Wellness-1

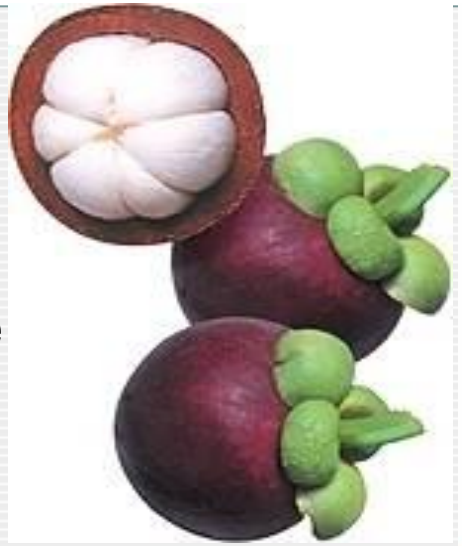
Почему индустрия Wellness востребована?

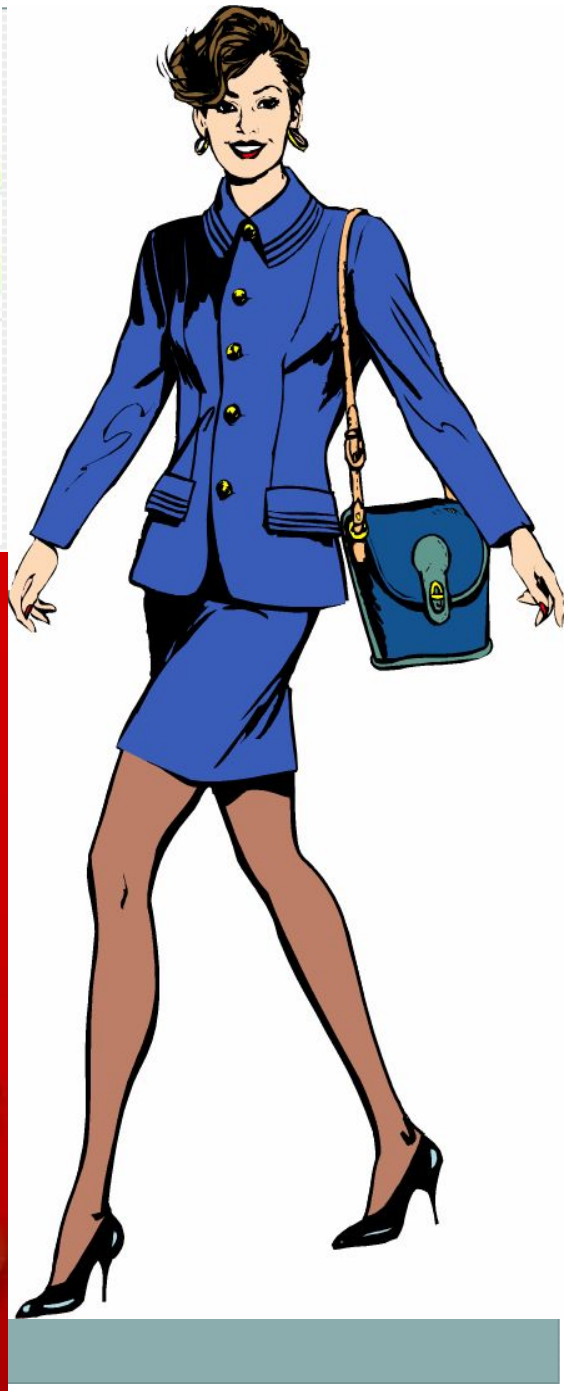
Wellness! Велнес — это образ жизни, подразумевающий гармонию тела и духа, оптимизм и позитивное мышление. понятие «велнес» родилось в 50-х — 60-х годах в Америке как производное двух слов «фитнес» и «well-beeing», что можно перевести как «хорошее самочувствие». Велнес подразумевает и фитнес, и жизненную энергию, и умение радоваться жизни. Это своеобразная система оздоровления, позволяющая достичь эмоционального и физического равновесия в условиях современного города. Движение за здоровый образ жизни возникло в начале 80-тых годов XX века в США и Западной Европе. Тогда наука начала предлагать новые методы омоложения и замедления процессов старения - биодобавки, витамины — порождая растущий спрос на модные товары и услуги. Возник новый класс покупателей, готовых платить за продление молодости. На Западе начался «велнес-бум», сопровождавшийся повсеместным открытием специализированных салонов и центров, выпуском сопутствующей продукции. Сегодня мировая индустрия уже не просто предлагает потребителям устранить возрастные изменения в организме, но и победить их причины. Здоровый образ жизни, полезная пища стали МОДНЫМИ.

