

### Նոր դարաշրջանի չափանիշներ

Custodian Guardian New Age-ի հետ գալիս են CGNA ստանդարտները: Կան 4. նրանք համայնքային ծառայություն են:

## Կլիմայի պաշտպանության ստանդարտ 1 CPs 1

Գոյատևելու համար մարդու մարմինը կլիմայի պաշտպանության կարիք ունի: Կլիմայական վտանգներ. արև(ճառագայթում), Զերմաստիճանը(շոգ ցուրտ), Թաց(սառնություն, հիպոթերմիա), Քամի(այրվել, սառչել, փոշի). Կլիմայի պաշտպանությունը բաղկացած է գլխի պաշտպանությունից, պաշտպանիչ հագուստից, պաշտպանիչ կոշիկներից: Սպառնալիք մարդու մարմնի մերկ մաշկին(մերկություն) ենթարկվում է տարրերի.

## Չափում է ստանդարտ 1 Ms 1

Պահառուի խնամակալը օգտագործում է New Age չափանիշները(ԱԺ) չափել.

Թարմացված մետրային տարբերակ: UCG համայնքային ծառայություն:

**Երկարության հիմքը** միավոր: մետր(մ) ~ **Տարածքային բազամիավոր:** քառակուսի մետր(մ<sup>2</sup>) ~ 3D մետր(մ<sup>3</sup>) ~ **Ծավալային բազամիավոր:** լիտր(լ) ~ **Քաշի բազամիավոր:** գրամ(գ)

## Փաթեթավորման ստանդարտ 1 Ps 1

**Սղ 1** (Փաթեթավորման ստանդարտ) ծածկում է սպառողների կարիքները. ազնիվ հեշտությամբ համեմատել արտադրանքի քանակները և փաթեթավորումը: Փաթեթավորումը վերամշակելի է և կենսաքայքայվող: Ps 1 a UCG համայնքային ծառայություն:

## Քնի ստանդարտ 1 Սս 1

Քունը անհրաժեշտ է մարդու մարմնի գոյատևման համար: 7 ժամ պետք է անել: Քնի պակասը հանգեցնում է մահվան, բայց միայն դեպրեսիայի և անմեղսունակության պոռթկումների միջոցով շատ ցավալի անցումից հետո:

# AS it is Written It Shall Be



Նոր դարաշրջանի ստանդարտ

# Կլիմայի պաշտպանության ստանդարտ 1 CP 1

Գոյատևելու համար մարդու մարմինը կլիմայի պաշտպանության կարիք ունի:

**Կլիմայական սպառնալիքներ:** Արև(ճառագայթում), Ջերմաստիճանը(շոգ ցուրտ), Թաց(սառնություն, հիպոթերմիա), Քամի(այրվել, սառչել, փոշի). Կլիմայի պաշտպանությունը բաղկացած է գլխի պաշտպանությունից, պաշտպանիչ հագուստից, պաշտպանիչ կոշիկներից: Սպառնալիք մարդու մարմնի մերկ մաշկին(մերկություն) ենթարկվում է տարրերի.

**Աչքերի պաշտպանություն** բաժանված է 2 բաժինների. Գործնական: մեկ ոսպնյակ(երեսկալ). Նորաձևություն: 2 ոսպնյակ(ակնոցներ).

1. Շրջանակ. պետք է բոլոր կողմերից զերծ մնա օդում տարածվող մասնիկներից(ներքև, կողքեր, վերև). Պետք է լինի ընդհատվող(չի կտրվում նստելիս). Կարող է լինել ցանկացած գույն , կարող է լինել դեկորատիվ:

2. Ոսպնյակներ(ներ) Չկտրվող, բարձր քերծվածքներից դիմացկուն, արգելափակում է ուլտրամանուշակագույն ճառագայթները, չի մառախլում, փայլը կարգավորվում է(փոխվում է ավելի մուգ, ավելի բաց, ավելի բաց, ավելի մուգ).

## Աչքերի պաշտպանությունը միշտ կրում են դրսում:

V Սաղավարտի գլխի պաշտպանություն հարվածներից: Մազերին և գլխին անհրաժեշտ է կլիմայի պաշտպանություն ցրտից, խոնավությունից, ծայրահեղ ճառագայթումից և աղտոտումից: Գլխին անհրաժեշտ է նաև պաշտպանություն հարվածներից. V սաղավարտ՝ ներկառուցված GPS թրեքերով, հեռախոսով, տեսաձայնագրիչով..

Դրսի պատյանը մետաղական է կամ սինթետիկ: Այն ունի միջնագիծ գազաթ(կարելի է զարդարված, փետրավոր). Կաշվե կզակի ժապավենը միկրոֆոն է պահում: Մեքենան թեքված է կողքից, ուղիղ վերև, ներքև, չկտրվող, բարձր քերծվածքներից դիմացկուն, արգելափակում է ուլտրամանուշակագույն ճառագայթները, չի մառախլում, փայլը կարգավորվում է(ավելի մուգ, ավելի բաց, ավելի բաց, ավելի մուգ). Սաղավարտն ունի կաշվե մեջք՝ որպես պարանոցի պաշտպան:

Վ Սաղավարտն ունի կաշվե միջադիր: Լիցքավորման մեջ տեղադրված են ականջի կտորներ : Ա**Բալակլավա(Բինի)** կամ **Կ Շարֆ** կարելի է կրել սաղավարտի տակ: Սաղավարտի ներքին երեսպատումը քրտինքով, թեփից, քսուքից մաքուր պահելու համար: Արտաքին աքսեսուար .պայծառ լույս, ինֆրակարմիր լույսի լամպ; տեսախցիկ.

**Բալակլավա(Բինի)** ծածկել ամբողջ գլուխը՝ բացելով միայն աչքերը: Գործված է բրդից կամ բամբակի և բրդի խառնուրդից(առանց սինթետիկ մանրաթելերի). Կարող է լինել ցանկացած գույն կամ նախշ, կարող է ունենալ դեկորատիվ պոմպ գազաթին: Երբ դեմքի և պարանոցի պաշտպանության կարիք չկա, Balaclava-ն կարող է փաթաթվել և դառնալ «Beanie»:



**Կ-Scarf** կարող է ծածկել ամբողջ գլուխը՝ մերկացնելով միայն աչքերը ( առավելագույն պաշտպանություն). Այն գործում է որպես գլխի ծածկ և շղարշ: Գործված է բրդից կամ բամբակի և բրդի խառնուրդից(ոչ



սինթետիկ մանրաթել)։ Կարող է լինել ցանկացած գույնի կամ նախշի։

**Բալակլավակամ K-Scarf** երկուսն էլ պաշտպանում են՝ ծածկելով քիթը և բերանը։ Խուսափվում է աղտոտումը ներշնչելուց, մահացու վարակիչ հիվանդություններից և խայթող միջատներից։ Նվազեցնում է չոր և սառը օդի ազդեցությունը։ Ալերգիան և ասթման նվազում են։ Պարունակում է տարածող վարակիչ հիվանդություններ։

## Գլխի պաշտպանությունը միշտ կրում են դրսում։

**Պաշտպանիչ հագուստ** անհրաժեշտ է օրգանիզմը կլիմայից, հիվանդություններից, աղտոտվածությունից պաշտպանելու համար։ Պաշտպանիչ հագուստը պետք է լինի հարմարավետ, օգտակար, մատչելի։ Պաշտպանիչ հագուստը բաղկացած է գլխի ծածկույթից, հագուստից, գուլպաներից, ոտքերի պաշտպանությունից։ **Պաշտպանիչ հագուստը միշտ դրսում է։**

Մաշկը շատ պաշտպանության կարիք ունի՝ խայթոցներից (կենդանիներ, մարդ), Խայթոց (Թրթուրներ, ասեղներ), Վարակներ (Բակտերիաներ, սնկեր, մանրէներ, վիրուսներ), Ճառագայթում (Ջերմային, Արևային, Միջուկային), Ազդեցության ենթարկում (Թթու, կրակ, սառնամանիք, սուր եզրեր, թաց)։



