

ЗДОРОВЬЕ И МЕДИЦИНСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ

СПЕЦИАЛЬНЫЙ ВЫПУСК ИЗДАНИЯ «БИЗНЕС: ЛИЧНОСТИ, ИДЕИ, ПРОЕКТЫ, КОМПАНИИ, ИНВЕСТИЦИОННЫЕ ФОНДЫ. БАНКИ, БИРЖИ»

2021 ГОД

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

КАЛИНИНГРАД

ЦИТАТА:

«АКЦИОНЕРОМ, ТО ЕСТЬ СОВЛАДЕЛЬЦЕМ, ФАРМАЦЕВТИЧЕСКОГО ПРОИЗВОДСТВА МОЖЕТ СТАТЬ ЛЮБОЙ ЖИТЕЛЬ КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ...»

ЛИЧНОСТЬ:

АЛЕКСАНДР КУЗНЕЦОВ –
ПРЕДСЕДАТЕЛЬ НАБЛЮДАТЕЛЬНОГО
СОВЕТА АО «АЛТЕЙ ФАРМА»

**КАЛИНИНГРАДСКИЕ
КАРДИОЛОГИ И ФАРМАЦЕВТЫ
СОВМЕСТНО РАЗРАБОТАЛИ
УНИКАЛЬНЫЙ ПРЕПАРАТ
ДЛЯ СНИЖЕНИЯ
АРТЕРИАЛЬНОГО ДАВЛЕНИЯ**



**СТАНЕТ ЛИ «ПРЕВЕКОР»® ОДИМ ИЗ
ВЕДУЩИХ БРЕНДОВ НА РОССИЙСКОМ
ФАРМАЦЕВТИЧЕСКОМ РЫНКЕ?**

Гепралонг®

Долгая жизнь вашей печени



«Гепралонг»® - биокомплекс из экстракта плодов расторопши пятнистой (*Silybum marianum*), обладающий мощным гепатотропным и гепатопротекторным действием

«Гепралонг»® рекомендуется в качестве самостоятельной биологически активной добавки к пище – источника флаволигнанов и в качестве одного из компонентов специального очищающего, общеоздоровительного, общеукрепляющего профилактического курса

«Гепралонг»® применяется также в комплексной терапии:

- цирроза печени
- токсических поражений печени различного генеза
- при алкогольной, наркотической и медикаментозной интоксикации
- хронического и острого гепатита невирусной этиологии
- алкогольного и неалкогольного стеатоза печени

АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО «АЛТЕЙ ФАРМА»



АЛЕКСАНДР КУЗНЕЦОВ:

«С АКЦИОНЕРАМИ НУЖНО ДЕЛИТЬСЯ ПРИБЫЛЬЮ, РЕГУЛЯРНО ВЫПЛАЧИВАЯ ДИВИДЕНДЫ. ЭТО ОДНА ИЗ ОСНОВНЫХ ЗАДАЧ СОЗДАВАЕМОГО НАМИ БИЗНЕСА»

ААО «Алтей Фарма» - отраслевая инвестиционная компания, созданная в форме акционерного общества в 2017 г. для реализации высокотехнологичных инновационных инвестиционных проектов в области производства высокоэффективных лекарств, БАД, специализированных продуктов питания на основе растительного сырья и иных биоресурсов Алтайского края, Сибири, Забайкалья, Калининградской и Московской областей и других регионов РФ.

При создании предприятия были реализованы несколько новаций, успешно применяемых в странах с развитой экономикой, но пока очень ограниченно используемых в России.

Первая и основная новация заключается в технологии привлечения необходимых объемов финансирования для реализации запланированных нами проектов. Для этого мы использовали механизм секьюритизации (от англ. securities – «ценные бумаги») или акционирования, т. е. создали компанию в форме акционерного общества и выпустили акции именно с целью привлечения инвестиций путем размещения наших акций среди значительного числа портфельных инвесторов.

Вторая новация, являющаяся прямой производной от первой, в следующем: чтобы заинтересовать портфельных инвесторов в покупке акций АО «Алтей Фарма», нам нужно было доказать ее явную выгодность. Этого мы достигли путем разработки привлекательной стратегии развития компании и включения в проектный портфель АО «Алтей Фарма» инвестиционных проектов, показывающих расчетную прибыль, значительно превосходящую ту, которую могут дать инвестиции в традиционные финансовые инструменты, например, банковские депозиты или государственные и корпоративные облигации большинства предприятий-эмитентов.

Третья новация также связана с акционерным механизмом финансирования и заключается в том, что мы категорически решили отказаться от поиска так называемого стратегического инвестора или крупного кредитора, т. е. от того, чем занимается большинство сегодняшних соискателей инвестиций. Мы сделали ставку на частных портфельных инвесторов, готовых вкладывать сравнительно небольшие суммы в покупку акций в расчете на значительный рост их стоимости в перспективе или в расчете на регулярно выплачиваемые дивиденды.

Четвертая новация заключалась в механизме отбора инвестиционных проектов для их включения в наш инвестиционный портфель. Для принятия правильных решений мы использовали сервис аналитики фармацевтического рынка одного из учредителей АО «Алтей Фарма» - компании «ИНФОДРОМ МЕДИА», который позволил нам выявить наиболее привлекательные продуктовые рыночные ниши в сегменте аптечных продаж.

Благодаря этому инструменту мы сформировали список перспективных препаратов, которые должны в ближайшие несколько лет стать бестселлерами продаж на аптечном рынке. Завоевание даже небольшой доли рынка в определенных нами сегментах должно, согласно нашим расчетам, приносить предприятию существенную прибыль, показатели которой, в свою очередь, найдут отражение в рыночной цене акций АО «Алтей Фарма».



Председатель наблюдательного совета АО «Алтей Фарма» - Александр Кузнецов:

Родился 8 марта 1956 года. Закончил Калининградское высшее инженерное морское училище (радиоинженер) и Ленинградский политологический институт (Северо-Западный кадровый центр Правительства РФ) по специальности менеджер государственного и муниципального управления. Трижды избирался главой Балтийского городского округа в 1991-2005 годах. Депутат Калининградской областной думы 1, 2, 3, 4, 5 созывов. Возглавлял комитет по бюджету, комитет по экономической политике. Являлся инициатором создания и первым председателем Ассоциации муниципальных образований Калининградской области. Избирался председателем Еврорегиона «Балтика» - первого Еврорегиона с участием Российской стороны. Входил в состав комиссии по реформе местного самоуправления при Правительстве РФ. Был членом Президиума Союза балтийских городов. Награжден Благодарностью Президента Российской Федерации «За активную законодательную деятельность». Является инициатором разработки негосударственной программы развития рынка ценных бумаг региональных компаний-эмитентов.



Генеральный директор ООО «КоролевФарм» - Николай Нужненко

ООО «КоролевФарм» на протяжении 25 лет является ведущим российским производителем биологически активных добавок и косметической продукции, оказывающим полный комплекс услуг по разработке и контрактному производству и фасовке БАД, косметики и пищевой продукции.

Политика в области качества и безопасности выпускаемой продукции является основополагающим документом фирмы, который обеспечивает функционирование компании, направленное на служение потребителю, обеспечивая его безопасными продуктами высокого качества.

www.korolevpharm.ru

Наконец, пятая новация - отказ от капиталовложений привлеченных денежных средств в собственные производственные мощности и направление их в формирование каналов продаж и рынков сбыта производимой продукции. При этом АО «Алтей Фарма» заказывает производство самого продукта на одном из ведущих российских фармацевтических производственных предприятий, сохраняя за собой функцию контроля на всех этапах производственного цикла, начиная от закупки сырья и материалов, заканчивая условиями хранения и транспортировки готовой продукции. В нашем случае роль производственного партнера отведена ООО «КоролевФарм» (г. Королев, Московская обл.) Кроме того, на аутсорсинг вынесены такие функции, как разработка рецептур препаратов – этим занимается команда специалистов под руководством одного из ведущих ученых-фармакологов страны В. Ю. Балабаньяна, нейминг, создание дизайна, регистрация препаратов в Роспотребнадзоре, регистрация товарных знаков препаратов в Роспатенте и т.д. Функция дистрибуции также делегирована сторонним организациям, подконтрольным нам в части реализации нашей продукции. При таком подходе у самого АО «Алтей Фарма»



Президент группы компаний «ИНФОДРОМ» - Михаил Гроц

В текущем году исполняется 23 года с момента начала деятельности холдинга «ИНФОДРОМ» на российском фармацевтическом рынке. Все это время главным для нас являлась организация качественного информационного взаимодействия участников рынка - аптечных и лечебных учреждений, производителей и дистрибьюторов лекарств и товаров аптечного ассортимента - посредством создания и постоянного совершенствования интегральной системы электронной торговли «Кросс-Маркет», которая в процессе развития стала эталоном качества на рынке систем аптечной автоматизации.