Быть **ЗДОРОВЫМ и МОЛОДЫМ – МОДНО!**

Велнес— система оздоровления, позволяющая достичь эмоционального и физического равновесия в условиях современной урбанизированной жизни. В состав велнеса входят: умеренная и **комфортная** физическая нагрузка, здоровое питание, комплексный уход за кожей, хороший отдых.

Определение из «Википедии».





Очевидно, что велнес — это реалия исключительно сегодняшней действительности, порожденной глобализацией, мегаполисами, гигантскими транснациональными корпорациями и глобальными проблемами: загрязнением окружающей среды, перенаселением и вечной нехваткой времени. Здоровым нужно оставаться в любых условиях, а для этого нужно менять взгляды в первую очередь на себя самого. Велнес претендует на роль нового мировоззрения здорового — и хорошо выглядящего — человека. В последнее время здоровье вообще отождествляется с хорошим внешним видом.

Алкоголь, курение, быстрое питание (и вообще все, что делается с минимальным удовольствием и наскоро), полуфабрикаты — все это понятия, относимые современной успешной частью общества к устаревшим.

Натуральное: в одежде, в еде, в красоте – стильно и МОДНО

«Велнес – это стиль жизни, который призван улучшить и сбалансировать все стороны жизни человека».Велнес – это активный процесс узнавания **и применения** навыков, которые позволяют сделать жизнь более успешной и счастливой. Философия велнеса: улучшения всегда возможны!
Велнес – это постоянный поиск информации о том, как мы можем улучшиться.
Из всей информации мы отбираем и воплощаем то, что для нас лучше всего. Отказ от социально принятых мерок успеха. Измерение успеха по внутренним ощущениям.

Фактически велнес – это здоровый образ жизни, но включает он не только физическое здоровье, но и все остальные сферы жизни человека. Это искусство достигать гармонии.

Как можно применить принципы велнеса в жизни? Всю жизнь и сферы интереса человека можно разделить на несколько обобщенных категорий: социальная, профессиональная, духовная, физическая, интеллектуальная, эмоциональная, экологическая, финансовая, медицинская, ментальная. На какие-то из этих сфер Вы не можете влиять непосредственно, некоторые вполне поддаются контролю, а значит, Вы можете найти способы улучшения определенных сфер своей Жизни. Ключ к счастливой и здоровой жизни – соблюдение баланса между всеми составляющими Вашей Жизни.

Насколько важна Компания NSP в Вашей Жизни?

СФЕРЫ: социальная – NSP предлагает уникальный шанс стать востребованными, полезными обществу; -профессиональная: лично Вы можете стать опорой и поддержкой ТЫСЯЧАМ людей, потерявшим ориентиры в современной жизни (домохозяйки, уволенные в запас военные, безработные и студенты, работники бюджетной сферы…);

-духовная: помогать людям СОХРАНИТЬ здоровье, восстановить и приумножить уверенность в себе, дать возможность совершенствовать навыки общения – это значит стать ИНФОРМАЦИОННЫМ СПОНСОРОМ и наставником;

-физическая: применение продуктов для здоровья ВСЕГДА ПОЛЕЗНО и ВСЕГДА НУЖНО,

-интеллектуальная: кто обучает и обучается – тот идет вперед, тот молод!

-эмоциональная: важнее позитивного общения – только… позитивное общение!

-экологическая: чем больше мы продвигаем продукты для здоровья и чистоты (безопасное моющее средство!), тем в большей степени мы сохраняем экологию планеты,

-финансовая, медицинская (меньше болеешь – меньше отнимаешь средств из бюджетной медицины. А ЕСЛИ ТАК ПОСТУПАЮТ МИЛЛИОНЫ ДИСТРИБЬЮТОРОВ?! Тогда это уже означает радикальные перемены в структуре заболеваемости, увеличение продолжительности жизни населения!),

-ментальная: из апатичных потребителей можно и нужно создать общество ЗДОРОВЫХ, ЖИЗНЕРАДОСТНЫХ, ПОЗИТИВНЫХ Людей!

И все это – НАША Компания NSP!!!

Обманув возраст и болезни, избавившись от лишнего веса, жить долго и счастливо. Разве не об этом мечтают миллионы людей? Кто ответит «да» на эти вопросы, явно заинтересуется велнесом… и палеодиетой. Ее разработал Оз Гарсия - персональный диетолог голливудских «звезд»: Роберта де Ниро, Ричарда Гира и Мадонны. «…Генетическая программа человека рассчитана примерно на 120 лет. Моя же задача - не просто продлить человеку жизнь, но в ее рамках максимально продлить период здоровой жизни. Не бросайте себя на произвол судьбы и будете в отличной форме до самых преклонных лет» - считает Гарсия. Рекомендации… основываются на принципах палеодиеты. Один из них - это теория о трех основных типах метаболизма (обмена веществ).