Հագուստը պատրաստված է բնական մանրաթելից՝ կենդանական կաշվից, բուսական մանրաթելից, մետաքսից, բամբակից կամ բուրդից։ Արհեստական մանրաթելերը չեն օգտագործվում հագուստի մաշկին դիպելու համար։



Պաշտպանիչ հագուստ, Կոմբինեզոն (գլխարկով) կամ 2 կտոր բամբակից, բուսական մանրաթելից, բուրդից կամ բամբակի և բրդի խառնուրդից (առանց սինթետիկ մանրաթելերի) ցանկացած գույնի ցանկացած օրինակ։ Երկուսն էլ պետք է ունենան շապիկի պարանոց, փքված\* ձեռքերը, ոտքերը փակ են դաստակների և կոճերի մոտ (ապացույցի նախագիծ)։ \*Փքված ձեռքերն ու ոտքերը թույլ են տալիս արմունկների և ծնկների հողերի ազատ տեղաշարժը, ինչպես նաև ներսի օդը ստեղծում է կլիմայի վերահսկում մաշկի և մարմնի համար։ Արհեստական մանրաթելերը չպետք է օգտագործվեն հագուստի կամ մարդու մաշկին դիպող այլ բաների համար։

Ոտքերը պաշտպանվելու կարիք ունեն կլիմայական պայմաններից և հարվածներից։ Վտանգի տակ են մաշկը, ոտքի մատները և կոճերը։ Ոտքի մատների միջև ընկած հատվածը իդեալական վայր է վարակների համար (բակտերիաներ, մանրէներ, սնկեր, վիրուսներ)։ Ոտքի մատները հեշտությամբ թակվում են։ Ոտքի մատները կենսական նշանակություն ունեն և պաշտպանության կարիք ունեն։ Ոչ ոտքի մատներ, ոչ քայլում։ Կոճերը թակվում են, ոլորվում, երկուսն էլ ցավոտ։ Կոճերի երկարատև վնասվածքները հանգեցնում են թուլացնող հիվանդության՝ արթրիտ։

**Գուլպաներ** պատրաստված են բամբակից, բուրդից կամ բամբակի, բուրդ խառնուրդից ( առանց սինթետիկ մանրաթելերի) ցանկացած գույնի ցանկացած օրինակ։ Գուլպաներն ունեն մաքուր արծաթի մասնիկներ (առանց խառնուրդ) հյուսված՝ տալով հակաբակտերիալ, հակամանրէային և հակաստատիկ հատկություններ՝ նվազեցնելով հոտերը։ Գուլպաները ծածկում են Ոտքերը կոճերից մինչև 7 սմ բարձրության վրա։



**Կոշիկներ**ունեն վերևի պաշտպանիչ կաշի(առանց սինթետիկ), ներսի փափուկ կաշի(առանց սինթետիկ), ներբանները կաշվե կամ ռետինե(կարող է վերամշակվել)։ Կոշիկները պետք է պաշտպանեն ոտքերը կոճերից մինչև 7 սմ բարձրության վրա։ Ոտքերի պաշտպանություն, որը չի պաշտպանում(Սանդալ, հողաթափեր, թիկնոցներ) ոտքերը, կոճերը անօգուտ են։ Ոտքերի պաշտպանությունը միշտ պետք է դրսում կրել։ Դրսում ոտաբոբիկ քայլելը անառողջ է։



**Ձեռք**ձեռնոցների տեսքով պաշտպանությունը կրված է։ Ձեռնոցները պատրաստված են կաշվից, բամբակից, բրդից կամ բամբակի, բուրդ խառնուրդից(առանց սինթետիկ մանրաթելերի) ցանկացած գույնի ցանկացած օրինակ։



Սինթետիկ կաշին առողջության համար վտանգ է ներկայացնում. Վերջ արտադրությունը!

## Պաշտպանիչ հագուստը միշտ կրում են դրսում

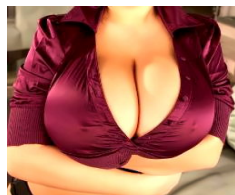
**Խուսափիր ամոթից.**

**Արագ նորաձևություն!** Ամեն տարի նոր աշուն, ձմեռ, գարուն, ամառ գնելը շրջակա միջավայրը աղտոտող է։ Ավարտվում է։



**Դիզայներ** label-ը հարստության ապարտեիդի էլիտար մասն է։ Դիզայներական պիտակը ավելի թանկ է։ Արտադրված է ստրկական աշխատանքով։ Պատրաստված է ամբարտավանների համար, ովքեր քամահրում են պայքարող կարիքավորներին և աղքատներին։ Ավարտվում է։

**Վհատված** հագուստ անօթևաններին ծաղրող մարդկանց. նրանք վճարում են հագուստը լվանալու, նպատակաուղղված պատռելու և դրանց վրա անցքեր ստեղծելու համար։ Զգվելի՛ Ավարտվում է։ Այս մարդկանց պատասխանատվության ենթարկե՛ք։



**Անընդունելի անպիտան հագուստի կողք.** Թող թափափված մարդիկ իմանան, որ իրենք աղբ են։

Նոր դարաշրջանի ստանդարտ

# Չափում է ստանդարտ 1 Ms 1

Պահառուի խնամակալը օգտագործում է New Age չափանիշները(ԱԺ)չափել:

Թարմացված մետրային տարբերակ:UCG համայնքային ծառայություն:

**Երկարության հիմքը**միավոր:մետր(մ)~

**Տարածքային բազամի**ավոր:քառակուսի մետր(մ<sup>2</sup>)~3D մետր(մ<sup>3</sup>)~

**Ծավալային բազամի**ավոր:լիտր(լ)~ **Քաշի բազամի**ավոր:գրամ(գ)

**Չափել նախածանցները.** Դրական հզորությունների համար օգտագործեք մեծատառ նախածանցներ:

Նախածանց	Խորհրդանիշ	Ուժ[ ]Արժեք	
Յոտտա	Յ	10[24]	1,000,000,000,000,000,000,000,000
Ջետտա	Ջ	10[21]	1,000,000,000,000,000,000,000,000
Exa	Ե	10[18]	1,000,000,000,000,000,000,000
Պետա	Պ	10[15]	1,000,000,000,000,000,000
Թերա	Տ	10[12]	1,000,000,000,000,000
Գիգա	Գ	10[9]	1,000,000,000
Մեգա	Մ	10[6]	1,000,000
Միրիա	Իմ	10[4]	10000
Կիլո	Կ	10[3]	1000
Հեկտո	Հ	10[2]	100
Դեկա	Դ	10[1]	10
<b>հիմք</b>	<b>բ</b>	10[0]	1
որոշում	դ	10[-1]	0.1
ցենտ	գ	10[-2]	0.01
միլի	մ	10[-3]	0,001
միկրո	մ	10[-6]	0.000.001
նանո	ո	10[-9]	0.000.000.001
պիկո	էջ	10[-12]	0.000.000.000.001
ֆեմտո	զ	10[-15]	0.000.000.000.000.001
ատտո	ա	10[-18]	0.000.000.000.000.000.001
zepto	զ	10[-21]	0.000.000.000.000.000.000.001
յոկտո	յ	10[-24]	0.000.000.000.000.000.000.

**Երկարության հիմքը**միավոր:մետր(մ)~ small letter նախածանցներն են(≤)բազայի արժեքները.[0]

Փակագծերը ցույց են տալիս հզորության արժեքը:Հեռավորությունը 2 միավորի միջև: Օրինակ 0..

