

▣ **Правила життя**

**Ціни на бензин і дизельне паливо постійно ростуть. Доводиться економити, адже у справжнього автомобіліста скоріше не буде ковбаси в холодильнику, ніж бензину в баку. Пропонуємо деякі зі способів економії, що практично не вимагають додаткових зусиль.**

■ Не їдьте авто, якщо можна пройтися пішки. Чи необхідно їхати за сигаретами в магазин, що за два квартали від будинку? Окрім економії, ваша прогулянка буде корисна і для здоров'я та екології.

■ Використовуйте для оплати безготівкові картки. Деякі компанії-оператори АЗС пропонують знижки у разі попередньої оплати, інші пропонують дисконтні накопичувальні бонуси. Якщо дисконтні накопичувальні знижки цілком вигідні для покупця, то у попередній оплаті не зайвим буде прорахувати, що принесе вам більшу економію: покласти гроші на картку чи в банк на депозит.

■ У великих містах дедалі частіше доводиться втрачати час у заторах. Можливо, громадський транспорт стане кращим варіантом для щоденних поїздок в офіс? А може, варто подумати про ближче місце роботи?

■ Суміщайте поїздки. Якщо поряд з вами живуть колеги по службі, їдьте по черзі. Економію підрахувати неважко. Інший приклад —

# Економте на бензині!



Як зменшити витрати без зусиль.

поїздки на закупівлю в один день у всі необхідні торгові пункти за заздалегідь намеченим маршрутом. Під час поїздки в декілька пунктів призначення вибирайте місце паркування, що розташоване між цими пунктами. Це дасть змогу не переганяти машину без потреби. Перш ніж кудись їхати, зателефонуйте туди, щоб пробіг авто не був марним.

■ Плануйте поїздки заздалегідь. Розробляйте основні та альтернативні маршрути. Навіть якщо виїзд нетривалий, перш ніж виїхати, обміркуйте, якими вулицями ви поїдете, де повертатимете та паркуватиметеся.

■ Останнім часом значного поширення набули навігаційні системи, наприклад, GPS. Під час поїздки в малознайомій місцевості приймач GPS може стати для вас незамінним і допомогти зберегти чимало часу, нервів, бензину та грошей.

■ Не возіть у машині предметів, зайвих у поїздки. Зайва вага — це перевитрата палива та викинуті гроші.

■ Не забувайте зняти зовнішній багажник, якщо в ньому немає потреби. Порожній багажник вимагає до 15% зайвого бензину, крім того, створює шум.

■ На стоянці паркуйтеся ближче до в'їзду. Петляти між машинами або підніматися на вищі поверхи паркінгу в пошуках місця, яке просто більше подобається, недоцільно, це марний пробіг. Та й прогулянка пішки потім буде коротша.

■ Перед заправкою не чекайте, коли паливо практично закінчиться. Бруд та конденсат, які накопичуються на дні, не сприяють доброму самопочуттю двигуна. На заправку доцільно їхати, коли в баку залишилося близько чверті місткості. Заповнюючи вщерть бак, ви економите час на поїздках до АЗС. Але при цьому зайвий бензин — зайва вага та витрата. Знайдіть золоту середину.

▣ **Корисна порада**

5. Дорогі речі великого розміру (наприклад, техніку), які не можна замаскувати або сховати, віднесіть сусідам або родичам. Їм же залиште ключі від квартири та попросіть якомога частіше навідувати її. Нехай вони не тільки поливають кімнатні квіти, а й час від часу вмикають світло, відкривають вікна. Переповнена поштова скринька, темні, постійно закриті вікна, служать для злодіїв сигналом до дії.

6. Радимо купити електричне реле, з допомогою якого можна запрограмувати ввімкнення та вимкнення світла в квартирі через певні проміжки часу.

7. Попросіть своїх довірених людей прослідкувати — коли вони відкривають вхідні двері вашої квартири, чи не випадають з замка сірники, шматочки паперу. Вони можуть бути мітками, залишеними крадіями. А це означає, що за квартирою ведеться стеження.

8. Перед тим, як вийти з дому, перевірте, чи всі вікна добре закриті. Якщо біля них є високе дерево, труба, пожежні сходи, злодії це візьмуть до уваги.

9. І нарешті остання порада: щоб не стати «наводчиком» на власну квартиру, уникайте розмов про свої доходи, цінні покупки навіть з дуже добре знайомими людьми. Вони, навіть не з власної волі, можуть стати розповсюджувачами інформації.

# МВС попереджає:

квартира, на тривалий час залишена без нагляду, — вдалий шанс для злодіїв.

**Тож не полегшуйте їм роботу! Їдучи у відпустку або на вихідні, вживіть заповідних заходів для захисту власного помешкання.**

1. Досить серйозною перешкодою для квартирних злодіїв є броньовані двері. Відімкнуті їх набагато важче, ніж звичайні. А зламати практично неможливо. Навіть якщо і знайдеться такий спеціаліст, все одно на таку операцію знадобиться більше часу та зусиль. Ще однією перешкодою стануть подвійні двері.

2. Якщо ж ви не надто довіряєте броньованим дверям, тоді завчасно подумайте про обладнання помешкання сигналізацією. Коштує це не дешево, проте надійність та безпечність грошіма не вимірюються. Зате в разі небезпеки у відділок міліції надходить сигнал, після чого патрульна машина буде біля вашого будинку за декілька хвилин. Також ви можете підключити автономну сигналізацію. Для цього купіть сигналізаційний прилад та встановіть його так, щоб він не був помітним. Як тільки-но злодій спробує проникнути в квартиру, сирена спрацює і її почують оточуючі.



**Погана прикмета.**  
Малюнок Сергія КОПСУНА. Caricatura.ru.

3. Якщо ваша квартира на першому поверсі, поставте на вікна ґрати, жалюзі.

4. Перед від'їздом надійно заховайте гроші, ювелірні прикраси. Книги та різного роду полиці не підходять. Ідеальне місце для зберігання коштовностей — сейф, який також не можна залишати на видному місці.

▣ **Він та Вона**

## Відмінності чоловіків від жінок у цифрах і фактах

**Один лише факт належності до чоловічої статі автоматично збільшує ризик смерті практично від усіх причин, починаючи із захворювань серцево-судинної системи і закінчуючи випадками насильницької смерті.**

■ У віці від 20 до 24 років ризик смерті для чоловіка вищий, ніж для жінки, втричі, а у віці до 50 років — удвічі.

■ Серед європейських країн найвища тривалість життя чоловіків у Швеції (77 років) і Греції (75 років і 6 місяців), найнижча — в Латвії (64 роки і 4 місяці) та Естонії (64 роки і 10 місяців).

■ Інфаркт міокарда трапляється у чоловіків учетверо частіше, ніж у жінок.

■ Четверо з п'яти чоловіків відкладають відвідання лікаря до останнього.



— Татку, а в мене буде така борода, як у тебе?

■ 20% чоловіків носять бороди та вуса.

■ Чоловіки, які активно допомагають своїм дружинам у вихованні дітей, живуть на 4–6 років довше.

■ Лише 10% українських чоловіків здатні самостійно забезпечувати свою сім'ю.

■ Захворювання серця зустрічаються у розлучених удвічі, а цироз печінки — всемоєр частіше, ніж у одружених чоловіків.

■ 72% чоловіків, одружених більше двох років, мають позашлюбні зв'язки.

■ 70% чоловіків старших 30 років страждають хропінням. І 50% жінок — теж.

■ 96% чоловіків вважали б за краще мати некурящу дружину.

■ Чоловік вимовляє за день у середньому 25 тисяч слів, а жінка — 30.

■ 95% жінок хочуть бачити поруч із собою красивого, розумного, забезпеченого, спортивного чоловіка. А таких із них, що поєднують в собі всі ці якості, всього 6%.



# Мова кохання

▣ **Уроки спілкування**

**Будь зі мною, будь зі мною завжди ти поряд!**

Ви можете скільки завгодно вихвалити свою «половинку», але якщо, на її думку, приділяєте їй недостатньо часу, значить, її мова любові — «мова часу». Людина відчуває себе щасливою і любимою, якщо з нею проводять час: ходять у кіно, гуляють, їздять у вихідні за місто, може, просто дивляться разом телевизор або розмовляють на загальнолюдські теми. До речі, про бесіду. Достатньо хоча б на кілька хвилин забути про свої справи та поговорити одне з одним. Таким чином ви не просто даруєте свій дорогий цінний час — ви говорите: «Я тебе кохаю!»

**Мій кращий подаруночок — це ти!**

Багато хто сприймає подарунки як атрибут «букетного» періоду. Але тепер, коли «об'єкт завойований», можна розслабитися і займати голову вибором подарунків тільки напередодні Нового року та Дня народження. Крім того вважається, що «підносити дари» час від часу — свяятий обов'язок представників сильної половини. Ох! І тут стереотипи! Звичайно, якщо ваша кохана перш за все цікавиться ціною подарунка, то навряд чи тут можна говорити про третю мову любові. Швидше за все, в цьому випадку взагалі ні про яку любов не йдеться. Але якщо їй (а може, йому) дорогий сам подарунок, чи то букет осіннього листя або паперова листівка, якщо вона (він) дбайливо зберігає все, що ви колись дарували, то... Здогадалися, про що я? Подарунок — це матеріалізація ваших почуттів. Пам'ятайте це! Даруйте любов!

**Якщо любиш — допоможи мені!**

Можна говорити компліменти, обсіпати «золотим дощем» і 24 години на добу віддано дивитися в очі, але кохана людина так і не повірить у те, що вона справді кохана. Чому?

Бо людині потрібні не лише слова, а й вчинки. Допоможіть коханій чи коханому приготувати сніданок, помити посуд, попросувати. Вийдіть з собакою на прогулянку або підіть у магазин за продуктами. Допомогайте одне одному!

**Дайте хоч за шию потримати!**

Кожен дотик коханої людини дорогий особливо, адже він, як ніщо інше, свідчить про те, що їх люблять. Ті з нас, кого в дитинстві батьки часто тримали на руках, цілували та бавили, можливо, сьогодні розмовляють «мовою дотиків». Не ухиляйтеся від швидкоплинних обіймів, не називайте їх «телячими ніжностями», пам'ятайте, що це може дуже боляче поранити.

**Зрозумій мене!**

Образа — «мене не люблять» — відома майже кожному із нас. Ми ображаємося на близьких людей, а може, просто не бачимо того, що вони намагаються достукатися до нас іншою мовою. Звичайно, якщо ми цінуємо відносини, то, вважаю, вивчення мови, якою говорить дорога нам людина, не стане непереможною проблемою. Можливо, доведеться поводитися не зовсім так, як ми звикли, але ж справжня любов у тому й полягає, щоб зробити добре іншому, а не думати лише про свій комфорт.

Матеріали сторінок 26-27 підготувала Юлія РАДУЛ, «ІЗ».