Если в рационе первобытных людей соотношение **полиненасыщенных жирных кислот к полинасыщенным составляло 3:1, то в современном оно перевернуто - 1:3 (Омега-3!)**. Пещерный человек потреблял в 16 раз больше калия, чем натрия; мы - в 4 раза больше натрия, чем калия. И так - по всей таблице Менделеева. «По мере того как шло расселение человеческой расы по континентам, люди приспосабливались к разным условиям жизни.Те, кто заселил сначала Сибирь, а оттуда и Америку, развили в себе способность выживать на чисто мясном и рыбном рационе. А те, кто, скажем, поселился на Индостанском полуострове, были вынуждены довольствоваться в основном растительной пищей, и их организм эволюционировал соответствующим образом.У каждого этнического типа - своя метаболическая модель, у каждого своя собственная группа крови, разнятся и другие свойства организма. **А сегодня в крупных городах все живут бок о бок и питаются в основном одинаково. Одинаково неправильно**».

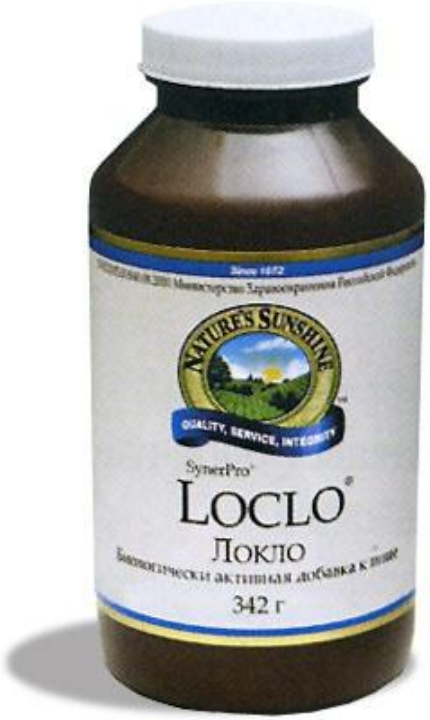
Рекомендации **Оза Гарсии (ВСЕМ, независимо от группы крови и принадлежности к определенной расе)** просты, но эффективны: «Потребляйте большое количество волокнистых и грубых продуктов. ..Такой рацион значительно снижает угрозу сердечного приступа, уменьшает риск возникновения раковых заболеваний. Ешьте фрукты, **богатые природными антиоксидантами и витамином С.** Например, черника и земляника обладают противовоспалительным и разжижающим кровь действием. Антиоксиданты создают иммунитет к раку. Употребляйте в пищу в основном нежирные белки. Ешьте цельные зерна и сведите к минимуму потребление круп и мучных продуктов.

Потребляйте витамины, минералы и аминокислоты (в пище и БАД).

Чтобы тело было здоровым, эти комплексы нужны в большом количестве (ассортименте)....

Избегайте чрезмерного употребления сахара и углеводов. Результатом многолетнего употребления хлеба, макарон, сдобы, пиццы, рафинированного сахара становится малоподвижность суставов, отвердение артерий, нарушение работы внутренних органов и ослабление мышц.

Ограничьте потребление кофеина. Слишком большое количество кофе может способствовать развитию депрессии, беспокойства, бессонницы. Никогда не пренебрегайте завтраком и здоровым сном. А после восьмичасового сна вы будете лучше себя чувствовать и прекрасно выглядеть».



«Хорошая кухня — это целый мир, который вместо солнца уютно освещается камином». А. Дюма

Что у нас есть и чего нам недостает?

Избыток	Недостаток
Стрессов	Витаминов
Токсинов	Минералов
Негатива	Антиоксидантов
Электромагнитного смога	«Правильных» жиров
Грязного воздуха	Клетчатки
Плохого качества еды и воды	Белка и аминокислот
	ИНФОРМАЦИИ о правильном питании

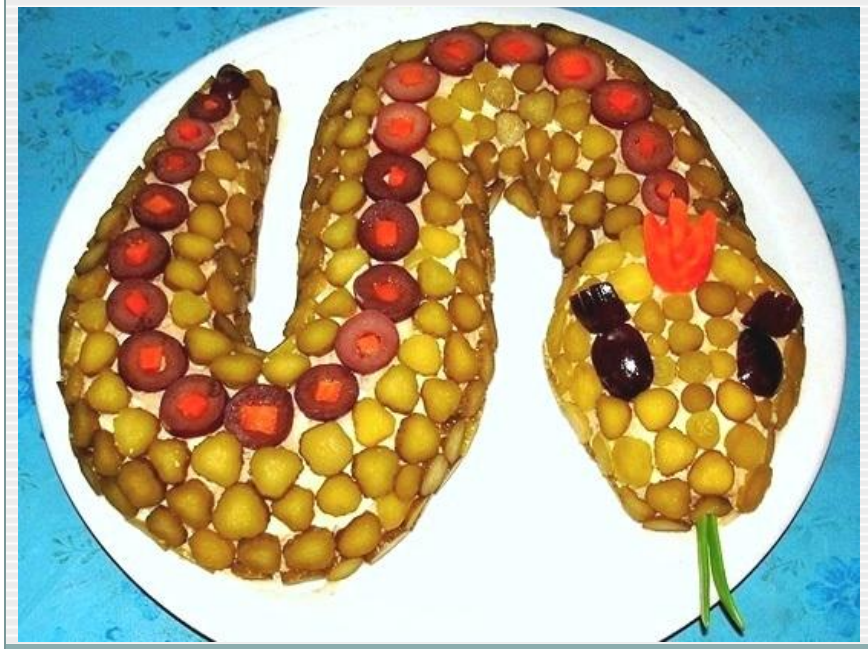
РЕКЛАМА ЛЕКАРСТВ: нет дефицита.