à..10 = 10

Նախածանցի խորհրդանիշի հզորությունը[ ]Արժեք

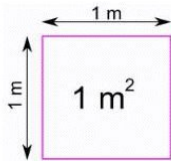
1 Յոտտա	Յմ	10[24]	1,000,000,000,000,000,000,000,000
1 Զետտա	Զմ	10[21]	1,000,000,000,000,000,000,000,000
1 քննություն	Էմ	10[18]	1,000,000,000,000,000,000,000
1 Պետա	Ժամ	10[15]	1,000,000,000,000,000
1 տեռա	Թմ	10[12]	1,000,000,000,000
1 Գիգա	Գմ	10[9]	1,000,000,000
1 Մեգա	Մմ	10[6]	1,000,000
1 Միրիա	իմ	10[4]	10000
1 կիլոգրամ	կմ	10[3]	1000
1 հեկտո	Հմ	10[2]	100
1 դեկ	Դմ	10[1]	10
1 մետր	մ	10[0]	1
1 որոշում	դմ	10[-1]	0.1
1 ցենտ	սմ	10[-2]	0.01
1 միլի	մմ	10[-3]	0,001
1 միկրո	մկմ	10[-6]	0.000.001
1 նանո	նմ	10[-9]	0.000.000.001
1 պիկո	բմ	10[-12]	0.000.000.000.001
1 ֆեմտո	բմ	10[-15]	0.000.000.000.000.001
1 ատտո	ամ	10[-18]	0.000.000.000.000.000.001
1 զեպտո	զմ	10[-21]	0.000.000.000.000.000.000.001
1 յոկտո	յմ	10[-24]	0.000.000.000.000.000.000.

**Քառակուսի մետր** միավոր: մետր(մ<sup>2</sup>)~ small letter նախածանցներն են(≤)բազայի արժեքները.[0]

Փակագծերը ցույց են տալիս հզորության արժեքը: Տարածքի լայնությունը, լայնությունը բազմապատկած Օրինակ 10 • 10 = 100 մ<sup>2</sup>

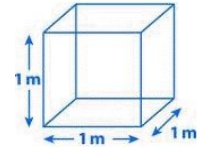
նախածանց	Խորհրդանիշ	Ուժ[ ]	Արժեք
1 Յոտտա	Ym <sup>2</sup>	10[24]	1,000,000,000,000,000,000,000,000
1 Զետտա	Zm <sup>2</sup>	10[21]	1,000,000,000,000,000,000,000,000
1 քննություն	Em <sup>2</sup>	10[18]	1,000,000,000,000,000,000,000
1 Պետա	Pm <sup>2</sup>	10[15]	1,000,000,000,000,000
1 տեռա	Tm <sup>2</sup>	10[12]	1,000,000,000,000
1 Գիգա	Gm <sup>2</sup>	10[9]	1,000,000,000
1 Մեգա	Մմ <sup>2</sup>	10[6]	1,000,000
1 Միրիա	Mym <sup>2</sup>	10[4]	10000
1 կիլոգրամ	կմ <sup>2</sup>	10[3]	1000
1 հեկտո	Hm <sup>2</sup>	10[2]	100
1 դեկ	Դմ <sup>2</sup>	10[1]	10
1 մետր	մ <sup>2</sup>	10[0]	1

1 որոշում	դմ <sup>2</sup>	10[-1]	0.1
1 ցենտ	սմ <sup>2</sup>	10[-2]	0.01
1 միլի	մմ <sup>2</sup>	10[-3]	0,001
1 միկրո	մկմ <sup>2</sup>	10[-6]	0.000.001
1 նանո	նմ <sup>2</sup>	10[-9]	0.000.000.001
1 պիկո	բմ <sup>2</sup>	10[-12]	0.000.000.000.001
1 ֆեմտո	ֆմ <sup>2</sup>	10[-15]	0.000.000.000.000.001
1 ատտո	ամ <sup>2</sup>	10[-18]	0.000.000.000.000.000.001
1 զեպտո	զմ <sup>2</sup>	10[-21]	0.000.000.000.000.000.000.001
1 յոկտո	յմ <sup>2</sup>	10[-24]	0.000.000.000.000.000.



Քառակուսի  
**մետր**  
(մ<sup>2</sup>)

խորանարդ  
**մետր**  
(մ<sup>3</sup>)



**Խորանարդ մետր** միավոր: **մետր**(մ<sup>3</sup>)~ small letter նախածանցներն են(≤)բազայի արժեքները.[0]

Փակագծերը ցույց են տալիս հզորության արժեքը:Տարածքի [այնությունը, այնությունը, խորությունը բազմապատկված են:Օրինակ 10 • 10 • 10 = 1000 մ<sup>3</sup>

նախածանց	Խորհրդանիշ	Ուժ[ ]	Արժեք
1 Յոտտա	Ym <sup>3</sup>	10[24]	1,000,000,000,000,000,000,000,000
1 Ջետտա	Zm <sup>3</sup>	10[21]	1,000,000,000,000,000,000,000
1 քնություն	Em <sup>3</sup>	10[18]	1,000,000,000,000,000,000
1 Պետա	Pm <sup>3</sup>	10[15]	1,000,000,000,000,000
1 տերա	Tm <sup>3</sup>	10[12]	1,000,000,000,000
1 Գիգա	Գմ <sup>3</sup>	10[9]	1,000,000,000
1 Մեգա	Մմ <sup>3</sup>	10[6]	1,000,000
1 Միրիա	Իմմ <sup>3</sup>	10[4]	10000
1 կիրոգրամ	կմ <sup>3</sup>	10[3]	1000
1 հեկտո	Հմ <sup>3</sup>	10[2]	100
1 դեկ	Դմ <sup>3</sup>	10[1]	10
1 մետր	մ <sup>3</sup>	10[0]	1
1 որոշում	դմ <sup>3</sup>	10[-1]	0.1
1 ցենտ	սմ <sup>3</sup>	10[-2]	0.01
1 միլի	մմ <sup>3</sup>	10[-3]	0,001
1 միկրո	մմ <sup>3</sup>	10[-6]	0.000.001
1 նանո	նմ <sup>3</sup>	10[-9]	0.000.000.001
1 պիկո	բմ <sup>3</sup>	10[-12]	0.000.000.000.001
1 ֆեմտո	ֆմ <sup>3</sup>	10[-15]	0.000.000.000.000.001
1 ատտո	ամ <sup>3</sup>	10[-18]	0.000.000.000.000.000.001

1 զեպտո	$zm^3$	$10[-21]$	0,000,000,000,000,000,000,001
1 յոկտո	$ym^3$	$10[-24]$	0,000,000,000,000,000,000,000,000

**Ծավալային բազամիավոր:** լիտր(l)~ small letter նախաձանցներն են(≤)բազայի արժեքները.[0]Փակագծերը ցույց են տալիս հզորության արժեքը:**Ծավալը 2 չափման միջև:** Օրինակ 0..à..10 = 10

Նախաձանց	Խորհրդանիշ	Ուժ[ ]	Արժեք
1 Յոտտա	Յլ	$10[24]$	1,000,000,000,000,000,000,000,000
1 Ջետտա	Ջլ	$10[21]$	1,000,000,000,000,000,000,000,000
1 քննություն	էլ	$10[18]$	1,000,000,000,000,000,000,000
1 Պետա	Քլ	$10[15]$	1,000,000,000,000,000,000
1 տեռա	Թլ	$10[12]$	1,000,000,000,000,000
1 Գիգա	Գլ	$10[9]$	1,000,000,000
1 Մեգա	Մլ	$10[6]$	1,000,000
1 Միրիա	Միլ	$10[4]$	10000
1 կիլոգրամ	Կլ	$10[3]$	1000
1 հեկտո	Հլ	$10[2]$	100
1 դեկ	Դլ	$10[1]$	10
1 լիտր	լ	$10[0]$	1
1 որոշում	դլ	$10[-1]$	0.1
1 ցենտ	ժլ	$10[-2]$	0.01
1 միլի	մլ	$10[-3]$	0,001
1 միկրո	մլ	$10[-6]$	0.000.001
1 նանո	նլ	$10[-9]$	0.000.000.001
1 պիկո	փլ	$10[-12]$	0.000.000.000.001
1 ֆեմտո	ֆլ	$10[-15]$	0.000.000.000.000.001
1 ատտո	ալ	$10[-18]$	0.000.000.000.000.000.001
1 զեպտո	զլ	$10[-21]$	0.000.000.000.000.000.000.001
1 յոկտո	յլ	$10[-24]$	0.000.000.000.000.000.000.



