

ДОСКА

ОБЪЯВЛЕНИЙ

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

Больше информации о газете «Доска объявлений» вы найдете на сайте
www.doska24.ee



КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ В ГАЗЕТУ:



В редакции:

Частное объявление – 3 евро,
коммерческое – 7 евро,
объявление со снимком – 12 евро.

ПРИЕМ ОБЪЯВЛЕНИЙ:

Пн.-Пт. с 10.00 до 16.30
по адресу: **Йыхви, UUS 20**

Интернет:

Вы можете подать объявление
с фотографией на сайте
www.doska24.ee

Консультация по объявлениям:

тел. +372 53 421 987
с 10.00 до 16.30 (Йыхви)

ОБЪЯВЛЕНИЯ ПО ТЕЛЕФОНУ НЕ ПРИНИМАЮТСЯ.

Ваше объявление увидят десятки тысяч людей!

НВ! НЕ ПРИНИМАЮТСЯ К ПУБЛИКАЦИИ СЛЕДУЮЩИЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ:

1. Не принимаются к публикации объявления о покупке-продаже: золотых монет, всех видов оружия, ядов, наркотических и отравляющих веществ, спиртных напитков, табачных изделий, человеческих органов, экзотических диких животных и растений.
2. Не принимаются к публикации объявления политического и религиозного характера, дискредитирующие физических и юридических лиц, о сексуальных услугах и порнографии.
3. Не принимаются к публикации объявления, нарушающие общепринятые нормы морали и нравственности, содержащие ненормативную лексику, о мошенничестве и вымогательстве.
4. Не принимаются к публикации объявления с просьбой о материальной помощи, предоплате, почтовой пересылке наложенным платежом или в конверте денежных сумм, а также других ценных вложений, рекламирующих финансовые пирамиды или которые направлены на привлечение пользователей в подобные сервисы через так называемые реф-ссылки, а также предложение быстрого заработка и обогащения.
5. Просьбы о финансовой помощи и пожертвованиях.
6. Просьбы о взломе ПО, компьютеров, серверов, компьютерных сетей и сайтов.
7. Объявления с большим количеством ошибок или переведённые с других языков автоматическими переводчиками; с обвинениями в мошеннических действиях.
8. Объявления о вакансии, в которых не указана должность.
9. Объявления, в которых текстовое или графическое содержимое заимствовано с чужих ресурсов.
10. Предложения займов, предоставления средств в долг для физических лиц, нарушающих законы Эстонии.

reklaam@inforing.net • www.inforing.net
Телефон рекламного отдела: +372 33 26105, +372 52 15988

СКУПАЕМ автомобили по выгодным ценам для Вас. Деньги наличными на месте, снятие с учета. Самовывоз. Тел. 59 040 678.

001 Легковые автомобили

Auto Vostok24. Покупаем автомобили в любом состоянии как старые, так и новые, сложенные и на ходу, после ДТП долго стоявшие. Дорого, быстро, удобно. Оформление документов и расчет на месте. Работаем по всей Эстонии. Тел. 55 553 440.

Oksila OÜ - авторазборка, лицензия № LJA. IV-201014, покупает автомобили на металлолом. Забираем сами на эвакуаторе. Справка для ARK. Тел. 59 110 888.

013 Ремонт транспортных средств и оборудование

Фирма выполняет ремонт и замену глушителей, порогов. Слесарные работы. Мелкий кузовной ремонт. Шиномонтаж. Тел. 58 127 776.

Автовывоз различных грузов (мебели, газовых и электрических плит, бытовой техники и электротехники, сантехники и т.д.). Имеются грузчики. Тел. 56 286 528.



Сервисный центр L.M. Servis OÜ - Официальный представитель BOSCH
A.X.Таммсааре 57, Йыхви,
тел. +372 33 712 98,
GSM +372 562 46 389
lmservis.ee

КОМАНДА ЭКСПЕРТОВ ПО ДИЗЕЛЬНЫМ СИСТЕМАМ предлагает:

- Ремонт и регулировку всех видов форсунок, а также топливных насосов высокого давления (ТНВД) на современном оборудовании BOSCH
- Компьютерную диагностику и ремонт двигателей
- Плановое техобслуживание и ремонт автомобилей любых марок от комплексной диагностики до сложнейшего ремонта ходовой части автомобиля и замены газораспределительного ремня.
- Обслуживание кондиционеров
- Промывка сажевых фильтров

015 Транспортные перевозки

Автогрузоперевозки большим и длинным микроавтобусом. Перевозка мебели, предлагаем помощь при переездах. Услуги аккуратных грузчиков. Также убираем старый хлам из подвалов, квартир, гаражей и дач. Работаем без выходных. Утилизация строительного мусора и всего остального хлама. Звонить в любое время. Тел. 58 014 449.