Под брендом «Кросс-Маркет» объединены такие программные продукты, как система электронного заказа «Кросс-Маркет», система автоматизации деятельности аптечных учреждений «Кросс-Аптека», система автоматического заказа «Автомат закупки КМ», единый информационный справочник лекарств и товаров аптечного ассортимента «Фармбаза КМ», пользователями которых стали сотни юридических и физических лиц – участников фармацевтического рынка страны.

www.infodrom.ru

остаются только функции центра принятия стратегических решений, координации, держателя-собственника продуктовых брендов и центра аккумуляции и распределения прибыли, что позволяет максимизировать прибыль и сделать предприятие привлекательным для потенциальных акционеров.

Благодаря новациям предприятию удалось в кратчайшие сроки привлечь достаточное количество средств для разработки пяти препаратов-бестселлеров, регистрации их в Роспотребнадзоре, регистрации товарных знаков препаратов в Роспатенте и выпуска первой партии продукции, большая часть которой уже поступила на московский аптечный рынок.



**ЭТАЛОН КАЧЕСТВА НА РЫНКЕ СИСТЕМ АВТОМАТИЗАЦИИ
ФАРМАЦЕВТИЧЕСКОГО БИЗНЕСА
С 1997 ГОДА**

WWW.INFODROM.RU

+7 (495) 745-60-90

ПРОДУКТЫ И РЕШЕНИЯ ОТ ГРУППЫ КОМПАНИЙ «ИНФОДРОМ»

**КОМПЛЕКС ПРОГРАММНЫХ ПРОДУКТОВ, РАЗРАБОТАННЫЙ НА ОСНОВЕ КОНЦЕПЦИИ
ЕДИНОГО ИНФОРМАЦИОННОГО ПРОСТРАНСТВА (ЕИП) - СТРОГОЙ ФОРМАЛИЗАЦИИ
ПРОЦЕССОВ ДВИЖЕНИЯ ФАРМАЦЕВТИЧЕСКОЙ ПРОДУКЦИИ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ К
КОНЕЧНОМУ ПОТРЕБИТЕЛЮ**

В составе комплекса:

Система Электронной Торговли «Кросс-Маркет». Обеспечивает поиск и закупку по объединенным коммерческим предложениям дистрибьюторов, доставку электронных накладных и уведомлений от дистрибьюторов в систему аптечной автоматизации.

«Автомат Закупки». Отдельный программный модуль системы электронной торговли «Кросс-Маркет». Позволяет производить автоматизированный заказ товара по прайс-листам дистрибьюторов согласно рассчитанной потребности (дефектуре), получаемой из системы аптечной автоматизации.

Комплексная Система Автоматизации Аптечной Сети «Кросс-Аптека». Ведение складского учета, приходование товара, аналитика, модуль розничной торговли, дисконтная система, сетевое взаимодействие.

Подсистема «нормализации» информации. Позволяет дистрибьюторам и аптечным предприятиям осуществлять контроль и управление соответствием своих номенклатурных справочников с единым справочником товаров – **Фармбазой КМ.**

ПРОГРАММА СОДЕЙСТВИЯ РАЗВИТИЮ АПТЕЧНОГО БИЗНЕСА:

- помощь в разработке индивидуальной стратегии развития аптечного учреждения, формирование сбалансированной товарной матрицы, выработка оптимальной ценовой стратегии, применение современных маркетинговых технологий по привлечению и удержанию новых клиентов;
- предоставление современных средств автоматизации аптечного бизнеса на наиболее выгодных условиях

**ПРОГРАММА СОДЕЙСТВИЯ РАЗВИТИЮ ПРОИЗВОДСТВЕННОГО
ФАРМАЦЕВТИЧЕСКОГО БИЗНЕСА**

- предоставление производителям фармацевтической продукции объективной информации о состоянии коммерческого сегмента отечественного фармацевтического рынка, с целью выработки оптимальных управленческих решений;
- предоставление рекомендаций по оптимизации портфеля производимой продукции, с учетом рыночной конъюнктуры;
- содействие продвижению продукции и брендов предприятий-производителей в коммерческом секторе рынка готовых лекарственных средств и изделий медицинского назначения;
- маркетинговые исследования аптечного сегмента фармацевтического рынка

СЕРГЕЙ МУХОРТОВ: «ЗАЛОГОМ УСПЕХА КОМПАНИИ НА РЫНКЕ МЫ СЧИТАЕМ ВЫСОКОЕ КАЧЕСТВО ПРОИЗВОДИМОЙ ПРОДУКЦИИ»

Продуктовая стратегия АО «Алтей Фарма» предусматривает разработку и выпуск до 2025 г. более 20 препаратов, относящихся к разным группам. Первая группа – препараты алиментарного (связанного с пищеварением) ряда: для профилактики и лечения острых и хронических заболеваний печени – гепатопротекторы «ГЕПРАЛОНГ» и «ЭССЕФРА»; для выведения из организма токсинов и шлаков – энтеросорбент «АЛИСАН»; для снижения веса «ЛИБОН»; и слабительное средство «НУПАН». К настоящему времени АО «Алтей Фарма» разработаны рецептуры и осуществлена государственная регистрация этих препаратов, регистрация четырех торговых марок препаратов в Роспатенте; выпущены и уже поступили на аптечный рынок первые партии продукции. В связи с использованием для производства наших биокомплексов самого лучшего сырья, они позиционируются на рынке как продукция премиального качества. Каждый из названных препаратов имеет огромный потенциальный рынок сбыта, в совокупности составляющий только в России свыше 55 млрд руб. При этом АО «Алтей Фарма» претендует на получение не менее 6,5% рынка в денежном выражении, в своем продуктовом сегменте, в течение ближайших пяти-шести лет.

Вторая группа – препараты для улучшения работы сердечно-сосудистой системы: гипотензивные, стабилизирующие артериальное давление, улучшающие мозговое кровообращение, понижающие холестерин, обладающие венотонизирующим действием. Нами уже разработана рецептура первого из линейки кардиопрепаратов биокомплекса – «ПРЕВЕКОР» и получено свидетельство о регистрации товарного знака «ПРЕВЕКОР®». Для выпуска кардиопрепарата, до конца текущего года планируется создание специализированной дочерней компании – ПАО «ПРЕВЕКОР».

Третья группа – биокомплексы с противовирусным, иммуномодулирующим, противогрибковым, противовоспалительным, жаропонижающим эффектом. По этому направлению нами также разработана рецептура базового препарата группы – «ЭПРОВИР» и подана заявка на регистрацию товарного знака. Так же, как и в случае с «ПРЕВЕКОР», для выпуска противовирусного препарата планируется уже в текущем году создать акционерную компанию - ПАО «ЭПРОВИР», акции которой выйдут в свободное обращение на биржевом и внебиржевом фондовом рынке.

Выпуск четвертой группы препаратов – успокаивающих и улучшающих сон, анксиолитиков запланирован на 2023 г. Производство пятой группы препаратов – поливитаминных комплексов начнется в 2024 г. И, наконец, шестая группа биокомплексов – уроантисептики, серия бронхолегочных препаратов, препараты для улучшения мужского здоровья, противоаллергические препараты и ряд других поступит в производство в 2025 г. Хочу отметить, что разработку препаратов осуществляет научно-технический совет под руководством одного из ведущих ученых-фармакологов страны Вадима Балабаньяна. В совет входят как опытные фармацевты, так и практикующие врачи.

Первый председатель правления АО «Алтей Фарма», генеральный директор НПФ «Алтайский букет» - компании-учредителя и акционера АО «Алтей Фарма», кандидат медицинских наук, доцент кафедры онкологии, лучевой диагностики и лучевой терапии Алтайского государственного медицинского университета, президент Российской ассоциации участников фармацевтического рынка (РАУФ) - Сергей Мухортов



Руководитель научно-технического совета по разработке новых препаратов АО «Алтей Фарма», доктор фармацевтических наук, доцент кафедры фармацевтической технологии факультета фундаментальной медицины МГУ им. М. В. Ломоносова - Вадим Балабаньян



«На первом этапе научно-технический совет АО «Алтей Фарма» разработал первую группу БАД на основе лекарственного растительного сырья и других природных компонентов. Сюда вошли препараты для повышения функциональной активности и восстановления клеток печени – гепатопротекторы; препарат, обладающий детоксикационными свойствами, – энтеросорбент; препарат для снижения веса; слабительное средство. Каждый из предложенных БАД в обозримой перспективе может претендовать на получение статуса лекарственного средства, поскольку по составу и фармакологическому действию они фактически и являются лекарственными препаратами. Что касается года текущего, то в настоящее время мы приступили к разработке второй группы БАД, в которую войдут препараты для профилактики заболеваний сердечно-сосудистой системы, противогрибковые и седативные средства, витаминные комплексы, а также средства для улучшения мужского здоровья и другие, наиболее востребованные рынком...»