Ծավալը  
(լ)

Քաշը  
(գ)



**Քաշի բազամիավոր:** գրամ(g)~ small letter նախաձանցներն են(≤)բազայի արժեքները.[0]Փակագծերը ցույց են տալիս հզորության արժեքը:**Քաշը 2 չափման միջև:** Օրինակ 0..à..10 = 10

Նախաձանց	Խորհրդանիշ	Ուժ[ ]	Արժեք
1 Յոտտա	Յգ	$10[24]$	1,000,000,000,000,000,000,000,000
1 Ջետտա	Ջգ	$10[21]$	1,000,000,000,000,000,000,000,000
1 քննություն	Օրինակ	$10[18]$	1,000,000,000,000,000,000,000



1 Պետա	Էջ	10[15]	1,000,000,000,000,000
1 տեռա	Տգ	10[12]	1,000,000,000,000
1 Գիգա	Գգ	10[9]	1,000,000,000
1 Մեգա	Մգ	10[6]	1,000,000
1 Միլիա	Մգ	10[4]	10000
1 կիրոգրամ	Կգ	10[3]	1000
1 հեկտո	Հգ	10[2]	100
1 դեկ	Դգ	10[1]	10
1 գրամ	Է	10[0]	1
1 որոշում	դգ	10[-1]	0.1
1 ցենտ	կգ	10[-2]	0.01
1 միլի	մգ	10[-3]	0,001
1 միկրո	մկգ	10[-6]	0.000.001
1 նանո	նգ	10[-9]	0.000.000.001
1 պիկո	էջ	10[-12]	0.000.000.000.001
1 ֆեմտո	ֆգ	10[-15]	0.000.000.000.000.001
1 ատտո	ազ	10[-18]	0.000.000.000.000.000.001
1 զեպտո	զգ	10[-21]	0.000.000.000.000.000.000.001
1 յոկտո	յգ	10[-24]	0.000.000.000.000.000.

**ՀԳ-1**(Փաթեթավորում-ստանդարտ) ծածկում է սպառողների կարիքները. ազնիվ հեշտությամբ համեմատել արտադրանքի քանակները, փաթեթավորումը: Փաթեթավորումը վերամշակելի է:

Կառավարությունը պետք է ստանդարտացնի փաթեթավորման բովանդակության չափը՝ ամուր(գրամ, կգ), հեղուկ(լիտր). Ստանդարտը պետք է կիրառվի առևտրային, արդյունաբերական և անհատական փաթեթավորման համար: Փաթեթավորումը նույնպես պետք է վերամշակելի լինի:

Universe Custodian Guardians փաթեթավորման ստանդարտ աղյուսակ.

Կոշտ կշիռներ(գ, կգ) և հեղուկ կշիռներ(լ) կարելի է փաթեթավորել, բաշխել, վաճառել միայն աղյուսակում նշված 14 քանակությամբ:

10 մգ > 20 մգ > 50 մգ > 100 մգ 200  
 մգ > 500 մգ > 1 գ > 10 գ > 50 գ 100 գ  
 > 200 գ > 500 գ >  
 1 կգ > 2 կգ > 5 կգ > 10 կգ > 50 կգ 100  
 կգ > 500 կգ > 1000 կգ > 2000 կգ



10 մլ > 20 մլ > 50 մլ > 100 մլ  
 200 մլ > 500 մլ >  
 1լ > 10 1 > 50 1 > 100 1 > 200 1  
 500 1 > 1000 1 > 2000 1

Նոր դարաշրջանի ստանդարտ

## Փաթեթավորման ստանդարտ 1 Ps 1

**Սդ 1**(Փաթեթավորման ստանդարտ) ծածկում է սպառողների կարիքները. ազնիվ հեշտությամբ համեմատել արտադրանքի քանակները և փաթեթավորումը: Փաթեթավորումը վերամշակելի է և կենսաքայքայվող: Ps 1 a UCG համայնքային ծառայություն:

Universe Custodian Guardians փաթեթավորման ստանդարտ սեղան

**Պինդգրամէ  
Կիլոգրամկգ**

տոննաս



**Հեղուկ միլիլիտրմլ  
լիտրլ  
Կիլոլիտրկլ**

1է> 2է> 5է> 10է> 20է> 50է> 100է> 200է> 500է>  
1կգ> 2կգ> 5կգ> 10կգ> 20կգ> 50կգ> 100կգ> 200կգ> 500կգ> 1Տ>2Տ  
>5Տ>10Տ>20Տ>50Տ>100Տ>200 թՏ>500Տ>  
1մլ> 2մլ> 5մլ> 10մլ> 20մլ> 50մլ> 100մլ> 200մլ> 500մլ> 1լ>2լ>5լ>10լ>  
20լ>50լ>100լ>200 թլ>500լ>  
1կլ> 2կլ> 5կլ> 10կլ> 20կլ> 50կլ>100կլ>200 թկլ>500կլ>

Սպառողների ուղղորդում

Պինդ, Հեղուկ կշիռները ցույց են տալիս գինը 1 կգ, 1 լ.  
Գները համեմատելու համար + փաստացի քաշը և գինը:

**Ապրանքը հետամենացածր կգ,լգինն է Գործարք!**

**Խաբեթափաթեթավորում**(սպառողների խարդախություն)

Շահույթի վրա հիմնված տնտեսությունները թույլ են տալիս անբարոյական հանցագործներին **Խաբուսիկ փաթեթավորում**(սպառողների խարդախություն)՝ Սպառողները պաշտպանության կարիք ունեն խաբեթա, անազնիվ, մակաբույծ, գիշատիչ, ազահ շահամոլ արտադրողներից, արտադրողներից և մանրածախ առևտրից, ովքեր օգտագործում են «խարդախ փաթեթավորում»:(կրճատել բովանդակությունը) օգտվելու համար(պոկեյ)սպառողների.

Օրինակներ, թե ինչպես է աշխատում խաբեթա, անազնիվ, ազահ համակարգը:

Ապրանքը գալիս է 0,440 կգ փաթեթով՝ օգտագործելով իր ապրանքանիշի պիտակը: Նույն ապրանքը պիտակավորված է նաև որպես մանրածախ տնային ապրանքանիշ, սակայն փաթեթի պարունակությունը կրճատվել է մինչև 0,415 կգ: Դա արվում է, որպեսզի մանրածախ վաճառողը կարողանա վաճառել իր տան ապրանքանիշն ավելի ցածր գնով, քան արտադրողի ապրանքանիշը: Սա հիմարացնելու համար է(խարդախ, անազնիվ, ազահ հնարք)սպառողը մտածում է, որ տան ապրանքանիշը գործարք է, քանի որ դրա ցածր գինը: Երբ իրականում սպառողն ավելի քիչ ապրանք է ստանում, խնայողություն չկա: Երբեմն սպառողը ավելի շատ է վճարում: Սպառողների խարդախություն!!! **MSR3**

Արտադրողը փաթեթավորում է իր արտադրանքը 0,440 կգ փաթեթում: Մեկ այլ ապրանքանիշ օգտագործում է նույն չափի փաթեթավորումը, բայց խաբեությամբ, անազնիվ, խարդախ, ազահ կերպով ներմուծում է միայն 0,425 կգ ապրանք: Եթե ապրանքները վաճառվում են նույն գնով, ապա շրդարտադրողն ավելի մեծ շահույթ է ստանում. Սպառողն ավելի քիչ ապրանք է ստանում նույն ծախսած գումարի դիմաց: Սպառողին խաբել են. Եթե շրդարտադրողը վաճառում է ավելի ցածր գնով, նրա ապրանքը կարծես թե գործարք է: Քանի որ 2-ում ավելի քիչ ապրանք կարող փաթեթավորումը, հետևաբար, այն պետք է վաճառվի ավելի էժանով՝ այլևս չդարձնելով այն սակարկություն The շրդարտադրողը խաբեությամբ, անազնիվ, ազահ կերպով հույս ունի, որ սպառողը չի ստուգի քաշը, քանի որ իր փաթեթավորումը նման է մրցակցող ապրանքներին: **Սպառողների խարդախություն! MSR3**

