



СТР. 20

Влад Соколовский: «Я только что не родился на сцене!»

Певец, танцор, актер и телеведущий, участник телепроекта «Фабрика звезд- 7» и экс-солист группы «БиС», Влад Соколовский уверенно движется к вершинам музыкального Олимпа.

ТЕМА

Перевести стрелки

Вот уже больше ста лет население многих стран мира дважды в год переводит часы на зимнее и летнее время, - при этом целесообразность «игр со временем» постоянно подвергается критике.



СТР. 6



ДЛЯ ПОЛЬЗЫ ТЕЛА

Остановись, мгновение!

Как сохранить эффект салонных процедур на как можно более долгий срок?

СТР. 10



ЗА РУЛЕМ

Рожденный под несчастливой звездой

Бренд Edsel вошел в историю как самый неудачный автомобильный проект мира.

СТР. 12



ДОМ И ИНТЕРЬЕР

В сухом остатке

Искусственные цветы и сухоцветы придадут любому помещению ни с чем не сравнимое очарование «всерьез и надолго».

СТР. 14

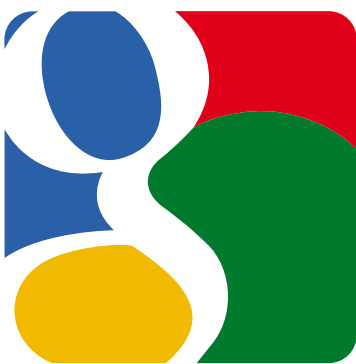
В мире

Налог на биржевые операции: кому выгодно?



Хотя о судьбе евро больше беспокоиться не стоит, как уверяют нас представители Европейского центрального банка, и уже никто не ждет внезапной катастрофы, способной привести к распаду валютного союза, радикальные шаги по выводу еврозоны из кризиса продолжают предприниматься. Одним из них стало введение специального налога на все биржевые операции, о котором договорились министры финансов 11 стран еврозоны. Начиная с 2014 года, им предполагается облагать куплю-продажу любых ценных бумаг, имеющихся на финансовом рынке, и взимать его со всех участников торгов - биржевых маклеров, банков, хедж-фондов и рядовых вкладчиков. Размер налога, который для простоты стали называть биржевым, будет варьироваться. При торговле обычными акциями отчисления составят 0,1% с общей суммы, налог на сделки с высокоспекулятивными дериватами, миллионы которых переходят из рук в руки в течение долей секунды, составит 0,01% с оборота. Как полагают аналитики, общая сумма налоговых отчислений с торгов на финансовых рынках может составить 57 миллиардов евро. Пока, правда, не ясно, на какие цели будут направляться налоговые поступления, и кто будет ими распоряжаться.

Новый телеканал: тест-фаза началась



В ноябре стартовал тест-фаза нового проекта портала Youtube, принадлежащий американской корпорации Google, - специализированные программы онлайн-телевидения, посвященные следующим темам: автомобили, спорт и здоровье, а также юмор и развлечения. До сих пор на странице Youtube пользователи со всего мира могли размещать свои любительские видеозаписи. Теперь же им предлагаются специально подготовленные для них профессиональные программы, состоящие из видеороликов длиной в несколько минут, снятыми креативными самородками и профессиональными фирмами, работающими для обычного телевидения. Перед каждым сюжетом показывается рекламный клип, часть доходов от которого получают создатели последующего программного блока. В отличие от классической телерекламы, Youtube-ролики можно прерывать нажатием мыши, при этом система запоминает это действие и в следующий раз предлагает рекламу на другую тему, то есть на основании данных о том, как долго пользователи смотрят тот или иной клип, генерируется индивидуальная подборка рекламы для каждого зрителя телеканалов Youtube.

Есть ли жизнь на Марсе?

Специалистов из NASA крайне озадачила новая находка марсохода Curiosity. На новой порции снимков, которые марсоход прислал на Землю, специалисты из NASA обнаружили непонятный предмет, который напоминает часть полиэтиленового пакета. Данная находка вызвала немалое любопытство и недоумение у экспертов. Впрочем, пока ученые думают о том, откуда же на красной планете появился пластиковый пакет, любители громких сенсаций уже успели вновь заговорить о том, что на Марсе есть жизнь. Тем не менее, специалисты скептически относятся к находке и считают, что кусок пластика может вполне оказаться частью самого марсохода, которая отвалилась от него, когда он совершал посадку на Красной планете. Напомним, что марсоход Curiosity отправился в космос в ноябре прошлого года. Через восемь месяцев он приземлился на Марсе в кратере Гейла. Спустя некоторое время он прислал первый цветной снимок. Главными задачами марсохода является поиск следов воды, а также ответ на вопрос: существовали ли когда-нибудь на Марсе жизненные формы.



Мали: новая «горячая точка» планеты

Совет безопасности ООН принял резолюцию, на основании которой может быть начата военная операция, цель которой - восстановление суверенитета переходного правительства над северной частью Мали. Напомним, что ситуация в Мали находится на грани национальной катастрофы. Пользуясь развалом госструктур и бездействием армии, восставшие племена сахарских кочевников-туарегов в союзе с исламистской группировкой «Ансар Дин» захватили весь север страны, лежащий в зоне Сахеля. Еще весной там было провозглашено независимое государство Азавад, живущее по законам шариата. Президент Мали Дионкунда Траоре обратился с просьбой к ООН провести войсковую операцию, чтобы восстановить целостность юрисдикции Бамако над всей территорией страны. Первой на призыв о помощи откликнулась Франция, - она является единственной европейской страной, у которой есть постоянные интересы в Мали, своей бывшей африканской колонии. Неудивительно, - «маленькая, но гордая» страна на западе африканского континента богата железом и цветными металлами, бокситами, алмазами, а главное, ураном и не до конца разведанной нефтью. Кроме того, Мали находится близко к газоносному Алжиру, где тоже тлеет, хотя еще и не состоялась, «арабская революция». Министр обороны Франции Жан-Ив Ле Дриан заявил на днях, что план военной интервенции на севере Мали будет принят и приведен в исполнение в течение ближайших недель. В то же время эксперты ООН предупреждают, что африканские миротворцы столкнутся с имеющими боевой опыт, натаканными в лагерьх «Аль-Каиды» террористами. Военная кампания может оказаться затяжной.



Fotos: cicero.de, badische-zeitung.de, sxc

В Германии

«... и мой фонарик со мной...» Martinstag

11 ноября в Германии отмечается День святого Мартина, покровителя всех тружеников. В этот день происходит символическое шествие с фонариками (Laternenumzug), особенно популярное среди детей младшего возраста. По легенде, именно таким образом односельчане святого Мартина искали его в свое время с фонарями и факелами для того, чтобы воздать ему должное за его доброту.



Все флаги в гости к нам Import Shop Berlin 2012



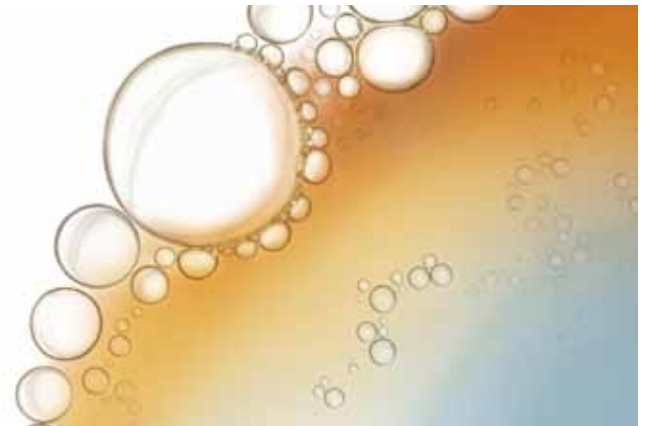
IMPORT SHOP BERLIN

С 7 по 11 ноября в Берлине пройдет выставка-продажа изделий народного промысла разных народов Import Shop Berlin 2012. Особенность этой единственной в своем роде выставки в мире в том, что ее экспонаты, которые, кстати, можно приобрести тут же на месте, являются зеркальным отражением культур и художественных ремесел почти всех народов мира. Мебель и товары для дома, одежда и обувь, украшения и натуральная косметика из стран всех континентов, - наверняка тут найдется и парочка идей для новогодних подарков!

Имидж – ничто, жажда – все! BRAU Beviale 2012

Brau Beviale 2012

В выставочном центре Нюрнберга с 14 по 16 ноября свои двери распахнет крупнейшая европейская выставка-ярмарка по производству и продаже напитков BRAU Beviale 2012. «Героями» ее станут самые разные без- и слабоалкогольные напитки, начиная от лимонада и минеральной воды и заканчивая пивом, а также технологии их производства, маркетинговые решения и сопутствующие товары.



Преданья старины глубокой Cologne Fine Art & Antiques 2012

В предпоследнюю неделю ноября, а точнее, с 21 по 25 ноября в Кельне состоится одна из самых крупных в Германии выставок антиквариата и произведений искусств, на которой лучшие галереи, арт-залы и крупнейшие коллекционеры представят великолепные образцы своих коллекций, в том числе старинные драгоценности, мебель, часы, картины, скульптуры, посуду и т.д.

Короче, Ватсон! 28. Internationales Kurzfilmfestival Berlin 2012

С 13 по 18 ноября в немецкой столице пройдет 28-й Международный фестиваль короткометражных фильмов, он же – старейшее мероприятие такого рода в Германии и второе кинособытие Берлина после Берлинале. В программе этого года – более 500 фильмов, которые будут показаны зрителям в 7 берлинских кинотеатрах, а также масса сопутствующих мероприятий.





Криминальная хроника

Безвозмездно, то есть даром

Рост цен на автомобильное топливо привел к увеличению краж на автозаправках, особенно в крупных городах. Заправляться «безвозмездно, то есть даром» и уезжать с бензоколонки, не заплатив, стало для многих своеобразным видом спорта: в 2011 году только в Берлине зафиксировано более 6 тысяч случаев «бесплатной заправки», что на треть выше прошлогодних показателей. «Чемпионами» среди воров горючего считаются жители федеральной земли Северный Рейн-Вестфалия, где на одну бензоколонку приходится 22 подобных правонарушений ежегодно. Интересно, что уровень раскрываемости подобных преступлений составляет менее 50% (то есть, несмотря на камеры видеоконтроля, каждый второй мошенник не привлекается к ответу).



Обман по телефону

Осенью 2012 года берлинской полицией зарегистрировано около 50 фактов телефонного мошенничества. В примерно таком же количестве случаев граждане не поверили преступникам, но сообщили в полицию о том, что их пытались обмануть. Жертвами преступников чаще всего становятся пожилые люди, которым сообщают о попавшем в беду близком человеке и просят срочно перевести деньги на счет, чтобы звонящий мог помочь пострадавшему. В этих случаях особенно удивляет то, что многие звонят своим родным лишь после того, как оплачивают сомнительные «услуги» преступников. Представители полиции призывают к повышенной бдительности и рекомендуют в сомнительных ситуациях вначале связаться с родственником и другом, якобы попавшим в беду, и с другими членами семьи или компании, которые могут знать о его местонахождении.

Невиновный киллер

Дело об убийстве «короля риэлтеров» Фридрихельма Зоденкампа, возможно, придется пересматривать. Как известно, в феврале 2010 года Берлинский суд по уголовным делам присудил к пожизненному заключению Бенджамин Л. и Вито Л., обвинявшимся по статье «организация убийства по найму». Оба осужденных наняли за 10.000 евро 44-летнего наемного убийцу Адама М. Он должен был устранить конкурента своих заказчиков, предпринимателя Фридрихельма Зоденкампа, управляющего компанией Tower Management GmbH. Зоденкамп был расстрелян в упор во время вечерней прогулки с собакой и скончался на месте происшествия. В этот же день Адам М. и его наниматели покинули Европу и долгое время скрывались в Индии, где их спустя почти год после убийства Зоденкампа удалось найти сотрудникам немецких правоохранительных органов. В ходе следствия Бенджамин Л. сознался в содеянном, на основании его показаний и многочисленных улик все три злоумышленника были осуждены. Теперь же адвокаты Адама М. требуют пересмотра дела, так как в последнем появился новый фигурант, а именно, свидетель, видевший, как убийца и Вито Л. выбрасывали в реку Шпрее оружие преступления. Он не опознал в профессиональном киллере польского происхождения спутника Вито Л. Но если Адам М. (который, кстати, на суде всячески отрицал свое участие в убийстве Зоденкампа) действительно невиновен, кто же тогда стрелял в берлинского бизнесмена?




Смелость города берет




Смелость города берет, - в этом на собственном опыте убедился владелец одного из дюссельдорфских ювелирных магазинов, сумевший обратить в бегство двух вооруженных грабителей. Вооруженные топором и пистолетом злоумышленники ворвались в салон перед самым закрытием и потребовали открыть витрины и кассу. Ювелир не просто отказался выполнить требования преступников, но и сумел выхватить топор из рук одного из них. Второй грабитель достал пистолет, после чего завязалась драка. По словам пресс-секретаря полиции Дюссельдорфа, был произведен по меньшей мере

один выстрел, после чего злоумышленники ударились в бегство. Ювелир, получивший незначительные травмы вследствие драки, погнался за грабителями, но успел лишь увидеть, как те скрылись с места преступления в автомобиле с бельгийскими номерами. Автомобиль был позже найден брошенным в около полутора километрах от места преступления. В настоящий момент ведется активный поиск свидетелей, видевших злоумышленников.