Каждый четверг заберу попутный груз из Йыхви и Кохтла-Ярве в Таллинн около 12.00. Возможна доставка замороженного товара. Тел. 50 24 082.

Песок, щебень, гравий, земля, навоз с доставкой. Укладка покрытия на дорогах и площадях. Тел. 51 965 405.



Автоперевозка грузов небольшим фургонем 20 м3 по городу и Эстонии! С грузчиками и без! Квартирные, офисные, дачные переезды. Вывоз старой мебели, чистка помещений от хлама. Доставка стройматериалов с подъемом на этаж. Продажа и доставка: щебень, песок, порода, земля (самосвал). Вывозим листья, ветки деревьев, корни, вскрываем полы, вывозим ДСП и лаги. Перевозим пианино! Есть упаковочный материал! Так же можно грузить и в контейнер 30 м3. Качественно и без выходных! Цены гибкие! Furgon24veoteenused Тел. 55 41 837.

Доставка грузов по Эстонии микроавтобусом. Тел. 58 206 583.

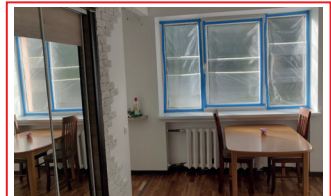
101 Квартиры Продам

1-комнатную квартиру, б. Эстония 32, 4/5, 32 м2. Пластиковые окна, пол ламинат, ковролин, железная дверь. Мебель, стиральная машина. Рядом школа, магазин Grossi, остановки. Свободна, въезд сразу. Фото по запросу. Цена 6500 евро с торгом. Тел. 55 553 536.

1-комнатную квартиру в Ийдла, Пору тее 41, 4/5, 38.3 м2, солнечная сторона, середина дома. Большой балкон. Центральное отопление. Квартира в хорошем состоянии, без долгов. Продается с мебелью и техникой. Возможна продажа без мебели. Цена договорная. Тел. 56 721 967, 58 962 840.

1-комнатную квартиру в Кохтла-Ярве, 2 этаж, 31.2 м2, квартира в середине кирпичного дома. Солнечная сторона, окна пластиковые, металлическая дверь, домофон, центральное отопление, Интернет, недалеко магазины, детсад, школа, остановка микроавтобуса №5, квартира без долгов, быстрое заселение. Тел. 56 217 595.

1-комнатную квартиру, ул. Ридакула 9, 1 этаж, ванна и туалет отдельно. Цена 7000 евро. Тел. 58 192 113.



2-комнатную квартиру в Кохтла-Ярве, ул. Ярвекула, 1 этаж, сделана перепланировка. Квартира после ремонта, поменяны все окна и двери. В квартире газовая колонка, на кухне установлен фильтр для воды, кухонные шкафы, газовая плита, холодильник двухкамерный, всё новое. Центральное отопление, в комнатах встроены раздвижные шкафы для хранения. Квартира угловая, светлая, окна выходят на запад и юго-запад. Ремонт до конца не закончен, есть недоделки (потолок в ванной комнате). Дом после ремонта (покращен внутри и снаружи), чистый подъезд, имеется домофон, парковка во дворе под окном. Соседи дружелюбные. Поблизости в шаговой доступности →

Памятники и надгробия Изготовление и установка Оградки, работы на кладбище



Narva mnt.150, Jõhvi
www.johvikivi.ee
33 56 444
50 84 049

Всегда выгодные цены без скидок, за счёт качества и выполнения договорённостей.

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ РЕСТАВРАЦИЯ ВАННЫ ЗА 2 ЧАСА!



**СТАРОЙ
ВАННЕ -
НОВАЯ
ЖИЗНЬ!**

Тел. 56499916

расположен детский сад, торговый центр Vironia, автобусная остановка, школа, стадион, поликлиника. Звонить можно на Viber, WhatsApp, Telegram.
Тел. +358 405 726 353.

