И всё же мой путь к вершине карьерной лестницы не был прям и прост.

Ответ на вопрос «кем быть, когда вырасту» я нашла не сразу. Когда-то считала, что бухгалтер - это «большая мечта», поэтому выбрала вуз с этим направлением. Потом вышла замуж за военного, уехала из родного города, родился ребёнок. Когда муж служил в Кореновске, осознала, как непросто найти работу в маленьком городке, будучи студенткой, женой военного, да ещё с малышом на руках. Помню, как в октябре, подписывая партнёрское соглашение с компанией, собиралась всего лишь «перезимовать» до того момента, пока не попадётся работа по специальности. Спустя несколько месяцев я получила первое предложение: должность бухгалтера на небольшом предприятии. К счастью, мой доход в «Артлайф» при двух-трёх рабочих днях в неделю уже тогда был больше, чем среднестатистический оклад в Кореновске за полноценный рабочий день пять дней в неделю. Я продолжала учиться в университете, в промежутках между сессиями летала на Фестивали успеха. Диплом получала, будучи уже Рубиновым директором…

Но просто мне, повторюсь, не было. С одной стороны, я горела сетевым бизнесом, мне нравилось всё: люди, бесконечная смена картинок, отсутствие монотонности, тренинги, обучения, доход, возможность развиваться. Благодарна за это своим спонсорам: Татьяне Воробьёвой, Инне Бороздиной, Вере Гусак. Мы вместе проводили мероприятия, работали в команде. Первые презентации, первые выступления… Мы шли рука об руку. С другой стороны, служба мужа постоянно бросала нас с места на место. Каждые полтора-два года мы переезжали из одного города в другой и, оказываясь на новом месте, я была вынуждена каждый раз начинать работу почти с нуля. В моих обстоятельствах реализовывать амбициозные планы было крайне затруднительно.

Путь от статуса Рубинового директора до Президента занял около десяти лет! Раз за разом путал карты очередной переезд. В такие моменты почти опускались руки. Спасибо мужу, который верил в меня и всегда был убеждён, что я смогу достичь желаемого. Это крайне важно, когда рядом есть близкий человек, который понимает и поддерживает. Полтора года назад, с переездом в Ростов, где мы осели после тринадцати лет разъездов, я сразу открыла сервисный центр. Это был очередной сумасшедший поступок. Я открыла сервисный центр в городе, где у меня практически не было клиентской базы, не имея должного опыта складодержателя.

Важнейший фактор успеха – люди вокруг тебя. Я открыла сервисный центр 7 октября, через месяц после Фестиваля успеха в Томске. На Фестивале я познакомилась с Президентами, чьи регионы находились по соседству с моим. На открытии моего центра был Александр Часовской, на региональных форумах мы работали с Татьяной Григорьевой и Людмилой Башкатовой. А через пару недель после открытия центра была большая «Волна успеха» в Санкт-Петербурге. Огромное бизнес-событие, на котором нужно быть, если «Артлайф» — это ваш бизнес… Ожидания оправдались, я познакомилась с руководителями параллельных структур: Александром Жуковым, Анатолием Гусевым, Валентиной Поколовой. Весь этот год я активно работала не только со своими спонсорами, но и с лидерами параллельных структур. Мы проводили совместные мероприятия, тренинги, школы. Это важное условие роста – взаимодействие с сильными бизнес-партнёрами. Кстати, именно в Санкт-Петербурге у Ларисы Мошкиной я увидела, как слаженно может работать команда лидеров, как компетенции одного партнёра могут переплетаться с компетенциями другого. Вообще, Лариса Ивановна для меня является примером наставника, человека невероятного ви́дения бизнеса.



Валентин Башинский, Елена Пономаренко и Анатолий Гусев на Фестивале Успеха в Индии (декабрь, 2019 г.)

Всё зависит от человека и его намерений. Недавно на бизнес-форуме в Краснодаре мне нужно было раскрыть тему «Зачем становиться Президентом». Сделать это было непросто: я никогда не задавала вопрос «зачем»? Только Президентом – и точка. Человеку, думающему о работе в нашей компании, нужно определиться с собственными целями. Если его что-то сегодня в жизни не устраивает – уровень дохода, самооценка, не реализованная потребность в развитии — все эти потребности можно удовлетворить в «Артлайф». Главное – понять, что это твоё дело, твои победы и поражения, и всё, что происходит с бизнесом – тоже твоё. Если что-то не получается – значит, нужно пересмотреть свои действия, сделать выводы и начать снова. Кем ты был до этого – абсолютно не важно. «Я слишком молод», «я слишком стар», «наш город не подходит для бизнеса» – всё это лишь отговорки, попытки оправдать бездействие. Вопрос только в том, хотите вы что-то изменить или нет. Всегда можно начать новую жизнь, всегда можно стартовать заново и не важно, вы только что пришли в «Артлайф» или уже 20 лет действующий дистрибьютор. Не откладывайте на потом – «потом» не существует. Не сделаешь сейчас – не сделаешь никогда!

ПУТЕШЕСТВИЕ, которое МЕНЯЕТ взгляд на жизнь

Размышляя о путешествиях, французский писатель Альбер Камю как-то сравнил их с «самой великой и серьезной наукой, которая помогает вновь обрести себя». И где, как не в Индии, стране с множеством буддийских храмов, живописными вершинами гор, бескрайним и величественным океаном, наслаждаться великолепием природы в окружении близких по духу людей?



Именно так считают партнёры «Артлайф», которые не упустили возможность получше узнать загадочную Индию в преддверии Фестиваля «Горизонты успеха».



Партнёры структуры Светланы Демидовой совершили невероятное путешествие — они объехали почти всю Индию! Всё началось с захватывающей четырёхдневной поездки в знаменитые Гималаи ещё до начала Фестиваля и завершилось совместным отдыхом партнёров на берегах Индийского океана, в Варкале, после окончания Фестиваля. Участники тура с восторгом вспоминают приветливые и гостеприимные города, которые им удалось посетить высоко в Гималаях и в межгорных долинах: Манали, Наггар, Маникаран, Дхарамсала…

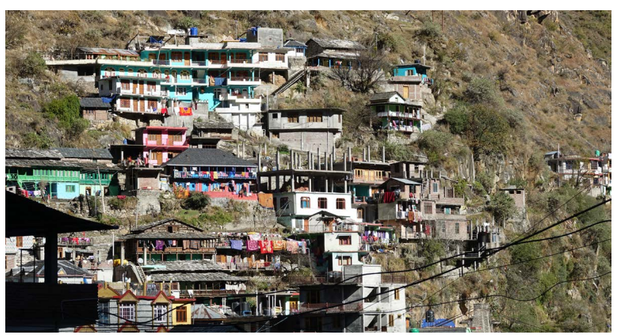
— В этих городах заботливыми спонсорами для нас были организованы экскурсии к рериховским местам, к водопадам, горячим источникам, буддийским храмам. Всем понравилась экскурсия в дом-музей знаменитых русских художников — Николая и Святослава Рерихов. Русскоговорящие гиды рассказывали о любви этих людей к Гималаям. Приятно было узнать, что местные жители и индийское государство заботится о месте, где они жили и творили, — рассказывает один из участников поездки.

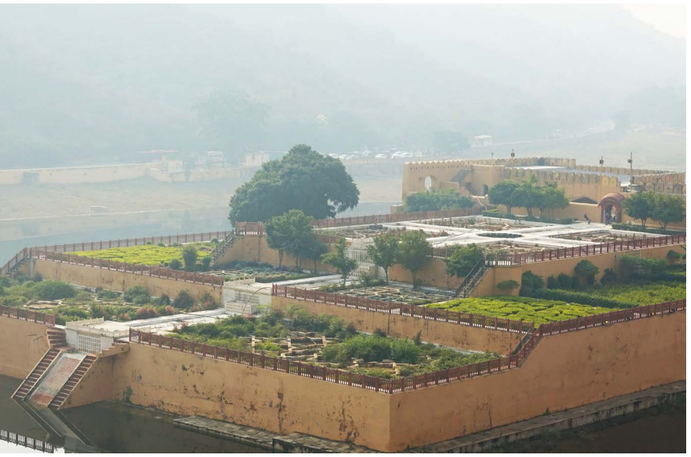
По воодушевленным воспоминаниям участников тура, горы их просто заворожили: белоснежные вершины Гималаев каждое утро «заглядывали в душу, звали куда-то вдаль и ввысь». В городе Дхарамсала путешественников ожидало ещё одно приключение — экскурсия в летнюю резиденцию знаменитого духовного лидера тибетского буддизма Далай-ламы.

> БЕЛОСНЕЖНЫЕ ВЕРШИНЫ ГИМАЛАЕВ КАЖДОЕ УТРО «ЗАГЛЯДЫВАЛИ В ДУШУ, ЗВАЛИ КУДА-ТО ВДАЛЬ И ВВЫСЬ

«Свежий воздух гор, крутые серпантины дорог, традиции и обычаи местного населения — всё это для нас было открытием. Удивляли острые вершины заснеженных гор, великолепие храмов и дворцов, жилые дома, которые практически свисали над крутыми обрывами, горное шоссе без светофоров, босые ноги местных жителей, обезьяны, сидящие группами на опорах горных мостов, мулы, загруженные строительным кирпичом и многое другое. Дивились мы и тому, как здесь всё перемешано: богатство и нищета, лёгкость бытия и тяжёлый повседневный труд…»

Разиля ЗАЛЯЛИЕВА,
г. Набережные Челны











Через несколько дней путешествий в горах группа вернулась в Дели, где им удалось побывать в Кутуб Минаре — самом высоком кирпичном минарете в мире, в знаменитой цитадели Ред Форт, посмотреть на «Ворота Индии». Посетили партнёры и так называемый «Розовый город» Джайпур, основанный в 1727 году. Розовый — потому что стены зданий и храмов в старой части города выкрашены преимущественно в розовый цвет. Везде, как отмечают участники поездки, им встречались улыбчивые люди, которые с радостью позировали для фото. Запомнились и гиды, увлекавшие слушателей легендарной историей Индии.

По завершении Фестиваля группа Светланы Демидовой продолжила путешествие, но уже в тёплом штате Керала на самом юге страны, на побережье Индийского океана. Одним из самых запоминающимся событий здесь оказалась экскурсия в парк «Джатая». Как отмечают участники группы, парк поразил их самой большой в мире скульптурой птицы, монументальным произведением искусства длиной около 61 метра:

— Мифическое создание Джатай предстало перед нами с одним крылом, ведь согласно легенде, второе крыло птицы было отрублено мечом в битве. В парковом комплексе работает музей, театр и кинотеатр, где некоторые из нас посмотрели фильм в формате 12D.

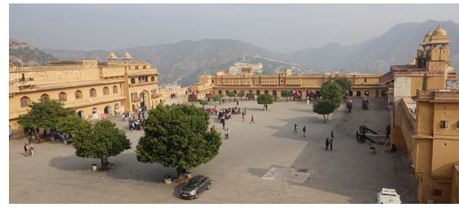






А потом ещё три дня продолжался наш потрясающий отдых на море: с купанием и загоранием, поеданием экзотических фруктов, аюверди-ческим массажем для желающих, катанием на тук-туках, прогулками по узким улочкам городка, шопингом в прибрежных лавках и вечерним посещением ресторанов. Партнёры от души отдохнули и набрались сил, — говорят участники поездки.

Эмоции от поездки у группы не утихнут ещё долго. Столько нового узнали, увидели, попробовали за такой короткий срок! Величественные горы и горячие источники, национальная кухня в самой глубинке и шоппинг в колоритных лавках, катание на слонах, прикосновение к многовековой истории и философии через знакомство с храмами и монастырями, общение с местными жителями и их традициями, единение с такой удивительной и такой разнообразной местной природой... Группа с благодарностью вспоминает эти дни, и участники до сих пор удивляются, как много удалось сделать



в ходе организации такой поездки семьям Демидовых и Ибрагимовых, чтобы вся большая, дружная компания смогла проделать такой долгий путь в диковинную Индию и вернуться, по их словам, другими людьми:

«Удивительная страна, с улыбчивыми и гостеприимными людьми, которые умеют радоваться жизни, несмотря на тяжёлые условия существования, останется у всех в памяти, наверное, навсегда. Мы вернулись оттуда, изменив своё представление о мире, о жизни, о смысле бытия, и полны желания больше трудиться, неся людям здоровье!»

Разиля ЗАЛЯЛИЕВА,
г. Набережные Челны

Погружение в индийскую СКАЗКУ

В команду путешественников из южных регионов России вошло 29 партнёров Артлайф из семи городов: Ростова-на-Дону, Таганрога, Новочеркасска, Гукова, Волгодонска, Кисловодска и Ставрополя. Путешествие началось с Дели; встречавший группу русскоговорящий гид и преподнёс каждому гирлянду из цветов. Такой подарок в Индии считается символом уважения, любви, радости от встречи.



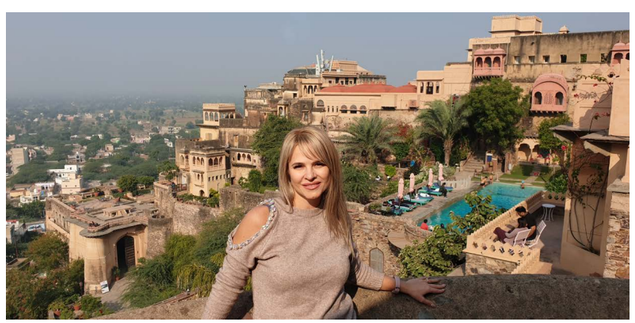
> ПЕРВОЙ ВАЖНОЙ ТОЧКОЙ МАРШРУТА СТАЛА ВЕЛИКОЛЕПНАЯ КРЕПОСТЬ ФОРТ НИМРАНА

Как отмечает организатор поездки Анна Ремейко, в 2013 году на Фестивале Успеха её группа уже побывала в Индии. Тогда в составе 13 человек они посетили основные достопримечательности страны и добрались до так называемой «индийской Венеции» — Удайпура. Целью нынешнего маршрута было — в полной мере охватить «золотой треугольник» (туристический маршрут, соединяющий Дели, Агру и Джайпур), а также посетить новые места, не входящие в обычную туристическую программу.

Первой важной точкой маршрута стала великолепная крепость Форт Нимрана.

— Эта крепость расположена на 10-уровневых террасах по склону с панорамными видами на окрестности. Средневековый замок погрузил нас в глубину столетий и познакомил с эрой прославленных махараджей Индии, — рассказывает Анна Ремейко, организатор поездки.

Насладившись красотами места, группа отправилась дальше. Пункт назначения — Джайпур.





— По дороге в Джайпур мы посетили знаменитый комплекс Солнца — Гальта Джи (16 век). Он состоит из нескольких храмов, посвящённых различным индуистским богам. Территория Гальта Джи вмещает в себя семь священных прудов с пресной водой для омовения. Этот комплекс также называют Храмом обезьян (Манки темпл) из-за того, что в его окрестностях обитает десяток кланов обезьян, — продолжает свой рассказ Анна.

На два дня группа остановилась в Джайпуре («Розовом городе»), в винтажном отеле «Umaid Bhawan». Резные окна и арки, обилие золотого декора, индийские орнаменты — отель выглядит невероятно колоритно! На закате было решено побывать в знаменитом индуистском храме Лакшми-Нараяна, созданном в честь двух богов: солнцеликой богини счастья и изобилия Лакшми и Нараяны, являющегося одним из воплощений бога Вишну. Группе партнёров «Артлайф» даже удалось побывать на Аарти, индуистском богослужении.



Новый день в Джайпуре группа начала с Дворца ветров, после которого отправилась на экскурсию в великолепный средневековый Форт Амбер.

— Подобно махараджам древнего Амбера, жившим несколько веков назад, мы поднимались во дворец верхом на ярко украшенных слонах под приветственные звуки барабанов. Это было незабываемо! Затем мы посетили Городской дворец, часть которого по-прежнему является резиденцией наследников бывших правителей Джайпура. После дворца отправились знакомиться с древней обсерваторией Джантар-Мантар. Она представляет собой огромный комплекс уникальных каменных сооружений — приборов, используемых для предсказания погоды и для определения времени затмений, — говорит Анна Ремейко.

На следующий день дружную группу партнёров «Артлайф» ожидали дворец Самод, который путешественник не просто осмотрели, но и остановились там на один день. Построенное около 400 лет назад, сегодня это здание — роскошный исторический отель.

— Интерьер выполнен в традиционном стиле дворцового декора Раджастана: мраморные полы, ажурные арки и колонны с причудливым орнаментом. Стены залов расписаны фресками, которым уже более 250 лет! Все номера, в которых проживала наша группа, были украшены





изумительной мозаикой из кусочков зеркал и цветного стекла. Царский ужин, купание в роскошных бассейнах, прогулка на верблюдах, сон на удивительных кроватях с балдахинами — мы с первых минут погрузились в эпоху роскоши, и каждый участник поездки чувствовал себя махараджей в сказке, — улыбается организатор поездки Анна Ремейко.

Насыщенность программы и маршрута превзошла все ожидания группы! За несколько дней в Индии удалось увидеть столько удивительных мест! В том числе великолепный Тадж-Махал, но и на пути к нему оказалось немало достопримечательностей, которые восхищали и поражали.

— По дороге мы посетили колодец-дворец Чанд Баори, построенный в 8-9 веках нашей эры. Этот колодец, по сути, является настоящим летним дворцом, но уходящим пирамидой не вверх, а вглубь земли. 3500 узких ступеней, образующих 13 уровней, спускаются вниз к центральному резервуару с водой. Колодец считается архитектурным чудом и привлекает внимание не только многочисленных туристов, но и историков, археологов и архитекторов. Для полдника мы останавливались в местечке Бхаратпур в историческом отеле-дворце «Лакшми Вилас Палас», построенном в 1857 году, — делятся впечатлениями участники поездки.





Легендарный Вриндаван — город пяти тысяч храмов, расположенный на берегу реки Ямуна, место детских лет Кришны, оказался на пути партнёров «Артлайф» в завершение грандиозного индийского тура. Вриндаван знаменит ещё и тем, что является местом паломничества кришнаитов со всего мира.

