



МИРА:

**«ПЛОХОЙ ЧЕЛОВЕК НЕ МОЖЕТ
ВЫГЛЯДЕТЬ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНО!»**

Одна из самых ярких молодых звезд российской эстрады, певица и композитор Мира, считает страхи всего лишь иллюзией, не делает акцент на трудностях и уверена, что успех делает людей счастливее и добрее.

СТР. 20

ТЕМА

Пасхальные традиции **СТР. 26**

С Пасхой связано немало традиций, как светских, так и церковных, причем в каждой стране они разные.



ДЛЯ ПОЛЬЗЫ ТЕЛА

Скамейка запасных

Если любимое косметическое средство закончилось, причем совершенно неожиданно, а времени (или возможности) найти ему замену нет, ситуацию спасет «запасной игрок».

СТР. 10



ЗА РУЛЕМ

Звезда Севера

14 апреля 1927 года в Гетеборге дебютировал автомобиль, ставший родоначальником новой династии «народных машин», - с днем рождения, Volvo!

СТР. 16



АЗБУКА ВКУСА

И в пир, и в мир

Рецепты блюд, которые украсят собой и праздничный стол, и прекрасно подойдут в качестве варианта «на каждый день»: ведь на их приготовление уйдет совсем немного времени!

СТР. 29

В мире



Гаагские тезисы

Основной темой обсуждения мартовского саммита по ядерной безопасности в Гааге, на котором присутствовали представители 53 стран, стал все же не крымский вопрос, а сокращение ядерных арсеналов. А результатом этого самого обсуждения – новые так называемые «корзины с подарками» – добровольные обязательства, связанные с ядерной безопасностью, которые взяли на себя различные страны. Так, Италия избавится от 20 кг ядерных материалов, тогда как Бельгия сдаст «значительное количество» опасных материалов. А вот Япония «в рамках усилий по сокращению мировых запасов опасных ядерных материалов» передаст США сотни килограмм пригодных для производства ядерного оружия урана и плутония для переработки в формы, не допускающие распространения. Согласно мнению участников саммита, все достигнутые на нем договоренности являются значительными шагами в области обеспечения ядерной безопасности и предотвращения ядерного терроризма.

Аллергии бой

Хорошая новость для аллергиков: в самое ближайшее время узнать свою предрасположенность и наличие аллергии сразу на несколько десятков видов аллергенов можно будет в полном смысле слова «за один присест». Новая методика, которую возьмут на вооружение европейские врачи уже к концу этого года, позволяет проводить мультиплексный анализ на 75 аллергенов (пищевых продуктов, пыльцы трав и деревьев, шерсти животных и ядов насекомых) за счет применения специального биочипа. Больше того, технология биологических микрочипов сводит к минимуму риск обострения заболевания, как это нередко случается при «классическом» методе скарификации, то есть исследования реакции на каждый аллерген в отдельности, занимает всего несколько часов и дает возможность безошибочно «узнать врага в лицо». Эффективность аллергочипов, а также их безопасность для здоровья людей, доказаны в ходе многочисленных тестов.



Все лучшее - республике

Согласно постановлению о национализации имущества предприятий, учреждений и организаций агропромышленного комплекса, а также лесного и охотничьего хозяйства, принятого на днях на заседании Госсовета Республики Крым, в собственность республики перешли более 150 компаний, в том числе известные винодельческие заводы «Магарач» и «Массандра» и завод шампанских вин «Новый Свет», а также природные парки, заповедники и охотничьи хозяйства. Все эти организации, в соответствии с постановлением, продолжают свою деятельность на основании действующих лицензий, правоустанавливающих и разрешительных документов. Обретя статус госпредприятий, они стали стратегическими, а значит, «не подлежащими ограничению в энергоснабжении, теплоснабжении и иных ресурсах жизнедеятельности».

Fotos: sxc

ANZEIGE

Christ-familie.eu ♦ Выбор на сайте всегда больше!