2-комнатную квартиру в Йыхви, ул. Kooli 23, Мария. Тел. 56 678 384.

2-комнатную квартиру в Кохтла-Ярве, Ярвская часть города, Ringi 14, 2 этаж, 49.2 м2, дом на 4 квартиры. Сделан капремонт, новая сантехника, проводка. Продается с мебелью и техникой. Имеется сад, огород, сарай с погребом. Цена 27 000 евро. Наталья. Тел. 51 989 061.

2-комнатную квартиру в Пуру, в чистом зеленом районе. В шаговой доступности поликлиника, больница, магазины, остановка автобусов. Квартира светлая, чистая. Пластиковые окна, новая входная дверь, новый унитаз. Цена 8000 евро. Тел. 58 149 393.

2-комнатную квартиру в центре Йыхви, 46,3 м2, 1 этаж, уютная, угловая, теплая, комнаты изолированные, высокие потолки, окна на восток и юг, есть кладовка. Санузел совмещенный, теплый пол. Новая электропроводка, стояк и медные канализационные трубы. Центральное отопление, невысокие платежи, сигнализация. Дом реновирован, долгов нет. Частично остается мебель, газовая плита, холодильник. Отремонтированный подъезд, подвал, есть домофон. Парковка во дворе, в шаговой доступности магазин, остановка, училище. Цена 45 000 евро. Тел. 53 470 193.

Сдам

3-комнатную квартиру в Кохтла-Ярве, Мыйза тез 9, 58,2 м2. Рядом поликлиника, детсад, гимназия, магазины. Тел. 53 904 343.

Металлические, межкомнатные, шпонированные двери Окна
Душевые кабины Бойлеры



ASTEKOR

+ 372 5 224 456
+ 372 58 169 842

www.astekor.ee

Jõhvi, Rakvere tn 20.



FINDECO

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ

- ✓ Более 20 лет на рынке
- ✓ Реализуем любые решения
- ✓ Помощь при выборе освещения
- ✓ Быстрый и качественный монтаж
- ✓ Консультация и замеры бесплатно
- ✓ Гарантия 20 лет
- ✓ Имеется вариант рассрочки

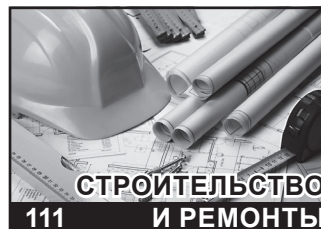
Uus 4, Jõhvi. Тел: 53415333,
www.findeco.ee, INFO@FINDECO.EE

103 Дома Продам

дом в Йыхви, ул. Rohu
19. Тел. 58 144 185.

106 Участки земли Продам

участок в садовом кооперативе Мичуринец, Ахтме, на участке домик с беседкой, баня, 1 большой парник, цена договорная. Ирина. Тел. 55 20 839.



**СТРОИТЕЛЬСТВО
111 И РЕМОНТЫ**

108 Производственные и торговые площади

Предлагаем для коммерческой деятельности комнаты в аренду: 12 м2, 34 м2, 70 м2, адрес: Narva mnt 40, Jõhvi. Дополнительная информация по тел. 55 657 391.

111 Строительство и ремонт, уборка квартир, домов, территории

ОÜ FLAT INVEST.
Чистка подвалов, гаражей, чердаков. Вывоз мебели, строительного мусора, стекла, шифера. Тел. 50 78 431.

IDAMEISTER OÜ. Быстро, качественно ремонт подъездов, квартир. Реновация цоколя и отмосток, крылец, кровли мягкой и жесткой (шифер, раннила). Жестяные работы, широкий выбор. info@idameister.ee
Тел. 58 260 688, 58 035 288.

OÜ Meliko Ehitus выполнит для квартирных товариществ и частных клиентов следующие работы: утепление и ремонт фасада, цоколя и кровли, облицовка балконов жестью. На все работы дается гарантия. E-mail: melikoehitus@gmail.com
Тел. 50 73 682, 55 25 183.

Все электроработы.
Александр. Тел. 52 66 996.

Натяжные потолки.
Лучшая цена. www.potolok.ee
Тел. 58 358 128.