Больше всего, по общему впечатлению группы, их поразил известный храм Прем Мандир — «храм божественной любви». Мастерски исполненный из белоснежного мрамора, он украшен резьбой по камню и яркими панелями с изображением сцен жизни Кришны и его спутников. Партнёры передвигались по Вриндавану от храма к храму колонной из семи тук-туков, и, по их признанию, пережили полное погружение в атмосферу местной жизни, ощутили весь колорит многоликой Индии. По отзывам участников, путешествие со столь фееричным финалом дало им больше эмоций, чем может дать целый год обычной жизни.

«Индия — прекрасная, контрастная, неповторимая! Вся наша дружная, хорошо организованная команда получила от путешествия по экзотической стране яркие и незабываемые впечатления. Фестиваль Успеха даёт возможность путешествовать по всему миру, быть рядом с успешными, позитивными людьми. Я с «Артлайф» навсегда. «Артлайф» — сила! «Артлайф» — мощь! Благодарю Президентов-основателей компании за подаренную возможность быть здоровыми и успешными. Спасибо организаторам за чудесный тур по Индии!»
Вера ПСАРЁВА,
партнёр в ранге Директор,
г. Гуково

«Второе посещение Индии останется ярким воспоминанием в моём сердце. Мы — как одна большая семья, дружная семья «Артлайф»! Улыбки и сияющие глаза наших партнёров из Индии не оставят равнодушным ни одного человека. Спасибо коллективу из семи городов и Анне Ремейко за организацию незабываемого путешествия! Спасибо компании «Артлайф» за возможность посетить эту яркую, загадочную страну и познакомиться с её традициями…»
Марина КАЛЮЖНАЯ,
партнёр в ранге Президент,
г. Волгодонск



ЭТО ПАМЯТЬ НА ВСЮ ЖИЗНЬ!

«Тур по сочной и контрастной Индии перед Фестивалем Успеха оставил яркий след в нашей жизни. Нет ничего лучше, чем находиться в кругу отзывчивых, дружелюбных людей, понимающих друг друга с полуслова, и испытывать при этом потрясающие эмоции. Организованный на высшем уровне тур с прекрасным гидом Сантошем подарил массу впечатлений и открыл многие стороны жизни этой страны. А энергетика Фестиваля была настолько сильна! Вспоминаешь бой барабанов, ярких, открытых, эмоциональных индусов — и сердце замирает даже сейчас…»
Семья ГОНЧАРОВЫХ,
г. Ростов-на-Дону

«Ничего на свете лучше нету, чем бродить друзьям по белу свету…» Чарующая Индия! Сказочное путешествие в страну контрастов! В первый день путешествия было очень противоречивое состояние, казалось, что слишком грустно смотреть на неустроенную жизнь людей в этой стране. Но мы были с друзьями, с нашей дружной, как настоящая семья, командой, поэтому знали, что этот тур подарит нам и встречу с чудесами. Так и случилось! Буквально переступив порог первого отеля, мы оказались в сказке. Далее наши сердца покоряли загадочные и неповторимые дворцы, величественные форты, храмы — Индия поразила своими яркими красками! А позитив и солнечные улыбки индийского народа надолго останутся в памяти. Спасибо всей нашей группе за единство, взаимопонимание, за этот прекрасный отдых. Фестиваль «Артлайф» в Индии — это память на всю жизнь!»
Семья ЖЕРЕБИЛО, г. Кисловодск

*Дорогие партнёры, поздравляем вас с достижением и подтверждением новых статусов и рангов!**

Поздравляем с закрытием и подтверждением статуса Президент

Воробьёва Татьяна (Краснодар, Россия)
Колесова Анна (Вологда, Россия)
Поколова Валентина (Санкт-Петербург, Россия)
Пономаренко Елена (Ростов-на-Дону, Россия)

Поздравляем с закрытием и подтверждением статуса Бриллиантовый Директор

Nanasaheb Sainath (Rajasthan, Индия)
Соловьева Оксана (Череповец, Россия)

Поздравляем с закрытием и подтверждением статуса Рубиновый Директор

Amar Nath (Bihar, Индия)
Md. Khursid Alam (Bihar, Индия)
Poonam Kumari (Bihar, Индия)
Sanjay Choudhary (Bihar, Индия)
Nagendra Panday (Chhattisgarh, Индия)
Prem Lata (Chhattisgarh, Индия)
Ratnawati (Chhattisgarh, Индия)
Rukhsana Begum (Chhattisgarh, Индия)
Dattatray Vishnu (Maharashtra, Индия)
Kishor Dadahari (Maharashtra, Индия)
Mahesh Sopan (Maharashtra, Индия)
Степных Любовь (Краснодар, Россия)

Поздравляем с закрытием и подтверждением статуса Золотой Директор

БОЛГАРИЯ

София
Головко Светлана

ИНДИЯ

Bihar
Amar Nath
Md. Khursid Alam

Chhattisgarh
Amita Gupta
Prem Lata
Ratnawati
Rukhsana Begum

Gujarat
Kamlesh Thakorbhai

Maharashtra
Dr. Bhoyar Sachin
Dr. Kachewar Dhananjay R.

Nagaland
Nungsangchila Yaden
Akuminla Jamir

РОССИЯ

Вельск
Новикова Наталия

Вологда
Молчановская Галина
Поколов Алексей

Трускавец
Неворошкина Наталия

Поздравляем с закрытием и подтверждением статуса Серебряный Директор

ИНДИЯ

Bihar
Mukesh Kumar
Poonam Kumari
Priyanka Kumari
Sanjay Choudhary

Chhattisgarh
Amita Gupta
Nagendra Panday
Prem Lata
Ratnawati

Gujarat
Laljibhai Kanjibhai
Mamta Abhik
Tarlikaben Jayantibhai
Tushar Sharadchandra

Maharashtra
Aslam Akhtar
Dr. Bhoyar Sachin
Dr. Kachewar Dhananjay R.
Santosh Ashok

Meghalaya
May Queen
Rabellin Kharrubon

Nagaland
Akuminla Jamir
Nungsangchila Yaden
T. Imolemla
Tiatemsu

РОССИЯ

Вельск
Архангельская Ольга
Корнилова Татьяна

Вологда
Дрогина Анна
Колесов Сергей

Воронеж
Поздняков Павел

Казань
Галимова Алина

Кизляр
Инякин Иван

Краснодар
Гронец Елена

Петрозаводск
Щетнева Эльвира

Ростов
Сидоркина Лариса

Санкт-Петербург
Красикова Светлана

Ялта
Гусева Вера
Рудакова Мария
Слюсарь Сергей

УКРАИНА

Житомир
Лежнюк Галина
Лисаковская Анна

Киев
Башинская Каролина
Кулаева Ирина
Фаласова Ольга

Харьков
Бурьянова Любовь
Романова Людмила

Поздравляем с закрытием и подтверждением статуса Директор

БАНГЛАДЕШ

Mamun Miah
Nazrul Islam
Ziaul Haque

БЕЛОРУССИЯ

Минск
Будаева Ольга
Жинжилова Валентина
Жуковская Наталья

ИНДИЯ

Assam
Anamika Sonowal
Babita Deka
Babul Bora
Dilip Dutta
Jone Sarma
Juriti Bora
Md. Jiaul Hoque
Minakshi Boruah
Raju Deka
Songeeta Howborah
Sonmani Deka
Tara Bhanu

Bihar
Chandan Kumar
Abdul Matin
Abhay Kumar
Abhay kumar
Afshana Khatoon
Alaknath Gurubabaji
Alka Kumari
Anil Kumar
Archana Kumari
Archana Kumari
Avdhut Vishnu Rainak
Awadhesh Prassad
Chanda Kumari
Dharmshil Kumar
Dharmvir Kumar
Gulnaz Sarwar
Harichandra Mahto
Jagdish Kumar
Jakiya Khatoon
Janki Devi
Javahar Raut
Jay Prakash
Jayjayram Srivastava
Jayshankar Kumar
Jeevan Narayan
Komal Bharti
Kumari Meena
Mahalaksmi Kumari
Mandira Devi
Mangal Chaudhary
Manibhushan Kumar
Manish Kumar
Manoj Kumar
Manoj Kumar
Md. Mahbub Rza
Md. Rafeequddin
Md. Shahid Afridi
Md. Tabrez Khan
Md. Moazzam Ali
Mohammad Javed
Moni Kumari
Nand Kumar
Nitu Kumari
Nutan Kumari
Pankaj Kumar
Paramjit Kumar
Prashant Punj
Punam Kumari
Rajkumar Prasad
Rakesh Kumar
Ram Chandra
Ram Kishor
Ram Kishor
Ram Naresh
Ramashankar Singh
Ramnandan Sah
Ranjan Kumar
Ranjan Kumar
Rekha Devi
Rinku Devi
Satya Narayan
Satya Priya
Savitri Devi
Shashibhushan Kumar
Shivani Kumari
Shyam Babu
Shyam Sah
Sofia Ayubkhan
Sunil Kumar
Surendra Kumar
Swapnil Sourabh
Uma Jaysawal
Vijay Kumar
Virendra Chaudhary
Vishwanath Kumar

Chhattisgarh
Amit Adhikari
Arvind Kumar
Brijendra Kumar
Dinesh Kumar
Durga Prasad
Gouri Bai
Iqbal Husain
Julekha Begam
Kanchan Jaiswal
Laxman Prasad
Manmohan Singh
Md. Abid
Md. Ansar Alam
Md. Shahzad Alam
Mohammad Ashraf
Om Prakash
Omkar Patel
Prachi Kesharwani
Prashant Kumar
Prasiddh Kumar
Puran Chandra
Raj Hussain
Raju Kumar
Ram Badan
Ram Ji Mishra
Ram Prasad
Sameer
Sanjay Kumar
Sapana Pandey
Sebrenius Kujur
Shantam Kesharwani
Souvik Chowdhary
Surendra Pal
Tileshwar Singh
Vijay Kumar
Vikash Kumar

Delhi
Afzal Uz
Aishwarya B.
Akhilesh Kumar
Alauddin Sekh
Anup Kumar
Bhuwan Raj
Bina Kumar
Chandra Bhan
D.V. Mani
Dr. Mohd Younis
Dr. Joshi Narasimma
Gopalan G.
H.B. Ramesh Raj
Hafijul Seikh
Harinandan Kumar
Hemlata Deepak
Jaikishan Kumar
Jinipe Kamala
Khagendra Nath
Laxmi
Md. Saddam Husain
Mohd Raies
Mosarak Miya

* Данные за май — ноябрь 2019 г. Указаны города складов обслуживания. Информация подготовлена Евгением Гуляевым

Mridhu Bashini
Muppidi Vijaya
Nagar Mal
Prakash Chandra
Priyanka Sarkar
Rajendra Singh
Sachin Sudamrao
Samaul Shaikh
Sanjay Kumar
Sanjeev Patwal
Sarvesh Yadav
Shalini K. Rangan
Sher Ali
Sohan Lal
Sumithra Vriddhagiri
Umesh Kumar
Vasumathi J.
Vidya Devi
Yogembar Singh

Gujarat
Aarasta Allauddin
Abhik Rameshchandra
Abhishek Dineshbhai
A.L. Mamun Abdul
Arunaben Sunilbhai
Arvinbhai Devjibhai
Arvindbhai P. Shiroya
Ashish Dinesh
Ashokkumar Amrutlal
Ashwinbhai Chimanlal
Atulbhai Vithalbhai
Balvantsing Malubhai
Bhanumanti Dineshbhai
Bhikhabhai Ranabhai
Chandravati Ashok
Daksha Dinesh
Daxaben Rajubhai
Dharmishta Mayank
Dhrunal Dineshchandra
Dineshkumar Harjivandas
Dipakkumar Bhagwatrao
Dipakkumar Harishbhai
Divyaben Tushar
Diya Ashwinkumar
Gabriel Agyei
Ganeshbhai M. Patel
Gopalbhai Govindbhai
Hanitaben Kamleshbhai
Harish Dahyabhai
Heena Deepak
Heenaben Bhagvatbhai
Heenaben J. Soni
Hemlataben Ashvinbhai
Jignesh Bhupendrbhai
Jignesh Gopaldas
Jitendrabhai Chaturlal
Kalpesh Dulabhai
Kalpeshbhai Kanubhai
Krina Vikas
Krisi Abhik
Krunal Rajubhai
Lathaba Balvantsinh
Manisha Pameshkumar
Mital Druvesh
Munnvarkhan Yusufkhan
Nidhika Prakash
Nihar Abhik
Nikunj Pareshbhai
Nirmala Mukesh
Pankti Jignesh
Parshish Rajubhai
Patel Gayatri
Prahlad Narotamdas
Pramodbhai Maganbhai
Pruthvi Jayantibhai
Pushpaben Shardchandra
Rajubhai Dhulabhai
Ravi Bharatbhai
Riddhy Jitendra
Rohankumar Vijaybhai
Sangitaben Manojbhai
Sejal Sandip
Somabhai Dhurabhai
Subhash Lallubhai
Sumitsinh Rajendrasinh
Tejas Ramanujbhai
Varsha Rajesh
Varshben Rajubhai
Vinubhai Arajanbhai
Virendra Mahipatsing
Vrunali Ashish
Yogesh R. Raulji
Yogeshkumar Keshavlal

Chhattisgarh
Akash Das
Anant Kumar
Anil Kumar
Anup Kumar
Anuradha Pandey
Darab Singh
Deepak Kumar
Devi Sharan
Firat Ram
Gulam Zilani
Hari Narayan
Jagdish Patel
Krishna Kumar
Mahendra Pratap
Md. Hasan Afridi
Mohammad Shahnawaz
Mohammed Waseem
Nisha Agrawal
Padmini
Phool Mohammad
Pratima Rajwadey
Priyanka Rajwadey
Pushpa Bara
Rahul Kesharwani
Rajesh Kathane
Raju Joseph
Rama Patel
Ran Vijay
Ravindra Barai
Rohit Mathews
Ruby Farheen
Sabindra Kumar
Sadhna Pandey
Sanjeev Kumar
Sarfraj Ahmed
Shahid Kuraishi
Shail Singh
Shamsuddin
Sourabh Prasad
Subhash Chandra
Sumanta Paul
Suneeta Singh
Surendra Kumar
Virendra Kumar
Virendra Singh

Maharashtra
Ahire Savita Raju
Ajaykumar Balasaheb
Akotkar Dipak
Akotkar Priya
Anjali Ganesh
Archana Kumari
Ashok Ambaji
Avinash Bharamu
Badakh Suresh
Bagul Sachin
Barge Sonali
Bomble Mahesh
Chaudhari Virendra
Chavan Ushakiran
Darandale Abhijit
Darbarsing Udesing
Darkunde Arun
Deshmukh Mahesh
Dhale Manoj
Dhaneshwar Mandal
Dharamkar Sandhya
Dr. Bhoyar Sachin
Dr. Laxmansing Bharatsing
Dr. Pramod Jijaba
Dr. Akotkar Sachin
Dr. Kachewar Dhananjay
Dr. Kshirsagar Tushar
Dr. Lonare Rajesh
Dr. Murtijapurkar Nandkishor
Dr. Over Ganesh
Dr. Rathod Gunvanta
Dr. Tale Dnyaneshwar
Dr. Wadule Madhav
Dyaneshwar Tanaji
Fale Jayant
Gajanan Tukaram
Ganekar Suraj
Geeta Bharat
Ghumare Ravikant
Ghumare Shilpa
Gughane Rajendra
Harshada Navnath
Harshid Kumar
Jayade Prajakta
Jyoti Vasant
Kachewar Priti
Kadam Suryabhan
Kailas Shantaram
Kaule Himmat
Kavita Shivshankar
Khose Dilip
Kiran Gulab
Kiran Vishnu
Laxmibai Prakash
Lonare Manisha
Mahadev Ramrav
Mahendra Pukhraj
Maske Sanjay
Megha Santosh
Mohanlal Bhundaram
Nagma Farukh
Nalkar Abasaheb
Narayan Bandu
Narayan Munjaji
Nilesh Pramod
Nina Christie
Nitish Kumar
Pagire Vishnu
Pammy Kumar
Pandurang Vishnu
Pare Baliram
Parshionikar Madhuri
Parshionikar Samiksha
Pathak Madhuri
Pathan Yunus
Patil Ashvini
Patil Narendra
Patil Pushpa
Patil Sachin
Pawan R. Rathod
Pawar Gajanan
Phalke Suhas
Prakash Bhaulal
Prasad Ganesh
Prithviraj Khanderao
Priyanka Jitendrakumar
Rajesh Kumar
Ravindra Babanrao
Rekha Kundlik
Sambhaji Ramchandra
Santosh Pandurang
Sawarka Vijaykumar
Sawarkar Aaditi
Shantkumar Bhimrao
Sharad Maruti
Shidurkar Roshni
Shinde Ashwini
Shinde Kusum
Shinde Prayaga
Shivraj Venkatesh
Shivshankar Laxmanrao
Sonali Vijay
Sonone Priyanka
Suryabhan Sakharam
Vishal Madhukar
Vivek Ganeshrao
Wadule Anitabai
Wagh Prajakta
Wakchaure Pradnya
Warghude Babasaheb
Warghude Bhikchand
Warghude Sudhakar

Meerut
Amit Prashant
Anil Kumar
Anil Kumar
Anima Prakash
Anjali Bhardwaj
Anuj Bara
Anuj Kumar
Anurag Bara
Bhupender Pal
Chandra Deep
Chhaya Tyagi
Deepak Bhardwaj
Dewaki Naik
Dhanesh Kumar
Dinesh Sahu
Farrukh Jamal
Gaira Hema
Ganga Ram
Gaurav Kumar
Gautam Biswas
Gharti Jyoti
Gharti Rajani
Himanshu Minz
Imran Khan
khemanidhi Yadav
kumar Amit
Lusiya Ekka
Manju Pal
Manoj Kumar
Mayank Kumar
Minakshi Sharma
Mohammad Waseem
Mohd Qamar
Mohd Saddam
Monika Upadhyay
Naushad
Neel Kusum
Neeraj Kumar
Nikita Minz
Nitin Kumar
Pant Ravindra
Pant Taveesh
Pant Vijaya
Pinky Rani
Pooja
Pradeep Kumar
Pradeep Kumar
Pradeep Lakra
Rajendra Parsad
Rajesh Kujur
Rajpal Singh
Rana Renu Renu
Rekha Sharma
Sakshi Sheoran
Sandeep Kumar
Sandeep Kumar
Sanjeev Kumar
Satya Narayan
Shah Amita
Shakuntla Chauhan
Shipra Bhardwaj
Shiv Ram Sharma
Shotibha Gharti
Shraddha Minz
Shubhra Goyal
Sudha Rani
Sumitra Bara
Suraj Pal
Sushank
Sushanta Naik
Tamta Deepa
Tej Kumar
Tiwari Ekka
Umlesh
Usha Sharma
Vaibhav Sharma
Vinay Kumar
Vinod Kumar
Vishal Jain
Vishwanath Sao