На совещании по развитию фармацевтической промышленности, которое прошло в пятницу, премьер-министр России жестко потребовал, чтобы практику выплаты врачам вознаграждений в том или ином виде от фармацевтических компаний была прекращена.

«Недопустима ситуация, когда фармацевтические концерны доплачивают врачам за то, что они выписывают пациентам производимые ими препараты, спонсируют корпоративные мероприятия, разного рода семинары с выездом на теплые моря», — сказал Владимир Путин.

Премьера также возмутило то, что **«тысячи специалистов» получают деньги от фармацевтических компаний и даже пользуются бланками для рецептов с логотипом фармацевтических компаний.**

http://www.bfm.ru/articles/2009/10/12/putin-razoblachil-zagovor-vrachej-i-farmacevtov.html



Пищевые красители: нет дефицита!

ТОКСИНЫ: нет дефицита. «28 мая с.г. в Минагрополитики Украины заявили, что украинская кукуруза, которой кормили кур в Германии, **не содержала диоксина**. Это показали исследования, проведенные украинскими, нидерландскими и немецкими лабораториями. Анализы проводили роттердамская International Laboratories TLR, гамбургская Eurofins и Киевский институт экогигиены и токсикологии им. Л.Медведя. Параллельно в Минагрополитики и Госкомветмедицины также расследуются обстоятельства по поставкам в Нидерланды кормов украинского производства… В начале мая Украину обвинили в поставках в Евросоюз кукурузы с содержанием диоксина. По сообщениям немецкой прессы, **яд был обнаружен в куриных яйцах на немецких фермах**, кормивших птицу комбикормом, изготовленным из украинских зерновых…Согласно сообщению Еврокомиссии, на которое ссылалось Минагрополитики, источником загрязнения стала фуражная кукуруза, поставляемая украинским экспортером зерна компанией "Днепр-2" нидерландским компаниям Meunerie Liegeois и Doens Food Ingredients.

Поставляемая в Нидерланды украинская кукуруза в дальнейшем использовалась в том числе немецкими фермерами для производства комбикормов.

Диоксины - это глобальные экотоксиканты, обладающие мощным мутагенным, иммунодепрессантным, канцерогенным, тератогенным и эмбриотоксическим действием. Они слабо расщепляются и накапливаются, как в организме человека, так и в биосфере планеты, включая воздух, воду, пищу.

Причина исключительной токсичности диоксинов - способность этих веществ удивительно точно вписываться в рецепторы живых организмов и подавлять или изменять их жизненные функции».

http://vid.org.ua/news.php?news=19769&razdel=3

Какие проблемы решает ВЕЛНЕС?

Дает оптимистичные ориентиры	Помогает привлекать новых людей
Все области Жизни Человека могут быть улучшены! Достаточно 1) знать, 2) захотеть, 3) СДЕЛАТЬ! Начинать нужно СЕЙЧАС – это самое лучшее время!	Подаете пример – как быть здоровым, успешным, позитивным, иметь достаточно свободного времени Даете информацию о продукте и бизнесе Быть здоровым – МОДНО! За Вами хотят следовать многие…

Экологическая обстановка и качество пищи ДЕЙСТВИТЕЛЬНО вносят коррективы в наши пищевые потребности! Питание сегодня должно быть не только сбалансированным – оно должно быть еще и ЭКОЗАЩИТНЫМ!

А какой стереотип питания преобладает сейчас?

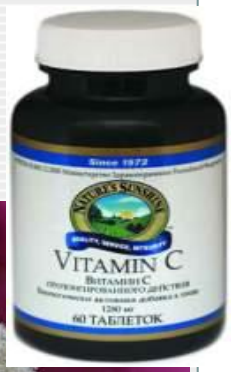
Заслуженный деятель науки РФ, доктор биологических наук, член-корреспондент Академии технологических наук, профессор **В.Б.Спиричев** глубоко убежден: от всех болезней, ну почти от всех, может защитить здоровое питание. А подразумевает он под этим понятием достаточное обеспечение каждого из нас витаминами и минеральными веществами. Дефицит их, считает профессор, одно из основных, наиболее распространенных и опасных для здоровья нарушений. Недостаточное потребление витаминов нарушает обмен веществ, ослабляет защитные силы организма. Длительный и глубокий дефицит витаминов ведет к тяжелым заболеваниям и может явиться причиной гибели организма.