Ремонтные и строительные работы. Внутренняя отделка, укладка керамической плитки, паркета, гипрока. Малярные, бетонные, сварочные работы. Деревянные каркасы балконов и террас. Тел. 55 561 487.

203 Бизнес-контакты

Услуги по переводу документов любой тематики с эстонского на русский и с русского на эстонский. Можно по договору. При необходимости могу выслать CV. Света Марьяпуу. Тел. 52 47 515, 53 000 120.

Maksim Fedotov Õigus-büroo OÜ. Юридические услуги физическим и юридическим лицам, правовая помощь квартирным товариществам, гражданские и уголовные дела, востребование долгов, договора по недвижимости и трудовому праву, разводы, наследство, пособия, консультации на русском, эстонском и английском языках, представительство и защита в суде и на следствии. Каждую среду проводится прием в городе Кивиыли, в здании Kiviõli Kinnisvarahoolduse OÜ по адресу: Уус 6. fedotoff@hotmail.ee Адрес: Кескаллее 16, Кохтла-Ярве. Тел. 56 455 403, 33 62 228.

Юридическая помощь в центре Кохтла-Ярве, ул. Кескаллее, 26. Консультации по гражданскому, трудовому, наследственному и семейному праву. Заявления в суд, договоры, претензии. Взыскание алиментов. Уменьшение или увеличение размера алиментов, расторжение брака, раздел имущества, общение с детьми. Юридическое сопровождение сделки от консультации до её нотариального оформления (подготовка продажи недвижимости, дарения, завещания). Помощь квартирным товариществам. Желательна предварительная запись. Звоните юристу Татьяне Ерёмченко по тел. 50 58 275.

206 Прочие товары

В продаже сухой строительный пиломатериал хвойных пород 75x75x3000 напрямую от производителя. Звонить: пн.-пят. с 9.00 до 17.00. Тел. 53 450 377, 51 25 962.

В связи с реновацией дома и заменой дверей предлагаем различные качественные наружные двери на лестничную клетку, на выбор, →

кол-во 21 шт. Цена договорная, самовывоз из Тойла, Пюхаору 10. Тел. 56 674 376.

Предлагаем дрова колотые (в том числе и сухие) и строительный пиломатериал. В наличии разный ассортимент. www.lepalind.ee Тел. 56 631 360.

Продам

дрова пиленые, колотые, по размеру заказчика. Оляха чёрная 60 евро за куб; берёза 70 евро за куб. Доставка бесплатно. Тел. 58 365 868.



окно большое 2,53x1,42. Маленькое окно 2,06 x 1 x 41. За 2 окна 130 евро, возможен торг. Тел. 55 42 492.

302 Бытовая, кухонная техника и сантехника

Продам

ванну новую, размер 170-75, недорого. Тел. 55 654 891.

304 Женская одежда и обувь

Продам

шубу норковую, длинная, размер 46-48. В отличном состоянии, цена 600 евро. Розовый полубок из лисы, размер 46-48. Цена 500 евро. Тел. 55 42 492.

307 Продукты

Продам

говядину и баранину мясной породы. Цены ниже рыночных. Возможна доставка на дом. Тел. 56 173 138.

тушенку домашнюю кусками из курицы, свинины, языка, говядины (оптом, →

20 стеклбанок по 540 г.), цена 5.00-7.50 евро, сертифицированная. (Кохтла-Ярве, Ахтме). Тел. 58 366 275.

405 Компьютеры



Woxel-GC OÜ. Ремонт и обслуживание компьютеров, планшетов, телефонов. Установка и оптимизация Windows. Сборка компьютеров на заказ. Большой выбор б/у ноутбуков и мониторов. Различные цифровые услуги: печать, сканирование, оформление деклараций для водительской справки и т.д. Разработка сайтов. Тел. 55 680 963.

ABC ARVUTI HOOLDUS. компьютеры, ноутбуки, планшеты, телефоны-смартфоны, GPS-навигаторы. Обслуживание и ремонт. Установка Windows и других операционных систем, программ, настройка, русификация и другие языки, драйверы. Любой ремонт и настройка компьютеров и других устройств, чистка от вирусов и нежелательных программ, восстановление данных на жестких дисках, флешках, телефонах, планшетах. Установка антивируса. Замена комплектующих. Модернизация (апгрейд). Настройка роутеров, Wi-Fi, принтеров, другого оборудования. Ремонт и перепрошивка мобильных телефонов, смартфонов и планшетов. Ремонт и перепрошивка GPS-навигаторов. ВСЕ быстро, недорого, качественно. Продажа б/у компьютеров и ноутбуков. Диагностика и консультация бесплатно. Выезд на дом (Ida-Virumaa). Без выходных. Андрей. Тел. 58 040 535.