Meghalaya
Aibanshanlang Marwein
Apple Ksiar
Aran Swargiary
Badariti Rngaid
Bahunda Warjri
Banteilang Dkhar
Bisardis Lyngdoh
Christine Syiem
Hidralin Pyngrope
Kroishalist Mawlong
Kwercy Kharlor
Meena Sunar
Mersha Shabong
Mina Lyngdoh
Octoberisha Sohlang
Philis Majaw
Pluster Doloi
Rjosephine Syiem
Skhemborlang Dohtdong
Teiriti Syiem
Valareen J. Kharrubon
Wanrikynti Mawlong
Wanshailang Sawian

Nagaland
Abeni TCK
Alemrenla
Amer Bendangsenla
Asangla Kichu
Asenla Jamir
Bendanginla Jamir
Bendangnungshi Dorjee
Chubasangla
Chubayangla
Evuhonu Usou
I. Rongsenpokla
Imkonglemla Jamir
Imnasunep Longchar
Imtirenla Ao
Jonjang
Kevireilie Khezhie
Khrienuo Khana
Khusi Pfithu
Kiredilie Kire
L. Tiatemjen
Lanukala Pongen
Lanutemsu
Likivi K. Jakhalu
M.T. Narola
Manngam Konyak
Meyilemla
Mhonbeni Lotha
Moalila
Moarenla
Moasunep Ozukum
Molusen Imchen
Monglier
Mopa Konyak
Nuksung Sempo
Nungsangchila
Nungsangrenla
Nungshimenla Pongener
Nungshimoa Lemtor
Nungshitemjen
Opangkokla Aier
P. Lily
Pantigangmei Kamei
Pulotoli Shohe
S. Phangnon Konyak
Sakuangla
Satemmongla
Senleminla
Sentimenbang
Sentitemsu Longkumer
T. Anungla
T. Imolemla
T. Rachel Pongen
T. Yapang Ao
Tajenmenla
Temsula
Temsulemla Jamir
Temsumongla Longkumer
Temsusenla Aier
Vaprumu Demo
Watisangla
Yangerla Jamir
Zuchano Kikon

Noida
Abhaychandra
Dnyaneshwar
Ajay Baburao
Ajay Krishnrao
Ajay Prasad
Anand Sewakaram
Anjana Hathgen
Ansuiya Prasad
Arti Rahul
Arvind Dayaram
Arvind Kumar
Ashish Pandhri
Ashish Prabhakar
Beniram Namdev
Biswajit Ranjit
Devendra Singh
Faraz Mehmood
Ganga Prasad
Iram Salayha
Ishrat
Kalpana Hathgen
Kishor Shriram
Mahendra Lal
Mahendra Pratap
Mahesh Prasad
Malka Khan
Manoj
Mohd Shadan
Mohd Wasim
Mohd. Faizan
Muhammad Adnan
Narendra Madhusudan
Pancho Bai
Qumar Jahan
Rahul Susheel
Rajdeep Vasant
Raju Mahadeo
Raman Das
Ramesh Baburao
Reena Singh
Rizwan
Sachin Charandas
Sami Ahamad

Sanjay Kunjilal
Savita Patel
Shahnawaz Khan
Shashank Gigiasi
Shatrughan Dangi
Subhash Narayan
Sulabh Subhash
Sunil Ganesh
VIjay Kumar
Vinod Wasudeorao
Vishal Gupta

Punjab
Balwinder Dass
Gurpreet Singh
Rohan Datta
Sachin Khullar

Rajasthan
Babu Lal
Anita Mourya
Antar Kanwar
Archana Joshi
Ashish Kumar
Deep Chand
Dr. Hitesh Kumar
Dr. Om Prakash
Dr. Oma Ram
Dr. Rajendra Kumar
Dr. Rekha Sharma
Gajan Kawar
Gokul Singh
Gulab Devi
Hasina Bano
Kailash Chander
Kalu Ram
Kanta Jayani
Kishore Kumar
Ladu Singh
Mukesh
Mukesh Sharma
Om Kanwar
Om Prakash
Rajendra Prasad
Rajendra Yadav
Rajesh Premjani
Ramswaroop Raigar
Rohitash Kumawat
Sukh Lal
Suman Kanwar
Suraj Kumar
Yogesh

Telangana
Kumpatla Swathi
Shesha Batter
Shesha Batter
Venkata Ramana S.B.

РОССИЯ

Астрахань
Творогова Татьяна

Барнаул
Юнаш Людмила

Борисоглебск
Арифович Татьяна

Великий Устюг
Наквасина Татьяна

Вельск
Власова Любовь

Владивосток
Гришкевич Ирина

Вологда
Антошин Сергей
Борисова Галина
Викулова Анна
Гайдук Ирина
Гомзикова Светлана
Деревенко Светлана
Дрогина Валентина
Зимова Татьяна
Камардина Наталия
Коварда Сергей
Колесова Елизавета
Кондаурова Ольга
Корепова Любовь
Кунавина Ольга
Любителев Александр
Миронова Ольга
Михальченко Светлана
Новикова Валентина
Полькин Владимир
Румянцева Ольга
Савельева Наталья
Соловьев Евгений
Сумская Евгения
Чучина Ираида
Шавырина Ирина
Шарыгина Вера
Шиловская Юлия
Ярошевич Анна

Воронеж
Качурина Алла
Кохан Дарья
Кретова Александра

Глазов
Сидорова Светлана

Екатеринбург
Ахметзянова Альфия
Ефремова Татьяна
Нечипорук Татьяна
Никитина Надежда

Ессентуки
Шишова Вера

Ижевск
Алабужева Ольга
Горшкова Анна
Евсеева Татьяна

Йошкар-Ола
Кузнецова Светлана

Казань
Гильфанова Венера
Исхакова Гузельбану

Калининград
Дабковский Славомир
Наумова Наталья
Ожогина Анжелика

Кемерово
Журавлева Людмила

Кизляр
Шах Ирина
Головко Любовь
Исаева Гульбарият
Курбанова Гозель

Кострома
Захарова Наталья

Котлас
Быковская Марина
Филиповых Лариса

Краснодар
Аксененко Маргарита
Алексеенко Елена
Белик Ксения
Бычкова Надежда
Верменская Лариса
Егорова Юлия
Желнина Елена
Кагарлык Алиса
Коваленко Виктория
Королева Светлана
Круглова Оксана
Куликова Ольга
Меркеев Александр
Мошковская Наталья
Нахимова Лариса
Плетухина Жанна
Полищук Любовь
Поповиченко Наталья
Празян Эмма
Рожкова Татьяна
Рубанова Олеся
Соколова Тамара
Соколова Эльвира
Тамахина Вера
Ходорковская Маргарита
Чич Люба
Шастунова Светлана

Липецк
Гарбузова Светлана
Когут Ольга
Фролова Ольга

Махачкала
Магомедова Хадижат

Москва
Асадулина Надия
Бекирова Ленура
Власко Вера
Горшков Дмитрий
Грознова Надежда
Данилова Елена
Дерелич Елена
Есипович Елена
Зайцева Нэлля
Калилова Роза
Камилова Светлана
Куприянова Евгения
Лилёва Татьяна
Личман Ольга
Лукашеня Екатерина
Пахомов Олег
Плетнев Антон
Проскурникова Ольга
Рубоненко Наталья
Снежкова Татьяна
Тапприх Беатрис
Ткачева Светлана
Шеремет Елена
Шурыгина Лариса

Набережные Челны
Петрова Наталья
Кабирова Галюса
Мухаметдинова Римма
Уразайкина Галина

Нижний Новгород
Жилина Евгения

Новокузнецк
Андрейчук Жанна

Новосибирск
Жиглова Наталья
Митрофанов Марк

Омск
Беликова Марина
Ежова Людмила
Ершова Виктория
Коломиец Ольга
Полицанова Ольга

Оренбург
Трубникова Галина
Ушакова Светлана

Пермь
Щепеткова Елена

Петрозаводск
Ильева Клавдия
Кабина Лидия
Макарова Наталья
Скворцова Ольга
Соколова Марина

Пушкин
Гинтер Юлия

Ростов-на-Дону
Шехтман Любовь
Амелин Антон
Гайворонская Ольга
Забенкина Галина
Ким Алексей
Клусковская Ольга
Пелогейчик Зоя
Прохоров Максим
Федорова Наталья
Шевчук Наталья

Ростов
Абрамова Ирина
Банщикова Анна
Белозерова Анастасия
Боркунова Елена
Бушуева Марина
Верходанова Юлия
Данилова Ирина
Дрогольцева Наталья
Исакова Евгения
Кончина Ольга
Кравченко Татьяна
Куздобенко Виктория
Куличова Наталья
Лисицкая Ирина
Лысенко Нина
Маковеев Федор
Назарова Татьяна
Папировая Ирэна
Петров Юрий
Петрова Валентина
Пикилова Светлана
Похоцинская Ирина
Саутченко Полина
Сидоркин Олег
Степанова Софья
Хатламаджиян Ирина
Чураченко Галина
Яценко Маргарита

Салават
Столяров Сергей

Самара
Смирнова Марина
Таранова Лидия

Санкт-Петербург
Григорьева Галина
Кайзер Светлана
Калашникова Елена
Ковалева Вера
Ложкина Наталья
Мельникова Ольга
Наумова Светлана
Ненашева Светлана
Суворова Айя
Фролова Полина

Саратов
Зубачева Надежда

Севастополь
Горобец Ирина
Еремин Александр

Славянск-на-Кубани
Зимина Надежда
Савенко Алена

Ставрополь
Лысенко Анна

Сургут
Прокопьева Юлия

Таганрог
Гиренко Роман
Гребенюк Ирина
Доценко Светлана
Кучеренко Ирина
Паниотов Иван
Сазонова Элеонора

Тамбов
Виницкая Анастасия
Колягина Раиса
Шиленкова Ирина

Уфа
Ахияртдинов Айдар
Ахметшина Альмира
Еникеева Гульнара
Мустафина Фанира
Тухватуллина Флюра
Халфин Рауль
Шаяхметова Эльвира

Феодосия
Костенко Анна

Челябинск
Богачёва Олеся
Свинцова Лариса

Череповец
Анищенко Яков
Афанасьева Наталья
Баскова Ольга
Бобкова Ольга
Громова Надежда
Губейчук Алексей
Добычина Татьяна
Иванченко Наталья
Иззетова Севиля
Ковязин Вадим
Крылова Наталья
Куралева Елена
Мериакре Ольга
Мясников Иван
Нагиева Лейла
Покидько Татьяна
Попкова Анна
Попова Нина
Рябинина Татьяна
Соколова Анна
Сотова Татьяна
Талейсник Ольга
Томшинская Александра
Фролкина Нина

Черкесск
Камова Мадина
Мельник Татьяна

Чехов
Атасунц Елена
Леонтьева Наталья

Электрогорск
Вершанская Алла

Ярославль
Пережигина Нина
Сергеева Надежда
Шишкин Тихон

УКРАИНА

Днепр
Коваленко Тамила
Шпинер Татьяна

Житомир
Бартащук Василий
Подлевская Галина
Савченко Надежда
Шимон Тибор

Киев
Гузынина Нина
Мелешко Наталья
Тютюнник Светлана

Конотоп
Павлюх Виктория

Кременчуг
Батова Татьяна

Макеевка
Круминьш Роберт

Николаев
Головина Татьяна
Кръестева Хриска
Мазуренко Светлана
Минева Христина
Федорова Татьяна

Одесса
Шевченко Валентина

Полтава
Иванкин Валерий
Ищейкина Юлия
Щербань Ирина

Трускавец
Павлович Лариса
Януш Оксана

Харьков
Баблидзе Станислав
Бартенева Лариса
Бурлаков Валерий
Владова Елена
Годзула Татьяна
Данило Вероника
Дорохова Ольга
Ерохина Анжела
Негара Александра
Пархоменко Оксана
Пырван Светлана
Роут Лилия
Трепенок Мария
Ярославцева Елена



Что у Белой крысы в лапках?

Согласно прогнозам, 2020-й год будет насыщен яркими событиями, которые затронут практически каждого человека. Уникальная комбинация двух двадцаток обещает немало значительных событий, которые повлияют на судьбы многих людей. По восточному календарю это год Белой Металлической Крысы, и он наступил 25 января 2020 года.

Восточном календарном цикле, состоящем из двенадцати лет, честь начинать цикл оказана Крысе. Согласно легенде, Верховное Божество призвало на совет всех земных зверей, но откликнулись только 12. В награду за преданность Божество подарило им бессмертие и назначило поочередное правление. Но первой перед Божеством предстала Крыса, в этом ей помогла хитрость — она добралась до цели на спине Быка. А потом быстренько спрыгнула с него и, семеня маленькими лапками, предстала перед Божеством, скромно потупив умные глазки. Божество восхитилось целеустремленностью и смекалкой Крысы, и назначило её возглавлять 12-годичный цикл.



2020

Символом 2020 года стал грызун мужского пола, представляющий стихию янь. К тому же это год «металлической Крысы». А «металл» отличается такими качествами, как упорство, стойкость, решительность, умение бороться. Такой Крысе присущи борьба за справедливость, твёрдый характер и способность добиваться своих целей любыми путями. Расположить к себе этот знак будет непросто, потребуется много сил, справиться с этим смогут предприимчивые и упрямые люди.

Начало года будет непростым. Придётся потрудиться, чтобы задобрить металлического хозяина года. Зато Крыса поможет укрепить дружеские и семейные отношения, реализоваться в профессии или открыть собственное дело.

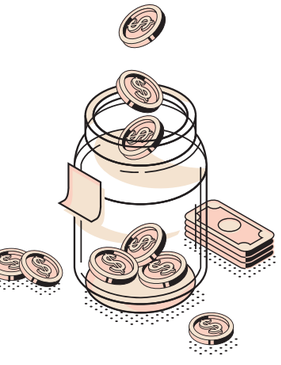
Кстати, сочетание двух двоек и двух нулей астрологи считают мистическим! Согласно прогнозам, год Белой Металлической Крысы принесёт перемены в личной жизни и новые перспективы. Год будет щедр на формирование новых пар и укрепление уже существующих союзов. Крыса покровительствует влюблённым. Так что в 2020 году высоки шансы встретить свою любовь тем, кто пока одинок. Семейным же людям весь год будет уютно и тепло. Домашние окружат заботой и окажут всестороннюю поддержку.

> ГОД БЕЛОЙ МЕТАЛЛИЧЕСКОЙ КРЫСЫ ПРИНЕСЁТ ПЕРЕМЕНЫ В ЛИЧНОЙ ЖИЗНИ И НОВЫЕ ПЕРСПЕКТИВЫ





Помните, что начало нового восточного цикла, то есть именно год Крысы, это лучший период для старта смелых бизнес-проектов или получения образования. У многих людей появится шанс увеличить финансовые накопления.



Тем, для кого важно материальное благополучие, год предоставит возможности реализовать самые смелые проекты и начинания! Именно смелые, амбициозные проекты, согласно прогнозам, буквально обречены на успех. Но только в том случае, если всё тщательно просчитано, и имеется детальный план с учётом всех рисков. Без подготовки, в омут с головой, лучше не падать. Есть большие шансы не выплыть.

Так что не бойтесь радикально менять семейное положение, место проживания или работу. Верьте в успех, рискуйте, Крыса поддерживает смелых! Но действовать нужно быстро, удача слишком переменчива. И помните, что начало нового восточного цикла, то есть именно год Крысы, это лучший период для старта смелых бизнес-проектов или получения образования. У многих людей появится шанс увеличить финансовые накопления.

> ВЕРЬТЕ В УСПЕХ, РИСКУЙТЕ, КРЫСА ПОДДЕРЖИВАЕТ СМЕЛЫХ!

В начале года, вероятно, придётся расстаться с крупной суммой. Однако всё будет не зря. Особенно если вложения будут в себя или своё дело. А наёмным работникам стоит просить о продвижении вверх по карьерной лестнице или о повышении зарплаты. Напомните начальству о себе, и вам, скорее всего, пойдут навстречу. В середине года многие смогут позволить себе то, о чём долго мечтали. Например, купить новый автомобиль. Или даже квартиру!

В любом случае, важно помнить, что Крыса рекомендует проявлять сообразительность (как когда-то она сама), упорство, не опускать руки и помнить, что неожиданный выход из тупиковой ситуации обязательно найдётся. Главное, успевать адаптироваться к обстоятельствам, быть собранным и активным. И тогда успех гарантирован даже в условиях кризиса. Крыса любит достаток и помогает тем, кто стремится к нему честными путями. Именно честными. Тех, кто попытается достигнуть желаемого обманным путём, ждут неудачи. Особенно в случаях, когда идёт посягательство на благополучие и счастье других людей.

Астрологи говорят, что у Крысы нет любимчиков среди знаков зодиака. Поэтому шансы на успех появятся у всех, кто действует честно и открыто, проявляя в поступках интеллект и смекалку. Поскольку напряжение порой будет сильное, лучше заранее продумать, чем себя занять. Спорт, рукоделие, йога или психологические тренинги — выберите то, что вам по душе. Это поможет пройти бурный период с меньшими потерями и сохранить хорошие отношения с близкими людьми, друзьями или коллегами.