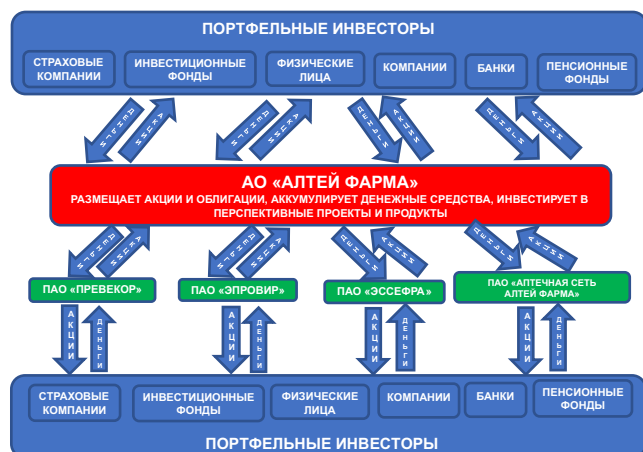
НАДЕЖДА КАПКИНА: «АКЦИОНИРОВАНИЕ ПРЕДПРИЯТИЙ – НАИБОЛЕЕ ПРОГРЕССИВНАЯ ФОРМА ПРИВЛЕЧЕНИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ»

Акционирование уже действующих компаний или создание акционерных обществ для реализации корпоративных инвестиционных проектов с высоким потенциалом, с точки зрения будущих объемов продаж и прибыли, представляется нам наиболее перспективной технологией привлечения финансирования.

Регистрация компании «Алтей Фарма» в форме акционерного общества с последующим размещением акций среди довольно большого круга покупателей, ставших акционерами, т. е. совладельцами компании, позволила нам в относительно короткие сроки привлечь достаточные средства для разработки рецептур, регистрации товарных знаков, осуществления государственной регистрации и выпуска первых партий целого ряда перспективных препаратов. В глазах портфельных инвесторов акции АО «Алтей Фарма» представляют собой выгодный инвестиционный актив, дающий возможность, во-первых, перепродать его через некоторое время после приобретения по значительно более высокой цене; во-вторых, получать часть прибыли предприятия, в случае принятия решения руководством компании о выплате дивидендов.

Для реализации других высокоэффективных инвестиционных проектов, таких как производство препарата для лечения и профилактики заболеваний печени - гепатопротектора и одноименной фармацевтической субстанции «ЭССЕФРА» на основе эссенциальных фосфолипидов, производство препарата для лечения и профилактики сердечно-сосудистых заболеваний «ПРЕВЕКОР», препарата с противовирусным, противовоспалительными иммуномодулирующим эффектом «ЭПРОВИР», планируется создание дочерних акционерных обществ АО «Алтей Фарма»: ПАО «ЭССЕФРА», ПАО «ПРЕВЕКОР» и ПАО «ЭПРОВИР». Акции этих компаний также будут размещаться среди портфельных инвесторов на внебиржевом фондовом рынке, с последующим выводением их на фондовую биржу.

Нужно отметить, что все проекты АО «Алтей Фарма» обладают высочайшей потенциальной доходностью, отраженной в расчетах к бизнес-плану по каждому проекту. Для включения в



Надежда Дмитриевна Капкина –
член совета директоров
АО «Алтей Фарма»,
директор по работе
с государственными и
финансовыми организациями
и связям с общественностью



проектный портфель АО «Алтей Фарма» рассматриваемые проекты должны показывать потенциальную рентабельность не менее 50%. При такой доходности рыночная цена акций дочерних компаний может вырасти в несколько раз. Такая перспектива делает акции как дочерних компаний, так и самого АО «Алтей Фарма» ценнейшим инвестиционным активом.

При том, что, расчетные показатели прибыли по каждой создаваемой дочерней компании высоки, тем не менее в разных компаниях они могут отличаться в несколько раз, поэтому у потенциальных акционеров есть возможность выбирать наиболее предпочтительные для себя по соотношению риска и доходности акции либо формировать диверсифицированный индивидуальный инвестиционный портфель, включая в него акции дочерних

компаний в оптимальном, с точки зрения собственных предпочтений, соотношении.

Кроме выпуска акций дочерних компаний, АО «Алтей Фарма» планирует в будущем широко использовать такой финансовый механизм, как размещение целевых облигационных займов. Денежные средства, полученные от продажи купонных корпоративных облигаций, могут быть использованы для реализации небольших проектов,

пополнения оборотных средств, закрытия временных кассовых разрывов и решения других локальных тактических задач. Покупка облигаций с более высоким, чем в среднем по рынку, купонным доходом и ежеквартальными выплатами по купонам будет интересна как акционерам АО «Алтей Фарма», так и сторонним портфельным инвесторам.

БОЛЕЕ 30 ТРЛН РУБ.,

**НАХОДЯЩИХСЯ НА РУКАХ НАСЕЛЕНИЯ, НА БАНКОВСКИХ
ДЕПОЗИТАХ, НА СЧЕТАХ ОРГАНИЗАЦИЙ, ВЫКЛЮЧЕНЫ ИЗ
ЭКОНОМИКИ ИЗ-ЗА ОТСУТСТВИЯ МЕХАНИЗМОВ
ТРАНСФОРМАЦИИ СБЕРЕЖЕНИЙ В ИНВЕСТИЦИИ**

СЕКЬЮРИТИЗАЦИЯ -

**ФОРМА ПРИВЛЕЧЕНИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ ПУТЕМ
ВЫПУСКА ЦЕННЫХ БУМАГ, ОБЕСПЕЧЕННЫХ АКТИВАМИ,
ГЕНЕРИРУЮЩИМИ ИЛИ СПОСОБНЫМИ ГЕНЕРИРОВАТЬ
СТАБИЛЬНЫЕ ДЕНЕЖНЫЕ ПОТОКИ**

АКЦИОНИРОВАНИЕ -

**ОДНА ИЗ ФОРМ СЕКЬЮРИТИЗАЦИИ, ВЫРАЖАЮЩАЯСЯ В
СОЗДАНИИ АКЦИОНЕРНЫХ ОБЩЕСТВ, ВЫПУСКАЮЩИХ И
РАЗМЕЩАЮЩИХ АКЦИИ, С ЦЕЛЬЮ ПРИВЛЕЧЕНИЯ
ФИНАНСИРОВАНИЯ, СРЕДИ ПОРТФЕЛЬНЫХ ИНВЕСТОРОВ**

СОЮЗ МИНОРИТАРНЫХ АКЦИОНЕРОВ АО «АЛТЕЙ ФАРМА»



АЛЕКСАНДР МАСЯГИН: «АКЦИОНЕРЫ АО «АЛТЕЙ ФАРМА» ОБЪЕДИНИЛИСЬ, ЧТОБЫ ДОСТОЙНО ЗАРАБАТЫВАТЬ»

**Председатель Союза
акционеров
АО «Алтей Фарма»,
генеральный директор
ООО «Балтийский завод
реабилитационного и
медицинского оборудования»
- Александр Масягин**



Союз миноритарных акционеров АО «Алтей Фарма» - это неформальное общественное объединение граждан, являющихся акционерами АО «Алтей Фарма», заинтересованных в успешной работе предприятия, выражающейся в росте прибыли компании и выплачиваемых ею дивидендов, а также в увеличении рыночной стоимости принадлежащих членам союза пакетов акций АО «Алтей Фарма».

КЕМ, КОГДА И ДЛЯ ЧЕГО СОЗДАН СОЮЗ АКЦИОНЕРОВ АО «АЛТЕЙ ФАРМА»?

Союз акционеров АО «Алтей Фарма» создан в 2020 г. миноритарными акционерами предприятия, проживающими на территории Калининградской области, с целью защиты их интересов и содействия развитию предприятия путем коллективной выработки рекомендаций, способствующих повышению эффективности работы предприятия в интересах акционеров. Позднее к союзу присоединились акционеры АО «Алтей Фарма» из Москвы и других российских регионов.

ЧТО ДАЕТ АКЦИОНЕРАМ АО «АЛТЕЙ ФАРМА» ВХОЖДЕНИЕ В СОЮЗ?

Вхождение в Союз акционеров АО «Алтей Фарма» позволяет:

- максимально быстро получать доступ к актуальной и достоверной информации, связанной с работой компании и планами руководства относительно стратегии развития компании, выпуска новых продуктов, реализации новых проектов, эмиссии ценных бумаг и прочего и позволяющей принимать оптимальные инвестиционные решения;
- оперативно обмениваться информацией с другими акционерами АО «Алтей Фарма» относительно тенденций формирования и развития рынка акций и других ценных бумаг АО «Алтей Фарма», ценных бумаг дочерних и зависимых компаний АО «Алтей Фарма» с целью принятия оптимальных инвестиционных решений и максимизации прибыли от инвестиций в акции и другие ценные бумаги;
- совместно с другими акционерами АО «Алтей Фарма» участвовать в коллективной выработке предложений и рекомендаций, способствующих повышению эффективности работы предприятия в интересах акционеров;
- получить доступ к актуальной информации об открывающихся в АО «Алтей Фарма» вакансиях, об объявляемых компанией тендерах на поставку оборудования, сырья, выполнение работ и оказание услуг для нужд предприятия, о проводимых компанией корпоративных мероприятиях.