Фирма Kompik Eesti OÜ предлагает широкий спектр IT услуг. Продажа, скупка, обслуживание, ремонт компьютеров и телефонов. Установка и настройка Windows. Удаление троянов и вирусов. Увеличение скорости работы компьютера и его мощности. Ремонт IT техники любой сложности. Восстановление дисков и флешек. Качественная перезапись с VHS и miniDV кассет на USB. Создание сайтов типа imja.ee и почты типа imja@imja.ee. Продажа лицензий на Windows, Office, Kaspersky и др. Гарантия на все виды работ. Консультация бесплатна. Полный список всех услуг - на сайте: www.kompik.ee/uslugi Тел. 55 550 255.

605 Книги, журналы, газеты

Продам

художественную литературу и классику, большой выбор. Тел. 55 42 492.

706 Ритуальные услуги

Быстро, качественно монтаж железобетонных опалубок, реновация надписи на памятниках, благоустройство гранитным щебнем или песком. Тел. 58 260 688, 58 035 288.

805 Познакомлюсь с женщиной

Мужчина-инвалид 54 года познакомится с женщиной. Тел. 56 123 399.

900 Красота и здоровье

Loodusliku Meditsiini keskus. Консультация; массажные кушетки; массаж; лечебная гимнастика; физиотерапия; грязелечение; гирудотерапия; рефлексотерапия. Кохтла-Ярве, ул. Ридакюла 10. www.kulikova.ee Тел. 51 24 910, 33 40 125.

**ПРОДАЁТСЯ НАВОЗ,
ЗЕМЛЯ, ПЕСОК, ЩЕБЕНЬ,
С ДОСТАВКОЙ НА МЕСТО.**

Тел.51 927 868

КАК ПИТЬ КОФЕ И ЧАЙ, ЧТОБЫ НЕ ХОДИТЬ С ЖЕЛТЫМИ ЗУБАМИ

«Откажитесь от кофе» - одна из самых частых рекомендаций для тех, кто хочет белые зубы. Готовы ли вы пойти на такие жертвы?



И кофе хочется, и зубы красятся. Можно ли сохранить белоснежную улыбку и при этом не отказываться от любимого напитка?

«Сразу же оговорюсь: эти рекомендации подходят как для кофеманов, так и для любителей чая. Крепкий чай, причем не только черный, но и зеленый, тоже может окрашивать зубы, - рассказывает врач-стоматолог Артур Тумашевич. - Особенно это важно, если ваши зубы изначально белоснежные. Чтобы сохранить их белизну, придется решить: либо пить меньше чая и кофе, либо применять дополнительные меры».

УСИЛЬТЕ ГИГИЕНУ

«Если вы пьете больше двух чашек кофе в день, вам потребуется дополнительная гигиена. Чистите зубы не два, а три раза в день», - подчеркивает врач.

Кроме того, эксперт советует уменьшить интервал между профессиональными чистками у стоматолога. Если обычно гигиеническую чистку нужно проводить раз в полгода, то любителям кофе стоит проходить процедуру каждые четыре месяца.

ВЫБИРАЙТЕ ПРАВИЛЬНУЮ ЗУБНУЮ ПАСТУ

«В ежедневной гигиене используйте две разные зубные пасты. Первая - абразивная паста для удаления налета от кофе и табака. Она эффективна, но ее нельзя применять длительное время, чтобы не вызвать повышенную чувствительность зубов, - предупреждает Артур Тумашевич. - Вторая - отбеливающая паста с эффектом реминерализации. Она может содержать специальные кислоты или ферменты, которые разрушают окрашенный налет и очищают зубы».

ПОЛЬЗУЙТЕСЬ ПЕНКОЙ ДЛЯ ОПОЛАСКИВАНИЯ РТА

Обычное полоскание рта водой или даже ополаскивателем не поможет избавиться от кофейного налета. Зато лишним после приема пищи будет использование фторсодержащей пенки.

«Такая пенка создает защитный слой на зубах, подобно покрытию автомобиля. Это ежедневная защита, которую стоит применять дополнительно к обычной гигиене», - говорит стоматолог. - Кроме того, после чистки зубов и до употребления кофе можно использовать специальные ополаскиватели с эффектом anti-plaque, которые создают защитную пленку на зубах по типу восковой. Эта пленка защищает от налета, но важно понимать, что защита не долгосрочная, при первом приеме пищи пленка исчезает».

ОТКАЖИТЕСЬ ОТ КОФЕ С МОРОЖЕНЫМ

Не стоит сочетать горячий кофе и холодные продукты, включая мороженое. Из-за резких перепадов температур на эмали формируются микротрещины, которые также могут стать причиной желтизны зубов.

ПРИ СУХОСТИ ВО РТУ ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ

Слюна смывает налет и бактерии с поверхности зубов, поэтому ее недостаток приводит к множественному кариесу. К тому же сухость во рту может быть одним из симптомов заболеваний щитовидной или поджелудочной железы. Поэтому при дефиците слюны обязательно проверьте здоровье.

НЕ ОТБЕЛИВАЙТЕ ЗУБЫ, ЕСЛИ НЕ ГОТОВЫ

ОТКАЗАТЬСЯ ОТ КОФЕ

Нельзя клеить отбеливающие полоски на зубы, а на следующее утро пить кофе.

«Если осветленный зуб покрыть кофе в период отбеливающих процедур, это лишь еще больше окрасит зубную эмаль, - предупреждает Артур Тумашевич. - Поэтому, если вы отбеливаете зубы, придется на время придерживаться «белой диеты», то есть отказаться от красящих продуктов».

«Доктор Питер»

РЕДАКЦИЯ НЕ НЕСЕТ ОТВЕТСТВЕННОСТИ ЗА СОДЕРЖАНИЕ ПОДАННЫХ В ГАЗЕТУ ОБЪЯВЛЕНИЙ!



Отдел рекламы: 33 26 105, 5215988 reklaam@inforing.net, sveta@inforing.net, vlad@inforing.net
По вопросам размещения объявлений : +372 53 421 987 www.doska24.ee

Издатель Inforing Media OÜ
Uus tn 20 Jõhvi, Eesti 41533

Издательство не несет ответственности за содержание рекламы и рекламных объявлений. Подача рекламы в газеты и журналы не запрещена законодательством Эстонии. Все разногласия между рекламодателями и заказчиками услуг решаются между ними в частном порядке.

Пашнет вишней – бунтарка, розой – интеллектуалка?

ЧТО ГОВОРЯТ О ХАРАКТЕРЕ ВАШИ ДУХИ



Сегодня многие хорошо ориентируются в ароматах и выбирают для себя необычные варианты, отражающие индивидуальность. Соцсети активно продвигают эту тему, публикуя видео, посты и обзоры различных духов. Нишевые бренды больше не обходят стороной, и они в ответ активно предлагают самые смелые варианты: парфюм с запахом грибов, сырой земли, церковного ладана или металла с табаком.

Безусловно, у каждого человека свой вкус и предпочтения. Кто-то любит сладкие, насыщенные, тяжелые ароматы, а кому-то по душе свежие, легкие, почти незаметные. И все это неспроста.

КАК ПАРФЮМ ВЛИЯЕТ НА ПОДСОЗНАНИЕ

«Духи – зеркало настроения. Существует ложное

Сложный макияж уже не в тренде, сейчас все сходят с ума по нишевому парфюму. Порой женщины готовы отдать половину зарплаты за трендовый аромат. Есть те, кто душит духами так, что плохо потом всем вокруг, другие же предпочитают «запахи чистоты». У всего есть объяснение.

убеждение, что люди выбирают аромат под свой характер, однако я уверена, что это миф. Парфюм может вызывать различные ассоциации, но личность человека многогранна и не сводится к одному запаху», – говорит психосоматолог Екатерина Тур.

У женщины может быть целая коллекция парфюма, поэтому она использует тот, что соответствует моменту. Это наглядно показывает пластичность не только поведения и характера, но и мозга. Когда вы наносите духи, их запах фиксируется

внутри электрохимического восприятия окружающей среды, своего состояния, разговоров вокруг внутреннего диалога. И все это буквально отпечатывается в сознании как некий ароматический фотоснимок.

Эксперты советуют иметь несколько видов парфюма, чтобы каждое утро выбирать подходящий. Благодаря такому разнообразию вы увидите, что можно моделировать настроение целого дня.

Духи способны не только удачно дополнить ваш образ, но еще и создать нуж-

ную атмосферу. Для деловых переговоров рекомендуется наносить парфюм, создающий ощущение свежести и уверенности в себе, для активной деятельности – тот, что добавляет бодрости.

Романтический ужин и торжественные события требуют особого подхода. Возможно, стоит выбрать изысканные духи, подчеркивающие значимость предстоящего события. Если перед важной встречей вы используете аромат, который повышает уровень радости и делает вас более счастливой, то велика вероятность, что мероприятие пройдет в позитивном ключе.

СЛАДКИЕ, ЦИТРУСОВЫЕ, КОЖАНЫЕ: ЧТО ГОВОРЯТ О ЖЕНЩИНЕ ЕЕ ДУХИ

«Запах – это один из самых интимных языков, на которых мы рассказываем о себе. Аромат может не только дополнять образ, но и выдавать скрытые черты личности, настроение, даже этап жизни. Конечно, это не строгая наука, но можно отметить закономерности, по которым выбор парфюма становится своеобразным портретом внутреннего мира женщины», – говорит психолог Лерона Наринская.

Что говорят о женщине разные ноты в парфюме? Разберем на конкретных примерах.

1. Ваниль и сладкие гурманские ароматы (карамель, шоколад, вишня)

Обычно их выбирают женщины, которым важно ощущение тепла и заботы – как по отношению к себе, так и к окружающим.

Это люди, которым нравится создавать атмосферу уюта, чувствовать себя желанными и мягкими, но в глубине есть потребность в признании. Иногда такой выбор сигнализирует о скрытой романтичности, даже если внешне женщина кажется очень прагматичной.

2. Цитрусовые и свежие ароматы (бергамот, лимон, лайм, зеленые ноты)

Любительницы таких запахов ценят легкость, спонтанность и движение. Это активные, энергичные, часто экстравертные женщины, которым важна свобода.

Парфюм для них - не маска, а способ подчеркнуть бодрость и ясность мыслей.

3. Цветочные ноты (роза, жасмин, лилия)

Классический выбор, который может говорить о стремлении к гармонии и чувственной женственности. Цветы - это не только про романтику, но и про уверенность в своей привлекательности.

Женщина может быть нежной, но в то же время знает себе цену и любит внимание.

4. Кожаные, дымные, древесные акценты (кожа, табак, уд, сандал)

Такой выбор часто делают сильные, независимые личности, которым важно подчеркнуть индивидуальность. Это женщины, не боящиеся бросить вызов стереотипам, любящие играть на грани женского и мужского.

Иногда такой выбор - это сигнал внутренней силы или потребности заявить о себе без слов.

5. Необычные ноты (металлические, с оттенком специй)

Чаще встречается у творческих и любопытных натур. Они ищут в аромате не привычную красоту, а эмоцию, историю, эксперимент. Для них запах - способ самовыражения, иногда даже маленький бунт.



ВСЮ ЖИЗНЬ ОДИН ФЛАКОН ИЛИ НОВЫЙ АРОМАТ КАЖДЫЙ МЕСЯЦ?

Еще один важный психологический аспект - это то, как женщина относится к парфюму. Кто-то не может сменить аромат много лет, а кто-то устает от однотипности за несколько недель.

➤ **Частая смена парфюмов.** Сигнал поиска и переменчивости. Женщина проживает разные роли, любит экспериментировать с образом и состояниями. Парфюм становится инструментом игры и смены настроения.

➤ **Обилие аромата** (облиться с головы до ног). Иногда это попытка заявить о себе, подчеркнуть значимость, придать уверенности. Человек может ощущать внутреннюю неуверенность и компенсировать ее сильным, заметным шлейфом. Но бывает и просто привычка яркой натуры, которая любит, чтобы ее «слышали».

➤ **Едва уловимые запахи или полный отказ от парфюма.** Чаще всего это люди, для которых важны естественность и личное пространство. Они могут быть интровертными, чувствительными к перегрузкам или просто не хотят «кричать» о себе. Иногда это история про

высокую уверенность: «Мне не нужно ничего добавлять, чтобы меня заметили».

ПАРФЮМ – ЭТО ТОЖЕ ИСТОРИЯ ИЗ ДЕТСТВА

«Аромат, который наносит на себя женщина - это отражение ее внутреннего мира, настроения и даже скрытых желаний. Мы, психологи, называем это ольфакторной идентичностью: гиппокамп, часть мозга, отвечающая за память, тесно взаимодействует с обонятельными центрами, так что каждый аромат несет особые эмоции», - говорит психотерапевт Максим Ковалев.

Замечали ли вы такое, что кто-то из знакомых пользуется парфюмом, который ему совершенно не подходит? Или же носит один аромат

уже много лет, хотя бренды выпустили множество аналогов, которые звучат в разы интереснее?

Оказывается, человек порой не в силах сменить духи, хотя может этого очень хотеть.

«Удушающий» оттенок иногда маскирует неуверенность: женщина хочет казаться яркой, соблазнительной, но внутри ощущает некоторую уязвимость. Одна моя клиентка годами носила тяжелый вишневый парфюм. Как выяснилось, он напоминал ей детство, каникулы на даче, бабушкины пироги, через запах она искала эмоциональную опору в стрессовые периоды. Мы поработали над этим, и она перешла на более легкий парфюм, так как почувствовала свободу», - делится историей из практики Максим Ковалев.

Хотите найти легкого человека, полного оптимизма или почувствовать себя таким? Тогда смело выбирайте ароматы лимона, грейпфрута и других цитрусовых. Женщины, делающие такой выбор, динамичны и открыты миру. Цитрус стимулирует эндорфины, поднимает настроение.

Если вам нужно почувствовать себя смелее, заявить о себе на важном мероприятии или свидании, то здесь в ход должны идти смелые ароматы: уд, мускус, специи, кожа, древесина. В случае, когда нужно настроиться на романтический лад и немного обуздать «железную леди», выбирайте цветочные запахи: роза, фрезия, тубероза, жасмин.

«Между нами»



Хроно-логическая ошибка											Дворянский титул (западн.)	Ед. измерения размера шрифта	Ложь, неправда
Прибор для обслед. желудка						Внутр. опорная часть предмета	Маленький огонек из костра						
										Единица силы тока			Римский поэт - сатирик
							Глинистый участок в пустыне	Работник, ухажив. за лошадьми					
										Клуб велосипедистов и находчивых			
						Жена В. Высоцкого	Снег, сошедший с гор	Замысел, намерение					
						Герой произведений А. Дюма	Ультразвуковой гидролокатор	То же, что дьячок					
			Манера движения при ходьбе	Английская рок-группа	Игловидный лист	Бьющий стержень в колоколе							
	Вид сбора налогов (стар.)	Убогая комнатка				Архитектурный элемент	Общеселение для зверей						
			Госуд. знак отличия	Вода соляных озер			Денежная единица Перу	Крепость в Средней Азии					
	Напиток из кобыл. молока	Внесист. единица атм. давления			Обширная горная территория	Новобранец в ст. рус. армии	Запаянная стеклянная трубочка						
			Боевая бронемашина			Гос-во в Юж. Америке		Поэма Есенина					
Город в Эстонии	Сумчатый медведь	Картон. рамка для портрета					1	Метил, этил (общее)	Широколистное дерево				
				Точка небесной сферы		Цветочный горшок							
Кожа головы с волосами	Обладатель престижной премии	Остров в Средиземном м	Первый лепет человека	деталь плуга			Банзай по-русски						
		Амер. левизна Дайана...			Гос-во в Центр. Африке	Отделение в вагоне							
Нечто строго запретное	Полевые фортификационные укрепления		Великан, богатырь	Внутренность			Сорт сладких яблок						
		Мелкие пятнышки или прыщики	Крупа желтого цвета			Большой домашний ящик							
Быстро по своей сути	Аркан скользящей петли			Штат на западе США	Один сапог эскимоса		Имя оперной певицы Образцовой	Пища	Женское имя				
			Зазор между деталями			Осн. содержание беседы							
Абак	Перечень док., имущества	Синоним поэт (стар.)		Брат Ромула		... Мороз							
			Европ. военный союз		... Кристи (писат.)								