При всей жизненной важности витаминов природа распорядилась так, что организм человека не способен сам синтезировать эти необходимые ему соединения и поэтому должен получать их в готовом виде.

За исключением жирорастворимых витаминов A, D и E, организм человека не способен "запасать" витамины на сколько-нибудь длительный срок и поэтому должен получать их регулярно, в полном наборе и количествах, обеспечивающих суточную физиологическую потребность.В большинстве стран существуют разработанные специалистами по питанию и утвержденные органами здравоохранения рекомендуемые нормы потребления витаминов.

И нам всегда чего-то не хватает…

Как же обстоит дело с обеспечением этими важнейшими пищевыми веществами населения России? Массовые обследования, регулярно проводимые лабораторией витаминов и минеральных веществ Института питания Российской Академии медицинских наук, свидетельствуют о широком распространении скрытых форм витаминной недостаточности, так называемых гиповитаминозов. При этих состояниях человек получает минимальные количества витаминов, достаточные, чтобы не развился тяжелый авитаминоз, но совершенно недостаточные для полного удовлетворения всех потребностей организма, оптимального осуществления всех связанных с витаминами жизненных процессов.Наиболее неблагополучно, если не сказать катастрофически,обстоит дело с **обеспеченностью витамином С, дефицит которого выявляется у 70-100% детей, …**взрослого трудоспособного населения, пожилых людей.



У 40-80% недостаточна обеспеченность витаминами группы В и каротином… недостаточное потребление витаминов является массовым и постоянно действующим фактором, оказывающим отрицательное воздействие на здоровье большей части населения в течение всей жизни. …поливитаминный дефицит во многих регионах Российской Федерации сочетается с недостаточным поступлением ряда макро- и микроэлементов: кальция, железа, селена и йода.

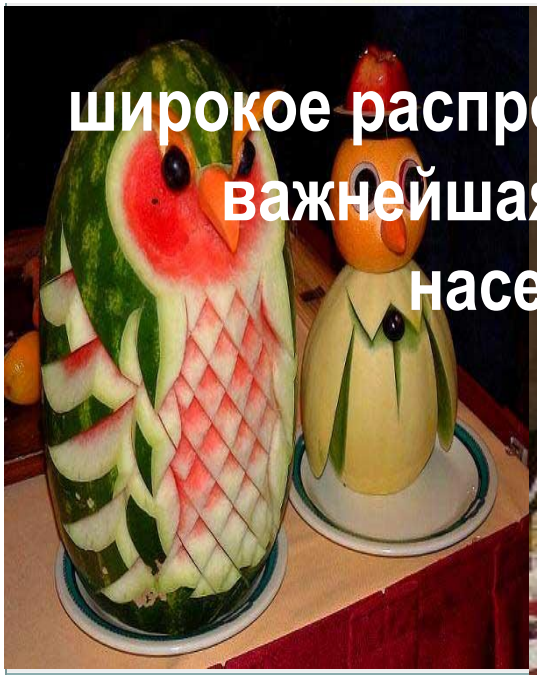
Физиологические потребности нашего организма в витаминах и микроэлементах, в том числе биоантиоксидантах, сформированы всей предшествующей эволюцией вида, в ходе которой обмен веществ человека приспособился к тому количеству биологически активных веществ, которые он получал с большими объемами простой натуральной пищи, соответствующими столь же большим энерготратам наших дедушек и прапрабабушек.В течение последних двух-трех десятилетий в результате технической революции и крупных социальных изменений средние энерготраты человека снизились в 2-2,5 раза. Во столько же уменьшилось или, по крайней мере, должно было уменьшиться потребление пищи - иначе неизбежны переедание, избыточный вес, а это прямой путь к диабету, гипертонической болезни, атеросклерозу и другим "прелестям" цивилизации. Статистические данные зарубежных медицинских страховых компаний свидетельствуют, что избыточная масса тела в 20% увеличивает смертность от сердечно - сосудистых заболеваний на 20-25%, а от диабета - в 1,5-2 раза. Ожирение (избыток массы тела 60%) повышает риск гибели от диабета в 3-5 раз, от инфарктов и инсультов - на 40-60% и от различных видов рака - на 20%.В связи со значительным снижением энерготрат, мы должны столь же существенно уменьшить количество потребляемой пищи, как источника энергии. Иначе – переедание, избыточный вес и все связанные с этим "прелести".Но пища не только источник энергии, она одновременно источник витаминов и микро-элементов, и, уменьшая общее количество потребляемой пищи, мы неизбежно обрекаем себя на витаминный голод. Расчеты показывают, что **даже самый идеально построенный рацион, рассчитанный на 2500 килокалорий в день (а это средние энерготраты современного россиянина), дефицитен по большинству витаминов, по крайней мере, на 20%.**