> НЕ СТОИТ ОПАСАТЬСЯ ТОГО, ЧТО ГОД ВИСОКОСНЫЙ. БЕЛЫЙ ЦВЕТ, В КОТОРЫЙ «ОКРАШЕН» 2020-Й, СИМВОЛИЗИРУЕТ ЧИСТОТУ, ИСКРЕННОСТЬ И ДОБРЫЕ НАМЕРЕНИЯ

И не стоит опасаться того, что год високосный. Белый цвет, в который «окрашен» 2020-й, символизирует чистоту, искренность и добрые намерения. Поэтому Белая Металлическая Крыса будет помогать тем, кто добивается своего честными путями и с уважением относится к людям. При этом важно помнить, что Крыса всё же — непростой знак. Она хитра, злопамятна и умеет повернуть обстоятельства в свою пользу. Весь год нужно быть начеку, так как наружу выйдут вопросы куда более глубокие и масштабные, чем мы привыкли решать в повседневной рутине.



«АРТЛАЙФ» желает вам БОЛЬШОЙ УДАЧИ в 2020-м году!

Уроки жизни, которые необходимо выучить

1 Самое важное в вашей жизни — это близкие люди. Всегда ставьте их на первое место. Они важнее вашей работы, хобби, компьютера. Цените их, словно они — вся ваша жизнь. Потому что так оно и есть.

2 Вещи собирают пыль. Время и деньги, которые вы тратите на вещи, однажды погубят вас. Чем меньше вещей вы имеете, тем более вы свободны. Покупайте с умом.

3 Жизненный опыт — это одна из самых важных ценностей в жизни. Мы все стремимся быть самостоятельными, мудрыми, уверенными в себе личностями. Однако порой забываем о том, что наша мудрость — это опыт, полученный в течение многих лет. Ради такого опыта многие люди проходят через множество препятствий и жизненных трудностей. По этой причине опыт старшего поколения очень важен, так как он несёт в себе жизненные уроки — самые ценные знания.

4 Жизнь — это то, что есть сейчас

Мы всегда ждём невероятных событий, которые будут происходить в будущем, но забываем о том, что жизнь идёт прямо сейчас. Научитесь жить настоящим моментом и перестаньте надеяться на иллюзии в будущем.

5 Страх — это иллюзия. Большинство вещей, которых мы боимся, никогда не случатся. Но даже если они происходят, то зачастую оказываются не такими ужасными, как мы думали. Иногда сам страх — худшее, что может случиться. Реальность не так страшна.

6 Долги того не стоят. Тратьте деньги в соответствии со своими возможностями. Живите свободно. Долги не позволят вам этого сделать.



7 Ваши дети — это не вы

Вы приводите детей в мир и заботитесь о них до тех пор, пока они не смогут делать это сами. Обучайте их, любите, поддерживайте, но не меняйте. Каждый ребёнок уникален и должен прожить свою собственную жизнь.



8 Дружба требует внимания. Оберегайте дружбу как декоративное растение.

9 Возраст — это просто число

Когда вам 20, вы думаете, что 50 — это кошмар. Но когда вам 50, вы чувствуете, что вам 30. Наш возраст не должен определять наше отношение к жизни. Не дайте цифрам изменить вас настоящего.

10 Позёрство строит стены. Создание из себя видимости «другого» человека с целью впечатлить кого-то сыграет с вами злую шутку. Часто люди видят вас настоящего сквозь придуманный образ, и это их отталкивает.

11 Физические упражнения — это сила. Занятия физкультурой на постоянной основе должны стать частью вашего образа жизни. Они сделают вас сильнее физически, морально и эмоционально. Они улучшают ваше здоровье и внешний вид. Обычная физкультура — это лекарство от многих болезней.

12 Обида причиняет боль. Отпустите её. Другого пути справиться с обидой просто нет.

13 Страсть улучшает жизнь. Когда вы находите занятие, от которого вы без ума, тогда каждый день становится подарком. Если вы ещё не нашли своё любимое занятие, поставьте себе цель сделать это.

14 Путешествия дают опыт и расширяют сознание. Путешествия делают вас интереснее, мудрее и лучше. Они учат взаимодействовать с людьми и с другими культурами.

15 Вы не всегда правы. Мы думаем, что знаем ответ на любой вопрос, но это не так. Всегда есть кто-то умнее вас, а ваши ответы на чужие вопросы не всегда верны.

16 «Пройдёт и это». Что бы ни случилось в жизни, это пройдёт. Время лечит, а вещи меняются.

17 Вы сами определяете своё предназначение. Жизнь скучна без цели. Решите, что важно для вас, и постройте свою жизнь вокруг этого.

18 Зачастую риск — это хорошо. Чтобы изменить свою жизнь, приходится рисковать. Принятие обдуманных и рискованных решений помогает вам расти.

19 Перемены всегда к лучшему

Жизнь меняется, и не стоит сопротивляться этому. Не бойтесь изменений, плывите в потоке и воспринимайте жизнь как приключение.

20 Мысли не реальны. Ежедневно в голове пролетают тысячи мыслей. Многие из них — негативные и пугающие. Не верьте им. Это всего лишь мысли, они не станут реальностью, если вы им не поможете.

21 Вы не можете контролировать других. Мы хотим, чтобы окружающие нас люди вели себя так, как хочется нам. Но реальность такова, что мы не можем изменить других людей. Уважайте уникальность и независимость каждого человека.

22 Ваше тело — это храм

У каждого из нас есть что-то, что мы ненавидим в своем теле. Но тело — это единственное, что принадлежит только нам. Относитесь к нему с уважением и заботьтесь о нём: не пейте, не курите, правильно питайтесь и ведите активный образ жизни.

23 Вы справитесь

Не важно, какая ситуация возникла у вас в голове. Важно то, что вы можете с этим справиться. Вы гораздо сильнее и мудрее, чем думаете. Вы пройдёте сквозь трудности и сможете их пережить.

24 Благодарность делает человека счастливее. Причём не только того, кому адресована благодарность, но и того, кто её выражает. Не забывайте благодарить людей за всё, что они для вас делают.

25 Прислушивайтесь к интуиции. Ваши рассуждения очень важны, но интуиция — это ваша суперсила. Она использует ваш опыт и жизненную модель, чтобы найти ответ на любой вопрос, поэтому лучше прислушайтесь к ней, когда не знаете, как поступить.

26 Честность по отношению к самому себе — это свобода. Будьте честны с собой. Самообман — это ослепление самого себя.

27 Идеализм и перфекционизм сделают вашу жизнь скучной. Наши особенности и недостатки — это то, что делает нас уникальными. Помните об этом.

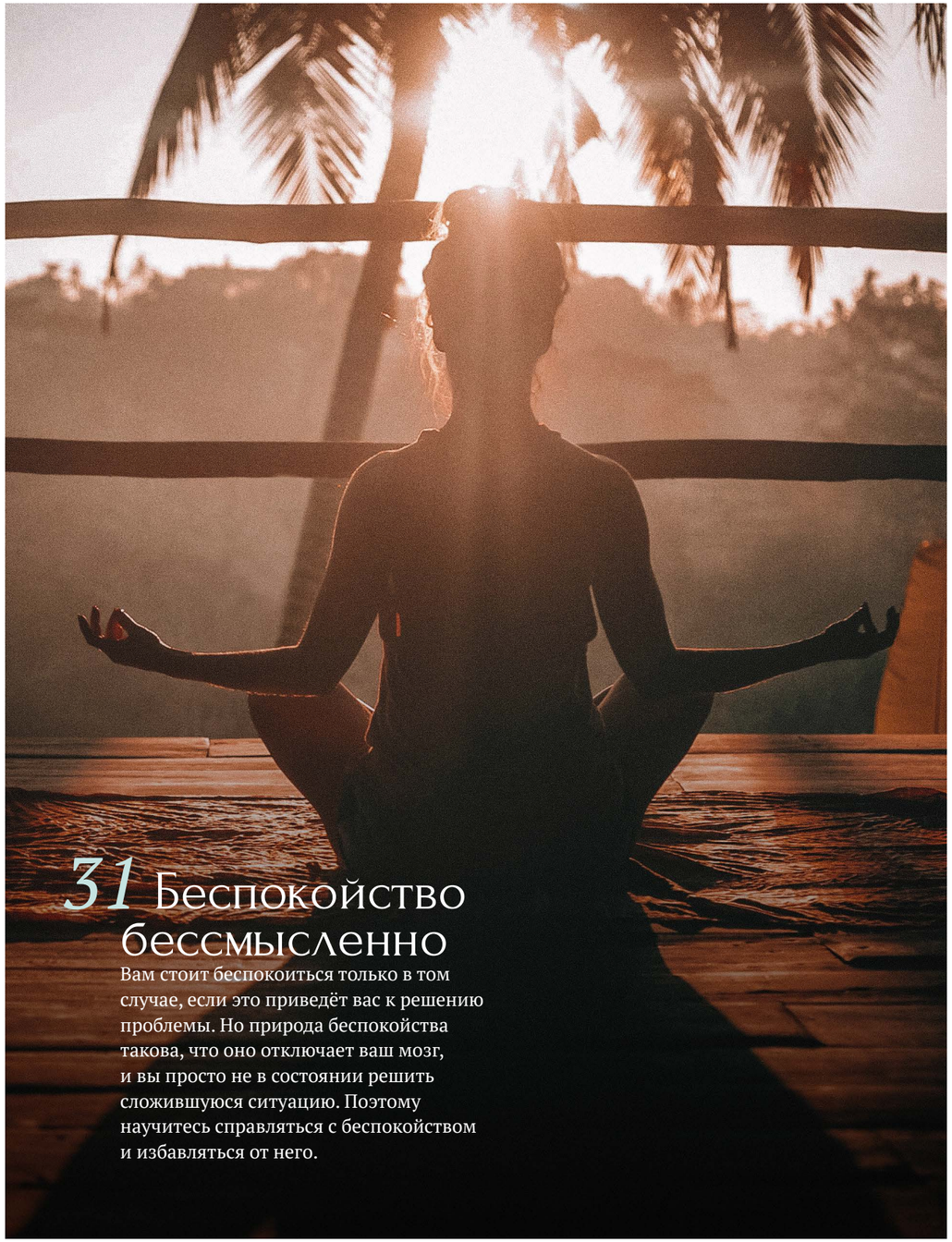
28 Маленькие вещи тоже важны. Все мы ждём больших побед и достижений, забывая о том, что они состоят из мелких, иногда незаметных шагов. Цените эти шаги.

29 Действуйте, чтобы найти цель в жизни

Она не найдёт себя сама. Помогите ей в этом и делайте всё возможное, чтобы отыскать цель.

30 Учитесь. Всегда. Учитесь каждый день, узнавайте что-то новое о разных вещах. Учёба держит наш мозг в тонусе даже в зрелом возрасте.





31 Беспокойство бессмысленно

Вам стоит беспокоиться только в том случае, если это приведёт вас к решению проблемы. Но природа беспокойства такова, что оно отключает ваш мозг, и вы просто не в состоянии решить сложившуюся ситуацию. Поэтому научитесь справляться с беспокойством и избавляться от него.

32 Исцелите свои раны

Не давайте ранам из своего прошлого определять вашу сегодняшнюю жизнь. Но и не притворяйтесь, что эти раны ничего не значат. Найдите поддержку у близких людей или у профессионалов по исцелению душевных ран.

33

Чем проще, тем лучше. Жизнь и так полна сложностей, путаниц и обязательств, которые делают её сложнее. Простая жизнь даёт пространство для радости и любимых занятий.

34

Делайте свою работу на «отлично». Если вы хотите чего-то добиться в жизни, вам придётся поработать. Конечно, есть редкие исключения, но не надейтесь на них. Надейтесь на себя.

35 Никогда не поздно

Поздно — это лишь оправдание для того, чтобы не пытаться. Добиться поставленных целей можно в любом возрасте.

36

Действия исцеляют тоску. Любые действия — это лекарство от беспокойства, прокрастинации, тоски и тревоги. Перестаньте думать и сделайте хоть что-нибудь.

37

Отпустите предрассудки. Не будьте привязаны к мнению других людей или убеждениям общества. Будьте открытыми для любых возможностей или идей. Вы удивитесь, как много возможностей даёт жизнь, если их не отвергать.

38

Слова имеют значение. Думайте, прежде чем говорить. Не используйте слова для того, чтобы обидеть человека. Когда вы сделаете это, назад дороги уже не будет.

39 Живите каждым днём

Когда вам будет 90 лет, сколько дней у вас останется? Живите сейчас и цените каждый из дней.

40

Любовь — это ответ на любой вопрос. Это сила, которая движет миром. Делитесь ею и выражайте её каждый день. Любите и делайте мир лучше.

«АРТЛАЙФ» — ЭТО ЛЮБОВЬ!



Красивая ПРАВДА

Когда вам зададут вопрос «Сколько вам лет?», не торопитесь отвечать на него сразу. Конечно, вы можете назвать цифру прожитых вами лет, начиная с рождения. Но эта цифра, скорее всего, не будет соответствовать тому, сколько вам лет СЕГОДНЯ. Вы оочень удивитесь, узнав, какой у вас реальный возраст.

Авторитетный врач, шведский невролог Йонас Фрисен заявил: каждому взрослому человеку в среднем пятнадцать с половиной лет. Если по паспорту вам, например, шестьдесят, то хрусталики ваших глаз в среднем на 22 недели старше, мозг примерно ваш ровесник, а вот вашей коже всего две недели от роду. Клетки межреберных мышц у людей, чей возраст 37-40 лет, как оказалось, в среднем имеют возраст 15,1 года, а клетки кишечника (кроме эпителия) — 15,9 года.

Из одной научно-популярной книги в другую кочует утверждение: наше тело почти полностью обновляется за семь лет. Старые клетки за этот срок полностью отмирают, их место занимают новые… Обновление нашего организма, действительно, происходит постоянно. За один день в нём появляются миллионы новых клеток, а миллионы старых отмирают. Но откуда взялась мифическая цифра семь лет, никто толком не знает. Тем более что для некоторых клеток срок обновления установлен более или менее точно.

> ХРУСТАЛИКИ ВАШИХ ГЛАЗ В СРЕДНЕМ НА 22 НЕДЕЛИ СТАРШЕ, МОЗГ ПРИМЕРНО ВАШ РОВЕСНИК, А ВОТ ВАШЕЙ КОЖЕ ВСЕГО ДВЕ НЕДЕЛИ ОТ РОДУ

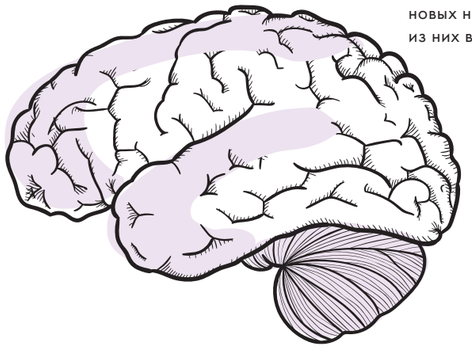
К примеру, клетки кожи полностью обновляются в среднем за три недели, а клетки внутренних стенок кишечника (точнее, клетки мельчайших ворсинок на стенках, всасывающих питательные вещества из пищевых масс) — за 3-5 дней. Клетки рецепторов на поверхности языка, которые помогают различать вкусы пищи, обновляются каждые 10 дней. Кровяные клетки — эритроциты — обновляются в среднем за 120 дней, поэтому, чтобы видеть картину изменений в нашем организме, врачи рекомендуют раз в полгода делать общий анализ крови..

Клетки печени обновляются за 300-500 дней. Если отказаться от алкоголя, не есть жирного и острого, не принимать лекарства, печень может полностью очиститься за 8 недель. Кстати, печень — единственный орган в нашем теле, который способен полностью восстанавливать свои функции даже при потере 75% своей ткани.

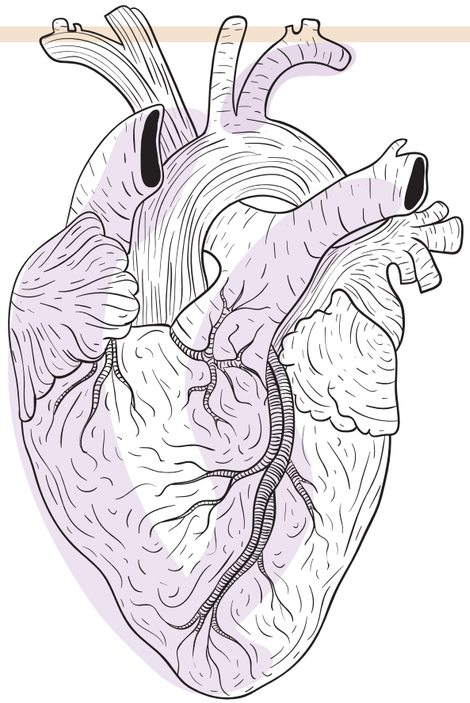
Клетки альвеол (воздушных мешочков на краях бронхов) возобновляются в течение одного года, а клетки на поверхности лёгких — каждые 2-3 недели. Костная ткань обновляется постоянно — сращение костей после переломов происходит именно за счет её регенерации. Однако же для того, чтобы полностью обновился наш скелет, необходимо от 7 до 10 лет.

Ногти на руках отрастают на 3-4 мм в месяц, а волосы в среднем — на один сантиметр. Полностью смениться волосы могут за несколько лет, в зависимости от их длины. Считается, что у мужчин смена волос происходит за три года, а у женщин этот процесс может достигать семи и более лет.

РИТМЫ ОБНОВЛЕНИЯ



Гиппокамп: 1 день.
Часть мозга, которая отвечает за обучение и память, каждый день пополняется тысячами новых нейронов. Но не все из них выживают



Сердце: возраст остается загадкой

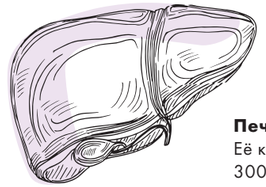
МОЗГ И СЕРДЦЕ ВОССТАНОВЛЕНИЮ НЕ ПОДЛЕЖАТ?

Гиппокамп
(от др.-греч. ἱππόκαμπος — морской конёк) — часть лимбической системы головного мозга. Участвует в механизмах формирования эмоций, консолидации памяти (то есть перехода кратковременной памяти в долговременную), пространственной памяти, необходимой для навигации.