Փաթեթավորումը հաճախ գալիս է ամբողջական պարունակությամբ (ավելի չափի փաթեթավորում). Փաթեթավորումը նախատեսված է 6 տարր պահելու համար, բայց պարունակում է միայն 5: Այս խաբեությունը կոչված է խաբել սպառողներին՝ հավատալով, որ նրանք ավելի շատ են ստանում, քան իրականում ստանում են: **Սպառողների խարդախություն!!! MSR3**

**Ստացեք ավելի քիչ > վճարել ավելի շատ!** Արտադրողը ավելացնում է ավելի քիչ աղ, շաքար: Ապրանքը պիտակավորվում է «նվազեցված» և ավելի շատ գանձում: Կրճատվել է սպառողին փոխանցելու համար, որ եղել է հավելյալ ծախս (ինչ-որ բան հանված, կրճատված). Հետևաբար ավելի բարձր գին է պետք: Ծիշտ չէ, հավելյալ ծախս չկա: Արտադրողը ավելի քիչ է դնում, ուստի գինը պետք է ավելի ցածր լինի: **Սպառողների խարդախություն!!! MSR3 Կրճատել նշանակում է ավելի քիչ ներդնել:**

Ներմուծված ապրանքներ՝ փաթեթավորված տեղական արտադրանքին նմանվելու համար: **Սպառողների խարդախություն MS R3.** Արտասահմանյան տեսքի համար փաթեթավորված տեղական արտադրանք, ներմուծված: **Սպառողների խարդախություն MSR3.**

**Պետք է անել !**

Կառավարությունը պետք է ստանդարտացնի փաթեթավորման բովանդակության չափը «Custodian Guardian New Age» ստանդարտին՝ Ps 1: Ստանդարտները կիրառվում են առևտրային, արդյունաբերական, անհատական փաթեթավորման համար: **Նշում!** Կայսերական միջոցառումները հնացել են: Ամբողջ փաթեթավորումը վերամշակելի է:

**Վերջխաբեթա-Փաթեթավորում**

**Հիմնել UCGP 1** (Փաթեթավորման ստանդարտ) Աջակցեք Ps 1 փաթեթավորման ստանդարտին պատժել խաբեբայական փաթեթավորումը

**Սպառողների ուղեցույց!**

Պինդ, Հեղուկ կշիռները ցույց են տալիս գինը 1 կգ, 1 լ. Գները համեմատելու համար + փաստացի քաշը և գինը:

**Ապրանքը հետամենացածր կգ, լ գինն է Գործարք!**

Նոր դարաշրջանի ստանդարտ

# Քնի ստանդարտ 1 Սս 1

Քունը անհրաժեշտ է մարդու մարմնի գոյատևման համար: 7 ժամ պետք է անել: Քնի պակասը հանգեցնում է մահվան, բայց միայն դեպրեսիայի և անմեղսունակության պոռթկումների միջով շատ ցավալի անցումից հետո:



Հանգիստ, վերականգնող քուն ունենալու համար մահճակալի սենյակը պետք է հնարավորինս մութ լինի, և ներքին և արտաքին աղմուկի բացակայությունը պարտադիր է: Տեղական ինքնակառավարում (Shire) պետք է կիրառել Գիշերային պարետային ժամ. Նշում. նորմալ է 2 քունը՝ ընդմիջումներով: 1 սքքունը մոտ 3,5 ժամ է, 1,5 ժամ ընդմիջումով, որին հաջորդում է 3,5 ժամ քունը:

Թերի քունը զրկում է մարմնին իր բուժիչ կարողություններից, որոնք ազդում են սրտի, իմունային, էնդոկրինոլոգիական, նյարդաբանական, հոգեբանական և ընդհանուր անաբոլիկ ֆունկցիաների վրա: Քնի պակասը կարող է հանգեցնել ապնոթի, գիրության, ինսուլինի դիմադրության և քրոնիկական դեպրեսիայի: Քնի անբավարարությունը կարող է հանգեցնել մահվան: Հարկադիր քնի պակասը դասակարգվում է որպես Խոշտանգումներ:

Առողջ քունը ենթադրում է քնած ժամանակ շարժվել, ուղիղ պառկել կամ բարձրացրած ծնկներով, մեջքի վրա, կողքի կամ ստամոքսի վրա: Քունը կապված է հետևյալ համակարգերի հավասարակշռման հետ՝ կորտիզոլ, մելատոնին, աճի հորմոն, ինսուլին, նորադրենալին, պրոտակտինինում, սերոտոնին: Քունը մեր քաջը կապված է. 2 հորմոն: (Լեպտոն, Ռելին) աշխատել սովի, հագեցվածության զգացումը վերահսկելու համար: Քնի պակասը ստիպում է ձեզ ավելի քիչ բավարարված լինել ուտելուց հետո, ավելի շատ ուտելիքի տենչալ, ինչի հետևանքով չափից շատ ուտել (գիրություն). Քնած քայլերը բժշկական օգնության կարիք ունեցող հիվանդություն է:

Մութ լինի, գիշեր լինի: Հանգիստ, վերականգնող քուն ունենալու համար ննջարանը պետք է հնարավորինս մութ լինի: Ներքին և արտաքին աղմուկի բացակայությունը պարտադիր է Շիր նպետք է իրականացվի Գիշերային պարետային ժամ: Վերջին կերակրումից պետք է անցած լինի 1 ժամ: Քնելուց առաջ լվացեք ատամները և լվացեք ամբողջ մարմինը: Երկրպագեք «Քնի աղոթքը»:

## Քնելաղոթք

## 1 Աստված սպասում է ձեզնից լսել

սիրելի 1 Աստված, Ամենագեղեցիկ Տիեզերքի Ստեղծող Պաշտպանիր ինձ, երբ ես ամենախոցելի եմ

Պաշտպանիր ինձ անհանգիստ շար մտքերից: Թույլ տվեք ունենալ հանգիստ, բուժիչ, վերականգնող քուն, թույլ մի տվեք, որ անհանգստությունը խանգարի իմ երազանքներին, քնի, թող հիշեմ միայն քաղցր երազները

Փառքի համար 1 Աստվածն մարդկության բարիքը



Այս աղոթքն օգտագործվում է քնելուց առաջ:



### 1,5 ժամ քնի ընդմիջման ժամանակ

Մարդիկ վեր են կենում, գնում զուգարան...Պառկելուց առաջ գիշերային վարժություններ արեք, ջուր խմեք:Նրանք, ովքեր չեն վեր կենում, չեն աղոթում, կարդում, գրում, զուգերը զրուցում են, զուգավորում(մարդիկ ավելի անկաշկանդ են ավելի լավ հղիանալիս),...