ANZEIGE



 **Vadym Gofshand** — Rechtsanwalt

Wilhelmsaue 1
10715 Berlin
Тел. +49 30 863 952 69
Факс +49 30 863 952 70
Моб. +49 (0)177 7145 154
kanzlei@ra-gofshtand.de
www.ra-gofshtand.de

Адвокат ВАДИМ ГОФШАНД
Все виды юридических услуг

ЛУЧШИЕ ТАРИФЫ 2013! ВСЕ ВИДЫ СТРАХОВАНИЯ И ФИНАНСИРОВАНИЯ

ДОВЕРЬТЕСЬ ЭКСПЕРТУ ПО СТРАХОВАНИЮ! МЫ ПОДБЕРЕМ
ВАМ ОПТИМАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ СТРАХОВАНИЯ ПО САМЫМ ВЫГОДНЫМ ЦЕНАМ!

*... а также другие страховые услуги, индивидуальные программы, подробные консультации
по всем вопросам страхования на русском языке и гибкая система скидок и льгот!*

Смените свой договор автострахования до 31.11.12 и сэкономьте до 40% за счет новых тарифов!

Автострахование:

Первая машина от 70% **Вторая машина от 55%**



Конец года - пора задуматься о смене договора/тарифа автострахования! При этом стоит учитывать, что расторжение договора автострахования возможно только к строго определенному сроку, - как правило, к 31.12. Это значит, что сообщение о Вашем намерении расторгнуть договор должно попасть в страховую компанию не позднее 30.11.! Но перед этим Вам надо найти достойную замену, то есть оптимальный для Вас новый страховой тариф. Не теряйте времени, обратитесь к нам, и мы подберем для Вас из сотен актуальных предложений самый выгодный вариант страхования Вашего автомобиля! Все формальности, связанные с расторжением старого договора и заключением нового, мы берем на себя!

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ ДЛЯ ФИРМ И ПРЕДПРИНИМАТЕЛЕЙ!

С нами Вы экономите до 30% страховых взносов!

- Индивидуальные концепты и специальные тарифы для владельцев недвижимости, отелей, амбулаторных служб, врачей и физиотерапевтов
- Сравнительный анализ существующих договоров с гарантией значительной экономии страховых взносов и улучшения условий страхования
- Медицинское страхование
- Оптимизация налогообложения
- Финансирование недвижимости

Нашими партнерами являются ведущие финансовые компании

Allianz 

ERGO

R+V

AXA

а также аудиторы, экономисты и адвокаты.

ОБРАЩАЙТЕСЬ К НАМ
– МЫ С УДОВОЛЬСТВИЕМ ПОМОЖЕМ ВАМ!

 **G.R.A.W.**

НАША КОМПЕТЕНЦИЯ - ЗАЛОГ ВАШЕГО УСПЕХА!

G.R.A.W.Vermittlungs- und Beratungsgesellschaft mbH
Wilhelmsaue 1
10715 Berlin

Tel.: 030-688377-129 | Fax: 030-688377-130

E-Mail: info@graw24.de | www.graw24.de

Перевести стрелки



Вот уже больше ста лет население многих стран мира дважды в год переводит часы на зимнее и летнее время, - при этом целесообразность «игр со временем» постоянно подвергается критике.

Споры о том, есть ли смысл в переходе на зимнее или летнее время, не утихают с того самого момента, когда в самом начале XX столетия «отец-основатель» США Бенджамин Франклин не вынес на обсуждение реформы времени. Идея такой реформы осенила Франклина во время утренней прогулки: весеннее солнце, не успев взойти, уже всю светило, однако большинство горо-

жан не видели этого, поскольку крепко спали. Было бы разумным и крайне экономически выгодным, подумал Франклин, если бы весной жители Вашингтона вставали бы раньше и не жгли бы свечи, чтобы работать во второй половине дня, это позволило бы сэкономить колоссальные средства. «Что за вздор! - ответили ему сенаторы. - Глупые игры со временем ни к чему, кроме путаницы, не приведут...». Но, как показала история, идея Франклина вполне имела право на существование: в 1916 году, в разгар Первой Мировой войны, Германия сталкивалась с возрастающими экономическими трудностями, поскольку государства Антан-

ты успешно заблокировали морские торговые пути и фактически оставили Германию без сырья. В результате Берлином было принято решение о переводе страны на летнее время, что, как предполагалось, позволило бы добиться существенной экономии электроэнергии, свечей и масла. Примеру Германии оперативно последовали Великобритания, Канада и США. Любопытно, что во всех странах, которые проделали эту процедуру, были выпущены однотипные плакаты, в которых перевод стрелок именовался актом патриотизма.

После окончания войны Германия вернулась к традиционной системе отсчета времени, но ненадолго: после прихода к власти нацистов в 1940 году практика перевода стрелок на час вперед зимой (и назад – летом) была снова внедрена в качестве средства поддержки экономики. Интересно, что после краха Третьего Рейха новообразованные ФРГ и ГДР, чьи экономики были полностью разрушены, не спешили от нее отказываться (хотя жизнь по летним и зимним часам в ФРГ закончилась было в 1960 году, поскольку, как оказалось, экономия оказалась не столь значительной, в период нефтяного кризиса 1973 года, когда ведущие арабские государства-экспортеры нефти ввели эмбарго на поставку «черного золота» большинству стран Запада, Западная Германия вновь вернулась к «переводу стрелок»). А после образования Европейского Союза все страны Европы стали дважды в год переводить часы на зимнее и летнее время (в последнее воскресенье октября на зимнее время, в последнее воскресенье марта на летнее). В США и Канаде после взлета цен на нефть в начале 2000-х годов время регулируется по особому графику: если изначально там переводили стрелки вместе с Европой, теперь американское летнее время вводится на три недели раньше и заканчивается на неделю позже. Но есть и такие страны, которые не подгоняют и не замедляют ход времени, например, Южная Корея, Япония, Китай и Ин-

дия, а также Гватемала, Никарагуа, Панама, Венесуэла, Колумбия и ряд мелких островных государств. В некоторых из них переводить часы и вовсе считается большим грехом, ведь человек не имеет права играть со временем. И в этом утверждении есть немалая доля истины. Хотя бы потому, что перевод времени не самым лучшим образом влияет на биологические часы человеческого организма! Неоднократно доказано, что введение «нового времени» для многих неизбежно сопровождается нарушением режима сна, обострениями хронических заболеваний, сбоями в нормальной работе иммунной и нервной систем и пр. И совсем не зря в первую неделю после перевода стрелок наблюдается небывалый пик продаж медикаментов... Кроме того, с экономической точки зрения «прыжки во времени» не так уж и обоснованы (подсчитано, что переход на зимнее время позволяет ежегодно экономить не больше 2% электроэнергии. Эксперты утверждают, что это количество сэкономленных киловатт-часов сопоставимо с получаемым в результате следования народной мудрости «уходя, гасите свет» эффектом.). То есть экономия реальна, но не особо значительна. Существуют данные о том, что перевод стрелок негативно воздействует на бизнес, поскольку компании вынуждены отменять и переносить встречи, вносятся определенные разнобой в работу компьютерных систем и пр. А еще перевод времени,

который проводится разными государствами в разные дни и в разное время, вносит дополнительный разлад в работу авиа- и железнодорожных перевозчиков, особенно совершающих международные рейсы.

Не слишком ли велики ставки в играх со временем? Видимо, нет, - иначе бы перевод часов не осуществлялся бы. В любом случае, чтобы свести последствия «перевода стрелок» к минимуму, надо как можно более плавно адаптировать свой биологический режим к жизни по «новому» времени, - и помнить, что «если звезды зажигают, значит, это кому-нибудь нужно»...



Сигналы, которые мы замечаем, или о чем говорит организм



Что делать, если вдруг невыносимо захотелось шоколада? Или, наоборот, соленых огурчиков? Ни в коем случае не отказывать себе в этом, - ведь подобным образом организм подает нам сигнал о нехватке определенных веществ, а может быть, и эмоций.

Оказывается, тяга к той или иной пище - это бессознательное стремление организма откорректировать дефицит питательных веществ. Доказано, что страстное желание полакомиться чем-то сладким свидетельствует

о потребности в глюкозе, как самом быстром источнике энергии, либо же в магнии или прочих меняющих настроение химических веществах. Хочется жирной пищи? Скорее всего, это симптомы нехватки кальция и витамина D. А повышенный аппетит, когда хочется всего и сразу, говорит о недостатке кремния или цинка. Одним словом, «внезапная любовь» к любому рода пище является тревожным сигналом организма. И очень важно сигнал этот не пропустить и верно расшифровать, - и, конечно, восполнить «пробел» в рационе без ущерба для

здоровья и фигуры!

Если больше всего на свете вдруг захотелось селедки, соленых огурцов или квашеной капусты, это говорит о том, что, возможно, в организме имеется очаг какой-то инфекции, или же налицо нехватка калия, кальция и железа. Справиться со всем этим помогут нежирные сыры, особенно козий сыр и фета, соленый творог с зеленью, рыба и рыбные блюда.





Потянуло на мандарины, лимоны или другие продукты с ярко выраженным кислым вкусом? Все понятно, - налицо дефицит витаминов, в частности, витамина С. В этом случае полезно знать, что витамин С содержится не только в кислых на вкус продуктах – к примеру, в брокколи его в несколько раз больше, чем в апельсинах. Богаты витамином С, кроме цитрусовых, красный перец, капуста, киви и яблоки.

Желание есть острую пищу нередко возникает при интоксикации, - так, повышенная потребность в перце или чесноке возникает после переедания жирной пищи для стимуляции пищеварения. А вот пристрастие к жирной пище, в свою очередь, свидетельствует о нехватке кальция или жирорастворимых витаминов. Или же – об избытке стресса! Ведь жир вызывает у организма, занятого перевариванием, полусонное состояние, ощущение расслабленности и спокойствия.

А вот острая потребность в сладком, как

уже упоминалось, является следствием нехватки определенных минералов, в первую очередь магния, или же элементарной слабости. В последнем случае организму необходима «инъекция» энергии, - а что может быть в этом случае лучше углеводов? Впрочем, есть и более здоровый способ восполнить недостаток углеводов: попробуйте добавить в рацион сладкие ягоды, сухофрукты, соки, чтобы утихомирить страсть к сладкому.

Но случается и такое, что вроде бы сладкого как такового не слишком хочется, а вот без шоколада больше не прожить и минуты, - значит, что-то не так с вашим внутренним миром, что-то вас гнетет и расстраивает! Шоколад является естественным антидепрессантом, при потреблении даже небольшого количества которого в организме вырабатывается гормон счастья серотонин, ответственный за ощущения удовлетворенности, счастья, гармонии. Больше того, психологи видят в патологической страсти к шоколаду проявление тоски по детству,

острый недостаток любви, жалости и внимания. Есть над чем задуматься, правда?

Свой особый «психологический заряд» есть и у других продуктов: например, колбасу и вареное мясо другим продуктам предпочитают усидчивые, прилежные и обязательные люди. Любовь к жирным продуктам выдает ревнивую натуру, тяга к дарам моря говорит о мечтательности и утонченности. А вот пристрастие к молочным продуктам выдает потребность в заботе, ведь эта пища ассоциируется с молоком матери. И наоборот, - те, кто любят овощи, как правило, сильные, независимые, самодостаточные личности.

И напоследок - дефицит определенных веществ в организме, а значит, и повышенная тяга к той или иной пище, являются в первую очередь прямым следствием несбалансированного питания. Поэтому необходимо периодически пересматривать свой ежедневный рацион питания и делать его максимально разнообразным и полезным!



Остановись, мгновение!

Как сохранить эффект салонных процедур на как можно более долгий срок?

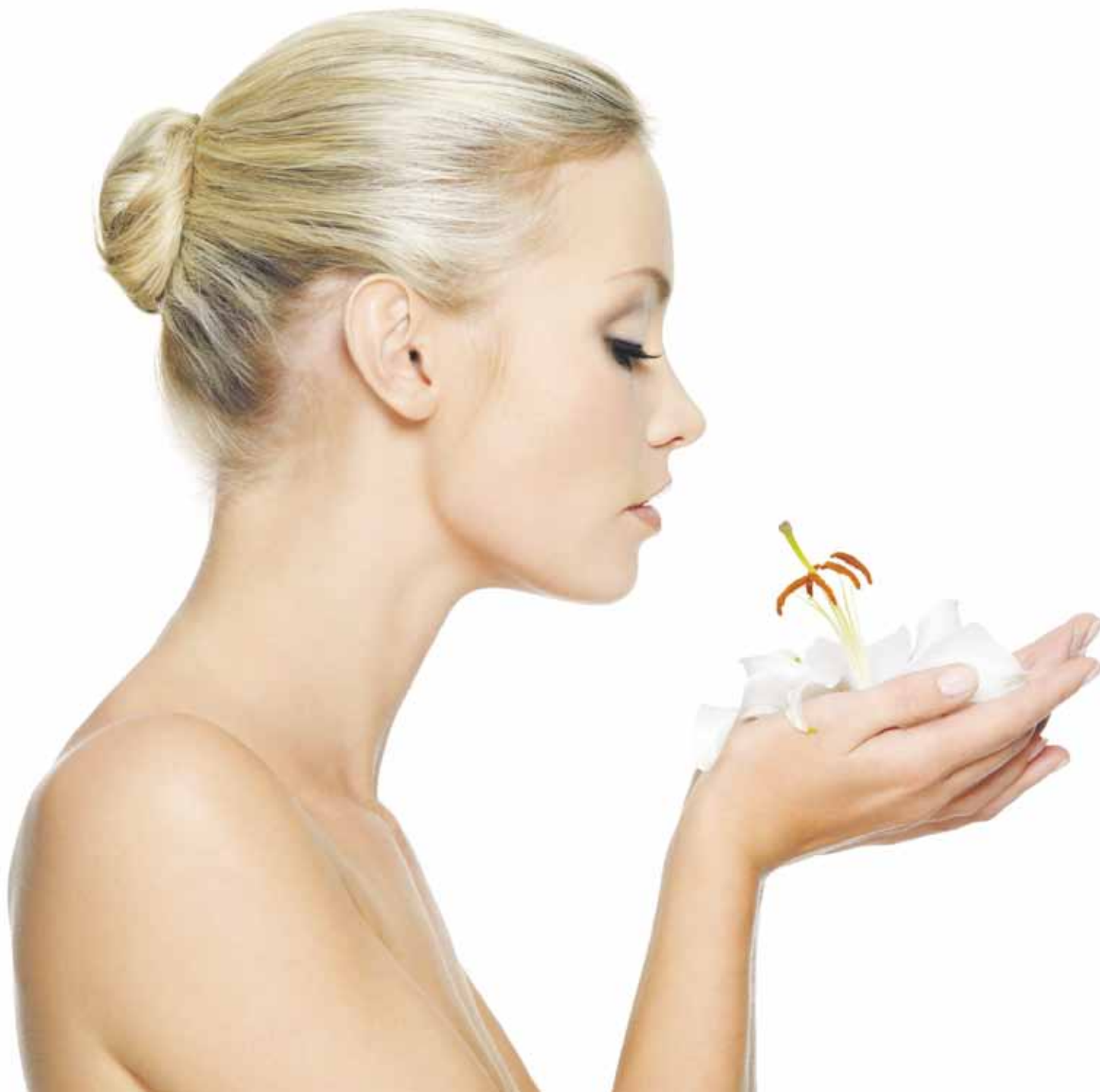
Все хорошее быстро проходит, и результат посещения салона красоты тут не исключение. Впрочем, соблюдая несколько нехитрых правил, можно «остановить мгновение» и продлить эффект салонных процедур, сэкономив при этом немало времени и денег!