КАК ВОЙТИ В СОЮЗ АКЦИОНЕРОВ АО «АЛТЕЙ ФАРМА»?

Чтобы стать членом Союза акционеров АО «Алтей Фарма», необходимо:

- стать акционером АО «Алтей Фарма»;
- начать принимать участие в мероприятиях Союза акционеров АО «Алтей Фарма».

КАК И СКОЛЬКО МОЖНО ЗАРАБАТЫВАТЬ, ВОЙДЯ В СОЮЗ АКЦИОНЕРОВ АО «АЛТЕЙ ФАРМА»?

Благодаря участию в союзе акционер АО «Алтей Фарма» получает доступ к формируемому членами союза закрытому внебиржевому рынку акций АО «Алтей Фарма». Доступ к рынку позволяет реализовывать акции АО «Алтей Фарма» по текущей рыночной стоимости. Основной доход члена Союза акционеров АО «Алтей Фарма» составляет разница между ценой покупки и ценой реализации акций, которая может существенно превышать стоимость их приобретения. Кроме того, можно получать ежеквартальный, полугодовой и годовой дивидендный доход на имеющиеся у члена союза акции при условии принятия решения о выплате дивидендов наблюдательным советом (советом директоров) предприятия.

КАК ПОЛУЧИТЬ МАКСИМАЛЬНУЮ ВЫГОДУ ОТ УЧАСТИЯ В СОЮЗЕ АКЦИОНЕРОВ АО «АЛТЕЙ ФАРМА»?

- Путем участия в операциях по покупке и продаже акций, которые можно осуществлять как самостоятельно, так и передав акции под управление специализированного фонда, созданного членами союза;
- путем покупки акций АО «Алтей Фарма» по номинальной стоимости при дополнительных эмиссиях и последующей их продажи по максимально возможной рыночной стоимости;
- путем покупки по номинальной стоимости акций создаваемых АО «Алтей Фарма» дочерних и зависимых компаний и последующей их продажи по максимально возможной рыночной стоимости;
- путем покупки облигаций АО «Алтей Фарма» по номинальной стоимости при размещении компанией облигационных займов, с получением купонного дохода и возможностью их продажи по рыночной стоимости до срока погашения;
- путем участия в реферальной системе продвижения акций и продукции предприятия.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ДЛЯ АКЦИОНЕРОВ АО «АЛТЕЙ ФАРМА» ОТ УЧАСТИЯ В СОЮЗЕ:

- возможность быть избранным в органы управления АО «Алтей Фарма», его дочерних и зависимых компаний благодаря рекомендациям союза;
- возможность трудоустройства в АО «Алтей Фарма», его дочерние и зависимые компании благодаря рекомендациям союза;
- возможность получения контрактов на поставку продукции, оказание услуг, выполнение работ для АО «Алтей Фарма», его дочерних и зависимых компаний благодаря рекомендациям союза.

КАК СТАТЬ АКЦИОНЕРОМ АО «АЛТЕЙ ФАРМА»?

Необходимо обратиться к куратору Союза акционеров АО «Алтей Фарма» по одному из телефонов, указанных на сайте www.minorityshareholders.ru, с просьбой оказать содействие в приобретении акций АО «Алтей Фарма» и присоединении к Союзу акционеров АО «Алтей Фарма».

БАЛТИЙСКИЙ ЗАВОД РЕАБИЛИТАЦИОННОГО И МЕДИЦИНСКОГО ОБОРУДОВАНИЯ

ТЕЛЕФОН В КАЛИНИНГРАДЕ: +7 (401) 276-10-00

ВСЯ РОССИЯ: +7 (906) 219-99-12

WWW.RENALIFT.RU

НА РЫНКЕ С 1999 ГОДА

ПРОДУКЦИЯ ПРОИЗВОДИМАЯ И ПОСТАВЛЯЕМАЯ
ООО «БАЛТИЙСКИЙ ЗАВОД РЕАБИЛИТАЦИОННОГО И
МЕДИЦИНСКОГО ОБОРУДОВАНИЯ»

ПОДЪЕМНЫЕ УСТРОЙСТВА ДЛЯ ИНВАЛИДОВ

ГУСЕНИЧНЫЕ ПОДЪЕМНИКИ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ
ПОТОЛОЧНЫЕ ПОДЪЕМНИКИ
ПОДЪЕМНИКИ ДЛЯ БАССЕЙНОВ
ВЕРТИКАЛЬНЫЕ ПОДЪЕМНИКИ
ТРАНСПОРТНЫЕ ПОДЪЕМНЫЕ УСТРОЙСТВА
НАПОЛЬНЫЕ МОБИЛЬНЫЕ ПОДЪЕМНИКИ
СТУПЕНЬКОХОДЫ



СПЕЦИАЛЬНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ И ИЗДЕЛИЯ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ

ПОРУЧНИ ДЛЯ ВАНН И ТУАЛЕТОВ
ПАНДУСЫ СТАЦИОНАРНЫЕ И ПЕРЕНОСНЫЕ
КНОПКИ ВЫЗОВА ПОМОЩИ
ИНДУКЦИОННЫЕ СИСТЕМЫ ДЛЯ СЛАБОСЛЫШАЩИХ
ТАКТИЛЬНЫЕ ТАБЛИЧКИ И МНЕМОСХЕМЫ



ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ МЕБЕЛЬ

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ КРОВАТИ
ПРИКРОВАТНЫЕ СТОЛИКИ
ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ КРЕСЛА



С ЛЮБОВЬЮ К СЕБЕ И ОКРУЖАЮЩИМ... РЕЦЕПТЫ ЗДОРОВЬЯ И ХОРОШЕГО НАСТРОЕНИЯ ОТ ЛЮБОВИ ДОМРАЧЕВОЙ



ЗНАКОМЬТЕСЬ – РУКОВОДИТЕЛЬ АТЕЛЬЕ ПО ПОШИВУ И РЕМОНТУ ОДЕЖДЫ – ЛЮБОВЬ ДОМРАЧЕВА.

Любовь обладает замечательным даром – заражать энергией и оптимизмом всех, с кем ей приходится взаимодействовать; будь то по работе - в качестве клиентов ателье или по другим поводам. Как сохранять позитивный настрой, хорошую физическую форму и жизненный тонус – несколько советов для женщин от Любви Домрачевой. Оказывается, для того, чтобы чувствовать себя здоровой, хорошо выглядеть, быть бодрой и энергичной нужно не так уж и много.

Люба, позвольте мне так к Вам обращаться, не могли бы Вы открыть нашим читателям секреты Вашей работоспособности и хорошего настроения?

Чтобы подолгу не чувствовать себя уставшей и сохранять высокую работоспособность нужно, по моему опыту, придерживаться нескольких простых правил.

Во-первых, нельзя допускать появления лишнего веса. Избыток жировых отложений приводит к быстрой утомляемости, а может послужить и причиной гипертонии и других сердечно-сосудистых заболеваний. Поэтому, обязательно контролируйте свой вес. В этом мне помогают **умные весы Picoos S3**. При контроле массы тела придерживаюсь следующего правила расчетов нормального веса для женщины, это: $(\text{рост в сантиметрах} - 100) - (\text{рост в сантиметрах} - 150)/2$. При появлении лишних килограммов немедленно вношу коррективы в рацион: стараюсь избегать жирной и жареной пищи и делаю упор на салаты. Салат из моркови, капусты и свеклы с льняным маслом – отличный элемент рациона для исправления погрешностей в фигуре.

Во-вторых, всегда находите возможность для двигательной активности. Всегда помню, что мне необходимо делать в день не менее 8-10 тыс. шагов. Так как по характеру работы приходится большую часть дня пребывать практически на одном месте, приходится компенсировать дефицит физической активности в выходные дни. Контролирую свое физическое состояние с

помощью специального электронного **фитнес-браслета GSMIN WR11**, который, кроме подсчета количества пройденных шагов, позволяет измерять пульс и давление.

В-третьих, регулярно принимаю сама и всем советую, специализированные биокомплексы из натуральных трав. Так, **препарат Либон** является прекрасным средством для снижения массы тела и коррекции фигуры. А с помощью **комплекса Алисан** я периодически провожу полную чистку всего организма.

Еще одна причина хорошего самочувствия – **биодобавка Гепралонг**. Гепралонг помогает улучшить работу печени, что, в свою очередь, способствует улучшению обмена веществ и укрепляет иммунитет. Сейчас, в период роста заболеваемости коронавирусом, гриппом и ОРВИ, его прием помогает избежать многих проблем со здоровьем.

Следующий совет – хорошо высыпайтесь. Сон не менее 7 часов – одна из основ здоровой психики, хорошего настроения и высокой работоспособности в течение дня. Высыпаться мне помогает **умная подушка Ocean Fresh L компании Ormatek**.

И последний на сегодня совет – старайтесь заниматься тем делом, которое приносит не только материальное, но и моральное удовлетворение. Работая в собственном небольшом ателье, я получаю радость, как от качественно выполненной работы, так и от добрых слов благодарности своих клиентов.

АТЕЛЬЕ ПО РЕМОНТУ И ПОШИВУ ОДЕЖДЫ ЛЮБОВИ ДОМРАЧЕВОЙ

- ПОШИВ МЕДИЦИНСКОЙ ОДЕЖДЫ;
- ПОШИВ МЕДИЦИНСКИХ МАСОК;
- ПОШИВ И РЕМОНТ ОДЕЖДЫ
ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ

г. Калининград, ул. Яналова, дом 5А
Телефон: +7 911 463-18-04
Сайт: www.LyubovDomracheva.ru

КАК СТАТЬ АКЦИОНЕРОМ АО «АЛТЕЙ ФАРМА»

Необходимо обратиться к куратору Союза акционеров АО «Алтей Фарма» по одному из телефонов, указанных на сайте www.minorityshareholders.ru, с просьбой оказать содействие в приобретении акций АО «Алтей Фарма» и присоединении к Союзу акционеров АО «Алтей Фарма».

Совет первый: КОНТРОЛИРУЙТЕ ВЕС И НЕ РЕПЕЕДАЙТЕ

Умные весы PicooC S3 - цена 6600 руб.



Для покупки сканируйте QR-код



или пройдите по ссылке
www.lifesmiles.ru
и получите скидку 20%

Совет второй: БОЛЬШЕ ДВИГАЙТЕСЬ, СЧИТАЙТЕ ШАГИ, ИЗМЕРЯЙТЕ ПУЛЬС И ДАВЛЕНИЕ

Фитнес-браслет GSGMIN Wr11 - цена 5900 руб.



Для покупки сканируйте QR-код



или пройдите по ссылке
www.lifesmiles.ru
и получите скидку 20%

Совет пятый: ХОРОШО ВЫСЫПАЙТЕСЬ

Умная подушка Ocean Fesh L - цена 7400 руб.



Для покупки сканируйте QR-код



или пройдите по ссылке
www.lifesmiles.ru
и получите скидку 20%

Продукцию для улучшения качества жизни,
рекомендованную Любовью Домрачевой,
можно приобрести в интернет-магазине LIFESMILES:
WWW.LIFESMILES.RU

Совет третий: ПРИНИМАЙТЕ БИОКОМПЛЕКСЫ

ЛИБОН - цена 1150 руб.
ДЛЯ СНИЖЕНИЯ ВЕСА И КОРРЕКЦИИ ФИГУРЫ



АЛИСАН - цена 1090 руб.
ДЛЯ ОЧИЩЕНИЯ ОРГАНИЗМА
ОТ ТОКСИНОВ И ШЛАКОВ



Для покупки сканируйте QR-код



или пройдите по ссылке
www.lifesmiles.ru
и получите скидку 20%

Совет четвертый: ПОДДЕРЖИВАЙТЕ ПЕЧЕНЬ, ИММУНИТЕТ И ОБМЕН ВЕЩЕСТВ

ГЕПРАЛОНГ - цена 1190 руб.



Для покупки сканируйте QR-код



или пройдите по ссылке
www.lifesmiles.ru
и получите скидку 20%

«ПРЕВЕКОР»® - новый бренд на отечественном фармацевтическом рынке. Уже скоро в продаже появится новый высокоэффективный препарат для профилактики и лечения сердечно-сосудистых заболеваний.

Издание «ЗДОРОВЬЕ И МЕДИЦИНСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ» получило информацию непосредственно от участника группы по разработке кардиопрепарата «ПРЕВЕКОР»®



Галина Александровна, стало известно, что Вы вошли в группу по разработке нового препарата, для выпуска которого планируется создание новой компании в форме акционерного общества. Не могли бы Вы рассказать нашим читателям об этом проекте и Вашем в нем участии.

Гусева Галина Александровна - врач кардиолог, участник проекта по созданию препарата «ПРЕВЕКОР»®

В прошлом году меня, как действующего акционера АО «Алтей Фарма», пригласили принять участие в работе научно-технического совета по разработке новых препаратов компании. В НТС входят опытные врачи, имеющие специализацию в области лечения и профилактики различных групп заболеваний, опытные провизоры и фармакологи, специализирующиеся на разработке лекарств и БАД. Перед научно-техническим советом была поставлена задача разработать оригинальную рецептуру линейки биологически-активных комплексов, буду называть их для упрощения – препараты, на основе традиционных лекарственных трав, применяемых с лечебно-профилактической целью, как самостоятельно, так и в составе комплексной терапии. Действие этих препаратов должно быть направлено на регулирование физиологической функции органов сердечно-сосудистой системы и оказание благотворного влияния на работу сердца и сосудов. Работа над разработкой биокomплексов велась на протяжении почти двух лет. К настоящему моменту разработан базовый препарат серии, получивший название «ПРЕВЕКОР»®. Препарат будет обладать мягким гипотензивным эффектом, способным стабилизировать артериальное давление. Компоненты, входящие в состав препарата, способны снижать уровень холестерина, а

также обладают антипро-тромбическим действием. Работа по составлению рецептур ряда других продуктов этой серии также близится к завершению. Базовый препарат имеет запатентованное название «ПРЕВЕКОР»®. Планируется постоянное расширение линейки препаратов - биологически активных комплексов и готовых лекарственных средств для профилактики и лечения сердечно-сосудистых и цереброваскулярных заболеваний под брендом «ПРЕВЕКОР»®.



В текущем году мы смогли обеспечить патентную защиту товарного знака, получив 1 апреля свидетельство о регистрации на товарный знак «ПРЕВЕКОР»® государственного агентства по защите интеллектуальной собственности, а проще - Роспатента. Хочу

особо отметить, что проект «ПРЕВЕКОР»® это не только линейка препаратов. В планы команды по реализации проекта «ПРЕВЕКОР»®, входит создание одноименной публичной акционерной компании – ПАО «ПРЕВЕКОР»®, акции которой будут обращаться, как минимум, на одной из российских фондовых бирж, а также на внебиржевом рынке среди большого количества портфельных инвесторов. Стратегия развития ПАО «ПРЕВЕКОР»®, кроме выпуска



уже названной линейки препаратов, включает организацию производства медицинских приборов для профилактики, диагностики и лечения сердечно-сосудистых заболеваний, а также оборудования для реабилитации больных, перенесших сердечно-сосудистые заболевания. В список входят компактные медицинские устройства индивидуального пользования, такие как тонометры, холтеровские мониторы, миниатюрные электрокардиографы; кардиотренажеры, программное обеспечение и оборудование для телекардиомедицины под брендом «ПРЕВЕКОР»®. Также в наши планы входит создание фирменной сети специализированных кардиоаптек «ПРЕВЕКОР»® и телекардиомедицинской клиники «ПРЕВЕКОР»®.

ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОЕКТА И ВЫПУСКА АКЦИЙ ПАО «ПРЕВЕКОР»:

- Горизонт планирования – 6 лет**
- Инвестиционные затраты (потребность в инвестициях) – 100 млн. руб.**
- Прогнозируемый срок окупаемости проекта (не более) – 36 мес.**
- Прогнозируемый среднегодовой объем выручки (не менее) - 2 млрд. руб.**
- Вид ценных бумаг - акции обыкновенные, именные**
- Номинальная цена акции – 1 руб.**
- Прогнозируемый среднегодовой дивиденд на акцию (не менее) – 30% (0,3 руб.)**
- Прогнозируемая рыночная цена акции (не менее) – 10 руб.**
- Количество акций в свободном обращении - 20 млн. штук**

ПО ВОПРОСАМ УЧАСТИЯ В ПРОЕКТЕ ПАО «ПРЕВЕКОР»

ОБРАЩАТЬСЯ:
Тел: +7 (495) 226-02-64; +7-916-566-57-33;
www.prevecor.ru; e-mail: info@prevecor.ru

Нупан®

Превосходный слабительный эффект



«Нупан»® - биоконплекс из натуральных биоорганических компонентов растительного и животного происхождения, обладающий сильным слабительным эффектом

«Нупан»® рекомендуется в качестве самостоятельной биологически активной добавки к пище – источника сеннозидов и в качестве одного из компонентов специального очищающего, общеоздоровительного, общеукрепляющего профилактического курса

Действие биоконплекса «Нупан»® направлено на:

- усиление перистальтики прямой кишки
- очищение кишечника от избыточных объемов продуктов пищеварения, токсинов и шлаков

В составе комплексной терапии биоконплекс «Нупан»® рекомендован:

- при запорах, обусловленных недостаточной перистальтической активностью прямой кишки;
- при необходимости регулирования стула при воспалительных заболеваниях прямой кишки (геморрой, проктит, трещины прямой кишки)
- при необходимости снижения веса



Благодаря Калининградскому инвестиционному клубу Калининградская область в обозримой перспективе может стать одним из основных российских эмиссионных центров по выпуску и размещению корпоративных ценных бумаг. В первую очередь акций фармацевтических компаний.

Возможно, в недалеком будущем, способных стать флагманами отечественной фармацевтической индустрии. Очередной проект, запускаемый при поддержке и участии Калининградского инвестиционного клуба – это проект по созданию и выводу на отечественный фармацевтический рынок нового высокоэффективного противовирусного лекарственного средства - «ЭПРОВИР». «ЭПРОВИР» разрабатывается на основе лекарственных трав, витаминов и минералов, с давно изученными лечебными свойствами, подобранных в комбинации, дающей максимальный лечебно-профилактический эффект.



Препарат будет обладать мощным противовирусным, противобактериальным, противовоспалительным, иммуномодулирующим эффектом и предназначен для лечения и предупреждения распространенных простудных заболеваний вирусной и бактериальной этиологии, в первую очередь таких, как грипп, ОРВИ и других заболеваний верхних дыхательных путей, способствовать повышению общего иммунитета. Разработкой

«ЭПРОВИР» занимается рабочая группа, сформированная из высококвалифицированных калининградских и московских врачей и фармацевтов. Для выпуска препарата «ЭПРОВИР» будет создано публичное акционерное общество с одноименным с препаратом названием – ПАО «ЭПРОВИР». Финансирование проекта на стадии, предшествующей государственной регистрации компании, осуществляется через продажу прав на покупку акций АО/ПАО «ЭПРОВИР» по цене, близкой к номинальной стоимости (1,2 руб. за акцию). Разработку рецептуры препарата «ЭПРОВИР» планируется закончить до конца текущего года. Государственная регистрация АО/ПАО «ЭПРОВИР» запланирована на первый квартал 2022 года. Планируемая инициаторами проекта цена акций АО/ПАО «ЭПРОВИР» на момент получения свидетельства о государственной регистрации будет составлять не менее 5 руб. за акцию. Напомним, что, при выборе объектов поддержки и инвестирования для себя и своих партнеров, Калининградский инвестиционный клуб делает ставку только на потенциально высокодоходные проекты и только на компании и управленческие команды, работающие в самых привлекательных рыночных нишах. К таким относится и рынок противовирусных препаратов широкого спектра, который, в одной только России и в одном только аптечном сегменте, составляет не менее 50 млрд. руб.

Справочная информация от издания «ЗДОРОВЬЕ И МЕДИЦИНСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ».

Препарат «ЭПРОВИР» разрабатывается и будет регистрироваться и как биологически активная добавка «ЭПРОВИР», и как лекарственное средство для клинического применения под названием «ЭПРОВИР-Р». Регистрация биокомплекса «ЭПРОВИР» позволит максимально быстро вывести препарат в аптечный сегмент отечественного фармацевтического рынка. А лекарственное средство «ЭПРОВИР-Р» позволит занять нишу в госпитальном сегменте. По своему составу они будут идентичны, но на регистрацию «ЭПРОВИР-Р», как лекарственного средства, может уйти до 1,5 лет.

«ЭПРОВИР» проектируется как препарат широкого спектра действия. Принимать его можно будет с целью профилактики и в составе комплексной терапии любых простудных заболеваний верхних дыхательных путей вирусной и бактериальной этиологии. Задача «ЭПРОВИР» – максимально укрепить иммунитет организма человека, по возможности еще до начала воспалительного заболевания. А также помочь максимально быстро справиться с самим заболеванием, если оно все-таки развилось.

Благодаря локализации производства «ЭПРОВИР» в Калининградской области, препарат должен стать одним из драйверов развития фармацевтической промышленности на территории региона, дополнительным источником пополнения регионального бюджета и причиной повышения инвестиционной привлекательности области. Выпуск препарата «ЭПРОВИР», обещающего стать сверхвостребованным на рынке, что подтверждается маркетинговыми исследованиями, должен привести к быстрому росту цены на акцию АО/ПАО «ЭПРОВИР», вплоть до 80-100 руб. за акцию уже к середине 2022 года. Но, даже такая цена, с учетом выбранной компанией стратегии, ставкой на высокое качество производимой продукции и инновационных подходов в работе команды, не должна стать пределом.

КАЛИНИНГРАДСКИЙ ИНВЕСТИЦИОННЫЙ КЛУБ
г. Калининград, ул. Лесопарковая, д. 9-11
www.kiclub.ru, www.kaliningradinvestclub.ru
Тел.: +7 (911) 470-44-22

ICS ФИНАНСОВЫЙ КОНСУЛЬТАНТ ПРОЕКТА ПО СОЗДАНИЮ ПАО «ЭПРОВИР» - ГРУППА ИНВЕСТИЦИОННЫЙ КОНСАЛТИНГ И ЦЕННЫЕ БУМАГИ **ICS**
ICS GROUP – INVESTMENT CONSULTING AND SECURITIES

ICS GROUP ОБЪЕДИНЯЕТ ПРОФЕССИОНАЛОВ ФОНДОВОГО РЫНКА С МНОГОЛЕТНИМ И УНИКАЛЬНЫМ ОПЫТОМ РАБОТЫ

ПО ВОПРОСАМ УЧАСТИЯ В ПРОЕКТЕ ПАО «ЭПРОВИР» ОБРАЩАТЬСЯ:
Тел: +7 (495) 226-02-64; +7-916-566-57-33

ГРУППА ИНВЕСТИЦИОННЫЙ КОНСАЛТИНГ И ЦЕННЫЕ БУМАГИ ICS GROUP – INVESTMENT CONSULTING AND SECURITIES

ICS GROUP ОБЪЕДИНЯЕТ ПРОФЕССИОНАЛОВ ФОНДОВОГО РЫНКА С МНОГОЛЕТНИМ И УНИКАЛЬНЫМ ОПЫТОМ РАБОТЫ

СПЕЦИАЛИЗАЦИЯ ICS GROUP

- ▶ ПРИВЛЕЧЕНИЕ ФИНАНСИРОВАНИЯ ПОСРЕДСТВОМ СОЗДАНИЯ ПУБЛИЧНЫХ И НЕПУБЛИЧНЫХ АКЦИОНЕРНЫХ ОБЩЕСТВ И РАЗМЕЩЕНИЯ КОРПОРАТИВНЫХ ЦЕННЫХ БУМАГ – АКЦИЙ И ОБЛИГАЦИЙ
- ▶ ВЫПУСК КОРПОРАТИВНЫХ ЦЕННЫХ БУМАГ И ФОРМИРОВАНИЕ РЫНКОВ АКЦИЙ И ОБЛИГАЦИЙ
- ▶ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ПО ВОПРОСАМ КОРПОРАТИВНОГО УПРАВЛЕНИЯ И СОЗДАНИЯ АКЦИОНЕРНЫХ ОБЩЕСТВ
- ▶ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ПО ВОПРОСАМ УПРАВЛЕНИЯ ПОРТФЕЛЯМИ КОРПОРАТИВНЫХ ЦЕННЫХ БУМАГ

УСЛУГИ ICS GROUP

- ▶ ОРГАНИЗАЦИЯ И РЕГИСТРАЦИЯ ВЫПУСКОВ КОРПОРАТИВНЫХ ЦЕННЫХ БУМАГ - АКЦИЙ И ОБЛИГАЦИЙ
- ▶ СОЗДАНИЕ И РЕГИСТРАЦИЯ АО И ПАО
- ▶ РЕОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЙСТВУЮЩИХ ПРЕДПРИЯТИЙ В АО И ПАО
- ▶ ФОРМИРОВАНИЕ КОРПОРАТИВНЫХ РЫНКОВ ЦЕННЫХ БУМАГ – АКЦИЙ И ОБЛИГАЦИЙ
- ▶ СОПРОВОЖДЕНИЕ СДЕЛОК ПО СЛИЯНИЯМ, ПОГЛОЩЕНИЯМ, ВЫДЕЛЕНИЯМ И ПР.
- ▶ ПОДГОТОВКА ДОКУМЕНТОВ ДЛЯ ВЫВОДА КОРПОРАТИВНЫХ ЦЕННЫХ БУМАГ НА ОТЕЧЕСТВЕННЫЕ И ЗАРУБЕЖНЫЕ ОРГАНИЗОВАННЫЕ ФОНДОВЫЕ РЫНКИ - ФОНДОВЫЕ БИРЖИ
- ▶ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ПО ВОПРОСАМ ОБРАЩЕНИЯ (ПОКУПКА, ПРОДАЖА) КОРПОРАТИВНЫХ ЦЕННЫХ БУМАГ
- ▶ УПРАВЛЕНИЕ ИНВЕСТИЦИОННЫМИ ПОРТФЕЛЯМИ
- ▶ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ПО ВОПРОСАМ СТРАТЕГИЧЕСКОГО МЕНЕДЖМЕНТА
- ▶ ПРИВЛЕЧЕНИЕ ИНВЕСТИЦИЙ
- ▶ ОЦЕНКА БИЗНЕСА
- ▶ ПОКУПКА И ПРОДАЖА БИЗНЕСА
- ▶ ПРОВЕДЕНИЕ КОНФЕРЕНЦИЙ, СЕМИНАРОВ, ТРЕНИНГОВ, МАСТЕР-КЛАССОВ ПО ВОПРОСАМ ФОНДОВОГО РЫНКА И ОБРАЩЕНИЯ ЦЕННЫХ БУМАГ

ICS GROUP
WWW.INVECS.RU
WWW.INVESTMENTCONSULTING.RU
+7 (495) 226-02-64
+7 (916) 566-57-33

ICS



Сердце, на зарядку становись!

Медицинский термин «кардио» – значит, «сердце» – давно стал привычным. Казалось бы, понятие «кардиотренажеры» говорит само за себя: с помощью этих устройств можно значительно повысить мощность сердца и лёгких. Но есть у них и другое название – «умные тренажеры». Потому что в современном мире они давно стали миникомпьютерами – с сенсорными датчиками, анализом показателей, рекомендациями времени тренировки и нагрузки для сердца.

И не только для сердца: кардиотренажеры позволяют укрепить всю сердечнососудистую систему, напитать кислородом организм, придать тонус телу, «подкачать» мышцы, повысить выносливость и даже улучшить работу печени, отрегулировать уровень метаболизма. Ряд специалистов считает, что только занятия на кардиотренажерах позволяют похудеть. Причём эти спортивные снаряды достаточно безопасны, так как имитируют естественные движения человека – ходьбу, бег, греблю, езду на велосипеде, подъем по лестнице, прогулку на лыжах.

Кому и как?

Главное правило – на кардиотренажерах нужно заниматься регулярно. Можно даже каждый день. Оптимальное время тренировки – примерно 40 минут без учета легкой разминки.

Перед определением оптимальной нагрузки важно определиться с целью: укрепление сердечнососудистой системы, работа на выносливость организма, похудение или что-то из перечисленного выше. Разумеется, людям с ослабленным здоровьем необходима предварительная консультация врача. Так же очевидно, что увеличение нагрузки должно быть постепенным: новичкам рекомендуется начинать с трех раз в неделю по 20 минут. Подходы к кардиотренажеру желательно делать только через 30-40 минут после курения, употребления чая/кофе, лекарственных средств.

Какие они бывают?

Беговая дорожка

В фитнес-залах с неё начинают и профессиональные спортсмены («чтобы разогреть мышцы»), и «чайники» (главное здесь – слово «кардио»). Важно следить за пульсом – более 140 ударов в минуту недопустимо.

Постоянно бегать не обязательно, темп должен меняться, примерно, каждые 10 минут. Есть программы, рассчитанные только на ходьбу, для усиления нагрузки можно использовать функцию ходьбы в гору.

Специалисты к достоинствам беговой дорожки относят повышение общей выносливости, улучшение дыхания и укрепление сердечной мышцы, ускорение обменных процессов, укрепление мускулатуры ног. К недостаткам – повышенную нагрузку на суставы, колени и лодыжки, плюс риск сбиться с шага и упасть.

Велотренажёр

Считается самым безопасным спортивным оборудованием. Идеален для тех, кто пока не готов к интенсивным тренировкам, а также для тех, кто перенес травмы спины и коленей. Однако рассчитан только на нижнюю группу мышц, и общий результат менее заметен за счёт постоянного сидения.



Оптимальный вариант тренировки – чередование нагрузок: минимальные/усиленные. Если цель занятий – похудение, то следует значительно увеличивать время тренировки: не менее часа 5 раз в неделю.

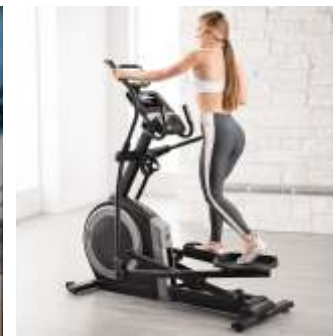
Кардиостеппер

Самый компактный кардиотренажёр. Часто его называют просто «ступенька», так как он имитирует ходьбу по ступенькам, однако название происходит от английского «step» – шаг. Нагрузка на мышцы ног и ягодиц тоже достаточно эффективна для укрепления сердечной мышцы. Но очень важно правильное положение тела при занятиях: стойка прямо с легким наклоном вперед, без прогиба спины и «свободными» коленями. Медленную ходьбу рекомендуется сочетать с глубоким шагом. Продолжительность тренировки – 20-25 минут на первых порах, и до часу – после.

У степперов отсутствуют противопоказания, однако из-за высокой нагрузки на суставы пользоваться ими будет неудобно при массе тела больше ста килограмм.

Гребной тренажёр

Полностью имитирует условия реальной гребли на воде. Это уже достаточно сложный тренажёр, так как сочетает в себе достоинства кардио и силовых нагрузок – за счет включения в работу максимального количества мышц. Безусловно, это повышает выносливость сердечнососудистой системы, развивает выносливость и силу, улучшает осанку. Тренажёр также улучшает гибкость позвоночника, однако противопоказан для людей с травмами спины. Начинать заниматься на нем рекомендуют под присмотром опытного тренера, так как при неправильной технике занятий тренажёр может стать травмоопасным.



Эллипсоид, он же орбитрек

Педали этого тренажера двигаются по эллиптической траектории, воспроизводя форму овала. Это своего рода комбинация беговой дорожки, степпера и велотренажера. При этом ходьба по эллиптической траектории абсолютно безопасна для суставов и в значительной степени снимает осевую нагрузку на позвоночник.

Тренажёр считается универсальным и самым эффективным из группы кардио. Он рекомендован для укрепления сердечнососудистой системы за счет целенаправленного воздействия на мышцы ног, бедер и ягодиц, эффективен для мышц груди и рук, безопасен для суставов и позвоночника. Оборудование обеспечивает высокую интенсивность тренировки, однако эффективность тренировки несколько ниже, чем у беговой дорожки.

При тренировках важно следить за пульсом: желательно добиваться 60-70 процентов от средней частоты пульса. Примерное число шагов в минуту – 50.



Чтобы не ошибиться...

И опять-таки главное правило – заниматься регулярно! Если уверенность в этом есть, можно задуматься о следующем шаге: тренироваться в спортивном зале или дома.

В ассортименте спортивного клуба – тренажёры профессиональной линии. Минусы зала – обязательное время посещения, многолюдность, достаточно высокая для многих цена абонеента. Персонального тренера также может себе позволить не каждый. Зато есть выбор: обычно в зале присутствуют тренажеры как «для сердца», так и силовые. Их чередование или смена программ могут дать поразительный эффект.

Спрос на кардиотренажёры для домашнего использования стабильно растёт, ведь они подразумевают естественный вид физической активности и не теряют своей пользы в закрытом помещении. Домашний тренажер позволяет экономить время и деньги. Но и тут свои «но». Скажем, как и любое оборудование, кардиотренажёры зачастую требуют достаточно много места в квартире или доме. Смотреть в стену – тоже не всегда комфортно, неслучайно в залах кардиотренажёры устанавливают около окна или хотя бы зеркала.

Начать с математики

На контрольных панелях кардиотренажёров есть призывы контролировать частоту пульса. Но чтобы тренироваться, скажем, при частоте пульса 75% от максимально допустимой, нужно знать свой максимум. Несмотря на заявления производителей, спортивные снаряды не знают возможностей конкретного человека.

Согласно традиционным взглядам, на которые опираются разработчики даже самых навороченных современных кардиотренажёров, для определения максимально допустимой частоты пульса следует из 220 вычесть возраст человека. Это чаще всего неверно. Заблуждение возникло в начале 1970-х годов, когда проводились наблюдения над пациентами старше 55 лет, принимающими препараты для лечения сердечнососудистых заболеваний и курящих. Поэтому современная формула выглядит так: $208 - \text{возраст} \times 0,7$. Но и эти цифры приближительны.

Наука!

Разработки Министерства образования и науки Российской Федерации по магистерским программам подготовки «Физкультурно-оздоровительные технологии» утверждают, что ходьба или бег на беговой дорожке дают максимальный расход энергии и наиболее требовательны в плане аэробной выносливости по сравнению с другими тренажерами.

Эксперименты «Журнала Американской Медицинской Ассоциации» показали, что только беговая дорожка и гребной эргометр давали цифры максимального потребления кислорода – до уровня, необходимого для повышения функциональной тренированности

Всё и сразу

Тратиться стоит лишь на тот тренажёр, который соответствует и целям тренировок, и предпочтениям.

Например, ценность механической беговой дорожки заключается только в компактности и более низкой стоимости. При тренировках придется самому «толкать» дорожку, и зачастую пользы от такого бега мало. К тому же на таких дорожках часто используют некачественное покрытие, бег по которому может быть опасен для коленных суставов. Разумнее выбрать электронный тренажёр, он позволяет изменять угол наклона, скорость бега и нагрузку. Только электронная модель подойдет для тех, кто собирается идти, а не бежать. Удивительно, но нагрузка на оборудование при ходьбе выше, поэтому мощность менее одной лошадиной силы нецелесообразна.

Горизонтальная модель велотренажёра, в отличие от вертикальной, предпочтительнее в качестве лечебной терапии, благодаря минимальной нагрузке на позвоночник.

Следует оценивать и другие параметры. Например, беговая дорожка считается достаточно шумной, к тому же потребует наибольшего пространства. Другие кардиотренажёры представлены и компактными моделями, и почти бесшумными вариантами.

Нелишне проанализировать функции бортового компьютера. Современные тренажёры оснащены интерактивными программами, помогающими заниматься наиболее результативно: с показателями, скажем, пройденной дистанции, скорости движения и затратами энергии. Главное достоинство таких программ – возможность выбора сложности и повышения нагрузки, чтобы избежать мышечного привыкания. В некоторых моделях предусмотрены пульс-программы, которые автоматически регулируют нагрузку.

Откровенно говоря, кардиотренировки нагоняют тоску. Многие с трудом преодолевают 30 долгих минут аэробной нагрузки. Поэтому возможность слушать при занятиях музыку или даже смотреть кино будет очень кстати. Однако любая дополнительная опция приводит к увеличению конечной цены.

Важный аспект при выборе: кто будет заниматься. Если тренажёр покупается для всей семьи, в расчет берется вес самого тяжелого человека. Причем «с запасом» хотя бы на 10 кг. Зачастую оборудование для «больших» людей приводит к удорожанию покупки.

Поэтому специалисты рекомендуют начинать систематические тренировки с ЭКГ-пробы с физической нагрузкой. В идеале, такая диагностика проводится в медицинском учреждении, чаще на беговой дорожке. Самостоятельно вполне достоверные результаты можно получить, если, надев на руку пульсометр, совершить забег продолжительностью 15–20 минут, при этом постепенно увеличивая темп: от умеренной пробежки до бега в полную силу в последние несколько минут. Однако необходимо соблюдать максимум осторожности, чтобы организм не отказал раньше, чем работа сердечной мышцы достигнет своего предела.

Есть и другие тонкости. Когда влажно и жарко, потоотделение может уменьшить объем циркулирующей крови и вызвать так называемое кардиогенное изменение пульса: сердце будет биться быстрее, несмотря на низкую интенсивность физической нагрузки. В холодном и сухом воздухе происходит прямо противоположное: частота пульса станет замедляться, даже если двигаться в желаемом темпе.

Вывод прост: пульсометр, безусловно, очень полезный инструмент, однако в первую очередь следует обращать внимание на свое самочувствие.



Елена Ермолаева

УЧАСТНИКИ ВЫПУСКА И КОНТАКТЫ

АО «АЛТЕЙ ФАРМА»

г. Москва, шоссе Фрезер, д. 5/1
www.althaea-pharma.ru
E-mail: info@althaea-pharma.ru
Тел.: (495) 226-02-64

ООО «ИНФОДРОМ МЕДИА ЦЕНТР»

Московская обл., г. Химки, ул. Молодежная, д. 50, офис 15, лит. А
www.infodrom.ru, www.cross-system.ru
E-mail: mail@infodrom.ru
Тел.: (495) 745-60-90, (800)775-29-96

ООО «КОРОЛЕВФАРМ»

Московская обл., г. Королев, ул. Пионерска, д. 4
www.korolevpharm.ru
E-mail: bobkova@korolevpharm.ru
Тел.: (495) 646-76-56

ООО НПФ «АЛТАЙСКИЙ БУКЕТ»

Алтайский край, г. Барнаул, ул. Короленко, д. 40, к. 1
www.altaybuket.ru
E-mail: zakaz@altaybuket.ru
Тел.: (3852) 28-99-02

ООО «БАЛТИЙСКИЙ ЗАВОД РЕАБИЛИТАЦИОННОГО И МЕДИЦИНСКОГО ОБОРУДОВАНИЯ»

г. Калининград, ул. Гавриленко, д. 33
www.rehalift.ru
E-mail: info@thecompany.ru
Тел.: (4012) 76-10-00, (800) 600-07-61, (906) 219-99-12

ИП ДОМРАЧЕВА Л. И.

г. Калининград, ул. Яналова, д. 5А
www.lyubovdomracheva.ru
E-mail: info@lyubovdomracheva.ru
Тел.: (911) 463-18-04

ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН LIFESMILES

www.lifesmiles.ru
E-mail: info@lifesmiles.ru

ГРУППА КОМПАНИЙ «ИНВЕСТИЦИОННЫЙ КОНСАЛТИНГ И ЦЕННЫЕ БУМАГИ» (ICS GROUP)

г. Москва, Пресненская наб., д. 6, стр. 2
www.invecs.ru
www.investmentconsulting.ru
E-mail: info@invecs.ru, info@investmentconsulting.ru
Тел.: (916) 566-57-33

ЖУРНАЛ «ЗДОРОВЬЕ И МЕДИЦИНСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ» -

СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ ВЫПУСК ИЗДАНИЯ

«БИЗНЕС: ЛИЧНОСТИ, ИДЕИ, ПРОЕКТЫ, КОМПАНИИ, ИНВЕСТИЦИОННЫЕ ФОНДЫ, БАНКИ, БИРЖИ»

Учредитель - ООО «Инфодром Медиа Центр»

Главный редактор Петров А. А.

Тел: (495) 745-60-90

www.healthmt.ru

E-mail: info@healthmt.ru

Адрес редакции: Московская обл., г. Химки, ул. Молодежная, д. 50, офис 15, лит. А

Редакция не несет ответственности за достоверность рекламных материалов,
мнение редакции может не совпадать с мнением авторов статей

Отпечатано в типографии рекламного агентства «КАИР» г. Калининград, ул. Барнаульская, д. 2, Тел.: (4012) 53-46-04
Тираж: 999 экземпляров

Очищающий, общеоздоровительный, общеукрепляющий
профилактический курс для взрослых с избыточным весом

Нупан® 1-й этап

- очищение нижних отделов кишечника от избыточных объемов
продуктов пищеварения, токсинов и шлаков, подготовка организма
к дальнейшему прохождению курса

- по 1 капсуле 2 раза в день во время еды; продолжительность приема - 14 дней



Алисан® 2-й этап

- очищение кишечника на всех уровнях, общая разгрузка организма
от токсинов и шлаков

- по 2 капсулы 3 раза в день во время еды; продолжительность приема
- 14 дней



Гепралонг® 3-й этап

- защита, восстановление и укрепление клеток печени

- по 1 капсуле 1 раз в день во время еды; продолжительность приема
- 30 дней



Либон® 4-й этап

- профилактика переедания, препятствование образованию жировых
отложений, активация процессов похудения, поддержка работы
кишечника;

- по 1-2 капсулы 1 раз в день во время вечернего приема пищи;
продолжительность приема - 14 дней



ЗДОРОВЬЕ И МЕДИЦИНСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ

СПЕЦИАЛЬНЫЙ ВЫПУСК ИЗДАНИЯ «БИЗНЕС: ЛИЧНОСТИ, ИДЕИ, ПРОЕКТЫ, КОМПАНИИ, ИНВЕСТИЦИОННЫЕ ФОНДЫ. БАНКИ, БИРЖИ»

2021 ГОД

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

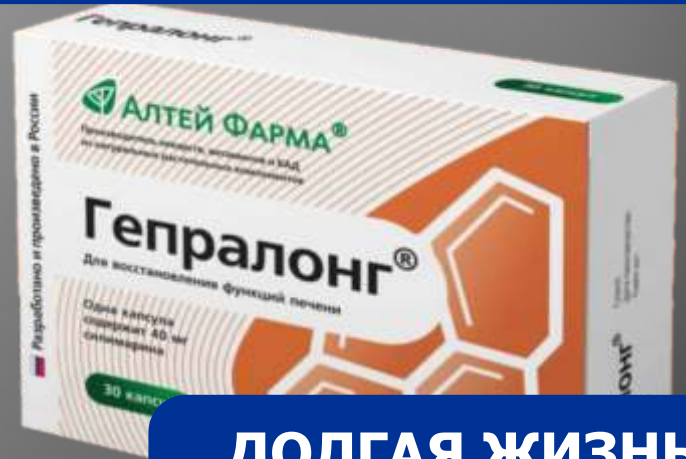
КАЛИНИНГРАД

**УБЕРЕЖЕТ ЛИ
«ЭПРОВИР»
ОТ COVID-19?**



**РЕЦЕПТЫ ЗДОРОВЬЯ
ОТ НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ**

**АКЦИИ АО «АЛТЕЙ ФАРМА» -
ИНВЕСТИЦИИ В
СОБСТВЕННОЕ ЗДОРОВЬЕ
И ФИНАНСОВОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ**



**ДОЛГАЯ ЖИЗНЬ
ВАШЕЙ ПЕЧЕНИ**

**ХУДЕЕМ
ВМЕСТЕ**



**ЗДОРОВЫЙ КИШЕЧНИК –
КРЕПКИЙ ИММУНИТЕТ**



**НЕБЫВАЛОЕ
ОБЛЕГЧЕНИЕ**