Чем сложнее строение ткани и её функция, тем длительнее процесс её регенерации. В нашем теле наиболее сложной по строению считается нервная ткань. И, хотя раньше учёные были уверены, что нервная ткань не восстанавливается, в настоящее время выявлено, что и в ней возможны регенеративные процессы. А вот головной мозг, хрусталики глаз, сердце всё ещё хранят множество нераскрытых загадок, эти органы ещё до конца не изучены. На данный момент учёные считают, что процесс их регенерации практически невозможен.

Шведского невролога Йонаса Фрисена больше всего, разумеется, интересует головной мозг. Из исследований, проведённых им и его коллегами на животных, а также на одном пациенте, умиравшем от рака и согласившимся на введение в его мозг слаборадиоактивного изотопа, известно, что после новые нейроны могут возникать только в двух областях: в гиппокампе и вокруг желудочков мозга.

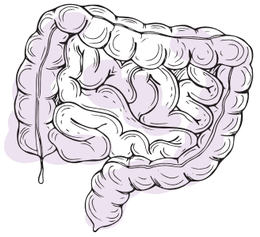
По данным Фрисена, клетки мозжечка моложе самого человека в среднем на 2,9 года. Мозжечок, как известно, отвечает за координацию движений, а она развивается у ребёнка только к трём годам, поэтому можно предположить, что клетки мозжечка окончательно формируются примерно через три года после рождения человека. Кора головного мозга имеет тот же возраст, что сам человек, то есть на протяжении жизни в ней не появляются новые нейроны. Остальные отделы мозга ещё только изучаются.



Печень: 1 год.
Её клетки регенерируют за 300 – 500 дней, поэтому можно взять у живого человека часть печени и пересадить нуждающемуся — печень разрастётся

Желудок: 5 дней.
Клетки эпителия желудка, которые фильтруют питательные вещества внутрь организма, заменяются очень быстро





Кишечник: 16 лет.
За исключением клеток эпителия кишечника, которые меняются каждые 5 дней



МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА



Андрей СОКОЛ,
врач-невролог, кандидат медицинских наук, доцент кафедры нормальной анатомии Белорусского государственного медицинского университета

— Для того чтобы улучшить состояние мозгового кровообращения, обратите внимание на свою шею. Согнутая шея — это бич современного человека. В поперечных отростках шейных позвонков проходят артерии, питающие мозг. Когда вы сидите, вжав голову в плечи или опустив её, артерии пережимаются — и ваш мозг начинает хуже снабжаться кровью, то есть хуже питаться. Иногда уменьшение необходимого ему объёма питания достигает 30%, а то и 50%. Из-за этого возникает чувство недомогания, слабость, тошнота, шум в ушах, озноб или ощущение духоты, раздражительность, нервозность, потеря сил. Весь этот комплекс неприятных ощущений является проявлением вегето-сосудистой дистонии. Поэтому неврологи рекомендуют делать изометрическую гимнастику. Прикладываете ладони поочерёдно к правой и левой стороне головы и давите на ладонь головой по 10 секунд с каждой стороны. Со временем благодаря такой гимнастике улучшится состояние мышечного корсета, который удерживает голову в вертикальном положении. Шейные артерии будут меньше пережиматься, соответственно, улучшится кровоснабжение шейного отдела позвоночника и мозга.



В ОЖИДАНИИ НОВЫХ МЕТОДОВ ЛЕЧЕНИЯ

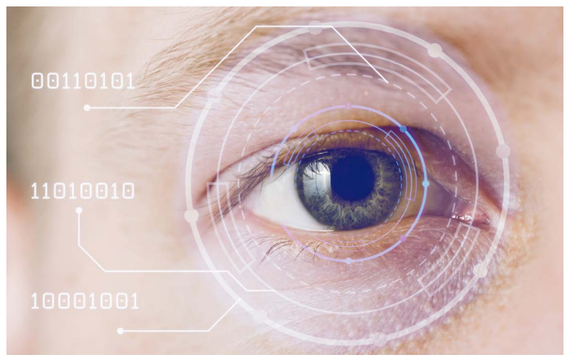
Измерение возраста тканей и органов проводится учёными не из-за простого любопытства. Зная скорость обновления клеток, возможно, врачи и учёные найдут способы лечить катаракту, ожирение и некоторые нервные болезни. В 2004 году исследователи из Колумбийского университета (США) обнаружили, что при депрессии в гиппокампе возникает слишком мало новых нейронов, а некоторые лекарства от депрессии стимулируют этот процесс. Болезнь Альцгеймера также связывают с недостаточным нейрогенезом в гиппокампе. При болезни Паркинсона, насколько известно, отмирание старых клеток не уравновешивается появлением новых.

Знание о том, как часто у людей возникают новые жировые клетки, поможет лечить ожирение. Пока никто не знает, связана ли эта болезнь с увеличением числа или размеров жировых клеток. Изучение частоты появления новых клеток печени и поджелудочной железы позволит создать новые методы диагностики и лечения рака печени и диабета.

Весьма актуален вопрос о возрасте мышечных клеток сердца. Специалисты считают, что отмирающие клетки заменяются фиброзной соединительной тканью, поэтому сердечная мышца со временем слабеет. Но точных данных об этом процессе нет. Йонас Фрисен и его группа сейчас работают над определением реального возраста сердца в сравнении с тем, который «по паспорту».

ГДЕ НАШИ 15 ЛЕТ?

Американские исследователи научились измерять возраст хрусталика глаза. Его центральная часть формируется из прозрачных клеток на шестой неделе жизни эмбриона и остаётся неизменной всю жизнь. Но на периферии хрусталика постоянно добавляются новые клетки, делая хрусталик более толстым и менее гибким, что сказывается на его способности фокусировать изображение. Изучив этот процесс, врачи, возможно, найдут способ оттянуть начало катаракты на пять лет, считает Брюс Буххольц из Ливерморской национальной лаборатории (США). В этой лаборатории проводятся масс-спектрометрические измерения образцов хрусталика, которые поступают из Калифорнийского университета и лаборатории Фрисена.



Если многие «детали» нашего организма постоянно обновляются и в результате оказываются значительно моложе их обладателя, то возникают некоторые вопросы. Например, если верхнему слою кожи всего две недели, почему она не остается всю жизнь гладкой и розовой, как у двухнедельного младенца? Если мышцам примерно 15 лет, почему 60-летняя женщина менее ловкая и подвижная, чем 15-летняя девочка? По мнению учёных, причина таких несоответствий — в митохондриальной ДНК. Она накапливает повреждения быстрее, чем ДНК клеточного ядра. Именно поэтому кожа со временем всё-таки видимо стареет: мутации в митохондриях приводят к ухудшению качества её важного составного материала — коллагена.



> ЕСЛИ ВЕРХНЕМУ СЛОЮ КОЖИ ВСЕГО ДВЕ НЕДЕЛИ, ПОЧЕМУ ОНА НЕ ОСТАЕТСЯ ВСЮ ЖИЗНЬ ГЛАДКОЙ И РОЗОВОЙ, КАК У ДВУХНЕДЕЛЬНОГО МЛАДЕНЦА?

МОЗГ нужно питать и защищать



Мозг у нас один, и его клетки, по мнению учёных, не обновляются в течение жизни. Поэтому нужно поддерживать функции мозга в здоровом и рабочем состоянии любыми доступными способами, в том числе с помощью биологически активных комплексов.



КОМПЛЕКС «МЕМОРИ РАЙС» создан для поддержки активной работы мозга, улучшения умственной работоспособности и нормализации деятельности нервной системы. В составе комплекса — питательные вещества, которые улучшают мозговой кровоток, оказывают гипоксическое действие и обеспечивают трофическую поддержку центральной нервной системы. «Мемори Райс» рекомендован при нарушениях памяти, внимания, зрения, слуха. Его можно применять в составе комплексной терапии при гипертонии, гипоксии, атеросклерозе, варикозной болезни. А также в качестве средства дополнительной поддержки после инсульта, инфаркта, черепно-мозговых травм или травм периферической нервной системы.

Плоды растения готу кола в составе комплекса, а также корень женьшеня и экстракт гуараны оказывают тонизирующее действие на весь организм. Глутаминовая кислота и микроэлементы кальций и магний принимают участие в регуляции нервного импульса и обеспечении энергией клеток нервной ткани. Гамма-аминомасляная кислота и пустырник предохраняют нервную ткань от перевозбуждения, которое мешает интенсивной работе мозга. Экстракт гинкго билоба и плоды боярышника регулируют микроциркуляцию и предохраняют от развития застойных явлений в артериях и венах головного мозга, а также обеспечивают профилактику повышенного артериального давления. Комплекс питательных веществ, который включает инозитол, витамины группы В, ферменты и аминокислоты, стабилизирует энергообмен, поддерживает резерв пластического материала для восстановления мембран нервных клеток и позволяет сохранить высокий уровень их активности. Кроме того, этот комплекс осуществляет регуляцию молекулярных процессов, которые обеспечивают хорошую память и концентрацию внимания.

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ



Для улучшения мозгового кровообращения рекомендуется принимать биологически активный КОМПЛЕКС «НЕЙРОСТРОНГ». Он обладает антиоксидантным действием, способствует улучшению микроциркуляции и обмена веществ в головном мозге, эффективен в комплексной терапии нарушений мозгового кровообращения. «Нейростронг» незаменим при снижении трудоспособности, при ослаблении памяти и концентрации внимания, при переутомлении и хронической усталости. Его можно использовать в качестве дополнительной поддержки после травм и интоксикаций головного мозга, при сахарном диабете, ангиопатии, атеросклерозе.

Глутаминовая кислота в составе комплекса нормализует процесс передачи импульса в центральной нервной системе, повышает резистентность организма к гипоксии. Экстракт растения готу кола улучшает кровообращение и снабжение мозга кислородом, благодаря чему активизируется мышление и улучшается память. «Нейростронг» содержит антиоксиданты, которые блокируют процесс разрушения клеточных мембран и замедляют старение. Экстракт гинкго билоба укрепляет стенки сосудов и улучшает отток венозной крови от головного мозга. Корень имбиря и корень солодки способствуют устранению спазма сосудов и снимают головную боль. Лецитин снижает уровень холестерина в крови, уменьшает её вязкость, питает нервную ткань. Побеги черники оказывают мягкую профилактику повышенного давления. А витамины группы В повышают эффективность энергообмена в клетках мозга.

КАКИЕ ВИТАМИНЫ ПОЛЕЗНЫ ДЛЯ МОЗГА?

Самыми важными для нормальной работы мозга являются витамины группы В.

Тиамин (В1) — оптимизирует функции нейронов, улучшает память и координацию, способствует избавлению от беспокойства, бессонницы, депрессии, хронической усталости, быстрой утомляемости.

Рибофлавин (В2) — стимулирует мозговые процессы, подавляет сонливость и усталость от мыслительной деятельности, снижает вероятность возникновения головных болей вследствие перенапряжения.

Пантотеновая кислота (В5) — стимулирует процесс передачи сигналов между нейронами мозга, помогает нервной системе справляться с негативными последствиями при употреблении алкоголя и никотина.

Пиридоксин (В6) — способствует повышению мозговых реакций, делает ум более острым, снимает раздражительность и апатию.

Никотиновая кислота (В3) — отвечает за состояние памяти, оптимизирует процессы запоминания, положительно влияет на концентрацию.

Фолиевая кислота (В9) — улучшает память, позволяет быстрее запоминать информацию, избавляет от бессонницы и усталости.

Цианокобаламин (В12) — помогает быстрее настроиться на рабочий режим, стать бодрым и энергичным.

«МультиЛиз» — метабиотик нового поколения



В линейке продуктов «Артлайф», рекомендованных для применения не только взрослым, но и детям с трёх лет, появился новый — и очень своевременный! — напиток «МультиЛиз». Это метабиотик нового поколения, задача которого — укреплять иммунитет и стимулировать рост полезной микрофлоры.

Метабиотики — это новое поколение препаратов для устранения и профилактики дисбактериоза. Метабиотики являются продуктами метаболизма пробиотических бактерий и не только способствуют росту полезной микрофлоры, но и подавляют патогенную микрофлору.

Весной собранные на даче или в лесу ягоды, хранившиеся всю зиму в морозильной камере, уже потеряли весь свой запас витаминов, так что полезный морс или компот из них уже не сделаешь. А привозные фрукты и соки в коробках никогда и не имели этого запаса, так что они тоже не помощники в укреплении уставшего за зиму организма. В этот момент как никогда нужен такой напиток как «МультиЛиз» — он не только порадует глаз своим задорным цветом спелой тыквы, но и поможет при ослаблении иммунитета, пищеварительных расстройствах и сниженной сопротивляемости организма инфекциям.

Основой для этого совершенно уникального напитка стало ферментированное пюре тыквы, комбуча (чайный гриб), ряд пребиотиков и лизаты пробиотических бактерий. Лизаты — это клетки полезных бактерий, расщеплённые на мельчайшие фрагменты белков — пептиды. Попадая в организм человека, бактериальные лизаты усиливают активность иммунной системы. Они воспринимаются организмом как сигнал усилить иммунную защиту против патогенных бактерий и вирусов. Кроме того, лизаты содержат

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ
БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

> «МУЛЬТИЛИЗ» НЕ ТОЛЬКО ПОРАДУЕТ ГЛАЗ СВОИМ ЗАДОРНЫМ ЦВЕТОМ СПЕЛОЙ ТЫКВЫ, НО И ПОМОЖЕТ ПРИ ОСЛАБЛЕНИИ ИММУНИТЕТА



полезные органические кислоты, витамины группы В и ферменты, необходимые для качественного пищеварения и обмена веществ.

▶ **«МультиЛиз» содержит только натуральные компоненты** и разрешён к применению детям с трёхлетнего возраста. Он может стать хорошей поддержкой для иммунитета часто болеющих детей, особенно в сезонные периоды обострения острых респираторно-вирусных заболеваний. Комбуча в виде порошка из высушенного чайного гриба, которая входит в состав напитка, — это богатый источник витаминов, органических кислот, полисахаридов, катехинов и полифенолов. Комбуча способствует повышению общего тонуса организма, улучшает аппетит и пищеварение, а также выводит токсины.

▶ **Ферментированное пюре тыквы** в составе напитка улучшает перистальтику и очищение кишечника благодаря клетчатке и пектинам. Кроме того, пюре тыквы поддерживает способность организма противостоять инфекциям за счёт витаминов и минералов, которые содержит тыква, в тои числе витамина С.

▶ **Пребиотические компоненты напитка «МультиЛиз»** (лактулоза, гуаровая и ксантановая камеди) формируют благоприятные условия для деятельности кишечника: улучшают его перистальтику и очищение, а также помогают работе печени. Кроме того, лактулоза является питательным субстратом для роста и размножения полезных бифидо — и лактобактерий. Но этим её деятельность в организме не заканчивается — лактулоза ещё и способствует лучшему усвоению минеральных веществ, особенно кальция.

«МультиЛиз» рекомендуют пить тем, кто принимает антибиотики, причём не только после курса терапии, но и во время него — для профилактики дисбиоза (нарушение баланса микробиоты человека). Помогает он поддержать организм и при расстройствах пищеварения (запоры, диарея), а также при атопическом дерматите у детей и взрослых, при угревой сыпи и аллергозах эндогенного характера. В общем, ни в одной семье не обойтись без такого ценного и уникального продукта, как новый напиток «МультиЛиз»!

«МультиЛиз» выпускается в виде саше-пакетов по 5 грамм, содержимое которых нужно разводить в 50 мл питьевой воды.



Зачем людям нужны ЛИЗАТЫ

ИНТЕРВЬЮ
Марина ЧИЖОВА

«Артлайф» была первой компанией в России, которая создала продукты функционального питания (коктейли, каши, конфеты), обогащенные про- и пребиотиками. Но сегодня в компании создана мощная база для развития совершенно нового направления: выпуск биологически активных комплексов и продуктов питания, созданных на основе биотехнологии. Для этого оборудовано более 1000 квадратных метров производственных площадей, сформирована собственная библиотека штаммов бактерий, их производных и редких грибов, освоены технологии микрокапсулирования бактерий. Всё это позволило компании производить уникальные продукты, аналогов которым нет в мире.

Несколько биотехнологических новинок с использованием особых веществ — лизатов пробиотических бактерий — «Артлайф» уже выпустил. В их числе — конфеты «Пантогемка Плюс», биокомплекс для детей «Панбиолакт Кидс», комплекс для поддержки иммунитета «Супер шилд Актив», спрей-иммуностимулятор «ИммуЛиз Актив», напиток «МультиЛиз», линия средств по уходу за полостью рта, косметическая линия «ProBioCosmetics», а также несколько продуктов функционального питания: каши и детский молочный коктейль. В состав всех этих продуктов включены пептидные ультрализаты.

Что такое лизаты и зачем они нужны людям — об этом мы попросили рассказать Анну Немойкину, начальника производства биотехнологических пищевых продуктов «Артлайф».



>>

Анна Леонидовна, про пользу пробиотиков потребителям давно рассказали в телевизионной рекламе. А вот слово «лизаты» обычным людям пока мало известно. Вы можете рассказать, что это такое?

Лизаты бактерий — это «кусочки» тех самых пробиотиков. То есть не живые бактерии, а их клетки, расщеплённые на мельчайшие фрагменты белков. Кроме того, лизаты содержат продукты жизнедеятельности пробиотиков, их обмена веществ.

Ещё недавно медицина использовала только живые бактерии в лечебных целях. Почему сейчас стали использовать другие бактериальные формы?