Правило номер один: не экономить на «исходном материале»! Хотите, чтобы волосы после стрижки, ногти после маникюра и кожа после масок и массажа выглядели безупречно максимально долгое время? Значит, обратитесь к действительно хорошему мастеру! В идеальном варианте стилист (или мастер по маникюру, или косметолог), с одной стороны, сродни художнику, умеющему не просто увидеть все плюсы и мину-

сы вашей внешности, но и подчеркнуть первые и завуалировать вторые, с другой — это доктор, заботящийся о здоровье ваших волос, ногтей и кожи. А еще — это хороший психолог, умеющий «почувствовать» каждого клиента... Словом, отдавайте процесс создания (сохранения, приумножения и пр.) своей красоты только в хорошие руки!

Но чудеса творить пока еще не научились даже самые опытные и талантливые мастера! Никто не превратит лягушку в принцессу, а пересушенные, поврежденные и редкие волосы — в роскошную шелковистую гриву (или превратит, но только на пару дней). И самый лучший специалист по маникюру не сможет сделать ломкие, слоющиеся ногти длинными и крепкими без «помощи извне», то есть без ежедневного домашнего ухода. А таковой заключается прежде всего с восстановления здорового образа жизни и пра-

вильного питания. Для поддержания красоты и здоровья кожи, ногтей и волос в повседневный рацион питания следует включать гречку, геркулес, горох, бобы, дрожжи, мясо, печень, яйца, молоко. Эти продукты богаты микроэлементами и витаминами (особенно группы В, незаменимых для регенерации и омоложения клеток). Желательно также употреблять больше овощей и фруктов, молочных продуктов, растительного масла и злаковых — они богаты цинком, магнием и кальцием, необходимыми для укрепления ногтей, кожи и волос. Периодически, а особенно весной и осенью, в период авитаминоза, необходимо принимать поливитаминные препараты. Сбалансированная диета и регулярные физические тренировки также благотворно влияют на общее здоровье организма и положительно отражаются на состоянии кожного покрова и волос, точно так же, как и 8-часовой сон.



Помимо этого, не менее важны и ежедневные увлажнение и защита: так, хотя бы раз в неделю давайте волосам отдых, отказываясь от укладки горячим феном, и регулярно балуйте их восстанавливающими бальзамами, питательными масками и увлажняющими сыворотками. Ведь чем ровнее ваши волосы, тем более блестящими они выглядят, и тем дольше сохраняют форму, цвет и объем! Поэтому, если вы хотите придать волосам больше сияния и блеска, для начала нужно выровнять их структуру, - сделать это можно с помощью специального масла, которое распределяется по всей длине волос после мытья. Что же касается окрашенных волос, то для максимально долгого сохранения цвета важно не мыть голову два дня после окрашивания. Пигменты краски глубже проникнут в структуру волоса, и краска будет держаться гораздо лучше. Для освежения тона идеально подойдут оттеночные средства: так, шампуни и кондиционеры с фиолетовым пигментом нейтрализуют желтизну на осветленных волосах, а с хной – придадут темным волосам рыжеватый тон. Кстати, утюжки, фены и щипцы высветляют краску – старайтесь пользоваться ими как можно реже, и при термоукладке обязательно защищайте волосы специальными средствами. И еще - если вы хотите сохранить укладку на как можно долгий срок, спите на шелковой или атласной наволочке! При соприкосновении с этими материалами волосы не путаются и не мнутся, а прическа держится пару лишних дней. Эта же рекомендация «работает» и для продления результата таких процедур, как микродермабразия, мезотерапия или инъекции ботокса. В «секретный арсенал» косметологов входят также протирание кожи лица ледяным кубиком из отвара ромашки, коры дуба или календулы (это сужает поры и освежает цвет лица, а также улучшает микроциркуляцию и предотвращает появление морщин), а также использование кремов и серумов с коллагеном, - все это поможет коже «запомнить» эффект от массажей, пилингов, лазерного и инъекционного омоложения.



Как это ни парадоксально звучит, уход за ногтями не чаще одного раза в две недели позволит им дольше оставаться ухоженными, - а значит, не приучайте ногти к более частой обработке! А чтобы маникюр и педикюр как можно дольше оставались безупречными, каждый день мягкими массирующими движениями втирайте в кожу вокруг ногтей масло для ухода за кутикулой (оно затормаживает ее рост и улучшает общее состояние ногтей). Продлить эффект от салонных процедур помогут и специальные маски, и смягчающие бальзамы, питающие, увлажняющие и защищающие кожу, а также пилинги и скрабы, мягко, но эффективно удаляющие отмершие клетки. А для максимальной фиксации лака используйте закрепитель и следите, чтобы ногти перед покраской были обезжирены и отполированы. Вот и все, - ничего сложного!

ANZEIGE

Путь к здоровью

К врачу-терапевту Виктории Хайнрих можно обратиться практически по любому вопросу, связанному со здоровьем. В ее компетенции - весь спектр заболеваний, а также профилактика болезней, здоровый образ жизни и правильное питание. Именно с первого визита к ней начинается путь к здоровью. Внимательно выслушав все жалобы и проведя первичный осмотр, она поставит диагноз, порекомендует и проведет необходимые обследования и разработает индивидуальную схему лечения. Окончив в Новосибирске медицинский институт по специальности «детский врач», Виктория Хайнрих уже по приезду в Германию работала и в хирургии, и в кардиологии, и в педиатрии, а теперь остановила свой выбор на терапии и гомеопатии. «Я стремлюсь помогать людям всех возрастов, от самых маленьких до пожилых. Причем «помогать» означает не просто назначить определенный комплекс медикаментов, но и постараться дать возможность организму самому привести себя в состояние равновесия и гармонии. Как раз в этом случае го-

меопатия может сыграть свою роль, учитывая то, что гомеопатические средства, при корректном назначении, практически не имеют побочных явлений. В то же время я прекрасно понимаю, что гомеопатия – не панацея, и при многих серьезных заболеваниях, без классической (школьной) медицины просто не обойтись. И, чтобы предупредить и лечить болезни наиболее эффективно, нужно знать, в каких случаях уместна гомеопатия, а где лучше отдавать предпочтение более «радикальным» препаратам», - рассказывает госпожа Хайнрих. Индивидуальный подход к каждому пациенту, высокий профессионализм, использование классических и нетрадиционных методов и передовых медицинских технологий – вот далеко не полный список аргументов в пользу посещения врача-терапевта Виктории Хайнрих.

Начните свой путь к здоровью с визита к ней и Вы!

PRAXISGEMEINSCHAFT

Dr. Heinz-Ulrich Zier und Viktoria Heinrich

Sophienstr. 22 | 76530 Baden-Baden

Тел.: 07221/35000



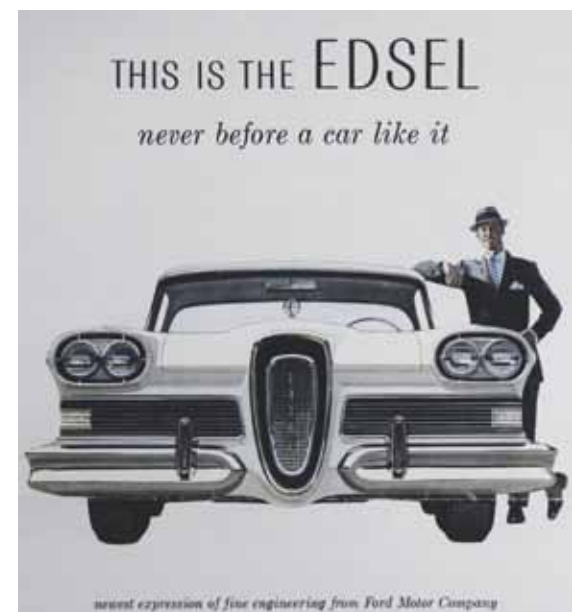
Edsel: рожденный под несчастливой звездой



Существуют вещи (и люди тоже, кстати!), которые вроде бы всем хороши, но отчего-то никому не нужны. Причем объяснить причину их невостребованности порой невозможно, - или возможно, но только уже задним числом. Или - совсем уж мистическим образом, мол, «родился под несчастливой звездой». Как, например, бренд Edsel, вошедший в историю как самый неудачный автомобильный проект мира (если не считать Ё-мобиля, разумеется).

Началась эта грустная история дождливым ноябрьским днем в 1954 году, когда на конференции в штаб-квартире компании Ford было принято решение о создании нового бренда, а точнее, автомобиля «нового поколения», буквально нашпигованного техни-

ческими новинками, поражавшего воображение смелым дизайном и к тому же доступного по цене. Необходимость в появлении новой модели Ford, которая положила бы начало целому автосемейству, возникла из-за сложного положения компании на рынке: ее «игравшие» в среднем ценовом диапазоне автомобили не имели шансов в поединке с продукцией General Motors и Chrysler. Решение этой проблемы было поручено «молодой гвардии» компании, прозванной Whiz-kids, то есть «парни-волшебники» (их пригласил на работу сам внук Генри Форда, Генри Форд-Второй, вставший у руля компании в 1947 году). И вот спустя ровно год они представили на суд публики новый бренд, получивший кодовое имя E-car («Экспериментальный автомобиль»).



EDSEL STATION WAGONS

Everything they do, they do in style

1960
EDSEL
new - nifty - thrifty



«Новый экспериментальный» получился, как и было задумано, совершенно непохожим ни на один другой автомобиль, по крайней мере, в том, что касается дизайна. Длинные крылья-«плавники», вытянутые задние фонари и вертикальная решетка радиатора, - такого Америка, да и весь мир тоже, в то время еще не видели! В техническом плане E-car тоже не подкачал: чего стоят одни только V-образные «восьмерки» эксклюзивного для нового семейства рабочего объема 5915 см³ и 6718 см³, а также 3-ступенчатая коробка-автомат с уникальными кнопками переключения, расположенными прямо на ступице рулевого колеса! Под стать машине удалась и рекламная кампания: новый бренд представляли такие звезды поп-культуры, как Бинг Кросби, Луи Армстронг, Фрэнк Синатра... Кстати, к моменту появления рекламных роликов новинка уже обрела имя: был объявлен всеамериканский конкурс на лучшее название для новой марки, в котором приняли участие самые именитые PR-агентства, поэты и писатели. Но его результаты не устроили руководство Ford, и генеральный директор компании, Генри Форд-Второй, принял решение назвать новую марку в честь своего отца, Эдсела Форда (интересно, что Эдсел не сыграл никакой заметной роли в истории Ford Motor Company, - создатель легендарного бренда, Генри Форд, считал сына мягкотелым и бесхарактерным и практически не допускал его к участию в делах своей фирмы). В 1957 году первые Edsel поступили в продажу, - и вот тут-то и начались проблемы. Во-первых, многих покупателей отпугивал чересчур инновацион-

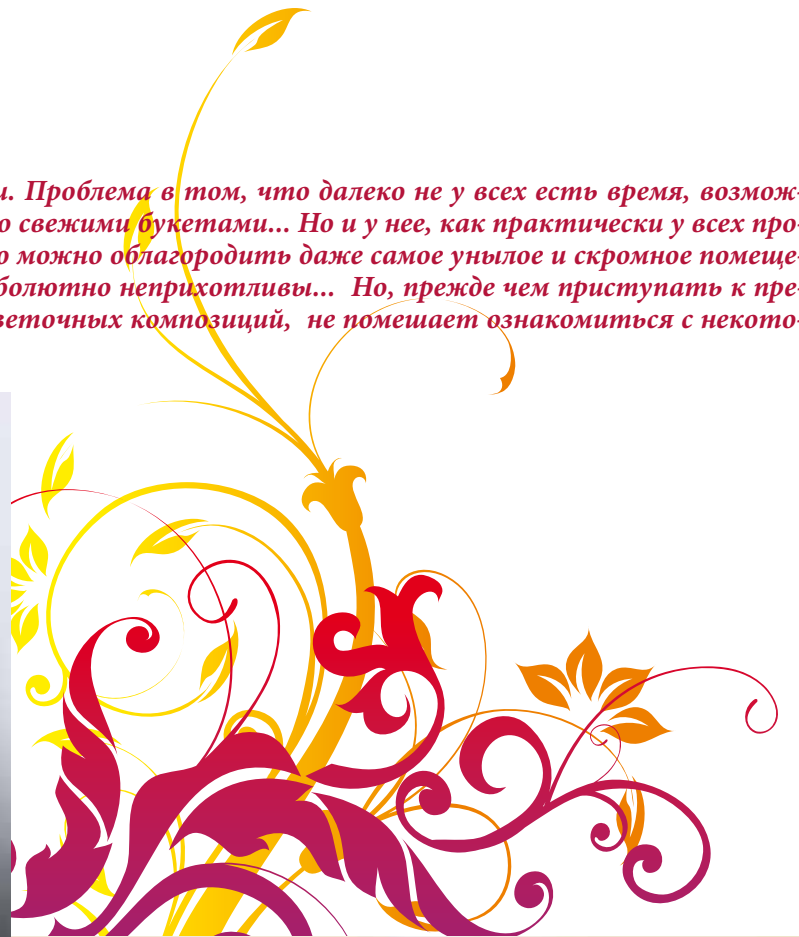
ный дизайн этой машины. Уж слишком непривычно выглядели решетка радиатора, увенчанная странной геометрической фигурой (которую остряки тут же окрестили сиденьем унитаза), трапециевидная форма лобового стекла и длинный «хвост» автомобиля... Во-вторых, на обе ноги хромола и качество новинки. Дело в том, что из экономических соображений модели Edsel решили выпускать не на отдельном заводе, а уже на имеющихся предприятиях компании, причем не в ущерб текущим производственным планам. То есть конвейеры завода в Нью-Джерси запустили гораздо быстрее, и это при том, что рабочие, обслуживающие их, имели дело с новой, малознакомой моделью. Неудивительно, что многие Edsel из первых партий приходили к дилерам в некондиционном виде. Стоит ли удивляться, что за машинами нового бренда сразу закрепилась слава не слишком качественных и слегка, скажем так, второсортных, и что в 1958 году удалось реализовать немногим более 10 000 Edsel - ничтожная цифра, особенно на фоне финансовых вложений в новую марку! Не увеличился объем продаж и в следующем году, даже несмотря на то, что практически все технические «детские болезни» Edsel были устранены. А потом начался Карибский кризис, поставивший мир на грань ядерной войны, и американцы стали в массовом порядке покупать маленькие, экономичные и куда более надежные европейские машины... Понятно, что при таких обстоятельствах тратить деньги на развитие проблематичного бренда было совершенно неразумно. И 19 ноября 1959 года, то есть ровно через 5 лет после официального стар-

та проекта, правление Ford Motor Company официально «похоронило» Edsel, потеряв на нем около полумиллиарда долларов.

Такого феноменального провала история автомобилестроения еще не знала: ведь, согласно всем предварительным исследованиям, проект E-car сулил огромную прибыль и обещал пользоваться большим успехом! Кроме того, с точки зрения маркетинга все было сделано на высшем уровне... Да и дизайн Edsel не так уж радикально отличался от такового типичных «акул 50-х» типа Plymouth Fury, а уж без технических неполадок, в конце концов, не обходится появление ни одной автоновинки. К тому же в случае с Edsel они были достаточно оперативно устранены (для сравнения, проблемы с подвеской Smart удалось решить лишь через 3 года после появления этого автомобиля на рынке в 1997 году!). Возможно, дело в неудачном названии, ведь, как мы все знаем, «как вы лодку назовете, так она и поплывет», и имя неудачника Эдсела Форда сыграло негативную роль в судьбе бренда Edsel? Или просто эта машина появилась в неподходящем месте в неподходящее время? А может, нужно было просто подождать, и спустя несколько месяцев или лет «доработанный» Edsel стал бы бестселлером, как малолитражки Toyota, также долгое время считавшиеся некоммерческими моделями за пределами Японии... Но история не знает ни сослагательного наклонения, ни слова «возможно», а иногда - ни логики, ни причинно-следственных связей. Бренд Edsel - лучшее тому подтверждение.

В сухом остатке

Самый простой способ сделать дом уютным — украсить его цветами. Проблема в том, что далеко не у всех есть время, возможность и желание ухаживать за комнатными растениями и возиться со свежими букетами... Но и у нее, как практически у всех проблем, есть решение: искусственные цветы и сухоцветы! С их помощью можно облагородить даже самое унылое и скромное помещение, придав ему ни с чем не сравнимое очарование, они долговечны и абсолютно неприхотливы... Но, прежде чем приступать к превращению своего жилища в райские кущи с помощью искусственных цветочных композиций, не помешает ознакомиться с некоторыми нехитрыми правилами.



Искусственные и сухие цветы в декорировании интерьера представляют собой достаточно важный элемент, которым не следует пренебрегать. Именно благодаря им можно «всерьез и надолго» вдохнуть в привычное помещение новую жизнь, создав в нем комфорт и тепло, уют, радость, гармонию и покой без особых забот! Ведь, как уже упоминалось, одно из самых главных преимуществ искусственных цветов и сухоцветов — их долговечность. Они не пахнут (что особенно важно, если букет находится в столовой или кабинете, где сильный аромат будет не преимуществом, а недостатком), не осыпа-

ются и не увядают. Их можно расставить по местам всего один раз и в дальнейшем лишь смахивать с них пыль. Не говоря уже об отсутствии проблем с поливкой, подкормкой, пересадкой, освещением... И об огромном разнообразии «ненастоящих» растений: тут и вьющиеся, и ампельные (подвесные), и горшечные растения для этажерок и подоконников, напольные кустарники и деревья, декоративно-лиственные и цветущие — то есть целиком весь спектр, встречающийся и у живых растений. При этом с первого взгляда бывает очень сложно отличить живые цветы от искусственных!





Но вместе с тем не стоит забывать о том, что композиции из сухоцветов или искусственных растений нельзя размещать их под прямыми лучами яркого солнца, поскольку краска будет быстро выгорать и вся декоративность потеряется. И, конечно, к ним надо относиться максимально бережно, - если надломилась несущая основа растения или опали листья, то теряется вся привлекательность композиции (ее можно, разумеется, и склеить, но это уже будет не то).

Как и в случае в живыми цветами, композиции из сухоцветов или искусственных растений в декоре должны гармонировать с окружающей обстановкой и цветовой гаммой. Так, чтобы комната выглядела более стильно, необходимо подобрать цветы, оттенок которых перекликается с тоном обоев, штор, обивки мебели. Крупнолистные растения подходят к обоям с мелким рисунком. А на фоне ярких и броских обоев лучше смотрятся изящные цветы с тонкими стеблями и филигранными листьями. Объемные растения с ажурными листьями (банановые пальмы, например) зрительно увели-

чат комнату, стоящие на полу узкие высокие растения зрительно «приподнимут» потолок, а низкие раскидистые растения или подвесные кашпо с ампельными формами сделают помещение ниже. Что касается выбора цвета, то тут действуют те же правила, что и в случае в живыми цветами: для создания атмосферы праздника прекрасно подойдет букет из цветов насыщенных, ярких оттенков, таких, как красный, оранжевый, желтый. Для создания мягкого интерьера можно воспользоваться композицией из нежно-голубых, светло-сиреневых, приглушенно-розовых цветов.

Выбирая композиции из сухих или искусственных цветов для декора прихожих, надо помнить, что здесь применимы только крупные формы, придающие объем помещению: декор должен быть броским, привлекающим внимание гостей формой или цветами, а горшки или вазы – максимально устойчивыми. В кухне отлично смотрятся композиции в стиле кантри, а также гирлянды из засушенных овощей и пучков трав. «Имидж» кухонной композиции во многом определя-

ется посудой, в которой он размещен. Если, например, кухня отделана в стиле хай-тек или в минималистском, то не помешало бы обзавестись вазами каких-нибудь причудливых конфигураций, а если в «деревенском» стиле, то поместить букеты или икебану можно в глиняные сосуды или в металлические горшки-ведра. Сделать более красивой и уютной ванную комнату помогут искусственные цветы и сухоцветы в морской тематике, соседствующие с красивыми ракушками на полках (разумеется, по цвету они просто обязаны подходить к дизайну ванной!).

И еще: искусственные цветы не ставят там, где принято располагать живые, и наоборот. Скажем, на обеденном столе могут быть только живые цветы, а вот на журнальном столике, комод или рабочем столе вполне уместны искусственные или засушенные. В остальном же можно смело дать волю своей фантазии, ведь главное, чтобы результат вашего флористического творчества нравился именно вам!

И никакой подагры!

Обнаружено новое полезное свойство вишни, - оказывается, эта ягода может предотвратить развитие подагры! Подагра, или воспалительный артрит, возникает в результате кристаллизации мочевой кислоты в суставах, что приводит к болям и опуханию тканей в местах поражения. А регулярное употребление вишни (не меньше 10-12 свежих ягод в день) понижает почти в половину уровень мочевой кислоты в организме и способствует ее выведению. Более того, если взять за привычку ежедневно лакомиться вишней, то вероятность развития остеоартрита, хрупкости костей и снижения костной массы уменьшается на 75%! Так что ешьте вишню и не болейте!



Найдите здоровье в... капусте

Исследования специалистов берлинской клиники Шарите в очередной раз доказали, что капуста, особенно краснокочанная или, как ее еще называют, фиолетовая, является самым полезным овощем для тех, кому за 60! В ней много антиоксидантов, которые стимулируют процесс регенерации клеток организма, а также антоцианов, обладающих сильным противовоспалительным действием и являющихся прекрасным профилактическим средством против сердечно-сосудистых заболеваний, сахарного диабета, катаракты и язвы желудка. Также этот вид капусты улучшает обмен веществ. Диетологи утверждают, что данный овощ способен избавить от проблем с лишним весом, так как стимулирует расщепление жиров. Кроме того, краснокочанная капуста - источник калия, кальция, магния, витаминов С, В1, В2, В6, В9, РР, то есть всех элементов, которые жизненно необходимы людям пожилого возраста.

Спать или не спать, вот в чем вопрос

У бессонницы на склоне лет есть свои плюсы, полагают медики. Все дело в том, что продолжительный сон у людей преклонного возраста приводит к повышению уровня «плохого» холестерина и снижению «хорошего», что, в свою очередь, способствует развитию сердечно-сосудистых заболеваний. Поэтому трудности с засыпанием являются своего рода защитной реакцией организма, - за этот счет сокращается общее время сна, а риск заболеваний уменьшается.



Не победа, а участие

Заниженная самооценка и постоянное недовольство собой, к сожалению, типичны для пожилых людей. Что делать, чтобы изменить ситуацию? Очень просто - достаточно регулярно заниматься спортом! Анализ различных исследований в этой области показал, что те, кто посещают спортзал, ходят в бассейн или даже просто делают по утрам зарядку, менее критично воспринимают свои недостатки. Интересно, что в этом случае самоуважение появляется вне зависимости от результатов, неважно, какой эффект достигается во время тренировок, и достигается ли он вообще. Ведь главное - не победа, а участие...

Спокойствие, только спокойствие...

А знали ли вы, что запах кофе не только прекрасно бодрит, но и ослабляет симптомы и последствия стресса? Оказывается, восприятия аромата кофе приводит к изменениям в работе определенных участков головного мозга, отвечающих за выработку веществ, обладающих антиоксидантными свойствами. В свою очередь, эти вещества защищают нервные клетки от повреждений и помогают быстрее восстановиться после стресса. Так что, чем нервничать и переживать, выпейте лишнюю чашку кофе, и все волнения пройдут сами собой!



Служба по уходу на дому „Veritas“ в Восточном Берлине



Мы обеспечиваем всем, кто нуждается в помощи, квалифицированный уход и заботу от чистого сердца — 24 часа в сутки, 7 дней в неделю, 365 дней в году!



- Полный комплекс медицинских и бытовых услуг
- Индивидуальные программы ухода с элементами ведения домашнего хозяйства
- Оформление документов для определения степени потребности в уходе (Pflegestufe) и получения материальной помощи от касс ухода (Pflegekassen) и районных муниципальных учреждений (Bezirksämter)
- Все виды бытовых услуг и ведение домашнего хозяйства (уборка, приготовление пищи, покупка продуктов и пр.)
- Бесплатные консультации нуждающихся в уходе людей и их родственников с выездом на дом
- Доставка медикаментов и вспомогательных средств
- Сопровождение при визитах ко врачам и на прогулках
- Помощь при решении социальных вопросов, составлении заявлений и писем в социальные ведомства и кассы медицинского страхования, ведении общей документации и т.д.
- Психологическая поддержка и занятия с геронтопсихологом
- Предоставление услуг парикмахеров, мастеров по маникюру и педикюру, массажистов, физиотерапевтов, логопедов и инструкторов по лечебной гимнастике
- Тесный контакт с врачами, больницами, аптеками и кассами больничного страхования
- Высококвалифицированный персонал
- Мы обслуживаем центр для совместного проживания пожилых людей (Wohngemeinschaft) «Sorglos Wohnen» в районе Marzahn-Hellersdorf!



**VERITAS Pflegedienst
Berlin Ost GmbH
Marzahner Promenade 12
12679 Berlin
Tel.: 030-992 731 59**

*Доверяя нам заботу о своих родственниках,
Вы можете быть уверены в их благополучии!*

www.veritas24.info

Путешествие к счастью



Марк Твен говорил, что «оптимист – это человек, путешествующий из ниоткуда к счастью». И – непременно это счастье находящийся! История жизни Беллы Борисовны Гороховской – лучшее тому подтверждение.

Ощущение счастья или несчастья не связано с суммой происходящих событий, оно определяется тем, как человек относится к этим событиям. В судьбе Беллы Борисовны Гороховской было немало проблем, сложностей и бед, ее не обходили стороной ни потери, ни болезни. И тем не менее она никогда не падала духом и не жаловалась, а, наоборот, выходила из самых трудных ситуаций победительницей. Она родилась в Днепропетровске в самом начале Великой Отечественной войны, в ее жизненном багаже – и работа на одной из крупнейших «стройплощадок» коммунистической эпохи, на Северодонецком заводе по производству силикатного кирпича, и многолетняя трудовая деятельность (вначале в качестве проектировщицы, затем на административной должности), и забота о семье, и смерть мужа, и переезд из Украины в Германию, где Белле Борисовне, как и сотням тысяч «эмигрантов 90-х», пришлось начинать все с нуля. На вопрос, что было самым трудным после приезда на но-

вое место жительства, Белла Борисовна отвечает: «Трудно не было вообще! Было очень интересно, – новая страна, новые друзья, новые увлечения...». Одним из таких новых увлечений стала работа в творческом коллективе «Улыбка» в Халле, куда вначале попала госпожа Гороховская. Тематические вечера, постановки, концерты, – времени переживать и обращать внимания на проблемы не было совсем. А когда внук Беллы Борисовны решил поступать учиться в один из берлинских университетов, то бабушка стала первым человеком, поддержавшим его в этой идее, – больше того, она решила на переезд в столицу, поближе к внуку и дочери. И ни секунды не пожалела об этом решении! Ведь в Берлине она встретила свою судьбу... Именно здесь она познакомилась с Эдуардом. «Эдик – самый лучший мужчина на свете, рядом с ним я чувствую

себя абсолютно счастливой!», говорит Белла Борисовна. «Он рядом со мной и в радости, и в горе, – не знаю, что я бы делала без него!». Несколько лет назад Белла Борисовна перенесла левосторонний инсульт, после которого у нее были парализованы рука и нога. Но ни она, ни ее спутник жизни не смирились с этим приговором, они ни на секунду не отчаивались и боролись с болезнью всеми силами, и победили! Бесконечные часы масса-

жа и занятий спортом, визиты ко врачам и реабилитационные процедуры: сейчас и не скажешь, что эта красивая, стройная, ухоженная дама не так давно не могла свободно двигаться! Удивительно (и достойно подражания), что Белла Борисовна практически не говорит о болезнях и сложностях со здоровьем (а если и говорит, то с улыбкой), она предпочитает беседовать о жизни, о внуке и дочери, о своих хобби (она по-прежнему занимается организацией и проведением тематических вечеров, с огромным удовольствием придумывает и шьет по-настоящему красивые наряды, помогает знакомым и родственникам)... Не только жизнь по-прежнему «радость, доброту несет» этой удивительной женщине, но и она сама несет ее окружающим. Оптимизм ее заразителен: если человек в таком возрасте «на позитиве», как принято сейчас говорить, рядом с ним просто непрослительно впадать в уныние. «Никогда не отчаивайтесь и не сдавайтесь, и всегда верьте в успех, в удачу! Если в них не верить, то их и не будет!», говорит Белла Борисовна. «Не опускать руки, а, наоборот, брать в них инициативу и не ждать у моря погоды, а делать все возможное, чтобы справиться со трудностями, – и все устроится! Особенно, если еще, как в моем случае, к этому приложится помощь замечательных людей, сотрудников службы по уходу на дому «Веритас», взявших на себя решение всех моих бытовых и социальных проблем, – огромное спасибо им за это!».

Спасибо и Вам, Белла Борисовна, за Ваши неисчерпаемые оптимизм и позитивное отношение к жизни, – здоровья и счастья Вам на долгие годы!



Патронажная служба VERITAS — профессиональный уход от всей души!

- ✓ Медицинское обслуживание и профессиональный уход на дому
 - ✓ Оформление документов для определения степени потребности в уходе (Pflegestufe) и получения материальной помощи от касс ухода (Pflegekassen) и районных муниципальных учреждений (Bezirksämter)
 - ✓ Все виды бытовых услуг и ведение домашнего хозяйства (уборка, приготовление пищи, покупка продуктов и пр.)
 - ✓ Бесплатные консультации нуждающихся в уходе людей и их родственников с выездом на дом
 - ✓ Доставка медикаментов и вспомогательных средств
 - ✓ Сопровождение при визитах ко врачам и на прогулках
 - ✓ Помощь при решении социальных вопросов, составлении заявлений и писем в социальные ведомства и кассы медицинского страхования, ведении общей документации и т.д.
 - ✓ Психологическая поддержка и занятия с геронтопсихологом
 - ✓ Предоставление услуг парикмахеров, мастеров по маникюру и педикюру, массажистов, физиотерапевтов, логопедов и инструкторов по лечебной гимнастике
- ... и многое другое!



VERITAS Pflegedienst
Berlin GmbH
Wilhelmsaue 1
10715 Berlin
Tel.: 030-688 377 133

Мы обслуживаем центр для совместного проживания пожилых людей (WG) «GoodLife» (Konstanzer Str. 57, 10707 Berlin)! Комфортабельные условия проживания, круглосуточное наблюдение и медицинский уход со стороны высококвалифицированного персонала, индивидуальный подход к каждому жильцу, разнообразные программы организации досуга - обитателям «GoodLife» предоставлены все условия для того, чтобы сделать их «осень жизни» как можно более солнечной!

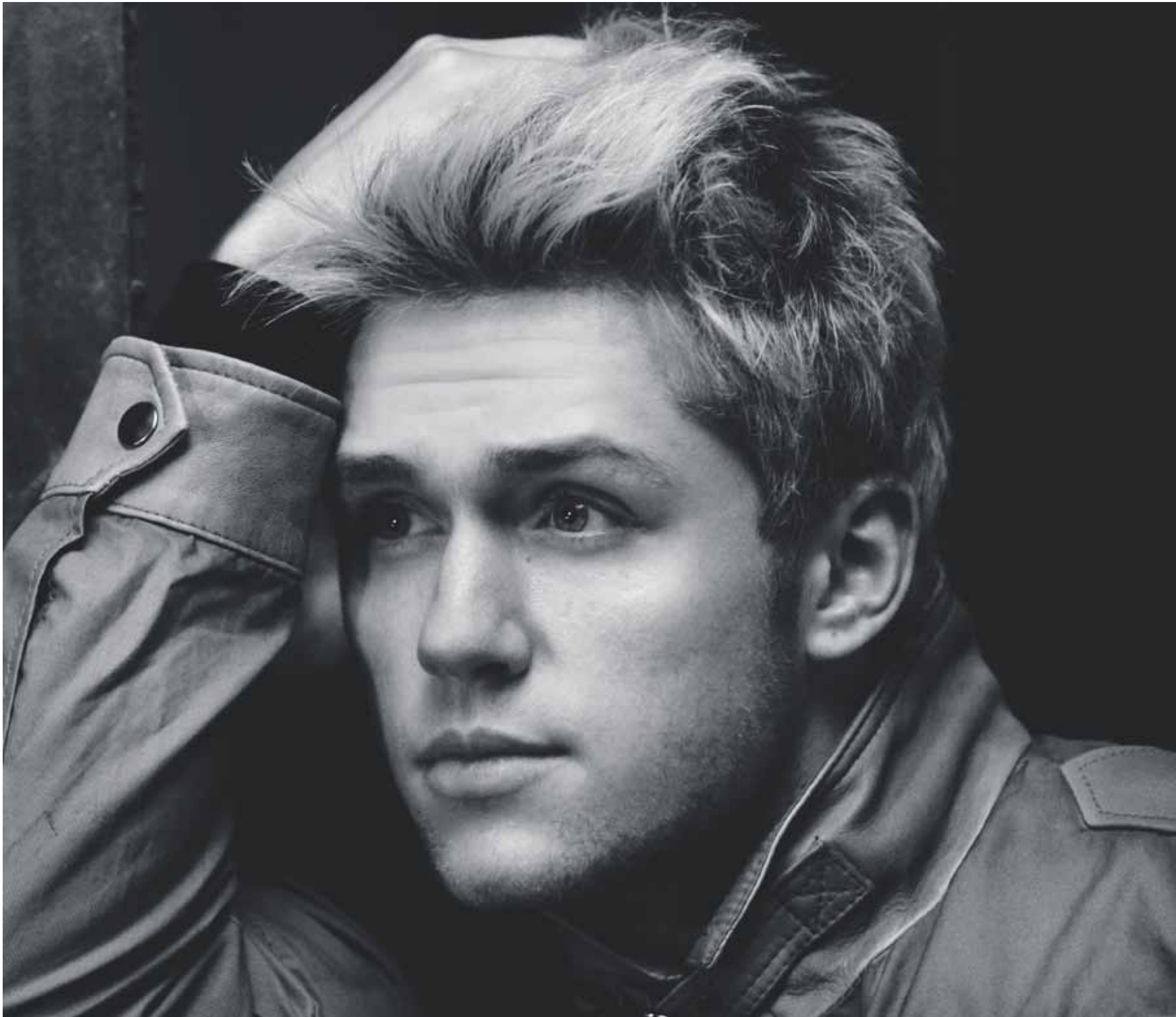


www.veritas24.info

Патронажная служба VERITAS предоставит Вам и Вашим близким квалифицированный уход на дому или в стационаре!

24 часа в сутки,
7 дней в неделю, 365 дней в году —
мы всегда рядом с Вами!

Влад Соколовский: «Я только что не родился на сцене!»



Певец, танцор, актер и телеведущий, участник телепроекта «Фабрика звезд-7» и экс-солист группы «БиС», Влад Соколовский не собирается останавливаться на достигнутом, - он готовит новую концертную программу и уверенно двигается к вершинам музыкального Олимпа.

– Расскажи немного о себе, - насколько я знаю, твоя музыкальная карьера началась, когда ты еще был совсем крохотным...

– Мне иногда кажется, что я только что не родился на сцене (смеется)! С самого младенчества родители брали меня с собой на гастроли. А когда с самого рождения ты жи-

вешь в атмосфере творчества, сцены, выступлений и гастролей, то другой жизни ты просто не знаешь. А мне вся эта атмосфера была очень по душе, я чувствовал и чувствую себя в ней, как рыба в воде. Это просто мое.

– Ты «круто попал на ТВ», то есть на «Фабрику звезд», когда тебе было всего 15 лет. Что сказали на это твои родители? Не возражали против того, чтобы ты стал «фабрикантом»?

– Сначала возражали, считали, что мне еще рано. На момент кастингов мне было только 15 лет. Поэтому, когда я пошел на кастинг,

родителям об этом ничего не сказал. Они узнали об этом лишь перед финальным кастингом (улыбается).

– Как ты учился, учитывая твою невероятную занятость на «Фабрике»?

– Я учился экстерном в то время, потому что не было никакой возможности посещать школу: ни во время «Фабрики», ни во время последовавшего за ней грандиозного «фабричного» тура по России и странам СНГ. Очень хорошо помню, как приходилось готовиться к экзаменам прямо в автобусе, - было тяжело, конечно.

– Ты стал одной из самых ярких звезд «Фабрики-7» - что дало тебе участие в этом проекте? Уж точно не сценический опыт – его у тебя и так было достаточно после «ИКС-миссии» и «Тодеса»...

– Неверно, потому что до «Фабрики» у меня такого количества практики в плане именно артистической деятельности не было и в помине. До этого основная практика — это работа в коллективе. И только на «Фабрике» мне впервые предоставилась возможность выступать сольно и самовыразиться перед зрителями. Мне очень лестно, что мои сольные выступления так высоко оценивались публикой! Особенно с песней «Ближе», которую до сих пор люди с удовольствием слушают, а многие даже помнят мое выступление с этой песней на «Фабрике».

– Кому принадлежала идея объединения тебя и Димы Бикбаева в вокальный дуэт «БиС»?

– Идея принадлежала нашему продюсеру Константину Меладзе и Ларисе Васильевне Синельщиковой. Ее поддержали все педагоги нашего проекта, так как считали, что мы будем хорошо смотреться в одной группе. Для них это решение было очень логичным, хотя лично я шел на «Фабрику звезд», чтобы делать сольный проект.

– После распада «БиС» ты занялся сольной карьерой. Не страшно было уходить в «свободное плавание»?

– Нет, не страшно, поскольку тогда существование группы «БиС» подходило к своему логическому завершению, к сожалению. Если бы все было хорошо, то группа продолжила бы свое существование.

– Совсем недавно ты распрощался с твоими продюсерами Димой Биланом и Яной Рудковской. Что случилось?

– Ничего криминального, у нас с Яной и Димой не было никаких конфликтов, как зачем-то пытаются представить некоторые представители прессы. Просто в какой-то момент я понял, что готов заниматься собственной творческой карьерой сам, без посторонней помощи. Я понимаю, что это большой риск и что в возможных промахах никого, кроме себя, обвинить будет нельзя.

Но я к этому готов. Яна и Дима поняли мое стремление и отпустили, искренне пожелав успеха. Я вообще очень благодарен судьбе, что она меня сводит с такими замечательными людьми и учителями, как Костя Меладзе, Филипп Киркоров, Яна Рудковская, Дима Билан. Я очень многому научился у них. И я безумно счастлив, что они остаются теми людьми, к которым я могу обратиться за советом.

– Ты танцуешь, поешь, снимаешься в кино, выступаешь в роли ведущего музыкальных концертов и телевизионных программ... В какой из этих ипостасей ты чувствуешь себя наиболее комфортно?

– Это все — творческие проявления меня, как артиста. И все эти проявления я очень люблю. Но когда я выхожу на сцену и пою — это самое лучшее, что со мной может произойти.

– При таком плотном рабочем графике время на себя остается? А на личную жизнь?

– То, чем я занимаюсь, неотделимо от меня. Это дело, которое я люблю, которым готов заниматься постоянно. Это для меня — жизнь. Поэтому мне комфортно в плотном рабочем графике.

– Как ты справляешься с издержками публичной профессии – постоянными стрессами, пристальным вниманием к твоей личной жизни, сплетнями?

– Очень кратко и порой жестко закрываю вопросы о личной жизни, потому что на то она и личная. Если я захочу открыть какие-то ее стороны для публики, я это сделаю сам, когда посчитаю нужным. Если я этого не делаю сейчас, значит, мне этого действительно не хочется. А на сплетни мне в целом плевать, хотя иногда бывает забавно почитать обсуждения поклонников каких-то сплетен. Порой именно из их обсуждений я и узнаю о себе такоооо...(смеется)

– Какие черты характера помогают или мешают тебе в жизни?

– Лень - с ней борюсь постоянно. И, к сожалению, нерешительность, которая порой мешает мне предпринять какие-то действия



быстро.

– Когда у тебя выдаются свободные дни, как ты их проводишь?

– Свободного времени у меня, конечно, в последнее время мало. Если выдается свободный вечер, то стараюсь уделить его либо друзьям, либо занятиям спортом. Когда есть пара-тройка свободных дней, выбираюсь к родителям в загородный дом, где мы очень душевно проводим время за разговорами.

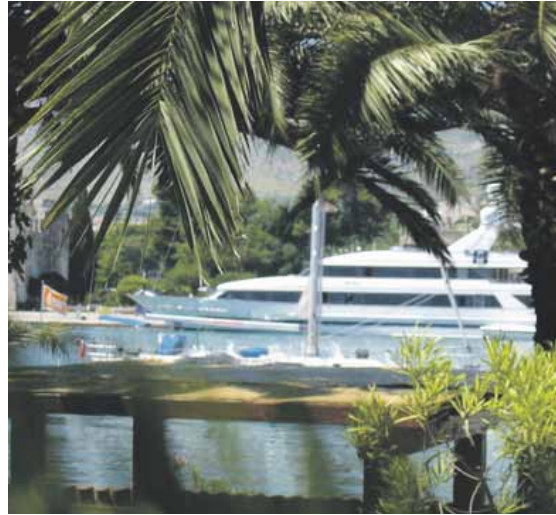
– Поделись своими планами на будущее. В каких проектах ты сейчас задействован, какие - ожидают своей очереди?

– Сейчас все свое время я провожу в студиях звукозаписи и в танцзале. Готовим обновленную концертную программу. Это сейчас основное для меня.

– Влад, спасибо тебе за разговор – и удачи во всем!



Хорватия: страна, где есть все



В какой стране, кроме Швеции или Норвегии, есть более тысячи островов и примерно такое же количество лагун, фьордов и бухт? А еще - водопады, как на Ямайке, горы, как в Новой Зеландии, каньоны, как в Америке и руины древних городов, как в Италии? Правильно, в Хорватии!

«Жемчужина Адриатики», «Восточный Лазурный берег», - Хорватия неспроста много лет подряд возглавляет хит-парад самых популярных направлений летнего (и не только!) отдыха! Причин тому масса: это и уникальный климат (летом здесь хоть и жарко, но вполне комфортно благодаря морским бризам и обилию зелени, а зимой – достаточно тепло и безветрено), и безупречная экология (кристально чистые воды Адриатического моря неоднократно одобрены экологами из разных стран мира по всем возможным параметрам), и живописнейшие пейзажи... В Хорватии есть практически все, - и море, и горы, и острова (точное их количество составляет 1182!), и удивительной красоты пляжи с белоснежной перламутровой галькой, и столь же развалины античных городов, не уступающие по выразительности итальянским или греческим, и вполне по-скандинавски изрезанный залива-

ми и фьордами берег. Сосновые леса, виноградники и оливковые плантации. Францисканские церкви и монастыри, виллы в стиле belle époque, узкие средневековые улочки с маленькими домиками под красными черепичными крышами и трава между отполированными временем булыжниками мостовых. Роскошные отели и уютные пансионы, веллнесс-оазисы и детские парки развлечений. Здесь можно просто отдохнуть от будничной рутины, наслаждаясь морем и солнцем, или же заняться так называемым археологическим дайвингом: множество затонувших кораблей и древних городов привлекают в Хорватию ныряльщиков со всего мира. А еще есть серфинг (идеальные места - у побережья Средней Далмации, у островов Хвар и Брач, у Макарской Ривьеры, а также в настоящей Мекке ценителей ветра - узком проливе между полуостровом Пельешац и островом Корчула), воздушные удовольствия типа прыжков с парашютом, параглайдинга, полетов на воздушном шаре, и конечно же, плавание на яхтах по многочисленным живописнейшим заливам...

Что же касается соотношения «цена-качество», то оно в Хорватии оптимально. Не говоря уже об уровне сервиса: мест-

ные гостиницы неоднократно были признаны международной организацией World Travel Awards одними из лучших в Европе. Какую из них выбрать? Все зависит от ваших привычек и пожеланий, несомненно, но если вы остановитесь в одном из частных мини-отелей или вилл-пансионов, не пожалеете точно! Это великолепный шанс увидеть ту сторону хорватского колорита, что абсолютно недоступна из окна автобуса или с территории «сетевого» отеля, отличная возможность познакомиться с местными жителями, получить от них массу интересных сведений, и, скорее всего, обрести новых друзей. Так, хозяева частного арт-отеля Domus Maritima в городке Трагир недалеко от Сплита предлагают своим гостям первоклассный отдых в настоящем старинном замке (комнаты в нем, впрочем, отвечают по комфорту и уюту запросам самых взыскательных гостей!) на самом берегу Адриатики, - плюс, разумеется, трансфер от аэропорта Сплит, экскурсии на острова, уникальную возможность увидеть выставку скульптур под открытым небом ... То есть все то, что делает отпуск по-настоящему незабываемым!

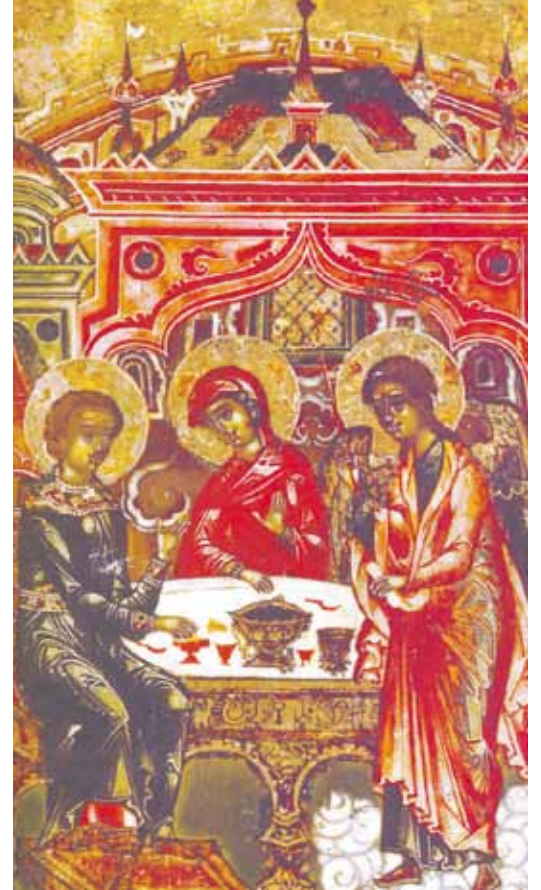
Фотографии любезно предоставлены владельцами арт-отеля Domus Maritima, www.domus-maritima.com



День памяти Ангелов Божиих

В конце ноября Православная церковь отмечает День памяти святого Архистратига Божия Михаила и прочих Небесных Сил бесплотных.

Этот православный праздник посвящен тем, кто живет в духовном мире, кто охраняет нас и помогает нам, кто сопутствует нам в жизни, кто соучаствует в Божественной литургии и других богослужениях, – святым Ангелам Божиим. Греческое слово «ангел» буквально означает «вестник», то есть возвещающий волю пославшего его. Ангелы, как это многократно засвидетельствовано в истории Церкви и в Священном Писании, приходили к людям как вестники от Бога для того, чтобы возвестить им благую весть: Архангел Гавриил сошел с неба к Пресвятой Богородице, дабы возвестить, что Она станет Матерью Сына и Слова Божия, Ангелы возвестили пастухам о рождении Младенца в Вифлееме. Ангелы Божии не могут уклониться на стези неправды, они всегда служат Господу и предстоят Божественному Престолу. Мы называем собрание ангельское воинством, потому что Ангелы – вовсе не пассивные существа: они активно служат Богу, являясь и нашими поборниками и помощниками, теми, кто вместе с нами участвует в брани против злых сил. У каждого из нас есть Ангел Хранитель, и, как учит Святитель Феофан Затворник, «он учить тебя будет всему, что, когда и в какой мере делать и чего не делать, а когда нужно, и внешнее знамение подаст в руководство. Но надо иметь к нему умное и сердечное обращение, – и в обычном ходе жизни нашей и тем паче, когда она чем-либо возмущается; когда нет такого обращения, то Ангелу нет способа вразумить нас. Хочешь ли пользоваться Ангельским руководством и содействием – укроти ты свою внутреннюю беспорядочность, собери ты свое внимание внутрь и стань у сердца своего!». Никогда ни один человек не пострадает от бесов, если сам не откроет им доступ к своей жизни, своему сердцу, своему духовному миру. А, когда есть в душе ревность о спасении, непременно Ангел Господень возьмет за нее и будет руководить. Ангелы, как воины, стоят на страже нашего человеческого сообщества и нашей жизни и помогают нам в священной борьбе со злом, находясь постоянно при нас, если только мы сами не отгоняем их своей греховной жизнью. Оттого-то так важно верить в бытие Ангелов, и не только верить, но и призывать их в своих молитвах и по мере сил подражать им в своей земной жизни.



РУССКАЯ ПРАВОСЛАВНАЯ ЦЕРКОВЬ Святого равноапостольного Великого князя Владимира

Участие в строительстве Дома Божьего – шанс на духовное возрождение, подаренный Господом, и каждый из нас должен этот шанс использовать. Это великое дело по силам каждому, вне зависимости от материального положения.

В восточном Берлине в районе Марцан создан новый приход в честь Святого равноапостольного Великого князя Владимира Русской Православной церкви Московского Патриархата. В программу деятельности прихода входят возведение храма и создание православного центра с воскресной школой, студией иконописи и классом для музыкальных занятий.

Внесите и Вы свою лепту в это Богу угодное дело!

СЧЕТ ДЛЯ ПОЖЕРТВОВАНИЙ



Настоятель протоиерей
Петр Пахолков
тел. +49(0)173 633 19 89

Kontoinhaber: Russ.-Orth. Kirche Marzahn
Kontonummer: 22 51 53 00 10 | Bankleitzahl: 100 900 00 | Berliner Volksbank

Вы можете пожертвовать 7 евро,
отправив SMS-сообщение со словом Kirche на номер **81190**

Von der 7 EUR gehen 6,83 EUR direkt an die Russisch-Orthodoxe Kirche zzgl. Kosten einer Standard-SMS.

Информацию о собранных пожертвованиях и их использовании Вы можете получить на сайте
www.berlin-orthodoxe-kirche.de

В яблочко



Парадоксально, но факт: о существовании чудодейственного средства, помогающего вернуть или сохранить вечную молодость, люди знали с незапамятных времен. Оно упоминается в народных легендах, сказках и былинах разных народов мира, и совсем не зря! Его фантастические свойства неоднократно подтверждены в ходе всевозможных исследований, существует масса лечебных и косметических препаратов на их основе - конечно, вы уже поняли, что речь идет о яблоках!

9 из 10 плодоносящих деревьев в Европе – это яблони. И совсем неспроста, - эти фрукты «родом из рая» обладают массой поистине волшебных качеств. В них содержатся многие минеральные вещества (калий, фосфор, кальций, магний, натрий, железо) и витамины А, С, Е, В1, В2, В6, РР и К, антиоксиданты и органические кислоты. Есть в них и вещества, способствующие усвоению железа из мясных продуктов и кальция - из молочных. Но особенно ценны яблоки своей гипоаллергенностью, - недаром грудным детям в качестве первого прикорма дают именно яблочный сок. Неудивительно, что регулярное употребление яблок способствует продлению срока жизни человека, а также общему омоложению организма. Один только аромат этих чудо-фруктов может частично снять усталость, чрезмерную раздражительность и восстановить душевное равновесие. Что уж говорить об их освежающем и тонизирующем вкусе! Или - об уникальных свойствах веществ, входящих в состав яблочной кожуры и мякоти и способствующих снижению сахара в крови, выведению из организма мочевой кислоты и желчи, нормальной проницаемости и функции кровенос-

ных сосудов и желудочно-кишечного тракта... Кроме того, яблоки являются одним из лучших естественных средств оздоровления всего организма в целом, предупреждения атеросклероза и инфаркта, снижения уровня холестерина в крови и артериального давления, профилактики заболеваний щитовидной железы и многих других заболеваний. Еще они улучшают иммунитет и работу легких, поэтому особое внимание на них стоит обратить как курильщикам, так и тем, кто хотел бы защитить себя от респираторных заболеваний и последствий неблагоприятной экологической обстановки. Да и всем остальным, кстати, тоже! Ведь справедливость старинной английской поговорки «An apple a day keeps the doctor away» («По яблоку в день - проживешь без врачей!») многократно проверена на опыте многих поколений и народов и подтверждена современной медициной.

При таком «послужном списке» яблок алого удивит тот факт, что именно этот «кладезь талантов» стал в Средневековье мерой многих вещей (стоило какому-то экзотическому плоду дебютировать в Старом свете, его тут же сравнивали с яблоком: помидор, например, удостоился чести прозваться «золотым яблоком», а картошка - «чертовым»), или что именно ему мы обязаны появлением губной помады (даже само ее название происходит от французского «rouge», то есть яблоко. Из спелых яблок и делали мазь для губ, которая произвела настоящую революцию при французском королевском дворе и стала «бабушкой» самого популярного сегодня косметического средства), именно яблоки являются непременным ингредиентом как почти всех национальных кухонь,

так и диетической гастрономии.

Из яблок делают как напитки (сидр, всевозможные настойки различной крепости, а также безалкогольные компоты и квас), так и салаты, закуски, соусы, пироги, запеканки... Но лучше всего яблоки чувствуют себя в сладких блюдах, - любой десерт становится изысканным и нежным при минимальном участии яблока! От разнообразия яблочных десертов захватывает дух. Из яблок получается отличный мармелад (само слово «мармелад», между прочим, в точном переводе означает «тщательно приготовленное блюдо цвета яблок»). Идея его приготовления принадлежит рыцарям-крестоносцам, которые во время своих походов выпаривали на солнце яблочный сок на металлических блюдах. Эти мармеладины буроватого цвета были похожи на тонкие пластины и обладали поистине божественным вкусом), пастила, зефир, мусс, самбук, желе, кандированные (то есть залитые сахарным сиропом или шоколадом) яблоки и, конечно, шарлотки, пирожки и другая «яблочная» выпечка!

Как упоминалось ранее, регулярное употребление яблок стимулирует работу желудочно-кишечной системы и (что не менее важно!) препятствует накоплению жиров в организме, поэтому разгрузочные «яблочные» дни - одно из эффективнейших средств от лишнего веса. При этом яблоко на 95% состоит из воды, так что лучшего средства для утоления жажды или для низкокалорийной диеты не сыскать. А самое приятное, - при такой диете можно и десертом себя побаловать (конечно, яблочным)!

ЯБЛОКИ С ТВОРОГОМ

Ингредиенты: 1 столовая ложка сахара, 4 яблока, 200 г нежирного творога, 1 яичный желток, ванильный сахар и корица на кончике ножа

Яичный желток взбить с сахаром, корицей и ванильным сахаром, добавить в творог

и тщательно перемешать. Яблоки вымыть, острым ножом срезать верхнюю треть каждого яблока как «крышечку», ложкой вынуть сердцевину. Начинить яблоки творожной смесью, сверху накрыть «крышечками», разогреть духовку до 180°C и запекать яблоки в течение 10 минут.

А пока десерт томится в духовке, можно по-

массировать лицо и шею ломтиком свежего яблока, ведь это великолепное средство по уходу за кожей, особенно за вялой и увядающей. Яблочные маски, лосьоны и тоники улучшают обменные процессы в коже, осветляют и очищают кожу, делая лицо свежим и привлекательным. И сохраняя на долгие годы молодость и красоту...



**ПОДПИСКА НА ГАЗЕТУ „ВРЕМЯ“!
12 МЕСЯЦЕВ ВСЕГО ЗА 18 ЕВРО!**

Да, я подписываюсь на газету «Время» на 1 год всего за 18 евро!

Пожалуйста, заполните купон разборчиво латинскими буквами, вырежьте и отправьте по адресу Veritas Beteiligung und Management GmbH, Wilhelmsaue 1, 10715 Berlin или по факсу 030/ 688 377 167, приложив к нему подтверждение об переводе 18 евро на счет

Veritas Beteiligung und Management GmbH, Kontonummer 355980170, BLZ 100 208 90, Hypo- und Vereinsbank с пометкой «Abo Zeitung Wremja».

Имя, фамилия/Vorname, Name:

Адрес/Adresse:

Контактный телефон/Telefon:

Дата, подпись/Datum, Unterschrift:

Гороскоп



Овен (21 марта - 20 апреля)



Звезды приготовили для Овнов в ноябре массу не слишком приятных сюрпризов, начиная с проблем на работе, требующих срочного решения, и заканчивая непонятно откуда взявшимися недомоганиями. Проявите терпение, - самое позднее к декабрю ситуация нормализуется!

Телец (21 апреля - 20 мая)



Осень близится к концу, и сложный период в жизни Тельцов – тоже. А пока воспользуйтесь затишьем в делах и попробуйте взглянуть на свою жизнь со стороны. Может быть, настало время что-то изменить? Если да, то ноябрь – лучшее время для этого.

Близнецы (21 мая – 21 июня)



Представителей этого знака ожидает ровный, спокойный и достаточно удачный месяц. Время от времени у вас будут возникать причины для волнений, но ни одна из них не окажется серьезной. Вы легко справитесь с тем, что запланировали, да и новые дела проблем не создадут. Разве это не замечательно?

Рак (22 июня - 22 июля)



В ноябре звезды предоставят Ракам возможность поменять круг общения, работу, квартиру... Причем вы можете быть уверены в том, что все перемены - к лучшему! Рядом с вами останутся только те, кому вы по-настоящему дороги, ваше материальное положение поправится, а вы обретете долгожданную гармонию с собой и окружающим миром.

Лев (23 июля - 21 августа)



Львам в последний месяц осени предоставится уникальная возможность обеспечить себе прекрасную платформу для старта в светлое будущее, которое не заставит себя ждать. Для этого, правда, придется избавиться от потерявших свою актуальность обязательств и раздать старые долги, - но с этим вы справитесь одной левой, правда же?

Дева (22 августа – 23 сентября)



Ноябрь - время, когда Девы смогут свернуть горы с помощью своих обаяния, трудолюбия и исполнительности! Даже если вы ограничитесь выполнением своих повседневных обязанностей, все равно получите намного больше, чем ожидали. Ну, а проявив инициативу,

вы гарантированно добьетесь успеха. Так что действуйте!

Весы (24 сентября - 23 октября)



Весы в ноябре должны проявить максимум внимательности и благоразумия. Сейчас обстоятельства складываются не в вашу пользу, и далеко не всегда окружающие относятся к вам благожелательно... Поэтому держите себя в руках и не позволяйте эмоциям брать верх над разумом!

Скорпион (24 октября - 22 ноября)



Если в последнее время Скорпионам было некогда даже вздохнуть, настолько много сваливалось на них работы, то сейчас они смогут полностью расслабиться и насладиться заслуженным отдыхом. А, отдохнув, почувствовать прилив свежих сил и готовность к новым подвигам. Что, собственно, и требовалось доказать!

Стрелец (23 ноября - 21 декабря)



Конец осени благоприятен для работы Стрельцов как над своим внутренним «я», так и над внешним обликом. Сейчас вы сможете осуществить давние заветные мечты и грандиозные планы. Главное, не торопитесь почитать на лаврах, достигнув мало-мальски устраивающего вас результата, сейчас вам по плечу гораздо больше!

Козерог (22 декабря – 20 января)



В ноябре Козероги могут позволить себе практически все, - вероятность ошибиться сейчас минимальна. Перед вами откроются неожиданные перспективы, которыми стоит воспользоваться. Не бойтесь рискнуть, - у вас все получится!

Водолей (21 января - 20 февраля)



Расположение звезд в ноябре сулит Водолеям приятные сюрпризы и новости. Это время перемен, как произвольных, запланированных, так и спонтанных, по воле случая. Удача (как в делах, так и в любви) будет на вашей стороне, а все проблемы разрешатся сами собой. Вам же останется лишь наслаждаться ситуацией!

Рыбы (21 февраля - 20 марта)



Как бы Рыбам сейчас ни хотелось ускорить события, делать этого не стоит. Ситуация разворачивается именно с той скоростью, которая и нужна для оптимального результата, а значит, проявите немного терпения. И не забывайте о рассудительности и осторожности!



МЕДИЦИНСКАЯ СЛУЖБА «ГАРМОНИЯ»



уход за больными
и пожилыми
людьми

24
часа в сутки



Бесплатное оформление свидетельства
о нахождении в живых!

Медицинская служба «Гармония»
представлена в следующих регионах:

**Stuttgart | Ludwigsburg
Schwäbisch Gmünd | Esslingen**

Amb. Pflegedienst «Harmonie»
Voltastrasse 10, 70376 Stuttgart
Телефон: 0711 248 49 20
Мобильный: 0178 935 95 30

Филиал медицинской службы «Гармония»:
Amb. Pflegedienst «Harmonie»
Falkenbergstrasse 8, 73525 Schwäbisch-Gmünd
Телефон: 07171 874 17 86
Факс: 07171 874 17 88

Baden-Baden | Karlsruhe | Rastatt

«Harmonie» Ambulante Krankenpflege
Hermannstr. 1, 76530 Baden-Baden
Телефон: 07221 30 25 824
Мобильный: 0172 486 97 47



www.harmonie-pflege.de
pdl@harmonie-pflege.de



Мы оказываем следующие услуги:

Медицинское обслуживание и профессиональный уход

- за больными и тяжелобольными
- за детьми и родственниками во время отпуска
- за послеоперационными больными
- все процедуры и инъекции, назначенные врачом
- контроль сахара и давления крови
- прогулки с сопровождающим
- доставка лекарств на дом
- круглосуточные дежурства на дому у пациента

Бытовые услуги:

- **помощь на дому** – уборка, стирка, глажение белья, приготовление пищи, покупка продуктов (по желанию вместе с пациентом) с доставкой на дом
- **поездки к врачам**, в клиники, в общественные и государственные учреждения на автомобиле с сопровождением переводчика
- **педикюр** (в том числе для больных диабетом)

Дополнительные услуги:

- консультации по социальным вопросам
- помощь в получении компенсации от Pflegekasse (до 1432 евро в год)
- помощь в получении Ersatzpflege
- услуги психолога
- участие в деятельности вновь организуемого клуба Sei Gesund
- **новинка:** лечебная гимнастика в минеральном бассейне Leuze

Мы гарантируем Вам:

- круглосуточное медицинское обслуживание и профессиональный уход
- заботу высококомпетентного медицинского персонала
- постоянный медицинский персонал для каждого пациента

Наши сотрудники – не просто высококвалифицированные специалисты с большим профессиональным опытом, говорящие на немецком и русском языках, но и просто добрые люди, умеющие и любящие заботиться о других!

В ноябре на экранах

С 1 ноября 2012 года

SKYFALL | («007: КООРДИНАТЫ СКАЙФОЛ»)

Режиссер: Сэм Мендес

Авторы сценария: Нил Первис, Роберт Уэйд

В ролях: Дэниэл Крейг, Беренис Марло, Джуди Денч

В британском разведывательном агентстве М16 происходит утечка списка действующих агентов, которые работают под прикрытием в мировых террористических группировках. Под подозрением оказывается агент М, начальница Джеймса Бонда. Последнему-то и предстоит разобраться в ситуации и найти причину проблем – и, конечно, ликвидировать угрозу любой ценой, несмотря на личные привязанности...

С 8 ноября 2012 года

DAS SCHWERGEWICHT | («ТОЛСТЯК НА РИНГЕ»)

Режиссер: Фрэнк Корачи

Авторы сценария: Кевин Джеймс, Аллан Лоэб

В ролях: Стефани Аткинсон, Брюс Баффер, Фрэнк Корачи

Чтобы сохранить внеклассные занятия, которые очень нравятся ученикам, учитель биологии средней школы пытается подрабатывать, участвуя в боях без правил. Но есть одна проблема - он не имеет совершенно никакого представления о боксе...

DAS WUNDERSAME LEBEN VON TIMOTHY GREEN

(«СТРАННАЯ ЖИЗНЬ ТИМОТИ ГРИНА»)

Режиссер и автор сценария: Питер Хеджес

В ролях: Дженнифер Гарнер, Джоэл Эдгертон, Дайэнн Уэст

Бедетная пара закапывает на своем заднем дворе коробку, в которой находятся все их пожелания для новорожденного. Вскоре у них рождается сын. Однако он оказывается совсем не таким, каким кажется на первый взгляд.

С 15 ноября 2012 года

CLOUD ATLAS | («ОБЛАЧНЫЙ АТЛАС»)

Режиссеры и авторы сценария: Лана Вачовски, Том Тыквер

В ролях: Том Хэнкс, Холли Берри, Джим Бродбент

По мотивам одноименного романа Дэвида Митчелла: история о шести инкарнациях одной и той же души, каждая из которых происходит в разное время и в разных местах, начиная с XIX века и заканчивая далеким постапокалиптическим будущим...

С 22 ноября 2012 года

BREAKING DAWN - BISS ZUM ENDE DER NACHT, TEIL 2

(«СУМЕРКИ. РАССВЕТ: ЧАСТЬ 2»)

Режиссер: Билл Кондон

Авторы сценария: Стефани Майер, Мелисса Розенберг

В ролях: Кристен Стюарт, Роберт Паттинсон, Тэйлор Лотнер

Жизнь Беллы, ставшей вампиром, постепенно налаживается: она быстро свыкается со своей новой природой, а также с ролью матери очаровательной малышки Ренесми и жены загадочного Эдварда Каллена. Но все изменяется в мгновение ока, когда вести о появлении на свет Ренесми доходят до семьи Вольтури, главенствующей в мире вампиров и намеревающейся уничтожить весь клан Калленов.

С 29 ноября 2012 года

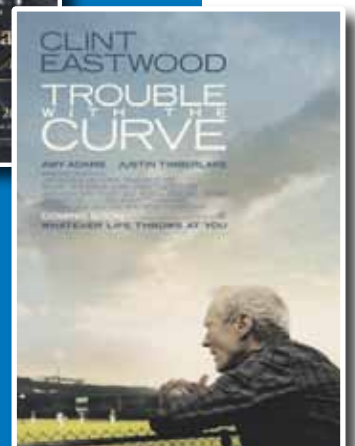
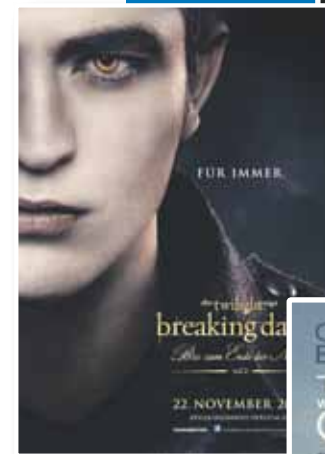
BACK IN THE GAME | («СНОВА В ИГРЕ»)

Режиссер: Роберт Лоренц

Автор сценария: Рэнди Браун

В ролях: Клинт Иствуд, Эми Адамс, Джастин Тимберлейк

Пожилый теряющий зрение тренер по бейсболу в последний раз отправляется на поиски перспективных молодых людей, которые в будущем могут стать звездами бейсбола. Его глазами предстоит стать его дочери, отношения с которой у него до сих пор не очень-то складывались...



В память о лете

Для тех, кому в ноябре хочется лета: рецепты нежных, легких супов-пюре!

Овощной суп-пюре

Ингредиенты: 6 средних томатов, 1 цуккини, 300 г куриного бульона, пучок свежего базилика, 2 моркови, 4 зубчика чеснока, 100 г сливок, 2-3 столовые ложки оливкового масла, щепотка сухого базилика, соль и перец по вкусу

Овощи вымыть, чеснок почистить и мелко порезать. Помидоры слегка надрезать и выложить в форму для запекания, посыпать сверху измельченным чесноком и перцем и поставить в духовку на 10-15 минут. Пока томаты запекаются, подготовить остальные овощи. Цуккини вымыть, очистить от кожуры, мелко нарезать. Морковь очистить и натереть на крупной терке, смешать с цуккини и обжарить все на оливковом масле прямо в кастрюле. Добавить куриный бульон, чеснок, сухой базилик и соль по вкусу. Готовить на слабом огне 10 минут. Запеченные томаты очистить от кожуры и целиком добавить к овощам. Тушить все вместе еще 2-3 минуты. Затем измельчить тушеные овощи в блендере. В готовое пюре добавить мелко порезанный свежий базилик. Снова поставить кастрюлю на огонь, довести суп до кипения, поддержать на слабом огне 1-2 минут. Готовый суп-пюре разлить по тарелкам, добавить сливки. Сверху украсить листочками базилика.



Суп-пюре из трески

Ингредиенты: 750 г трески, 2 столовые ложки муки, 4 столовые ложки сливочного масла, 2 стакана молока, 1 морковь и корень петрушки, 2 луковицы

Рыбу очистить, промыть, отделить мясо от костей. Кости с кореньями и луком поставить варить для бульона. Мякоть рыбы нарезать кусочками и потушить с маслом и мелко нарубленным луком. В кастрюле слегка поджарить муку с двумя столовыми ложками масла, развести 4 стаканами рыбного бульона, вскипятить, добавить подготовленную рыбу и варить 15-20 минут. После варки суп процедить и протереть через сито, развести горячим молоком, по вкусу посолить соль и заправить маслом.

Гороховый суп-пюре с копченостями

Ингредиенты: 250 г желтого колотого гороха, 50 г бекона, 50 г грудинки, 50 г сырокопченой колбасы, 6 зубчиков чеснока, небольшой пучок укропа

Горох промыть, высыпать в кастрюлю с холодной водой, довести до кипения и варить на медленном огне 45-50 минут. Разварившийся горох измельчить в блендере. Добавить в полученную массу мелко порубленный чеснок и перемешать. Мелко нарезать укроп, бекон, колбасу и грудинку и добавить в кастрюлю. Прогреть 3-4 минуты и снять с огня.



Тыквенный суп с креветками

Ингредиенты: 500 г мякоти тыквы, 500 мл воды, 250 мл молока, 1 столовая ложка сливочного масла, креветки (2-3 шт. на каждую порцию), зелень, соль и перец по вкусу


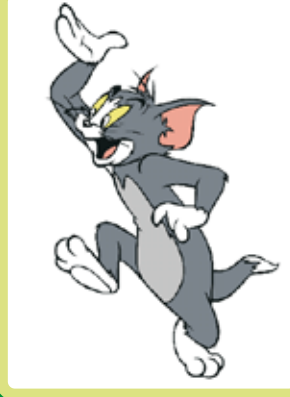
Тыкву мелко нарезать, положить в воду и варить около 10 минут, посолить и поперчить по вкусу. Зелень мелко нарезать, оставив немного петрушки и укропа для украшения. Креветки отварить до готовности. Сваренную тыкву измельчить в блендере до консистенции пюре вместе с зеленью. Довести тыквенное пюре до кипения, влить в него горячее молоко, хорошо перемешать. Сразу после закипания снять с огня. При подаче в суп добавить сливочное масло, креветки. Украсить оставшейся зеленью.

Суп-гаспачо

Ингредиенты: 4 крупных помидора, 1 средний огурец, 1 небольшая луковица, четверть красного болгарского перца, пара кусочков черствого хлеба, небольшой пучок петрушки, 2 зубчика чеснока, 3-4 столовые ложки бальзамического уксуса (или сок 1 лимона), 1-1,5 стакана воды, оливковое масло, соль по вкусу. Хлеб нарезать кубиками и приготовить из него сухарики (подсушить в духовке или на сухой сковородке). Огурцы очистить от кожуры, все овощи порезать крупными кусками, добавить к ним уксус, соль и смешать в блендере до однородной консистенции. Влить воду, еще раз перемешать. Разлить по тарелкам, украсить зеленью, приправить оливковым маслом и подавать к столу.



СКАЗКИ

	→	↘	↘	↘	↘	
Ее бьют, когда опасность грозит		«Грязное» железо		«Вездесущий» на санскрите		Карусель, подпрыгивающая кур
→						
Валентин из высокой моды		Удушливый дым		Зад у военного		Вкусившая запретный плод
Искал сокровища Фланта	Инжир	↘	Внутренний голос			
→			Чувство меры	Провизия		Пасюк как вредный грызун
Потасовка	Задача штука-тура					
→				Согласие в товарищах	Дворянин в Италии	Бильярдный кругляш
Засахаренные фрукты	Сменная деталь подшипника					
↘	↘			Укусила лису		
	Позаимствованная фраза	Эспада или матадор	Завербованный пастор	↘		
↘				Стихотворное послание	Чем платят в Иордании?	
	Свой для блатного	Чья жена превратилась в столб?			↘	
↘						
	Американский смерч	Ор толпы				

IMPRESSUM



www.veritas-company.de

Russischsprachige Verbraucherzeitung «Wremja» /
Русскоязычная информационно-развлекательная
газета «Время»

Schutzgebühr: EUR 1,50 | Ausgabe: 1 mal monatlich

Herausgeber / Издатель:

Veritas Beteiligung und Management GmbH

Wilhelmsaue 1 | 10715 Berlin

Tel. +49 30 688 377 166 | Fax +49 30 688 377 167

wremja@veritas-company.de

Chefredakteurin / Главный редактор:

Anna Kalmann / Анна Кальман

Bildredaktion und Grafik / Дизайн и графика:

Kirill Singer / Кирилл Зингер



Anzeigendisposition / Размещение рекламы:

Veritas Beteiligung und Management GmbH

Wilhelmsaue 1 | 10715 Berlin

Geschäftsführer / Директор:

Dipl.-Ing. Alexander Grün / Александр Грюн

Die Redaktion übernimmt keine Haftung für den
Werbeinhalt. Alle in dieser Zeitung veröffentlichten
Beiträge unterliegen dem Urheberrecht und dürfen
nur mit schriftlicher Genehmigung der Redaktion
nachgedruckt sowie anders verwendet werden. Die
Autorenbeiträge spiegeln nicht unbedingt die Meinung
der Redaktion und der Herausgebers wider. Der Verlag
haftet nicht für die Richtigkeit der mitgeteilten Angaben
und für die Werbung. Es gelten die AGB vom 01.01.2012.

АНЕКДОТЫ



- Мама, помнишь ту фарфоровую статуэтку, которая передается по наследству из поколения в поколение?
- Конечно, помню. А что?
- Да ничего. Просто мое поколение прервало эту традицию...

Написала свое резюме. Распечатала. Перечитала. Расплакалась: жалко такого человека на работу отдавать!

Жена сидит у изголовья кровати умирающего мужа. Он ей говорит:

- Сарочка, ты помнишь, когда меня забрали в армию, ты была со мной?
- Да, Изечка!
- А помнишь, как меня уволили с работы и я потом несколько лет не мог никуда устроиться, тогда ты была со мной?
- Конечно, Изечка!
- А помнишь, как я под машину попал и пролежал в больнице три года? Ты и тогда была со мной.
Жена, плача:
- Да, мое сокровище!
- И сейчас, когда я умираю, ты сидишь ря-

дом со мной...
Жена начинает рыдать...
- Таки я подумал - это, наверное, ты приносишь мне одни несчастья!!!

- Я как Золушка: все время стираю, убираю, готовлю, глажу...
- Дорогая, а я тебя предупреждал, что жизнь со мной будет, как в сказке!

Лесть действительно делает из женщины дуру. Но такую счастливую!!!

«Наш сосед» по-английски

Известная песня Бориса Потемкина «Наш сосед» вновь завоевала сердца публики. Ремикс хита 60-х годов прошлого века в исполнении британской группы Ultrabeat появился в Интернете в начале года, за это время композиция с каждым днем набирает все больше популярности. Помимо просмотров на YouTube, она все чаще звучит в клубах и на радио. Первая исполнительница шлягера народная артистка СССР Эдита Пьеха не против возрождения композиции, наоборот, она всячески приветствует «новую жизнь одной из своих любимых песен»: «В конце концов, она уже давно стала достоянием народа!».



До свидания, Москва, - привет, Голливуд!



Популярный российский актер Константин Хабенский объявил о своем намерении покинуть Россию и обосноваться в США. Сейчас кинозвезда заканчивает сниматься в фильме «Петр Лещенко», где он исполняет главную роль, после чего уезжает в Голливуд, где его ждет знаменитый режиссер Тимур Бекмамбетов. По словам Константина, несмотря на любовь публики, в отечественном кино он чувствует себя тесновато. К тому же в США живет сын артиста Иван, которого после смерти супруги Хабенского, Анастасии, туда забрала бабушка.

Из рук в руки

Экс-солистка группы «ВИАГра» Вера Брежнева решила совместить сольную исполнительскую карьеру с частным бизнесом. В планах у певицы – открытие магазина подержанных вещей в центре Киева. По замыслу Веры и ее бизнес-партнерши (и по совместительству родной сестры) Виктории Галушко, которая в свою очередь является супругой шоумена, музыканта и продюсера Александра Цекало, в ассортимент нового магазина войдут аксессуары, одежда, обувь и всевозможные вещи звезд украинского и российского шоу-бизнеса.



Туфли для «Обнаженных сердец»



Знаменитая топ-модель Наталья Водянова решила «завязать» с дефиле в рамках модных недель еще 2 года назад. «Дважды в год на месяц дизайнеры и модели, стилисты и визажисты превращаются в одну большую семью. Но сейчас у меня растет трое детей, которых необходимо водить в школу. Так что теперь участие в модной неделе представляется мне каким-то кошмаром!», говорит она. В последнее время одна из самых красивых женщин планеты почти полностью занята благотворительной деятельностью, в частности, новым проектом - совместной работой с производителем дамской обуви Centro. Модная коллекция Natalia Vodianova by Centro уже готова, прибыль от продаж элегантных туфелек пойдет в фонд Натальи «Обнаженные сердца». Напомним, фонд «Обнаженные сердца» был создан с целью оказания помощи детям в России и за ее пределами. На сегодняшний день фонд ведет работу по двум основным направлениям: строительство детских площадок и игровых парков и поддержка детей с особенностями развития.

Киркоров выбирает «Евросеть»

Съемки в рекламе считаются довольно серьезной статьей дохода в балансе знаменитостей, и мало кто из звезд отказывается от предложения стать «лицом» той или иной фирмы. Вот и Филипп Киркоров, хоть и утверждал, что относится к подобной деятельности с некоторым предубеждением, принял участие в рекламной кампании российских салонов сотовых телефонов «Евросеть». Впрочем, за сумму, которую «Евросеть» заплатила «поп-королю», вполне можно сняться в коротеньком клипе, - «цена вопроса», то есть рекламного контракта Киркорова, составляет около 5 миллионов евро. По сюжету видеоклипа, в котором рекламируется смартфон LG Optimus Duo с двумя сим-картами, звезда заходит в салон с целью выбрать новый мобильник.