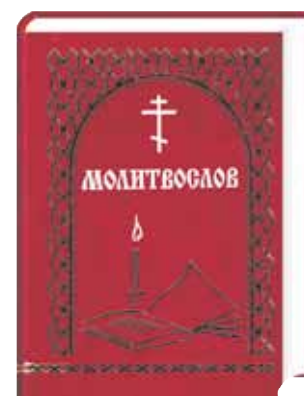
«Новый Завет»
1184 стр., твердый переплет
Арт. 11005 20,00 евро



«Святое Евангелие»
576 стр., твердый переплет
Арт. 11002 14,00 евро



«Закон Божий»
722 стр., твердый переплет
Арт. 11015 13,90 евро



«Молитвослов»
720 стр., твердый переплет
Арт. 12019 21,98 евро

Заказывайте в каталоге «Христианская семья»!

Тел. 030 / 688 377 170

В Германии

Луч света

Light+Building 2014

Человек всегда стремился к свету. А свет, в свою очередь, за историю человечества приобрел новые масштабы и новые измерения. Их многообразие – основная тема Международной выставки освещения, осветительных технологий и «умных домов» Light+Building 2014, которая пройдет с 30 марта по 4 апреля в выставочном центре Франкфурта-на-Майне. На экспозиционных стендах представлены последние тенденции в области освещения гостиных комнат и спален, офисов и магазинов, ванных, кухонь, садов и улиц, «классика жанра», оборудование для монтажа и системы обслуживания, фонари, лампы, торшеры и бра... В рамках выставки проводятся многочисленные семинары и практические занятия.



Miteinander Leben BERLIN REHA | PFLEGE | MOBILITÄT

Эра милосердия

Miteinander Leben Berlin 2014

С 3 по 5 апреля в Берлине пройдет Международная выставка товаров и услуг для пожилых людей и людей с ограниченными возможностями Miteinander Leben Berlin 2014. Множество новых и прогрессивных идей, значительно повышающих качество жизни, современное оборудование по уходу, восстановлению подвижности и ведению активного образа жизни и, что самое ценное, опыт специалистов сферы патронажных услуг – все, что позволяет сделать жизнь пожилых людей и людей с физическими отклонениями полноценной, интересной и насыщенной, предстанет глазам посетителей Miteinander Leben Berlin 2014. В этом году, помимо прочего, акцент будет сделан на создании безбарьерной среды, культуре отдыха и организации досуга тех, кто испытывает трудности из-за ослабления или нарушения функций организма.

Тихо е(де)шь...

Slow Food 2014

С 10 по 13 апреля Штутгарт превратится в гастрономическую столицу Германии, и все благодаря одной из крупнейших международных гастрономических выставок-форумов для гурманов Slow Food 2014. Ее девиз - «За полную жизнь, которую чувствуешь, когда ешь вкусно и не спеша». Парад лучших продуктов, блюд и напитков, а также всевозможные конкурсы, кулинарные шоу и мастер-классы, - рай на земле для тех, кто любит не просто вкусно поесть, но и интересно, креативно готовить, для кого процесс созидания пищи и ее поглощения является своего рода жизненной философией. Впрочем, все остальные тоже не заскучают.



Первым делом – самолеты

Aircraft Interiors Expo 2014

С 8 по 10 апреля в Гамбурге пройдет Международная выставка интерьеров для самолетов Aircraft Interiors Expo, самая большая в мире выставка, посвященная проектированию интерьера салонов самолетов. Здесь представлено все, что только придумало человечество для создания «железных птиц»: от предметов интерьера, всевозможных видов тканей и отделочных материалов до различных видов размещения пассажиров в салоне, от развлечений в полете до коммуникационных систем.

Fotos: sxc



Вы заинтересованы в деловом сотрудничестве с газетой «Время»? Мы так и знали!

По вопросам кооперации с нашим изданием, размещения рекламы и распространения обращайтесь по телефону 030/ 688 377 170





Криминальная хроника

«Откройте, служба водоснабжения!»