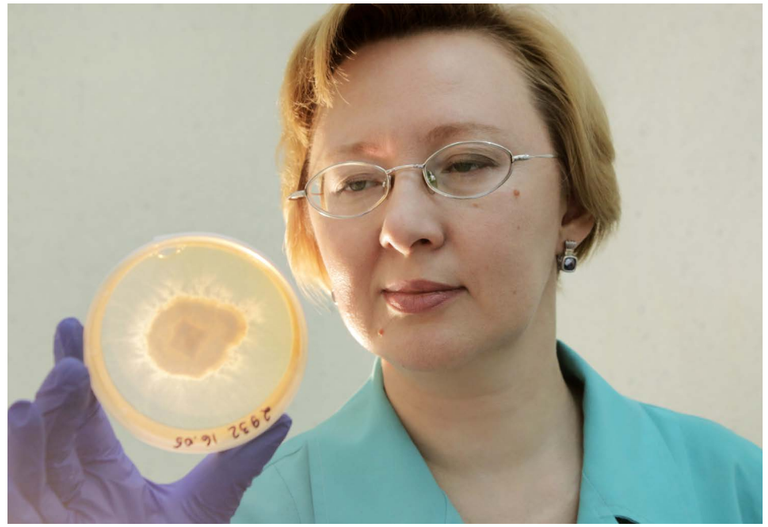
Недавние исследования показали, что инактивированные (неживые) бактерии также способны принести нам немало пользы. Более того, в отдельных случаях есть преимущества их использования перед живыми бактериями. Разные формы бактериального материала оказывают различное воздействие на человеческий организм.

Бактериальные препараты с живыми пробиотиками назначаются пациентам с дисбиозом — нарушением микробного равновесия в пищеварительном тракте. Пищеварение и иммунитет неразрывно связаны: и то, и другое зависит от активности бактерий, заселяющих кишечник. Что такое иммунитет? Это способность клеток распознавать патогены и своевременно давать им отпор — уничтожать или связывать, а затем выводить. На это способны только здоровые клетки, в которые ежедневно поступают необходимые питательные вещества. При дисбалансе микрофлоры в кишечнике пища плохо переваривается, в кровь не поступает достаточное количество эссенциальных веществ, питание клеток нарушается, а значит, плохо работают их рецепторы и механизм подавления болезнетворных микроорганизмов.



Попадая в кишечник, пробиотики начинают размножаться, заселять его, подавляют патогенные микроорганизмы, понемногу выравнивая баланс между вредными и полезными бактериями. Кишечная микрофлора снова становится способной эффективно переваривать пищу, продуцирует витамины группы В и минорные сахара, необходимые для здорового обмена веществ. Организм получает все необходимые для жизнедеятельности элементы, и его защитные силы увеличиваются.

Лизаты действуют по-другому. Они модулируют ответ цитокинов — информационных молекул лимфоцитов, макрофагов, гранулоцитов



СПРАВКА

Анна Немойкина

Кандидат биологических наук

Заведующая лабораторией биополимеров и биотехнологии Томского государственного университета

Начальник производства биотехнологических пищевых продуктов «Артлайф»

Опыт работы в области биотехнологии — 17 лет

и других иммунных клеток, регулирующих клеточный и гуморальный иммунитет. Цитокины отвечают за взаимодействие клеток между собой, за передачу сигналов об опасности, запускающих в клетках противовоспалительные, цитотоксические и противовирусные реакции. То есть лизаты воспринимаются организмом как сигнал усилить иммунную защиту.

Но сами лизаты безвредны?

Да, абсолютно.

Вы сказали, что у лизатов есть преимущества перед живыми бактериями, которые содержатся в пробиотических продуктах. Расскажите об этом подробнее, пожалуйста.

Хочу подчеркнуть, что польза живых пробиотиков нисколько не умаляется, просто существуют ограничения по их применению. При некоторых заболеваниях использование пробиотиков нежелательно: при острых воспалительных процессах в ЖКТ, например, при панкреатите или повышенной проницаемости кишечника. Пробиотики могут способствовать микробной транслокации, то есть проникновению микроорганизмов через «дырявый» слизистый барьер в кровоток или лимфоток, и усилить воспалительные реакции. Пробиотики могут спровоцировать воспалительные реакции у людей с аллергией или у детей с ещё несовершенным иммунитетом. Лизаты же стимулируют иммунитет без риска усилить воспалительные реакции.

> ЛИЗАТЫ ВОСПРИНИМАЮТСЯ ОРГАНИЗМОМ КАК СИГНАЛ УСИЛИТЬ ИММУННУЮ ЗАЩИТУ

Кроме того, применение живых пробиотиков рекомендовано только после антибиотикотерапии. А вот лизаты можно применять одновременно с использованием антибиотиков. Лизаты не только активируют иммунитет, но и предотвращают повреждение клеток кишечного эпителия, а также поддерживают рост микрофлоры.

В чем ещё ценность лизатов?

Обычно необходимые организму аминокислоты мы получаем в результате пищеварения. Под действием энзимов поглощённые нами растительные или животные белки распадаются на более простые молекулы — аминокислоты, которые всасываются в кровь и с помощью кровотока распределяются в организме. На этот процесс тратится довольно много энергии и времени. Лизаты же в своем составе уже содержат аминокислоты, которые могут сразу всасываться в кровь в кишечнике или даже в ротовой полости. Именно этим определяются ценные пищевые свойства лизатов — на их усвоение организм не тратит много энергии и сам процесс происходит гораздо быстрее.

Также лизаты — это отличный питательный субстрат. Мелкие белковые фракции легко поглощаются бактериями и способствуют их росту, то есть можно говорить о пребиотических свойствах лизатов. Высокая белковая ценность продуктов с лизатами — ещё один плюс при их использовании детьми, пожилыми людьми и спортсменами.

Стоит отметить, что наши лизаты не содержат белок молока. И в этом их уникальность на российском рынке. Бактериальные лизаты в лаборатории «Артлайф» получают из микроорганизмов, которые выращены на безмолочных питательных средах. Это делает их абсолютно безопасными для людей с непереносимостью молочных продуктов.



Инновационная косметика серии ProBioCosmetics создана на основе пробиотических культур. Лизаты пробиотических бактерий создают защитную среду на поверхности кожи, препятствуя воспалениям и восстанавливая микробиом кожи.



Лизаты в составе пищевых продуктов не теряют свою эффективность?

Да, лизатам не вредят температурное воздействие и обработка. И это ещё один их плюс — как для хранения и транспортировки, так и для производства различных продуктов.

А есть какие-то показатели эффективности лизатов? Для пробиотиков таким показателем является КОЕ — количество микроорганизмов на 1 грамм продукта.

Для лизатов подобные нормы не установлены. Значимым фактором является концентрация в них пептидов и аминокислот. «Артлайф» использует высокоэффективную технологию ферментирования, которая позволяет получить продукт с высоким содержанием аминокислот.

> ЛИЗАТЫ «АРТЛАЙФ» НЕ СОДЕРЖАТ БЕЛОК МОЛОКА — В ЭТОМ ИХ УНИКАЛЬНОСТЬ

И, кстати, передозировка лизатов невозможна — чем больше лизатов в продукте, тем выше его биологическая ценность и эффективнее воздействие.

Кому всё-таки нужны лизаты пробиотических бактерий? При каких проблемах они особенно эффективны?

Основное преимущество лизатов — иммуностимулирующая активность без риска провокации или усиления воспалительных реакций. Это определяет сферу их применения: иммуномодуляция у взрослых и детей. Продукты с лизатами могут быть использованы при терапии, пагубно влияющей на микрофлору кишечника: антибактериальной, гормональной, лучевой или химиотерапии. Они нужны для усиления иммунной защиты у людей, склонных к аллергическим реакциям, с воспалительными заболеваниями ЖКТ. Лизаты могут использоваться в периоды сезонных обострений ОРВИ, при снижении сопротивляемости организма инфекциям у пожилых людей, при адаптации детей к дошкольным и школьным учреждениям. Концентраты лизатов могут быть использованы в качестве дополнительного источника легко усваиваемого белка для спортсменов, детей, людей преклонного возраста, при восстановлении после болезней и операций.

Спасите свой кишечник ОТ ТОКСИНОВ!

В ассортименте биологически активных комплексов «Артлайф» появился новый продукт — «Сорбиотик». Его задачи — общая детоксикация организма и метаболическая коррекция микробиоценоза кишечника.

«Сорбиотик» — это инновационный сорбент, созданный на основе гуминовых и фульвовых кислот, с добавлением пребиотиков и метабиотиков нового поколения

«Сорбиотик» нейтрализует токсины различного происхождения, угнетает рост патогенных и условно патогенных микроорганизмов и грибков, регулирует pH кишечной среды, стимулирует рост и метаболическую активность нормофлоры. И это ещё не всё, на что способен уникальный биотехнологический продукт нового поколения!

Он обладает выраженным эффектом детоксикации, улучшает работу желудочно-кишечного тракта, помогает поддерживать баланс и видовое разнообразие полезных бактерий в кишечнике. Приём нового комплекса рекомендуется при различных заболеваниях кишечника инфекционной и неинфекционной природы. В их числе: нарушение кишечного биоценоза, метаболический синдром, синдром недостаточности пищеварения, диспепсия, метеоризм, запоры, диарея, эндотоксикозы. Кроме того, «Сорбиотик» может служить вспомогательным средством при лечении энтерогенных заболеваний желчного пузыря и печени, а также при эндогенно обусловленных аллергических кожных заболеваниях.

В состав нового комплекса входит запатентованная субстанция на основе гуминовых веществ и фульвовой кислоты — «Эндофульвин». Гуминовые вещества — это сложная смесь высокомолекулярных соединений, основная органическая составляющая почвы. Они образуются

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ



BIOTECH
МАКРОЗАБОТА О МИКРОБИОМЕ

НОВИНКА!

СОРБИОТИК

СРЕДСТВО ОБЩЕЙ ДЕТОКСИКАЦИИ И КОРРЕКЦИИ МИКРОБИОЦЕНОЗА КИШЕЧНИКА

МОЩНЫЙ СОРБЦИОННЫЙ КОМПЛЕКС
связывает и выводит эндо- и экзотоксины

ПОСТБИОТИЧЕСКИЙ МЕТАФИЛЬТРАТ «СУБТИЗИМ»
подавляет рост патогенных бактерий и грибков

КОМПЛЕКС ПРЕБИОТИКОВ
стимулирует рост полезной микрофлоры

БАКТЕРИАЛЬНЫЕ МЕТАФИЛЬТРАТЫ
обеспечивают кишечник полезными метабиотиками, регулируют его функциональность

КОЛЛОИДНАЯ ФОРМА
увеличивает скорость воздействия компонентов

Арт Лайф





Принимая на себя значительные объёмы токсинов, **фульвовые кислоты** облегчают работу печени

при разложении в почве растительных и животных остатков, которые меняют свою структуру под действием микроорганизмов, а также воды, солнца и других факторов среды.

Фульвовые кислоты — это наиболее активно участвующая в природных химических процессах часть гуминовых веществ. Одна молекула фульвовой кислоты содержит 14 тетратриллионов электронов, которые она способна отдать, нейтрализуя свободные радикалы. Имея очень маленький размер, молекула фульвовой кислоты может работать как внутри клетки, так и снаружи, а также превращать недоокисленные продукты («клеточный мусор») в новые питательные вещества для клетки.

Субстанция «Эндофульвин» производится по особой технологии, в соответствии с которой исходное природное сырье проходит через несколько ступеней очистки, фильтрации и ультрафильтрации, что позволяет достичь высокой степени биодоступности и эффективности.

КАК РАБОТАЮТ ФУЛЬВОВЫЕ КИСЛОТЫ?

Фульвовые кислоты считаются одними из лучших природных детоксикантов с высоким связывающим потенциалом. Благодаря малому молекулярному весу активных компонентов они отличаются высокой проникающей способностью, а их избирательность дает возможность связывать исключительно вредные соединения. Эти свойства позволяют фульвовым кислотам эффективно выводить из организма эндотоксины, соли тяжелых металлов, радионуклиды, продукты распада. Принимая на себя значительные объёмы токсинов, фульвовые

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ



кислоты облегчают работу печени. Также фульвовые кислоты являются избирательным пребиотиком, стимулируют рост бифидогенной флоры, нормализуют перистальтику, повышают местный иммунитет.

Доказана эффективность фульвовой кислоты при диарее и дисбактериозе.

Клинически подтверждено, что фульвовые кислоты абсолютно безопасны для организма, не обладают мутагенной, канцерогенной и эмбриотоксической активностью. Их успешно применяют в терапии различных патологий, в лечении воспалительных процессов бактериального характера, при нарушении обмена веществ, иммунодефиците и токсичных отравлениях.

Фульвовые кислоты – действенные помощники в случае аллергии. Они способны связывать и быстро выводить из организма аллергены. Если включить кислоты в схему лечения пациентов, у которых аллергия выражена в виде зуда и покраснения кожи, то эти симптомы исчезают на 5-7 дней раньше по сравнению с обычным лечением.

ЗАЩИТА ОТ ПАТОГЕНОВ И ВИРУСОВ

Фульвовые кислоты способны воздействовать на условно патогенную флору, создавая губительную среду для многих возбудителей болезней, в том числе грибков вида кандида, синегнойной палочки, сальмонеллы, золотистого и эпидермального стафилококка.

Кислоты катализируют метаболизм возбудителей болезней, что приводит к их ускоренному саморазрушению.

Фульвовые кислоты также помогают человеческому организму справляться с вторжением вирусов. Молекулы фульвовых кислот обволакивают вирусы, препятствуя их проникновению в клетку, что значительно замедляет процесс инфицирования. Приём фульвовых кислот эффективен в целях профилактики и на ранних этапах развития болезни.

ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ КОМПЛЕКСА «СОРБИОТИК»

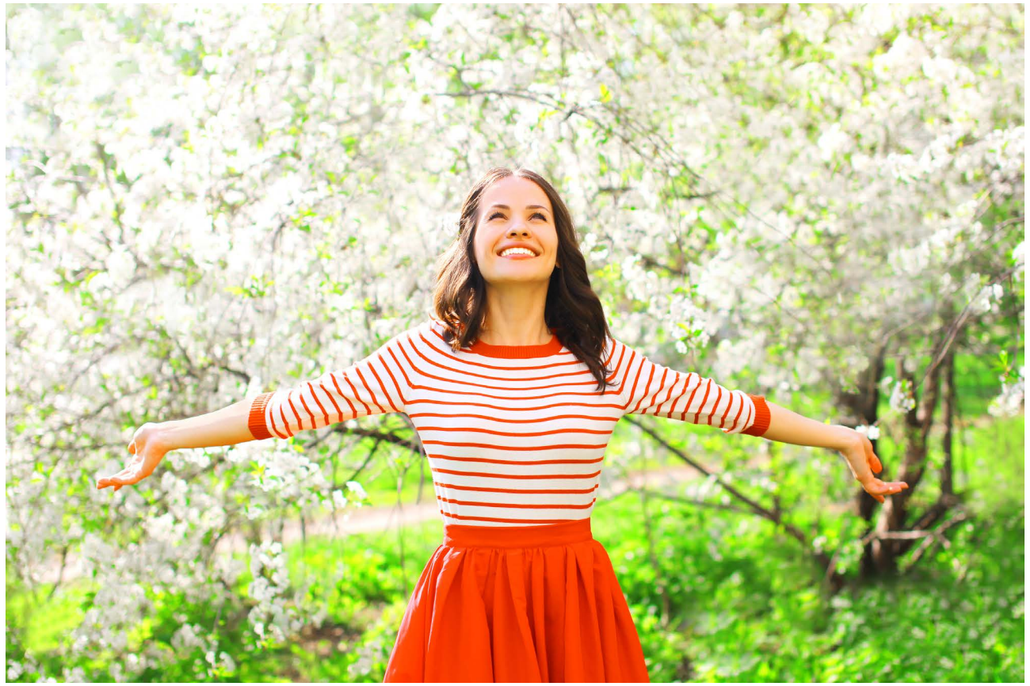
Коллоидная форма раствора обеспечивает быстроту действия.

Широкий спектр действия: сорбционное, пребиотическое, антибактериальное, восстановление pH.

Биотехнологические компоненты. В состав «Сорбиотика» входит мета-биотический субстрат «Субтизим». Он помогает бороться с патогенными бактериями, обладает ферментативной активностью, стимулирует защитные силы организма.

В составе «Сорбиотика» есть метаболиты лечебного гриба* Hericium coralloides (Ежовика коралловидного). Они содержат полисахариды бета-глюканов, способных стимулировать созревание иммунных клеток, снижать всасывание холестерина в кишечнике и его содержание в крови.

**Лечебные грибы компании «Артлайф» культивируются в жидких стерильных питательных средах, что обеспечивает отсутствие в них тяжёлых металлов и токсичных веществ.*



Где весной найти БОДРОСТЬ и ЗДОРОВЬЕ?

Усталость, апатия, серый цвет лица и депрессивное состояние — это лишь малая часть последствий долгой зимы и многомесячного отсутствия солнца. Как быстро привести себя в форму, вернуть состояние бодрости, снова почувствовать радость жизни? Ответы на эти вопросы даёт вице-президент компании «Артлайф» по науке и производству, врач **Андрей ВЕКОВЦЕВ.**



? В последние месяцы у меня ощутимо понизилось давление, стала часто болеть голова, появилась постоянная усталость. Что посоветуете пропить, какие витамины или, может быть, комплексы минералов?

Маргарита ВАЛИУЛИНА, г. Красноярск

— Пасмурные и холодные дни не просто влияют на настроение, они меняют биохимию организма. Плюс зимой с нашего стола исчезают свежие фрукты и овощи, богатые витаминами, мы переходим на несбалансированное питание, которое нередко состоит из полуфабрикатов. К тому же нам не хватает ультрафиолета, в результате чего ухудшается фосфорно-кальциевый обмен, повышается чувствительность к колебаниям погоды, ослабляется сопротивляемость организма. Поэтому первое, что я советую сделать, — восстановить баланс витаминов и микроэлементов. После долгой зимы прежде всего необходимы витамины А, С, Е, Д, группы В, а также микроэлементы цинк, селен и кальций. «Артлайф» производит целый набор биологически активных комплексов и продуктов функционального питания с этими витаминами и микроэлементами: различные взвары, витаминизированные кисели, чаи, например, чай **«Ройбуш»,** который





содержит в своём составе девять жизненно важных микроэлементов, в том числе железо, магний, медь, цинк, марганец и другие, а также витамин С в объёме 50% от суточной нормы. Из витаминной серии я рекомендую комплексы **«Дискавери», «АСЕвит», «Кальцимакс».** Очень хорошие результаты дает взвар **«Кошачий коготок».** Он не только компенсирует нехватку витамина С, но и значительно укрепляет иммунитет благодаря действию уникального компонента в его составе — коры южноамериканской лианы Uncaria Tomentosa («кошачий коготь») .



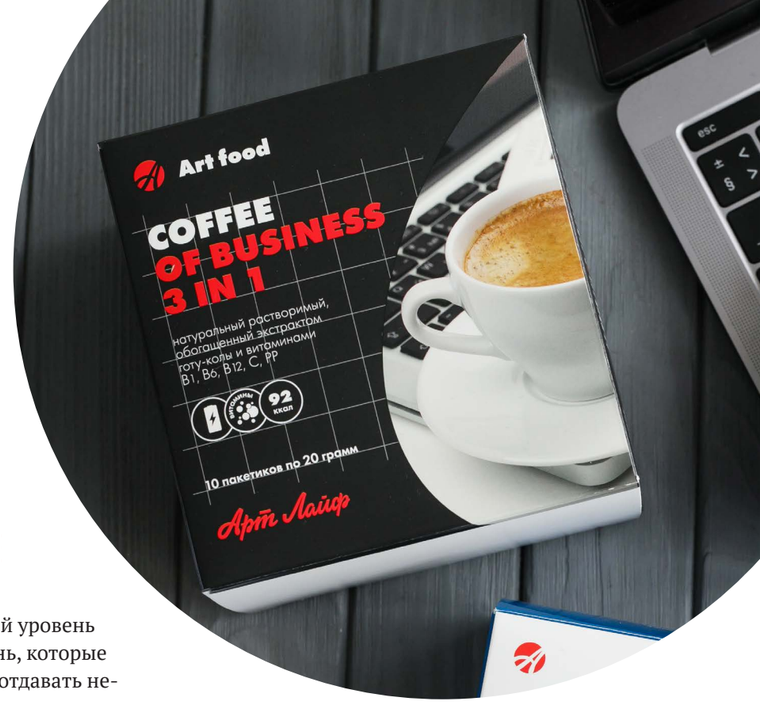


Мой муж — заядлый кофеман. Когда в маленькую чашку он кладёт три ложки растворимого кофе и две ложки сахара, мне хочется спросить — а куда ты воду наливать будешь? Крепкий кофе он пьёт раз пять-шесть в день, говорит, что это помогает ему сохранять бодрость и работоспособность. Но сейчас и мне уже хочется использовать его способ взбодриться — в последние месяцы просыпаюсь по утрам с большим трудом, в течение дня постоянно чувствую усталость. Слышала, что «Артлайф» выпускает кофе, который не так вреден для организма, как обычный растворимый. Это так?

Татьяна ПОЛУНИНА, г. Самара

— Кофеин действует быстро, но недолго. Человек выпивает чашку крепкого кофе, ощущает прилив бодрости, а через час-другой чувствует себя ещё более утомленным. К тому же кофе обладает мочегонным действием и обезвоживает организм. Так что ежедневно взбадривать себя кофеином — занятие непродуктивное. Этим зимнюю усталость не одолеешь. Нужно корректировать весь рацион питания: внести в него продукты, богатые витамином В (он снимает усталость), кальцием, калием (улучшают обменные процессы и способствуют восстановлению сил), фосфором, который необходим работникам умственного труда. Если вы всё же являетесь большим любителем кофе и не можете представить свой день без него, то употребляйте его в умеренном количестве и только качественные сорта. Что касается кофе, который производит «Артлайф», то могу сказать, что наши специалисты создали «функциональный» кофе. Он обогащён добавками, которые помогают поддерживать здоровье.





САМЫЙ НУЖНЫЙ КОФЕ

Людям, которым важен высокий уровень работоспособности каждый день, которые успевают не только работать и отдавать немало сил семье, но ещё и занимаются спортом, «Артлайф» предлагает тонизирующий кофе «TurboDrive 3 in 1» («Турбодрайв 3 в 1»). Напиток изготовлен из высококачественных сортов натурального кофе и обогащён витаминами, L-карнитином, экстрактами растений.

Кофе **«TurboDrive 3 in 1»** стимулирует деятельность центральной нервной системы, повышает работоспособность, способствует быстрому восстановлению сил после занятий спортом, помогает справиться с повышенными физическими и умственными нагрузками. Такой эффект дают экстракты женьшеня и зелёного чая в его составе. Женьшень — это растительный адаптоген, он стимулирует дыхание мозговых клеток, поддерживает поджелудочную железу, улучшает газообмен в лёгких. А экстракт зелёного чая оказывает тонизирующее действие и увеличивает интенсивность обмена веществ.

Кроме того, в составе напитка есть витамин С — он помогает иммунной системе противостоять бактериям и вирусам, а также участвует в окислительно-восстановительных процессах в клетках организма.

Тем, кто страдает от «синдрома менеджера», будет полезен **«Coffee of Business 3 in 1»** (кофе «Бизнес 3 в 1). Он помогает восстанавливать уровень энергии у людей, уставших от большого количества рабочих задач и вызванного этим напряжения. Экстракт готу колы в составе напитка улучшает мозговое кровообращение, активизирует память, снимает головную боль. Сливки растительного происхождения и глюкоза смягчают свойства кофеина, так что «Coffee of Business 3 in 1» можно употреблять и во второй половине дня.

А тем, кто тщательно следит за своим весом, стоит обратить внимание на **«Coffee Light»** (кофе «Лайт»). Он снижает аппетит, стимулирует процессы пищеварения и активизирует обмен веществ. Напиток обогащён витаминами, пиколинатом хрома и экстрактом гарцинии камбоджийской. Натуральные компоненты усиливают действие кофеина, стимулируя сжигание жировых клеток, причём этот процесс происходит без вреда для здоровья. Гарциния камбоджийская содержит гидроксилимонную кислоту, которая снижает потребность в сахаре, уменьшает образование жирных кислот и холестерина в печени, а также активизирует сжигание жировых отложений и использование жира в качестве источника энергии.

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ



За зиму в моей жизни ничего особо не изменилось: нагрузка на работе не увеличилась, домашних дел тоже не прибавилось. Но стала одолевать неотвязная усталость. Ничего не хочется делать, единственное желание — забраться под одеяло и спать. А тут ещё простуды навалились, несмотря на то, что зима прошла. Что делать?

Елена БОНДАРЕВА, г. Челябинск

— Слабость — типичный симптом анемии. Эта болезнь может быть вызвана нехваткой железа, фолиевой кислоты, витамина B12. Надо сдать кровь на анализ — если диагноз подтвердится, врач назначит вам препараты железа и наверняка посоветует диету, богатую белками, витаминами, микроэлементами — прежде всего мясо и фрукты. Дополнительно к этому я бы посоветовал обратить внимание на биологически активный комплекс **«Ферродок»,** который восполняет нехватку железа в организме. В этом комплексе также содержится фолиевая кислота и витамин B12 в объёме 200% от рекомендуемой суточной дозы. Вялость может быть следствием нарушения гормонального баланса, в частности, функции щитовидной железы, надпочечников. И если усталость становится хронической, стоит обратиться к врачу.



Частые простудные заболевания — скорее всего, следствие ослабленного иммунитета. Для его укрепления можно пропить курсом взвар **«Кошачий коготок»** или взвары **«Эхинол», «Абитэль», «Вечерний».** Прошёл процедуру перерегистрации и снова доступен для приобретения БАД **«Сорокотравник»,** который очень хорошо поддерживает иммунитет и обеспечивает профилактику простудных заболеваний. Эффективным средством коррекции иммунной системы является также биологический активный комплекс **«Супер шилд Актив»** с бета-глюканами и лизатами полезных бактерий. Хорошими противовирусными и иммуномодулирующими свойствами обладает также комплекс **«Авирол»** с лизином.



Большие проблемы от маленькой «бабочки»



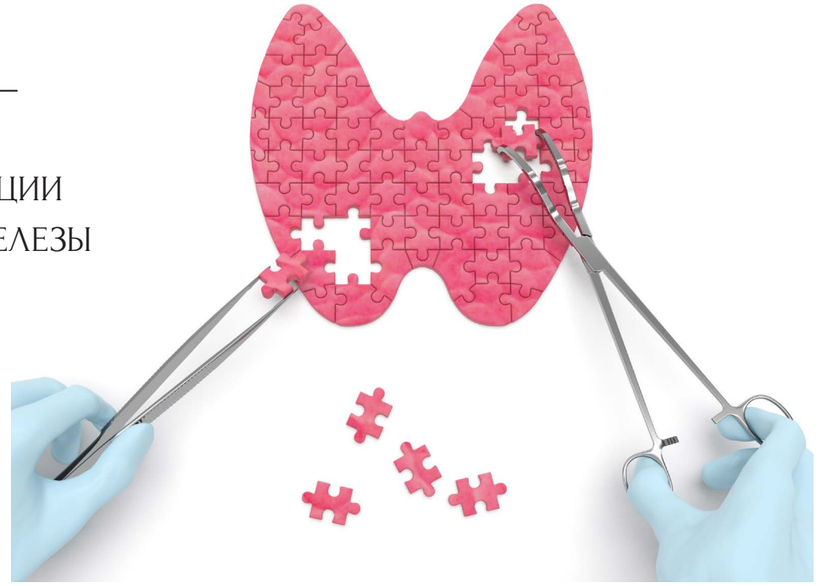
Знаете ли вы, как много зависит от маленького органа в форме бабочки, расположенного на передней поверхности шеи? Щитовидная железа определяет не только ваше общее самочувствие, но и внешний вид, сопротивляемость болезням, вес и даже настроение и жизненный тонус.

ТЕКСТ
Вера ТРОФИМЮК

Гормональное воздействие щитовидной железы на состояние организма настолько многостороннее, что любое отклонение в её работе незамедлительно сказывается на нашем самочувствии. При этом симптомы могут быть многолики и, на первый взгляд, никак между собой не связаны: быстрая утомляемость, бессонница, беспричинное чувство холода или наоборот, приливы жара, частые простуды, ухудшение памяти и внимания, депрессия, повышенная нервозность, мышечные боли. Кроме того, зачастую возникает проблема с весом — при вполне здоровом образе жизни и полноценном питании вес начинает резко повышаться или неожиданно снижаться, при этом отрегулировать его не получается никакими способами. А уж о таких неприятностях, как ломкость ногтей, выпадение волос, сухость кожи, отёки под глазами и говорить не приходится — они тут как тут! При этом если работа щитовидки нарушена — любые косметические средства окажутся бессильны в борьбе за возвращение здорового внешнего вида.

>>

> НЕХВАТКА ЙОДА — ОДНА ИЗ ПРИЧИН СНИЖЕНИЯ ФУНКЦИИ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ (ГИПОТИРЕОЗ)



НЕ ЗАБЫВАЙТЕ КОРМИТЬ ЕЁ ЙОДОМ

Причины, которые приводят к сбоям в работе щитовидной железы, могут быть самыми разными. Среди них и генетическая предрасположенность, и постоянные стрессы, и плохая экология, а зачастую — элементарная нехватка йода в организме. Есть данные, что при суточной норме йода 150-200 мкг, каждый человек в среднем получает лишь четвёртую часть необходимого микроэлемента. Не удивительно, что по статистике треть заболеваний щитовидной железы связана именно с йод дефицитом. Так что не забывайте «подкармливать» щитовидку этим важным элементом, правда, делать это нужно лишь при условии, что функция щитовидной железы понижена или в норме.

Нехватка йода — одна из причин снижения функции щитовидной железы (гипотиреоз). Симптомы этого заболевания могут быть весьма разнообразны. Если вы испытываете целый комплекс недомоганий (учащенное сердцебиение, одышка, нарушение месячного цикла, сбои в работе желудочно-кишечного тракта, беспричинная слабость, пониженная температура), то прежде чем начинать ходить от одного врача к другому, запишитесь эндокринологу и пройдите УЗИ щитовидной железы. Кроме того, сдайте анализ крови на гормоны щитовидной железы. Проходить обследования рекомендуется с 3-го по 7-й день месячного цикла и обязательно на голодный желудок.

Гипотиреоз — заболевание не такое уж безобидное, как может казаться. Следствием нехватки гормонов щитовидной железы становится нарушение обмена веществ, ранний атеросклероз, риск инфаркта миокарда. Кроме того, здоровье щитовидной железы жизненно необходимо тем, кто планирует беременность или уже ждёт ребёнка.

При суточной норме йода

150-200 мкг

человек в среднем получает лишь четвёртую часть необходимого микроэлемента

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

ЖИЗНЬ НУЖНО МЕНЯТЬ К ЛУЧШЕМУ

Если выяснилось, что ваша щитовидка не в порядке — незамедлительно приступайте к назначенной врачом гормональной коррекции. И, помимо основного лечения, не будет лишним внести в свою жизнь некоторые коррективы.

1. Исключите или сведите к минимуму употребление сладкого, жирного и копчёного. При пониженной функции щитовидки включите в свой рацион морепродукты (морскую капусту и рыбу, кальмары, печень трески) и йодированную соль. Отдавайте предпочтение растительным продуктам: баклажанам, помидорам, финикам, чернослив, шиповнику, орехам, чернике, землянике.

2. Избегайте снотворных препаратов, а также анальгетиков, в состав которых входит кодеин.

3. Не употребляйте воду из-под крана. Используйте только очищенную или питьевую бутилированную воду.

4. Избегайте переохлаждения и не забывайте о защите от ультрафиолетовых лучей.

5. Не пренебрегайте отдыхом, по возможности старайтесь проводить отпуск в экологически чистых местах.

6. Посещайте эндокринолога не только в случае конкретных жалоб, но и с целью профилактики.



«ТИРЕОБАЛАНС»

Комплекс для поддержки щитовидной железы

«Тиреобаланс» положительно влияет на размер, структуру и функциональную активность щитовидной железы. Обеспечивает комплексное воздействие на её метаболизм, на синтез и баланс тиреоидных гормонов, а также защищает клетки железы от окислительного стресса и витаминно-минерального голодания.

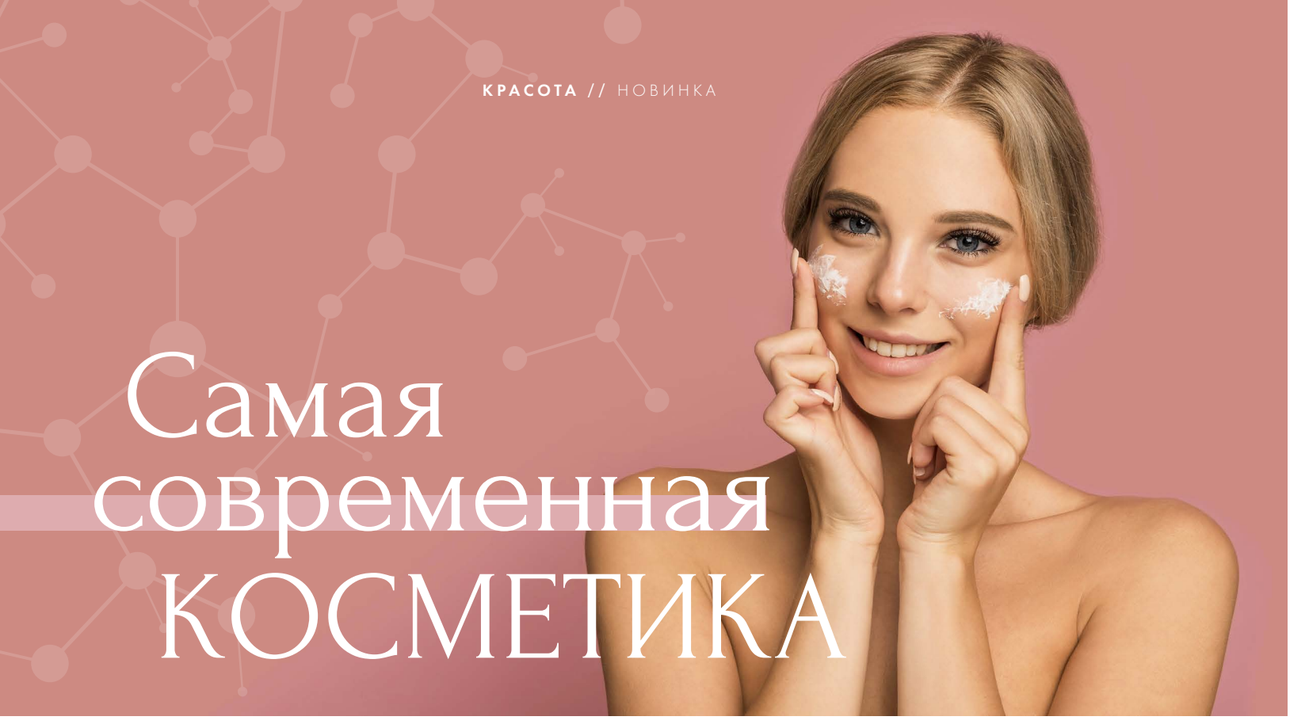
Для полноценной деятельности щитовидной железы необходим **йод.** Этот микроэлемент контролирует обмен веществ, повышает иммунитет и активность некоторых половых гормонов. Йод способствует нормальному росту детей и подростков, улучшает их умственные способности, делает кожу, зубы, волосы и ногти здоровыми.

Тирозин также является важным субстратом для нормальной работы щитовидной железы и профилактики ее гипофункции.

Селен и цинк защищают щитовидную железу от повреждающего действия свободных радикалов, которое может привести к гипотиреозу.

Медь, марганец и кобальт являются кофакторами ферментов, которые участвуют в образовании гормонов щитовидной железы, а также в транспорте йода.

Состав комплекса включает **витамины А, В и Е**, а также **фолиевую кислоту.** Употребление комплекса «Тиреобаланс» рекомендуется для поддержания физической и творческой активности, сохранения хорошей памяти и бодрости духа.



