* **ТЕСТ  
   Шанс на долголетие** Каждого интересует его шансы на долголетие   
   Многое прояснит этот тест  
    
   Отвечайте на вопросы искренне  
    
  Может быть, Вам надо изменить свой образ жизни   
    
    
  1.Если вы мужчина, вычтите из цифры 60 цифру 2  
  2.Если вы женщина, прибавьте к цифре 60 цифру 2.  
  3.Если вы живете в городе с населением более 1млн. человек, то вычтите 2 года  
  4.Ели вы живете в населенном пункте с населением менее 10 тыс. человек, то добавьте 2 года  
  5.Если вы планируете в будущем заниматься умственным трудом ,то отнимите 3 года  
  6.Если физическим, прибавьте 3 года.  
  7.Если вы занимаетесь портом 5 раз в неделю, хотя бы полчаса , то прибавьте 4 года, если 2 или 3 раза, то прибавьте 2 года  
  8.Если в будущем вы собираетесь вступить в брак, добавьте 5 лет, если нет, то вычтите по одному за каждые 10 лет холостяцкой жизни, начиная с 25 летнего возраста  
  9.Если Вы постоянно спите, более 10 часов , вычтите 4 года, если 7 – 8 часов, то ничего не вычитайте.  
  10.Если вы плохо спите , отнимите 3 года. Большая усталость , как слишком продолжительный сон, признак плохого кровообращения.  
  11.Если вы нервный, вспыльчивый, агрессивный человек, отнимите 3 года, ели спокойный, уравновешенный, то добавьте 3 года.  
  12.Если вы счастливы, добавьте 1 год, если не счастливы, отнимите 2 года  
  13.Если ваша бабушка или дедушка дожили до 85 лет, то добавьте 2 года, если оба дожили до 80 лет, то 4 года , если кто-то из них скоропостижно скончался, не дожив до 50 лет, вычтите 4 года. 14.Если кто-то из ваших родственников, не дожив до 50 лет, скончался от рака, инфаркта и др., вычтите 3 года. 15.Если вы выкуриваете более 3 пачек в день, отнимите 8 лет, если 1 пачку – 6 лет, меньше пачки – 3 года. 16.Если каждый день вы выпиваете, хоть одну каплю спиртного, вычтите 1 год. 17.Если ваш вес по сравнению с нормальным весом для вашего возраста и роста превышает 20 кг, то вычтите 8 лет, если 15-20 - 4 года, 5-15кг – 2 года.

Число, которое получится в итоге, и есть тот возраст, до которого вы можете дожить. Но, конечно, вы проживете дольше, если вы будете лучше следить за собой и откажитесь от вредных привычек.