Обстоятельства серии ограблений пожилых людей выясняют полицейские Бранденбурга. За прошлый месяц в отделения полиции в разных городах на северо-западе этой федеральной земли обратились 12 человек, рассказавших стражам правопорядка одну и ту же историю: среди бела дня в дверь квартир потерпевших позвонил молодой мужчина и представился сотрудником управления городского водообеспечения, которому необходимо проверить напор воды в трубах. Доверчивые пенсионеры, не подозревая обмана, впускали лжеводопроводчика в квартиру, а тот, в свою очередь, ловко отвлекал внимание стариков и совершал ограбление. Во всех случаях жертвы замечали пропажу денег, украшений и ценных вещей лишь после ухода мошенника. Но лишь благодаря находчивости и бесстрашию 76-летней Эрики А., жительницы Ратенова, преступника удалось задержать: хотя А., как и ее товарищи по несчастью, также доверчиво открыла дверь незнакомому человеку, пожелавшему срочно проверить состояние водопровода в ее квартире, его последующие действия, в частности, чересчур пристальное внимание к обстановке квартиры, вызвали у нее сомнения. Бойкая не по годам старушка, впустив «гостя» в ванную комнату, закрыла на ключ дверь в нее и вызвала полицию. В ходе обыска, проведенного прибывшими на место происшествия сотрудниками правоохранительных органов, у задержанного обнаружили часы и деньги, которые тот умыкнул несколькими часами раньше у соседки Эрики А. По факту содеянного против него возбуждено уголовное дело.



Банда столичных автогонщиков обезврежена

В ходе совместной операции полицейским из Берлина и Гамбурга удалось задержать банду угонщиков автомобилей класса «премиум». Злоумышленники специализировались на угоне дорогих машин, которые после некоторых манипуляций переправлялись для продажи в Польшу, и действовали преимущественно на территории столицы и соответственно Северной метрополии. Благодаря слаженным действиям полиции удалось вернуть законным владельцам 34 угнанных автомобиля, общая стоимость которых превысила 270 000 евро.



Обман раскрыт. Справедливость не восторжествовала...

Сфера деятельности 58-летнего служащего немецкого бундестага Инго Г. (58) – «оформление стен», его месячная заработная плата – примерно 7 000 евро. Но, по всей видимости, эта сумма сотрудника культурного реферата не устраивала, и он, не мудрствуя лукаво, решил поправить свое материальное положение за счет своего же работодателя. Начиная с 2007 года, Инго Г. предоставил в отдел кадров и бухгалтерию с требованиями о компенсации более 300 поддельных счетов от врачей, якобы уже им уплаченных. В результате этих незамысловатых действий на счет хитроумного госслужащего, помимо непосредственной зарплаты, поступило около 165 000 евро. И только, когда в 2012 году одна из сотрудниц бухгалтерии обратила внимание на несовпадение даты выставления счета зубного врача и проведения самой процедуры, была проверена подлинность документа, - как выяснилось, счет был фальшивкой, как и вся остальная документация, переданная Инго Г. в бухгалтерию. «Великий комбинатор» был в одночасье отстранен от должности, против него возбуждено уголовное дело, впрочем, до процесса дело пока не дошло. Тем временем Инго Г., как госслужащий, продолжает получать 60% зарплаты - 2 400 евро в месяц за ничегонеделанье и подделку документов. Как утверждает адвокат Г., только в том случае, если его подзащитный будет присужден к лишению свободы более чем на 12 месяцев, он будет уволен со своего поста с потерей пенсионного обеспечения. Во всех остальных вариантах неудачливый поддельщик счетов отделается легким испугом...

Вор у вора дубинку украл

Перед столичным криминальным судом предстали 5 человек – граждане Германии, Украины и Болгарии, достаточно долгое время занимавшиеся нелегальными Интернет-махинациями. Их обвиняют по целому ряду статей Уголовного кодекса: кража, покушения на кражу, незаконный доступ к информации и так далее. Еще в прошлом году компаньоны разработали программное обеспечение, позволяющее копировать конфиденциальную информацию владельцев пластиковых банковских карточек некоторых банков. После того, как мошенники получали информацию о реквизитах ничего не подозревающих клиентов банков, на основании последней изготавливались фальшивые банковские карты, которые отлично пригодились для снятия денег в банкоматах. По иронии судьбы, «прокололись» преступники при неудачной попытке снять более 1 000 евро с заблокированного судебным постановлением счета злостного налогоплательщика. Злоумышленников удалось задержать на месте преступления, против них было возбуждено уголовное дело, а какую меру выберет для них суд, будет известно лишь в конце мая.



ЛУЧШИЕ ТАРИФЫ 2014

ВСЕ ВИДЫ СТРАХОВАНИЯ И ФИНАНСИРОВАНИЯ

ДОВЕРЬТЕСЬ ЭКСПЕРТУ ПО СТРАХОВАНИЮ!