Овощи и фрукты могут служить сколько-нибудь надежным источником только двух витаминов: аскорбиновой (витамина С) и фолиевой кислот, а также каротина - и то лишь в том случае, если набор потребляемых овощей и фруктов будет, как сказано, достаточно разнообразен и велик. Так, например, содержание витамина С в яблочном соке составляет всего 2 мг на 100 г. И, таким образом, чтобы получить с этим соком суточную физиологическую норму этого витамина, составляющую 60 мг, нужно выпивать не менее 3 (!) литров или 15 (!) стаканов указанного сока в день.Что касается витаминов группы В, а также жирорастворимых витаминов А, Е и D, то их основным источником являются отнюдь не овощи, а такие высококалорийные продукты, как мясо, печень, почки, яйца, молоко, сливочное и растительное масло, хлеб из муки грубого помола, крупы, сохраняющие внешнюю, богатую витаминами и минеральными веществами оболочку (гречневая, овсяная, пшено и т.п.), и опять-таки - в количествах, существенно превышающих наши современные привычки и нормы. Чтобы получить необходимую суточную норму витамина В, составляющую для лиц, занятых легким трудом или трудом средней тяжести в среднем 1,4 мг, нужно съедать 700-800 г хлеба из муки грубого помола, или 1100-1200 г белого хлеба, или килограмм нежирного мяса, лучше телятины. Официальный рацион солдата

дореволюционной российской армии, суточные энерготраты которого достигали 5000-6000 ккал, включал 1300 г. черного хлеба и фунт (430 г) мяса ежедневно. Но кто сейчас может позволить себе, без угрозы для здоровья, подобные объемы пищи?

количество россиян, более или менее регулярно принимающих витамины, не превышает 3-5%.

…монотонизация рациона, утрата им разнообразия, сведение к узкому стандартному набору нескольких основных групп продуктов и готовых блюд; увеличение потребления рафинированных, высококалорийных, но бедных витаминами и минеральными веществами продуктов питания (белый хлеб, макаронные, кондитерские изделия, сахар, спиртные напитки и т.п.); возрастание в нашем рационе доли продуктов, подвергнутых консервированию, длительному хранению, интенсивной технологической обработке, что неизбежно ведет к существенной потере витаминов. …рацион современного человека, вполне достаточный для восполнения наших умеренных энерготрат, не может обеспечить организм необходимым количеством витаминов и минеральных веществ, потребность в которых современного человека не только не снизилась, но, учитывая их защитную роль в условиях стресса и воздействия экологически неблагоприятных факторов, существенно возросла. Вот почему дефицит витаминов и упомянутых выше минеральных веществ является в настоящее время наиболее распространенным и опасным для здоровья отклонением питания от рекомендуемых рациональных норм, учитывающих реальные физиологические потребности человеческого организма. Именно поэтому международная конференция по питанию, организованная в 1992 г. ФАО/ВОЗ в Риме, указала на широкое распространение дефицита микронутриентов как на важнейшую проблему в области питания населения развитых стран и подчеркнула необходимость широкомасштабных мер на государственном уровне для эффективной коррекции этих дефицитов…



широкое распространение дефицита микронутриентов - важнейшая проблема в области питания населения развитых стран

«О высокой эффективности регулярного приема витаминных и витаминно-минеральных комплексов свидетельствует огромный мировой и отечественный опыт», - Заслуженный деятель науки РФ, доктор биологических наук, член-корреспондент Академии технологических наук, профессор В.Б.Спиричев.

Одобренная Правительством Российской Федерации в августе 1998 г. "Концепция государственной политики в области здорового питания населения Российской Федерации на период до 2005 года" рассматривает развитие производства обогащенных микронутриентами продуктов питания в качестве важнейшей и первоочередной меры, от которой решающим образом зависит улучшение питания и здоровья детского и взрослого населения России. Постановление Правительства Российской Федерации от 5 октября 1999 г., № 1119, подписанное Президентом Российской Федерации В.В. Путиным, настоятельно рекомендует органам исполнительной власти субъектов Российской Федерации предусмотреть в региональных программах по реализации Концепции государственной политики в области здорового питания населения мероприятия по профилактике заболеваний, связанных с дефицитом микронутриентов. О высокой эффективности регулярного приема витаминных и витамино-минеральных комплексов свидетельствует огромный мировой и отечественный опыт. Но данным медицинских страховых компаний США и Англии более **60% (отдельные категории – до 90%)** населения этих стран принимают те или иные "витаминные" таблетки.

Массовые обследования, регулярно проводимые Институтам питания Российской Академии медицинских наук, свидетельствуют, что **количество россиян, более или менее регулярно принимающих витамины, не превышает 3-5%.** В странах Закавказья и Средней Азии на 1 жителя приходится не более одной таблетки в год.

Не здесь ли одна из серьезнейших причин нашего всеобщего нездоровья и не огромная ли возможность для массовых и эффективных оздоровительных мероприятий?

С каждым годом нас становится все меньше.

Алкоголизм, курение, дорожно-транспортные происшествия, недостаточная доступность многих медицинских технологий, экологические проблемы сокращают жизнь миллионов людей. А наметившийся рост рождаемости пока не компенсирует убыль населения. …неэффективная экономика, полусоветская социальная сфера, неокрепшая демократия, негативные демографические тенденции... Это очень большие проблемы даже для такого государства, как Россия…

Мы будем действовать. Терпеливо, прагматично, последовательно, взвешенно. Действовать прямо сейчас. Действовать завтра и послезавтра. Мы преодолеем кризис, отсталость, коррупцию. Создадим новую Россию.

Россия, вперед!

Дмитрий Медведев «Россия, вперед!»

В успешной экономике 50% зерна идет на технические нужды для химического синтеза, 30% – на корм скоту и лишь 20% для питания населения. В России практически исчезли своя промышленность и свое животноводство (российской говядины производится лишь 0,5 кг на душу населения в год). 90% потребляемых комбикормов импортные. Кроме того, для хорошего белого хлеба нужны пшеницы твердых сортов, которые в России из-за холодного климата почти не растут или дают очень низкий урожай. …появились различные химические так называемые **«улучшители хлеба»**, с присадками которых можно выпекать для народа внешне привлекательный белый хлеб из мягких сортов пшеницы. Нужда в закупках твердых сортов отпала. Теперь россияне успешно едят хлеб с полезными химическими добавками. Более **40% продуктов, продаваемых в Москве, являются фальсификатами**. Чаще всего выявляются подделки растительного и сливочного масла, сгущенного молока, чая, кофе, минеральной воды, тушеной говядины, меда и кондитерских изделий.

Лидерами черного списка стали: творог, 42,5% которого не соответствует нормативам, творожные сырки (45,5%), творожная масса (42,1%), развесная сметана (33,3%), шаурма (40%), салаты (20%) и пирожные (18,8%). В настоящее время почти 70% продуктов питания выпускается по ТУ, а не по ГОСТам, что позволяет производить некачественную пищу.

http://supercook.ru/decoration/obzor

Россия занимает второе место в мире по распространению поддельных лекарств. **87% медикаментов,** реализуемых через общедоступные аптеки, **фальсифицированы** или не соответствуют срокам годности. Обычно, в таблетки недовкладывают активные вещества, либо используют "пустышки" из мела. В России ежегодно реализуется на 300 млн EUR фальсифицированных медикаментов. …**Объем продаж водки** в рознице (212 млн декалитров) в 2006 году оказался на 57% больше объема, легально отгруженного заводами (135 млн декалитров), акцизы на этиловый спирт уплачены всего на 84,6%. В Москве открыт первый в России **вытрезвитель для малышей-алкашей** – детско-подростковое наркологическое стационарное отделение на базе наркологического диспансера №12. Россия занимает **первое место в мире по числу курящих детей** и подростков. По данным Всемирной организации здравоохранения, 33% детей и подростков в России являются постоянными куриль-щиками и к совершеннолетию уже страдают хроническими заболеваниями. Ежегодно в России около 30.000 молодых людей гибнут от наркомании. Объём потребляемого героина в России составляет около 300 тонн в год, это $12 млрд.

http://supercook.ru/decoration/obzor-01.html

Пригодной в пищу икры в России становится все меньше из-за катастрофического загрязнения многих рек и территорий. **Территория современной России – одна из самых экологически неблагоприятных на всей планете. Возможно, что вымирание населения России уже необратимо.** В стране слишком низкая рождаемость, система здравоохранения в упадке, широко распространены запойное пьянство и наркомания. При этом депопуляция происходит при отсутствии в стране каких-либо серьезных природных или военных катаклизмов, т.е. в обычных нормальных по российским меркам социально-политических условиях.

По данным ООН, смертность мужчин ***от в принципе профилактируемых причин*** в России в три-пять раз выше, а женщин - в два раза выше, чем в странах на сходной ступени развития.

В ближайшие несколько лет численность трудоспособных россиян будет ежегодно сокращаться на 1,1, а затем на 1,6 млн человек, а общая численность коренного населения,по прогнозам, к 2030 году составит не более115 млн человек. К середине XXI столетия, когда уже значительная часть коренного населения будет замещена приезжими мигрантами, сокращение численности населения РФ должно остановиться за счет высокой рождаемости в среде мигрантов при сохранении дальнейшего сокращения коренного населения.

Одна из главных проблем современной России, по мнению экспертов ООН, - демографический кризис, негативные тенденции в этой области в ближайшие годы и десятилетия породят новые тяжкие проблемы для экономики и социальной сферы страны. Эксперты ООН представили в Москве доклад "Россия перед лицом демографических вызовов". По мнению авторов документа, страна стоит на пороге быстрой «естественной убыли» населения трудоспособного возраста: к 2050 году население России сократится как минимум на 26 миллионов человек - до 116 миллионов. Ученые, работавшие над докладом, определили два типа проблем: проблемы так называемого ремонта демографической ситуации и проблемы приспособления к тому, что нельзя отремонтировать. **Текущую ситуацию директор Института демографии Государственного университета Высшей школы экономики Анатолий Вишневский обрисовал так:** Мы сейчас входим в самую острую фазу демографического кризиса. До 2025 года население России, по среднему варианту прогноза Росстата, сократится на 11 миллионов человек. А население в рабочем возрасте сократится на 14 миллионов человек. По сути, оно будет сокращаться примерно на 1,1 миллиона в год. И возрастные соотношения будут резко ухудшаться. По прогнозам Росстата, с 2008 по 2025 годы **пенсионеров в России станет примерно на 5 миллионов больше…**население России будет продолжать сокращаться до 2050 года. **Население России по среднему варианту прогнозов к 2020 году сократится на 11 миллионов человек, а население в рабочем возрасте сократится на 14 миллионов человек.** То есть оно будет сокращаться на миллион с лишним в год и возрастные соотношения будут резко ухудшаться. То есть нагрузка иждивенцами, которая в предыдущем периоде даже сокращалась из-за снижения рождаемости, теперь начинает расти и очень сильно из-за старения населения, а также быстрого возрастания числа инвалидов. Потому, если у нас примерно **580 иждивенцев** на тысячу людей трудоспособного возраста, то к 2020 году этот показатель **превысит 800**, то есть он увеличится на треть… **Все идет к тому, что доля неработающих, то есть социальных иждивенцев, значительно возрастет.**

«Птица счастья» завтрашнего дня: меню на китайском?

Путь у каждого человека в Жизни свой – неповторимый и единственный в своем роде. Возможно, что и страны тоже идут непохожими дорогами в Хорошее, Светлое Будущее?

А ведь оно должно быть и у нашей страны!
Кто его, это Прекрасное Будущее, создаст?
Кто его создает уже сегодня?

Надежда ЕСТЬ!
Экологически чистые продукты как часть нашего ежедневного питания: ОБЯЗАТЕЛЬНО НУЖНО ВСЕМ!

В 1980 году Международная федерация органического сельского хозяйства разработала основные нормы производства экологически чистых продуктов. Фрукты, овощи и злаковые, выращенные в соответствии с этими стандартами, зреют на полях, расположенных в экологически чистых районах, вдали от автомагистралей и индустриальных зон. Землю удобряют не опасными ядохимикатами, а навозом и компостом. А от прожорливых букашек и личинок растения оберегают не синтетические опрыскиватели и инсектициды, а шум и природные враги вредителей – птицы и божьи коровки. Что касается мяса и молока, то они могут считаться экологически чистыми только в том случае, если животные содержатся в естественных природных условиях. Коровы весь день пасутся на зеленых лугах и жуют травку. Телят долго не отлучают от матерей, чтобы у буренок ненароком не случился стресс, который может негативно отразиться на качестве молока. Если погодные условия не позволяют вывести животных на улицу, они остаются в просторном помещении, где с лихвой реализуют свои естественные двигательные потребности… Подобный подход применяют и в отношении органических кур. В отличие от обычных несушек, которые зачастую всю жизнь проводят в тесных клетках, питаясь комбикормом и не видя солнечного света, эти бегают по зеленым травяным газонам, клюют полезные зернышки, а под крышу прячутся лишь от непогоды. А если птаха вдруг заболевает, ее изолируют от остальных пернатых и лечат гомеопатическими средствами, а не колют антибиотики, как на обычных птицефермах…
http://www.trud.ru/article/28-05-2010/243122_chto_za_frukt_ekoprodukt.html

Германия была и, похоже, останется страной, жители которой очень любят биопродукты («органические продукты» – прим). В 2009 году оборот торговли в этом сегменте составил почти 5,8 миллиарда евро. С 2000 года обороты продаж росли не менее чем на 10 процентов ежегодно. "Это 2,3 миллиона хозяйств. Они обеспечивают почти 50 процентов оборота на рынке торговли биопродуктами. Именно средний класс является основной целевой группой", - отмечает маркетолог Вольфганг Адльварт. Он уверен в том, что и в 2010 году торговля биопродуктами продолжит расти...

http://www.dw-world.de/dw/article/0,,5278745,00.html?maca=rus-newsletter_ru_deutschland-2548-txt-nl