#### Գիշերային վարժություններ

**1րդ Զորավարժություններ:**Տեղադրեք ավերը\*ձեր ձեռքերը ձեր ծնկների արտաքին կողմում:Ձեռքերը սեղմեք դեպի ներս, ծնկները դեպի դուրս, պահեք 2 վայրկյան (Դուք լարվածություն եք զգում ձեռքերում, ոտքերում, ուսին)։Հանգստացեք, շունչ քաշեք, 7 կրկնություն, ջուր խմեք, պառկեք, լավ քնեք:\* տատանումների օգտագործման բռունցքներ

**2րդ Զորավարժություններ:**Կատարեք բռունցքներ\*դրեք դրանք ձեր ծնկների ներսի դեմ: Սեղմեք բռունցքները դեպի դուրս և ծնկները դեպի ներս, պահեք 2 վայրկյան(ձեռքերում, ոտքերում, ստամոքսում լարվածություն եք զգում)։Հանգստացեք, շունչ քաշեք, 7 կրկնություն, ջուր խմեք, պառկեք, լավ քնեք:\*տատանումների օգտագործումը հարթ ափի

**3րդ Զորավարժություններ:**Թեքեք ձեռքերը(90%)կրծքավանդակի մակարդակում թեքեք ձախ ձեռքը դեպի վեր՝ ծալելով մատները, աջ ձեռքը թեքեք դեպի ներքև՝ թեքելով մատները:Կողպեք մատները ամուր: Այժմ ձեռքերը քաշեք հակառակ ուղղությամբ, պահեք 2 վայրկյան(Դուք լարվածություն եք զգում մատների, ձեռքերի, կրծքավանդակի մեջ)։Հանգստացեք, շունչ քաշեք, 7 կրկնություն, ջուր խմեք, պառկեք, լավ քնեք:

**4րդ Զորավարժություններ:**Թեքեք ձեռքերը(90%)կրծքավանդակի մակարդակում ձախ ձեռքը թեքեք դեպի վեր, աջ ձեռքը դարձրեք բռունցք:Բռունցքը դրեք ձեռքի մեջ, սեղմեք ներքև, միևնույն ժամանակ սեղմեք բաց ձեռքը դեպի վեր, պահեք 7 վայրկյան: Հակադարձ հաջորդականությունը, պահեք 7 վայրկյան(ձեռքերում, ձեռքերում, պարանոցում, կրծքավանդակում լարվածություն եք զգում)։Հանգստացեք, շունչ քաշեք և ջուրը պառկեք, լավ քնեք: Ոչ մի կրկնություն:

Լարված մեջք ունեցող մարդիկ յուրաքանչյուր վարժությունում ավելացնում են այս վարժությունը. Ձեռքերը դրեք ծնկներին: Գլուխը թեքեք ետ, թեքեք ետ, ապա շարժվեք առաջ՝ չկորցնելով կապը ծնկների հետ(Ձեռքերի, մեջքի, ստամոքսի լարվածություն եք զգում)։Հանգստացեք, շունչ քաշեք, 7 կրկնություն, ջուր խմեք, պառկեք, լավ քնեք:

#### Քնելու համար պառկելուց առաջ նախադրյալներ կան.

Խմեք բաժակ(առանց պլաստիկի)լցված 0,2 լ ֆիլտրացված ջրով(ավելացված ոչինչ) յուրաքանչյուր մահճակալի սեղանի վրա:Ամեն երեկո քնելուց առաջ բաժակ դրեք մահճակալի սեղանին:Նշում!Խմեք գիշերը ամեն անգամ, երբ զուգարան այցելելուց կամ չոր կոկորդ եք ունենում, հանգիստ խմեք առավոտյան արթնանալիս:Ունեք 1 ոսկեգույն ապակե բաժակ(1 միայն կրկնակի համար)բուսական եփուկ պարունակող պատուհանի կողքի սեղանի վրա:

**Սենյակ** հնարավորինս մութ է՝ ներքին, արտաքին աղմուկի բացակայությամբ: Շիր(**Տեղական իշխանություն**) պետք է գիշերային պարետային ժամ կիրառել: Սենյակի հատակը, պատերը, առաստաղը բաղկացած են ցիկլոնից, հրդեհից և բարձր խոնավության դիմացկուն բետոնե վահանակներից՝ կանաչ պիգմենտային մակերեսով: Էլեկտրամագնիսական ալիքներ արտադրող սարքեր(**համակարգիչ, ջեռուցում, հեռուստացույց, ռադիո, հեռախոս, շարժիչով աշխատող մահճակալներ, ջրի մահճակալներ**)անհրաժեշտ է պահել սենյակից դուրս: Այս ալիքներն ընդհատում են քնի բնական ցիկլերը: Կենտրոնացված ջեռուցում(**գոլորշի, տաք ջուր**), հովացումը բնական օդի շրջանառությամբ է:**Սենյակի ջերմաստիճանը 17-19°C:**

**Սենյակի չափը**(**ներսի չափը մետրերով**)2 չափս, 4 պատ.Բարձրությունը՝ 2,15 մ, երկարությունը՝ 3,15 մ, լայնությունը՝ 2,15 մ: Միայնակ(**մեծահասակ**)Երկհարկանի(**երեխաներ**)2 մեկտեղանոց մահճակալ, 1 հատակ(**ամենաերիտասարդ**)+ 1 վերևում:

Բարձրությունը 2,15 մ, երկարությունը 3,15 մ, լայնությունը 3,20 մ: Կրկնակի(**զույգ**)2 մեկտեղանոց մահճակալներ իրար կողքի: Նա քնում է դռան կողքին:

**Սենյակի պատերը**նախապատրաստված բետոնից 4 պատ.Բոլոր պատերը և առաստաղը կանաչ գույն են, բորբոս, բորբոս արգելող, հակաստատիկ: 1 պատ՝ լոգարիթմական ելքի դռնով (**ժ 2,05 մ, վ 0,9 մ**)խալաթից հորիզոնական 0,2 մ. 1 պատ՝ նայող արևածագ պատուհանով(**բոլոր կողմերը 0,7 մ**)1 մ հատակ(**լայնությունը՝ հորիզոնական կենտրոն**). 1 ամուր պատ(**գլխի կողմը**) ունի .9 մ հատակ 1 մահճակալ միայն լույս(**լայնությունը՝ հորիզոնական կենտրոն**). 1 ամուր պատ (**ոտքով**)ունի սենյակի զգեստապահարանի հատակից առաստաղ ամբողջ լայնությամբ(**0,5 մ խորություն, գզրոցներ, դարակներ, խալաթի ձող**), լոգարիթմական դռներ:

**Սենյակի հատակ(առանց գորգ):**Հատակը պետք է լինի խոնավ շվաբր մաքրվող, չսահող, հակաստատիկ, բորբոս, բորբոս, արգելակող, հիգիենիկ:

**Սենյակի պատուհան(սահող հորիզոնական):**Հորիզոնական լոգարիթմական պատուհանը մզեցված է կրկնակի ապակեպատ: Քառակուսի ոչ փայտե շրջանակ ներսի չափսերը՝ 0,7 մ x 0,7 մ:Դրսի փեղկերի փոխարեն վարագույրներ կամ վարագույրներ չկան(**փակվող**)հորիզոնական լոգարիթմական միջատների էկրանների ներսում:

**Սենյակի դուռ(սահող հորիզոնական)**Դուռը իրականում 2 հորիզոնական լոգարիթմական դուռ է. **Ներքին**, ամուր, փակվում է ներսից դրսի բացվածքով:**Արտաքին**, միջատների էկրանի դուռ, փակվող, 1 ուղղությամբ տեսողություն:

**Մաքուր սենյակ**«Առաստաղի և պատերի մաքրող միջոց» ունի հակաբակտերիալ, հակաբակտերիալ, հակաստատիկ բորբոս, բորբոս արգելող հատկություն:«Door and Robecleaner»-ն ունի հակաստատիկ, հակաբակտերիալ, հակափոշու մայթերի դեմ, հակաբակտերիալ, բորբոսն արգելող հատկություն:Պատուհանների մաքրող միջոցն ունի շերտագերծման, հակափայլի, խտացումն արգելակող հնարավորություններ:

**Զգուշացում!**Ոչ մի միջատասպան! Դիտեք «ռադոն» աղտոտվածությունը:

**Հիմք, ներքնակ**նախադրյալներ. Հիմքը պետք է ապահովի ներքնակի ամուր կառուցվածքային աջակցություն և ապահովի օդի հոսք դեպի ներքնակ:**Ներքնակը** պետք է պահպանի ողնաշարի բնական կորերը ցանկացած քնած դիրքում:

Հիմքը ամուր է, անսխալ:Այն չի տալիս էլեկտրական մագնիսական ալիքներ (շարժիչով աշխատող)։ Պետք է լինի հորիզոնական մակարդակ(առանց թեքվող մասերի)։ Հիմքը ունի 7 շարժական պինդ փայտաշերտեր(չորացրած, հնեցված)մահճակալի լայնությունը։ Հիմքը գերծ է փոշուց: Այն լիովին կրում է 150 կգ քաշը(միայնակ)ունի 14 տարվա երաշխիք: Հանգիստ, վերականգնող քնի համար հոգնած մարմինը պետք է պառկել ներքնակի վրա, լավագույնն է: Ձեր մարմնի աջակցվող հատվածների վրա ճնշումը պետք է լինի նվազագույն: Ներքնակի միկրոկլիման պետք է չափավորի դրա ջերմաստիճանը:

**Հիմք, ներքնակ չափը**(չափել մետրերով)։ Դրսի շրջանակը հատակի 0,09 մ է: Օդի շրջանառության ապահովում, մահճակալի տակ մաքրում:Շրջանակի ներսը՝ լայնությունը 1,06 մ, երկարությունը 2,06 մ(տեղավորվում է ներքնակի լայնությունը 1,05 մ, երկարությունը 2,05 մ)։ Ներսի շրջանակն ունի 7 չամրացված փայտե սալիկներ՝ լայնությունը 1,06 մ, հաստությունը՝ 0,03 մ, 0,03 մ բացեր(բարձրացնում է ներքնակի օդի շրջանառությունը), հատակի միջև հեռավորությունը 0,1 մ է: Հատակի և սալիկների միջև եղած դատարկ տարածությունը նախատեսված է օդի շրջանառության, մաքրման համար(ոչ պահեստավորում)դատարկ պահիր:նրքնակի չափսը՝ լայնությունը 1,05 մ, երկարությունը 2,05 մ: **Նշում!**Առկա է միայն 1 չափսի մեկտեղանոց Բազային ներքնակ: Զույգերը կից ունեն 2 մեկտեղանոց մահճակալ Բազային ներքնակներ:

**Ներքնակի միջուկ**լիովին աջակցում է 150 կգ մարմնի քաշին:Երաշխիք 7 տարի: Հիպոալերգենիկ, աջակցող, մարմնի քաշը բաշխող, ճնշման կետերը թեթևացնող, չափավոր ջերմաստիճան, սնկերին դիմադրող,Քլորֆտորածխածիններից զերծ:

**Ներքնակի ծածկոց**(կան 2՝ պաշտպանիչ, արտաքին)երկու ծածկոցները լվացվում են մեքենայով: Պաշտպանիչ ծածկույթն ունի կայծակահարմանը, որը թույլ է տալիս լցնումը լվանալ, լրացնել, լիցքավորել: Պաշտպանիչ ծածկույթն ունի մաքուր արծաթի (առանց խառնուրդի) մասնիկներ, որոնք հյուսված են հակաբակտերիալ, հակամանրէային, հակաստատիկ հատկություններով, որոնք պարունակում են հոտեր:Արտաքին ծածկույթը բամբակյա սավան է, որը ծածկում է Պաշտպանիչ ծածկը, ներքնակի միջուկը: Էլաստիկ շերտերը պահում են այն տեղում:**Նշում!**Այցելելիս(արձակուրդ) բերեք ձեր սեփական ներքնակի ծածկոցները(երկուսն էլ)։

**Մաքուր ներքնակ**7 տարին մեկ ներքնակը փոխարինվում է նորով 1. Փոխված ներքնակը այրվել է:Ամեն 7 շաբաթը մեկ երկու ծածկոցները պետք է լվացվեն լվացող միջոցներով, որոնք վերացնում են բծերը, հոտերը, փայլեցնում, լուծում են ճարպը, օսլան, սպիտակուցը և ողողում են 60°C ջրի մեջ հասարակ ջրով:(Զգուշացում. Քիմմաքրում չկա)։Չորացումը պետք է լինի բնական հոսող օդում, քամի(առանց շորանոց)

, ստվեր(առանց արևի ուղիղ ճառագայթների)։

**Զգուշացումներ!** Երբեք մի օգտագործեք կամ մի փոխանցեք նախկինում պատկանող ներքնակը:Երբեք մի կիսվեք ներքնակի ծածկով:Վարակիչ հիվանդությունների տարածման ռիսկերի փոխանակում.

**Բարձ, Վերմակ**նախադրյալներ. բարձի դիզայնը պահում է ողնաշարը բնական հարթության մեջ, վերացնում է ճնշման կետերը և աջակցում է քնի տարբեր դիրքերին(կողք, մեջք, ստամոքս)։Վերմակի դիզայնը պետք է նույնը անի:

**Բարձի ձևավորում** ժողոված է փափկամազով, որպեսզի համապատասխանի օգտատիրոջ յուրօրինակ քնելու կեցվածքին և մեծացնի դեմքի շրջանառությունը: **Բարձի դիզայնը** հիպոալերգեն է, տոքսիններից զերծ, լվացվում է մեքենայով: **Առավելագույնը 150 կգ քաշով բարձի դիզայնի նեցուկ:**

**Վերմակ** ունի մաքուր արծաթ (**առանց խառնուրդ**) Հակաբակտերիալ, հակամանրէային, հակաստատիկ հատկություններով հյուսված մասնիկները զսպում են հոտը: **Վերմակի դիզայնը** հնարավորություն ունի ապահովելու ջերմության արդյունավետ բաշխում և օդի շրջանառություն: **Դիզայնը** հիպոալերգեն է, զերծ տոքսիններից և լվացվում է մեքենայով:

**Յուրաքանչյուր անհատ պետք է քնի իր վերմակով: Ինչո՞ւ:**

**Վերմակ պոկում** Քնի ժամանակ զուգընկերը վերցնում է ամբողջ ծածկոցը՝ թողնելով ձեզ բացահայտ: **Նախագիծ** երկու քնածներն էլ շրջվում են հակառակ ուղղությամբ՝ ստեղծելով բաց, որտեղ սառը օդը ցրտում է: **Անառողջ** ցանկացած վարակիչ հիվանդություն փոխանցվում է. **Նշում** ! Այցելելիս (**արձակուրդ**) բեր քո սեփական ծածկոցը, վերմակի ծածկոցը (**երկուսն էլ**). Նույնը վերաբերում է «Hoded Quilt պայուսակին»:

**Գլխարկով Quilt պայուսակ** Պահպան խնամակալը ցուրտ գիշերների և հիվանդությունների համար, որոնք մշտական ջերմության կարիք ունեն, խորհուրդ է տալիս «Գլխարկով վերմակով պայուսակ»: Այն տալիս է հարմարավետ երկնային քուն: «Hoded Quilt Bag»-ը քնապարկ է, որը պատրաստված է վերը նշված վերմակի ստանդարտով: **Փափուկ է, փափկասուն, մաշկին բարենպաստ՝ ջերմության հավասարաչափ հատկացումով, լվացվում է մեքենայով:**

**Բարձ, Վերմակ, Hooded Quilt պայուսակի չափը** (**չափելի մետրերով**) Բարձի չափսը՝ լայնությունը 0,8 մ, երկարությունը 0,4 մ; Վերմակի չափսը՝ լայնությունը 1,40 մ, երկարությունը 2,15 մ Գլխարկով վերմակով պայուսակի չափսը՝ լայնությունը 1 մ, երկարությունը 2,15 մ:

**Բարձ, Վերմակ, Գլխարկով վերմակով միջուկ** (**Ոչ: փետուր, խոտ, լաթի, ծղոտ**) հիպոալերգեն են, պահպանում են բարձի առաձգականությունը, լվացվում է մեքենայով:

**Բարձի ծածկոց** (**կա 2՝ ներքին, արտաքին**), **Վերմակ, Գլխարկով Quilt պայուսակ.** Բարձի ներքին ծածկը ունի կայծակաճարմանդ, որը հնարավորություն է տալիս լցնել, ավելացնել, փոխարինել, վանալ: **Ներքին ծածկույթ** ունի մաքուր արծաթ (**առանց խառնուրդ**) Հյուսված մասնիկներ, որոնք տալիս են հակաբակտերիալ, հակամանրէային, հակաստատիկ հատկություններ, զսպում են հոտերը: **Բարձի և վերմակի արտաքին ծածկը** պատրաստված է 100% բամբակից և ունի կայծակաճարմանդ: **Hooded Quilt պայուսակի կափարիչը** մաքուր արծաթագույն է (**առանց խառնուրդ**) Հյուսված մասնիկներ, որոնք տալիս են հակաբակտերիալ, հակամանրէային, հակաստատիկ հատկություններ, զսպում են հոտերը: Այն ունի կայծակաճարմանդ մոծակների գրպաններ, որոնք կարող են օգտագործվել ջերմության կառավարման և օդի շրջանառության համար:

Բարձ, վերմակ, գլխարկով պայուսակ՝ մաքուր (**տաք ջուր, առանց չորանոց, առանց քիմամաքրման**) յուրաքանչյուր 7 շաբաթը մեկ: **Բարձ** (**լցնում, երկու ծածկոցներ**) **Վերմակը, գլխարկով վերմակի** պայուսակը լվանում են լվացող միջոցներով, որոնք վերացնում են բծերը, հոտերը, փայլեցնում են , լուծում են ճարպը, օսլան, սպիտակուցը և ողողում պարզ ջրով 60°C ջրի մեջ: (**Չի մաքրում**). **Չորանում դրսում** բնական հոսող օդում, **քամի** (**առանց չորանոց**), **ստվեր** (**առանց արևի ուղիղ ճառագայթների**).



### Ննջասենյակի կահույքի նախադրյալները.

**Ննջասենյակի այլ կահույք**բաղկացած է 2 կետից(Գլխակալ, մահճակալի սեղան)ոչ մի այլ կահույք չպետք է խառնի սենյակը:Ննջասենյակի կահույքը ֆունկցիոնալ է, հակաստատիկ, թունավոր գոլորշի չի արձակում, պետք է լինի ամուր փայտանյութ: Ունեն կլորացված եզրեր, անկյուններ:

Էլեկտրամագնիսական ալիքներ արտադրող սարքերում ներկառուցված չեն(հեռուստացույց, ռադիո, հեռախոս, համակարգիչ, ջեռուցում, շարժիչով աշխատող մահճակալներ, ջրային մահճակալներ).

**Նշում!**Օգտագործեք միայն ամուր փայտանյութ, չսունձված փայտ (չիպս տախտակ, նրբատախտակ ...).

**Գլխակալ**(պինդ չորացրած հնացած փայտանյութ)պինդ փայտե վահանակ է, որը կցվում է շերտավոր մահճակալի հիմքին:Գլխակալի չափերը՝ լայնությունը 1,10 մ(միայնակ), բարձրությունը 0,5 մ. Պետք է ունենա կլորացված եզրեր, անկյուններ:**Նշում!**Երկվորյակներն օգտագործում են 2 մենախաղ իրար կողքի:

**Անկողնի կողքի սեղանիկ**(պինդ չորացրած հնացած փայտանյութ)կահույք 2 զգրոցով: Չափերը՝ լայնությունը՝ 0,7 մ, խորությունը՝ 0,4 մ, բարձրությունը՝ 0,35 մ: Անկողնային սեղանը տեղադրված է բազայի պատուհանի կողմում:Կրկնակի մյուս մահճակալի սեղանը գտնվում է հիմքի հակառակ կողմում:

**Անկողնային սեղանի պարագաներ**Խմելու բաժակ և ոսկեգույն երանգով ապակե բաժակ Խմելու բաժակ(առանց պլաստիկի)լցված 0,2 լ ֆիլտրացված ջրով(ավելացված ոչինչ) յուրաքանչյուր մահճակալի սեղանի վրա:Ամեն երեկո քնելուց առաջ բաժակ դրեք մահճակալի սեղանին:**Նշում!**Խմեք գիշերը ամեն անգամ, երբ զուգարան այցելելուց հետո կամ չոր կոկորդ եք ունենում, առավոտյան հանգիստ խմեք:

**1 Ոսկե երանգով ապակե աման**(1 միայն երկտեղանոց)բուսական եփուկ պարունակող պատուհանի կողքին մահճակալի սեղանին:Երբ եփուկը գոլորշիանում է, այն օգտակար գոլորշի է դուրս տալիս: Բուսական եփուկը բաղկացած է 7 խոտաբույսերից.**Երիցուկ (մատրիկարիա երիցուկ), Էվկալիպտ( Էվկալիպտ գնդիկ), գայլուկ(humulus lupulus), Հիսոպ(hysopus officinalis), նարդոս (lavendula officinalis), Կիտրոնի բալզամ(Melissa officinalis), վարդ(rosa damascena).**

**Կահույքի մաքրում**(Փայտանյութ)Սրբել չոր միկրո մանրաթելային շորով: **Ապակի**Լվանալ հակաբակտերիալ աման լվացող միջոցի մեջ, ապա լվանալ ֆիլտրացված ջրի մեջ, չորացնել բամբակյա սրբիչով:

**Ջրի գտիչ**ֆիլտրումը նվազեցնում է.մկնդեղ, ասբեստ, քլոր, քլորոֆորմ, կարբոնատային կարծրություն, պղինձ, կեղտ, թունաքիմիկատներ, ծանր մետաղներ, կապար, թունաքիմիկատներ, ժանգ...

### Զգեստի նախադրյալներ.

Գոյություն ունի խալաթի 2 տեսակ՝ գիշերազգեստ, զգեստապահարան:Գիշերազգեստը կրում են անկողնում: Զգեստը կրում են սենյակից դուրս գալու ժամանակ: Զգեստները կրում են նա, նա:**Զգուշացում.**Երբեք մի կիսվեք զգեստով: Համօգտագործում

վտանգում է վարակիչ հիվանդությունների տարածումը.

Գիշերազգեստը ազատ կախված արմունկով թևեր է, հատակի երկարությամբ գիշերային հագուստ՝ պատրաստված բամբակից(100%). Կարող է լինել 1 գույն կամ գունավոր:

Գիշերազգեստն ազատ է, որպեսզի օդը շրջանառվի մարմնի շուրջը: Գիշերանոցի տակ ուրիշ ոչինչ չպետք է կրել: Գիշերազգեստը լվանում են շաբաթը մեկ անգամ, եթե ավելորդ կեղտոտված չէ, երբ այն փոխանակվում է մեկ այլ գիշերանոցի հետ:

Խալաթն ունի շալ օձիք, գոտկատեղի կապիչ, կողային 2 գրպան, երկար թևեր, մինչև ծնկների երկարությունը: Այն մետաքսե ատլասից է: Կարող է լինել 1 գույն կամ գունավոր: Զգեստը կրում են գիշերային զգեստի վրայից: Զգեստը լվանում են 4 շաբաթը մեկ անգամ, եթե ավելորդ կեղտոտված չէ, երբ այն փոխանակվում է մեկ այլ զգեստի հետ:

Կոշկեղենը (հողաթափեր..) պետք է կրել զգեստապահարանի հետ: Մաքուր շրջազգեստ (տաք ջուր, առանց չորանոց, առանց քիմամաքրման) Ամեն շաբաթ գիշերային զգեստը և 4 շաբաթը մեկ լվանում են զգեստապահարանը լվացող միջոցներով, որոնք վերացնում են բծերը, հոտերը, պայծառացնում, լուծարում են ճարպը, օսլան, սպիտակուցը և ողողում 60°C ջրի մեջ հասարակ ջրով:(Չի մաքրում). Չորանում դրսում բնական հոսող օդում, քամի(առանց չորանոց), ստվեր(առանց արևի ուղիղ ճառագայթների).

Բարի լույս, ձգվեք վեր կացեք, խմեք մի բաժակ ֆիլտրացված ջուր, գնացեք զուգարան, արեք «Daily Fit»(Վարժություններ)', երկրպագել 'Ամենօրյա աղոթք, լվացեք դեմքն ու ձեռքերը , նախաճաշեք, հագնվեք: Ստուգեք ձեր «Պլանավորողը»: Այժմ դուք պատրաստ եք կյանքի փորձին: Դրսում գնալիս կրեք «Պաշտպանիչ հագուստ» և գլխի պաշտպանիչ պաշտպանիչ:

