

Табл. 1. Основные показатели загрязнения атмосферного воздуха

	1990	1995	2000	2005	2008	2009	2010	2011	2012
Выброс загрязняющих веществ в воздух	15549,4	7483,5	5908,6	6615,6	7210,3	6442,9	6678,0	6877,3	6821,1
Стационарные	9439,1	5687,0	3959,4	4464,1	4524,9	3928,1	4131,6	4374,6	4335,3
Передвижные	6110,3	1796,5	1949,2	2151,5	2685,4	2514,8	2546,4	2502,7	2485,8

Европейская хартия по окружающей среде и охране здоровья утвердила:

- зависимость здоровья человека от целого ряда важнейших экологических факторов;

- жизненную важность предупреждения воздействия на человека опасных для здоровья факторов путем защиты окружающей среды;

- положительное воздействие, которое оказывает на здоровье и благополучие людей чистая и гармоничная окружающая среда;

Основной вклад в загрязнение атмосферы Украины по массе выбросов вносят передвижные источники, постоянно возрастающие. Актуальной для страны задачей является создание комплекса мероприятий по снижению техногенной нагрузки от автотранспорта, совершенствование нормативно-правовой базы, внедрение в Украине европейских экологических стандартов (Евро).

КАК НЕ СДЕЛАТЬ СЛАДКУЮ ЖИЗНЬ ГОРЬКОЙ?

Студентка А.А. Воронина, руководитель Н.А. Букаченко

Национальный технический университет

«Харьковский политехнический институт»

Анотація. У цій статті наведені дані о правильному виборі шоколаду у плитках. Показано вплив шоколаду на організм людини.

Ключові слова: шоколад, какао-масло, молоко.

Аннотация. В этой статье приведены данные о правильном выборе шоколада в плитках. Показано влияние шоколада на организм человека.

Ключевые слова: шоколад, какао-масло, молоко.

Abstract. In this paper the data about a correcting choice chocolate in bars are given. The influence of chocolate on organism man is shown.

Key words: chocolate, cocoa butter, milk.

На сегодняшний день мировой рынок насыщен различными сладостями, что приводит к искушению, от которого нельзя отказаться. Все знают, что кушать сладкое очень вредно, но мало кого это останавливает, и зачастую это может, привести к очень плачевным последствиям.

Категория сладостей включает: печенье, шоколад, мармелад, различные сладкие пасты и др. Состав продуктов, при покупке порции сладкого, не вызывает интереса. Не всегда можно верить тому, что написано на обертке продуктов.

Остановимся на таком сладком продукте, как шоколад. Он может быть горьким, молочным, белым, пористым, с орехами, с изюмом, с йогуртом, с джемом и с другими разновидностями. Покупая роскошную коробку конфет с завлекательной этикеткой, можно ли быть уверенным, что в ней продукция из настоящего шоколада? Что же должно находиться в шоколаде? В настоящем шоколаде должны присутствовать какао-масло и тертое какао, это два самых главных составляющих этого продукта.

Зрительно можно определить, какой именно шоколад мы купили: подделку или настоящий. Для начала необходимо посмотреть на поверхность шоколада, она должна быть блестящей, однородной. При отламывании кусочка плитки шоколада, без орехов и изюма, должен слышаться характерный звонкий звук, а на срезе наблюдаться некая матовость. При нынешней ситуации многие производства пытаются, как можно больше сэкономить, при этом прибегая ко многим хитростям. Например, какао тертое, заменить на какао порошок, который является отходом переработки какао бобов после отжима какао-масла. Еще один вариант экономии – замена какао-масла на гидрожир. Гидрожиром называется растительное масло, из которого выпарили воду. Гидрожир повышает уровень холестерина в крови.

Для того чтобы определить, настоящая плитка шоколада или нет, существует несколько тестов.

Тест №1 «Тает или нет». Настоящий шоколад с какао-масло, должен таять при температуре 32°C, а шоколадка с гидрожиром – при температуре 40°C. Чтобы проверить этот тест достаточно положить кусочек шоколада себе на ладонь. Шоколад начнет таять, т.к. нормальная температура тела человека составляет 36, 6°C.

Тест №2 «Тонет или не тонет». Для этого теста понадобится немного молока и естественно плитка шоколада. Для определения настоящего шоколада, необходимо вылить молоко в емкость и опустить шоколад. Если шоколад настоящий, то он утонет, а если шоколад плавает, значит в него добавили дешевый какао-порошок. К этому тесту нельзя отнести пористый шоколад, т.к. настоящий пористый шоколад будет плавать на поверхности.

Существуют другие способы отличия настоящей плитки шоколада от подделки. При покупке любого продукта необходимо изучать состав, потому что некоторые производители честно указывают, что их продукт – сладкая плитка, а не шоколадная. Нужно выбирать продукт с небольшим сроком годности в соответствии с ГОСТом. Срок годности шоколада, без

Добавок, составляет 6 месяцев, шоколада с наполнителем – 3 месяца. Срок годности шоколада зарубежных производителей – 12-18 месяцев. Большой срок годности не является показателем низкого качества шоколадной продукции и наличия консервантов. Натуральное какао-масло – антиоксидант, который предотвращает окисление жира. Поэтому шоколад, в состав которого входит натуральное масло какао, может храниться 2 года. При рассмотрении некоторых правил выбора сладостей, можно подсластить свою жизнь и при этом сохранить здоровье.

Что говорят специалисты насчет сладкого и как шоколад влияет на наш организм? В шоколаде содержится триптофан, который стимулирует гормон счастья серотонин. Шоколад полезен для школьников, он улучшает мозговую деятельность. Ученые утверждают, что перед ответственной контрольной или экзаменом, желательнее скушать плитку шоколада и вы будете, более сосредоточены и внимательны.

Многие врачи утверждают, что чем больше сахара находится в продукте, тем быстрее он наберет популярности среди потребителя, и тем больше будет спрос на товар. Но к чему это может привести? Известны такие болезни как: ожирение, диабет, кариес, аллергические реакции, кишечные расстройства.

Что же можно предпринять в таком случае? Нынешний производитель для сохранения нашего здоровья предлагает множество вариантов замены, например, конфеты без сахара, молочный шоколад с кальцием, мармелад с натуральными фруктами. Можно предположить, что это для нас полезно, но так ли это на самом деле? В этом случае мнения специалистов расходятся: одни считают, что такие продукты

полезны, а остальные категорически их запрещают. Получается палка о двух концах и что выбрать нам – зависит, исключительно, только от нас.

ТОЛЕРАНТНІСТЬ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ЯК ПОКАЗНИК ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТАЛОСТІ ДО СИТУАЦІЙ РИЗИКУ

С.П. Гвоздій

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

Анотація. У статті наводяться характеристики феноменів «невизначеність», «толерантність». Актуалізується значущість толерантності до невизначеності як психологічної передумови безпечної життєдіяльності особистості.

Ключові слова. Невизначеність, толерантність, безпечна життєдіяльність, психологічна передумова, ризик.

Аннотация. В статье приводятся характеристики феноменов «неопределенность», «толерантность». Актуализируется значимость толерантности к неопределенности как психологической предпосылки безопасной жизнедеятельности личности.

Ключевые слова. Неопределенность, толерантность, безопасная жизнедеятельность, психологическая предпосылка, риск.

Abstract. The article presents the characteristics of the phenomena of "uncertainty", "tolerance." It is updated importance of tolerance to uncertainty as psychological preconditions safe life of the individual.

Key words: uncertainty, tolerance, safety of life, psychological precondition, risk.

Характерною ознакою нашого часу є постійне перебування людини у стані збільшення зовнішньої та внутрішньої невизначеності. Одним з психологічних феноменів, що дозволяють особистості успішно функціонувати в непередбаченому просторі сучасного світу, є толерантність до невизначеності. Тому нагальною потребою сьогодення є розвиток толерантності до невизначеності як основи виживання біологічної істоти «людини» та показник психологічної сталості до ситуацій ризику.

У психологічних дослідженнях виділено ряд характеристик феномену невизначеності. До найбільш поширених і суттєвих, на думку різних авторів, відносяться: новизна, суперечливість, складність, множинність можливостей, виборів і рішень; непередбачуваність або неможливість прогнозу розвитку, невідомість ймовірності події, сприймається відсутність причинно-наслідкових закономірностей; не контрольованість і (або) суб'єктивна неможливість управляти розвитком подій, протистояти несподіванкам, передбачити їх, неможливість розділити на категорії ситуацію через відсутність інформації або готових схем інтерпретації. Невизначеність