Самая современная КОСМЕТИКА

ТЕКСТ
Евгения ГОРКАЛЬЦЕВА

Наша кожа на 70% состоит из коллагена, который отвечает за её эластичность и упругость. Именно благодаря коллагену мы до какого-то периода выглядим молодо, подтянуто и свежо. Но уже после 25-28 лет естественная выработка этого главного компонента красоты и молодости начинает снижаться — появляются первые морщины, начинает меняться овал лица, да и само лицо всё чаще выглядит уставшим и серым. И тогда, чтобы хоть как-то замедлить старение, многие начинают ходить к косметологам, ищут всё новые и новые косметические средства, решаются на радикальные болезненные методы корректировки внешности. Но стоит ли полученный результат тех денег, времени и сил, которые тратятся в борьбе за красоту? Честно говоря, иногда цена оказывается куда больше, чем удовлетворение от результата.

И что же делать, спросите вы. Ведь ухаживать за своей внешностью хочется, причём получая от этого не только пользу, но ещё и удовольствие. Хочется тратить на этот процесс разумное количество средств и не страдать от неприятных последствий. Возможно ли это? Да, если сделать выбор в пользу косметики с пептидами.

РОЛЬ ПЕПТИДОВ

Отвечают за восстановление и обновление клеток, поддерживают оптимальную скорость этих процессов

Укрепляют коллагеновые и эластиновые волокна, которые отвечают за упругость кожи

Способствуют расслаблению мышц, что помогает снизить скорость образования морщин, в том числе мимических

Помогают коже быстрее восстановиться при воспалениях и раздражениях, снимают отеки

Сокращают проявление купероза, осветляют пигментацию. Выравнивают цвет лица



НОВИНКА ОТ ARTLIFE COSMETICS — ПЕПТИДНЫЕ КРЕМЫ

Ежедневные ритуалы ухода за собой — очищение кожи, увлажнение, питание — это ваш вклад в продление молодости и красоты. Эти ритуалы невозможно представить без использования дневного и ночного кремов. Технологи компании «Артлайф» разработали формулы пептидных кремов, которые отвечают современным представлениям об эффективной косметике на каждый день.

Текстура «Дневной формулы» серии Artlife Cosmetics позволяет нанести его тонким слоем и при этом получить необходимое коже увлажнение. Этот крем можно использовать и как основу под макияж. Он быстро впитывается, поэтому подходит тем, у кого совсем мало времени на утренний уход. Среди основных преимуществ «Дневной формулы» серии Artlife Cosmetics — анти-возрастной эффект, ощущение увлажненности, упругости и гладкости кожи.

Ночью, когда вы отдыхаете, кожа получает питание и уход благодаря «Ночной формуле» серии Artlife Cosmetics. Этот великолепный новый крем снимает отечность, уменьшает чувствительность кожи, повышает её эластичность. При его достаточно длительном использовании заметно исчезновение мелких морщинок и укрепление контура лица.

О СОСТАВЕ ARTLIFE COSMETICS

При выборе пептидов и активных ингредиентов для кремов технологи компании «Артлайф» обращали особое внимание на происхождение компонентов, а также на возможность максимально эффективно сочетать выбранные компоненты. Причём предпочтение было отдано исключительно натуральным ингредиентам.

Еще никому не удалось остановить естественные процессы старения, но современная косметика позволяет их значительно замедлить. А если добавить к уходу за кожей лица полноценный сон, физическую активность и здоровое питание, то фраза «никогда не поверю, что Вам столько лет!» не будет содержать ни тени заискивания, а только искреннее восхищение.

Технологи компании «Артлайф» разработали формулы пептидных кремов, которые отвечают современным представлениям об эффективной косметике на каждый день



Улыбка, которая вам понравится

В линейке популярных зубных паст N-zim появилась уникальная новинка — зубная паста N-zim Arctica с биоактивным ферментом папаином, экстрактами арктических растений и морским коллагеном. Эта паста способна подарить действительно арктическую свежесть дыхания и такую улыбку, которая понравится вам самим.

ТЕКСТ
Ирина КОРНЕВА

Новый продукт компании «Артлайф» для здоровья и красоты — паста N-zim Arctica — создана на основе экстрактов северных растений: коры арктической ивы, шикши сибирской и морошки. Это растения с уникальными свойствами, в них содержатся вещества, которые заметно отбеливают зубную эмаль, укрепляют ткани дёсен и эффективно защищают от образования зубного налёта.

Арктическую иву называют «самым северным деревом в мире». Она действительно растёт там, где мало что живое в принципе способно выжить — вокруг Северного Ледовитого океана и в Гренландии. Эскимосы используют это дерево не только в качестве топлива, но и в медицинских целях, так как кора арктической ивы способна останавливать кровотечение и уменьшать зубную боль. Кроме того, это растение является почти единственным источником витамина С на севере.



Кора ивы содержит дубильные вещества, салицил, калий, известь, натрий, магний, перекись марганца, фосфорную и кремниевую кислоты, а также флавоноиды. В составе пасты N-zim Arctica экстракт коры ивы арктической защищает от гингивита и пародонтоза, имеет противовоспалительное, кровоостанавливающее и обезболивающее свойства.



Шикша сибирская растёт, в основном, в Восточной Арктике, в Сибири и на Дальнем Востоке. Это одно из самых популярных средств народной медицины, так как растение известно своими противовоспалительными и антибактериальными свойствами. В составе новой зубной пасты экстракт шикши сибирской укрепляет зубную эмаль, предупреждает появление кариеса и способствует снижению проницаемости и ломкости сосудов.

НОВИНКА!

ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ ЗУБНАЯ ПАСТА

N-ZIM ARCTICA

АРКТИЧЕСКАЯ СВЕЖЕСТЬ И СИЯЮЩАЯ УЛЫБКА

С биоактивным ферментом папаином, арктическими растениями, цетрарией, ламинарией и морским коллагеном

бережное отбеливание
укрепление десен и зубной эмали
профилактика кариеса, гингивита и пародонтоза
для ежедневного применения
не содержит фтора

Арт Лайф





Морошку арктическую в народе называют «царской ягодой» или «болотным янтарём». В дореволюционной России она присутствовала на всех царских застольях — как самая ценная ягода Севера. Говорят, что морошка была самой любимой ягодой Александра Пушкина. А нам её следует любить за богатое содержание витаминов и минеральных веществ (кальций, магний, алюминий, кремний, хром, медь, натрий, витамины С и Е, провитамин А).

Благодаря высокому содержанию макро- и микроэлементов экстракт морошки отлично питает ткани дёсен. Кроме того, он обладает антиоксидантными и регенерирующими свойствами.



Помимо этих трёх экстрактов ценных арктических растений, новая зубная паста N-zim Arctica содержит **фермент папаин,** который мягко расщепляет зубной налёт, не повреждая эмаль. Этот фермент добывают из плодов дынного дерева — папайи. Он способствует более эффективному очищению зубов и препятствует образованию зубного камня.

Цитрат кальция, который тоже есть в составе новой пасты, восстанавливает зубную эмаль, **морской коллаген** укрепляет ткани дёсен и препятствует возникновению заболеваний пародонта. В зубной пасте N-zim Arctica использован коллаген, полученный из морской рыбы — тунца. По мнению японских учёных, коллаген, который производят из чешуи, кожи и костей морских рыб, имеет более мелкую молекулярную структуру, чем коллаген, полученный из млекопитающих. Поэтому морской коллаген лучше проникает к ткани и клетки, укрепляя и восстанавливая их.



ЭТО НАСТОЯЩАЯ КЛАДОВАЯ САМЫХ ПОЛЕЗНЫХ УНИКАЛЬНЫХ КОМПОНЕНТОВ



Ещё один ценный компонент пасты N-zim Arctica — **экстракт ламинарии (морской капусты).** Он насыщает эмаль зубов и дёсны полезными микроэлементами. Ламинария очень богата полезными микроэлементами, в частности — органическим йодом. Он придаёт зубной пасте антисептические свойства. Причём содержание йода в ламинарии из северных регионов больше, чем в той, которая растёт на юге. Помимо йода, в химический состав ламинарии входят аскорбиновая кислота, витамины группы В и витамин D.



Ещё один ценный элемент новой зубной пасты — **экстракт цетрарии исландской.** Он обеспечивает высокий уровень очищения и отбеливания зубной эмали. Цетрария исландская (исландский мох) — это уникальное целебное растение, в его составе обнаружено более 10 полезных микроэлементов, в том числе марганец, железо, йод, медь, титан и некоторые виды природных кислот. Наличие кислот в составе этого растения обеспечили ему антисептические и тонизирующие свойства. Экстракт цетрарии исландской эффективно защищает ротовую полость от бактерий, которые являются причиной кариеса и воспаления дёсен.

Как видите, новый продукт компании «Артлайф» — это настоящая кладовая самых полезных уникальных компонентов. Пользуйтесь зубной пастой N-zim Arctica и улыбайтесь столько, сколько вам захочется.

ВАМ ПОНРАВИТСЯ СОБСТВЕННАЯ УЛЫБКА!



Новинка!

Мультизлаковый **КИСЕЛЬ**

с комбучей, чагой и алоэ вера

ФЕРМЕНТИРОВАННЫЕ ХЛОПЬЯ РИСА, ОВСА И РЖИ
оказывают пребиотический эффект,
стимулируют активную работу кишечника

АЛОЭ И ЧАГА
помогают регулировать кислотность желудка,
уменьшают очаги воспалений в ЖКТ

КОМБУЧА
поддерживает нормофлору кишечника,
активно повышает общий тонус организма



Активный кишечник — ОСНОВА хорошего настроения!

Быстрые перекусы вместо полноценного обеда или ужина, полуфабрикаты вместо здоровой пищи, частые стрессы, недостаточная физическая активность, хронические заболевания – всё это рано или поздно сказывается на работе пищеварительного тракта. К тому же сидячий образ жизни, которого мало кому удаётся избежать, нарушает моторику кишечника, вызывает газообразование и запоры. Сложно изменить образ жизни, но можно изменить систему питания и включить в неё полезные для здоровья продукты функционального питания, которые производит «Артлайф».

Чтобы стимулировать активную работу кишечника, специалисты компании создали уникальный **«Мультизлаковый кисель с комбучей, чагой и алоэ вера».** В его составе: злаки, клетчатка, экстракты чаги и овса, комбуча (продукт жизнедеятельности чайного гриба), алоэ вера и витамины группы В. Злаки включены в кисель в ферментированном виде. Ферментация позволяет увеличить биодоступность питательных веществ в пищевом продукте, а хлопья риса, овса и ржи в киселе «Мультизлаковый» являются богатым источником целого ряда минералов, витаминов, аминокислот. Благодаря ферментации все эти вещества лучше усваиваются. Кроме того, ферментированные продукты оказывают эффект пребиотика на микрофлору кишечника, помогают сбалансировать выработку желудочного сока и улучшают перистальтику кишечника.

Комбуча, которая есть в киселе «Мультизлаковый», это настоящий биотоник, концентрат полезных веществ: витаминов, органических кислот, полисахаридов, катехинов и полифенолов. Комбуча улучшает пищеварение и метаболизм, выводит токсины, стимулирует рост полезной микрофлоры кишечника. А экстракты чаги и алоэ уменьшают воспалительные процессы в желудочно-кишечном тракте, ускоряют процессы регенерации слизистой и оказывают мягкое послабляющее действие при запорах.

ЧАЙ
ИМПЕРАТОРСКИЙ
ПУЭР
с чагой, шиитаке
и маитаке

Art food
ЧАЙ ПУЭР
ИМПЕРАТОРСКИЙ
с чагой, шиитаке и маитаке
GMP
Арт Лайф

Новинка!

Искусство
чайных традиций

Пуэр имеет бактерицидное действие,
помогает улучшить пищеварение и метаболизм

Чага обладает общеукрепляющим,
тонизирующим, терапевтическим эффектами

Грибы шиитаке и маитаке улучшают работу
кишечника и повышают иммунитет



ЧАЙ от ста болезней

Согласно древнекитайскому трактату, чай пуэр способен излечить сто болезней, поэтому его ценили выше золота. Раньше его пили только с оздоровительной целью, но сейчас этот чай стал одним из самых модных напитков. В Китае его называют «напитком вечной юности, красоты и стройности».

Целебные свойства пуэра

Бодрит, повышает тонус, улучшает настроение и работоспособность

Повышает уровень концентрации сознания, улучшает мозговую деятельность

Улучшает пищеварение

Является средством профилактики онкологических заболеваний

Первым делом необходимо отметить благотворное влияние этого чая на желудок и кишечник. Он расщепляет жировые волокна, нормализует обмен веществ, очищает печень и кровь, снижает уровень холестерина в крови. Крепкий настой пуэра поможет справиться даже с самым сильным расстройством желудка.

Чай пуэр имеет свойства, которые особенно порадуют желающих похудеть. Регулярное употребление напитка устраняет запоры, способствует снижению веса и улучшает состояние кожи. Также есть у этого чая свойство позитивно влиять на настроение. При его употреблении в крови повышается уровень эндорфинов, «гормонов счастья». Поэтому пить пуэр рекомендуется тем, кто страдает депрессией.

В чайном листе содержатся полифенолы (флавоноиды, фенолокислоты, катехины и антоцианидины). Они имеют сильные антибактериальные, антиоксидантные и противораковые свойства. В этом чае так же содержится большое количество аминокислот: аспарагиновая кислота, теамин, глутаминовая кислота, лейцин и другие. Лейцин используется при лечении анемии, болезней печени и многих других заболеваний.

Это единственный чай, который рекомендован при заболеваниях желудочно-кишечного тракта: язве и гастрите. Но специалисты не рекомендуют употреблять его на голодный желудок или сразу после еды. Пуэр способен избавлять организм от шлаков и токсинов, если пить его без сладостей и сахара.

В СОСТАВ ЭТОГО УДИВИТЕЛЬНОГО ЧАЯ ВХОДЯТ:

Алкалоиды (в основном — теин). Совместно с теанином он более мягко (по сравнению с кофеином) воздействует на организм и активизирует деятельность головного мозга

Статины — вещества, которые снижают уровень холестерина в крови. Их применяют при лечении ишемической болезни сердца, они помогают предотвращать инсульты

Сахариды

Витамины (каротин, витамины А, С, Е и Р)

Минеральные вещества (калий, цинк, фтор, марганец и хром)

ЧИТАЙТЕ ДОМА

Иногда нам приходится много времени проводить дома. Или в дороге — долгие часы в самолёте, сутки в поездах. Как правило, мы тратим это время на бессмысленный сёрфинг в интернете. А можно потратить его на то, чтобы стать лучше. Намного лучше себя прежнего! И умные люди, написавшие хорошие книги, нам в этом помогут.

Если вы по-настоящему хотите развиваться, изменить себя или хотя бы свои привычки, то вашими помощниками станут книги из этой подборки.













«ПЛАНЕТА АРТЛАЙФ»

Корпоративный журнал
№1, весна 2020

Директор
Александр Австриевских

Главный редактор
Ирина Корнева

Дизайнеры
Анна Бембель, Вероника Вергуш, Влада Кульгавая, Яна Пульканова, Светлана Шарафиева

Фотографы
Роман Бороздин, Таисия Воронцова, Сергей Захаров, Ольга Цыганкова

Над номером работали
Маджид Ахмади, Илья Васькин, Галина Ватеркампф, Евгения Горкальцева, Евгений Гуляев, Мария Исаева-Байкач, Вера Кучинская, Андрей Соколов, Марина Чижова, Николай Юрьев

Использованы фото из архивов компании «Артлайф» и партнёров.

Учредитель и издатель

ООО «Артлайф», Россия, г. Томск, 634034, ул. Нахимова, 8/2, тел./факс: (3822) 55-60-92
E-mail: planeta@artlife.ru

Перепечатка материалов, опубликованных в журнале, допускается с письменного разрешения редакции. Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Отзывы о результатах использования продукции не являются рекомендациями по применению. Материалы, представленные в журнале, также носят исключительно информационно-справочный характер и не являются медицинскими рекомендациями. Биологически активные комплексы (БАК) не являются лекарством. Перед употреблением биологически активных комплексов необходима консультация специалиста.

Отпечатано
ООО «ДОМ МИРА», г. Новосибирск, ул. Брюллова, 6а, тел. +8 (3833) 340-271
www.dealprint.ru

Подписано в печать 6 апреля 2020 года

Тираж 990 экземпляров

НОВИНКА!

Пенка для интимной гигиены

ЦВЕТОК ЖЕНЩИНЫ
FLEUR-DE-FEMME

ЗАБОТА О САМОМ НЕЖНОМ

Подходит для сухой и чувствительной кожи

•

Ультрализаты бактерий и молочная кислота способствуют устранению патогенной микрофлоры-причины неприятного запаха; поддерживают естественный уровень pH

•

Экстракт ромашки обладает противовоспалительным, заживляющим и антиаллергическим действием

•

Аллантоин, пантенол и бетаин смягчают, увлажняют и защищают нежную кожу

Арт Лайф

Арт Лайф
ЦВЕТОК ЖЕНЩИНЫ
fleur-de-femme
ПЕНКА ДЛЯ ИНТИМНОЙ ГИГИЕНЫ
для ежедневного ухода
с молочной кислотой, активным комплексом бифидо и лакто бактерий, экстрактами ромашки и алоэ вера, пантенолом, бетаином и аллантоином
pH не более 4,5
0%
SLES, SLS, спирта, красителей, парабенов
150 мл
BIOTECHNOLOGY PRODUCTS

НОВИНКА!

BIOTECH
МАКРОЗАБОТА
О МИКРОБИОМЕ



СИНБИОТИК НОВОГО ПОКОЛЕНИЯ

ПАНБИОЛАКТ

ЭФФЕКТИВНАЯ РЕГУЛЯЦИЯ МИКРОБИОЦЕНОЗА КИШЕЧНИКА

СОДЕРЖИТ:

7 пробиотических штаммов в концентрации 5,6 млрд. КОЕ
Пребиотики и факторы роста бактерий
Ферменты
Факторы восстановления кишечного барьера

1. **Восстанавливает микробный баланс**
2. **Стимулирует рост полезной микрофлоры кишечника**
3. **Предотвращает накопление токсинов и шлаков**
4. **Поддерживает пищеварительные процессы**
5. **Усиливает противовирусный и антибактериальный иммунный ответ**
6. **Безопасен для потребителей с непереносимостью молочных продуктов**

Арт Лайф

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