МЫ ПОДБЕРЕМ ДЛЯ ВАС ОПТИМАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ПО САМЫМ ВЫГОДНЫМ ЦЕНАМ!

А также индивидуальные программы, подробные консультации по всем вопросам страхования на русском языке и гибкая система скидок

ОБРАЩАЙТЕСЬ К НАМ
– МЫ С УДОВОЛЬСТВИЕМ ПОМОЖЕМ ВАМ!



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

Ваш магазин в центре Мюнхена!



ODESSA

Feinkost aus Ost-Europa

Karlsplatz 4, 80335 München

Tel. 089 235 476 28 Пн.-Сб. 10:00-20:00

**Лучшие вина от завода
«Массандра»? –
ЭТО В «ОДЕССЕ»!!!**



каждую среду - новинки колбас

каждый четверг - свежий хлеб

каждую пятницу - свежая рыба

www.odessa-shop.de

В „Одессе“ всегда выше КАЧЕСТВО чем цена!

ВРЕМЯ

**Размещение
рекламы в газете
„Время“ на самых
выгодных условиях!**

Тел. 030 / 688 377 170



VIKTORIA REISEN

Описание и заказ туров на www.viktoria-reisen.com

Главный офис: Derendorfer Str. 23, 40479, Düsseldorf:

☎ 0211-44 50 91 ☎ 0211-44 50 90 ☎ 0211-602 43 56 ☎ 0211-44 50 92

Frankfurt: ☎ 069-9203 90 41 (42) Köln: ☎ 0221-801 81 30 (31)

Dortmund: ☎ 0231-956 58 10 (11) Stuttgart: ☎ 0711-1209 20 43 (44)

Бюро работает:

Пн-Пт: 09:00-18:00

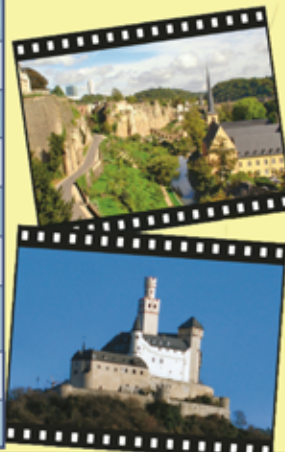
Сб: 10:00-13:00

Наши партнёры: Essen: 0201-806 85 69, Wuppertal: 0202-759 51 01, Trier: 0651-981 27 75,

Hamm: 02381-43 15 20, Würzburg: 093-13 05 18 08, Koblenz: 0261-914 32, Nürnberg: 0911-43 12 705

Bankverbindung: Viktoria Reisen, Stadtparkasse Düsseldorf, IBAN: DE56 3005 0110 0031 0278 57, SWIFT-BIC: DUSSEDD

ОДНОДНЕВНЫЕ ТУРЫ от 20 €	МАРТ	АПРЕЛЬ	МАЙ
АМСТЕРДАМ	1,2,4,6,8,9,11,13,15,16 18,20,22,23,25,27,29,30	1,3,5,6,8,10,12,13,15, 17,18,19,21,24,27,29	1,4,6,8,10,11,13,15,17 18,20,22,24,25,27,29,30
БРЮССЕЛЬ (парк Мини-Европа)	15, 19, 22, 26, 30	2,5,9,12,16,19,23,26,30	4,7,11,14,18,21,24,28,31
БРЮССЕЛЬ (королевский музей)	1, 5, 9, 12	-	-
БРЮГГЕ	8, 29	12, 19, 27	11, 17, 29* (вынос св. крови)
ЛЮКСЕМБУРГ	6, 13, 20, 27	3, 10, 17, 24	8, 15, 22
ЛЮКСЕМБУРГ, ТРИП	1, 8, 15, 23, 29	5, 12, 20, 26	1, 4, 10, 17, 24, 29
АНТВЕРПЕН	22	20	17
ЗАМКИ РЕЙНА (Кобленц, Рюдесхайм)	2, 5, 9, 12, 16, 19, 23, 26, 30	2, 6, 9, 13, 16, 18 21, 23, 27, 30	3* (фейерверк), 7, 11, 14, 18, 21, 25, 28
ЗАМКИ МОЗЕЛЯ	-	20, 26	10, 31
ПАРК ЦВЕТОВ КОЙКЕНХОФ	25 €, 30 € парад цветов	6, 13, 18, 20, 26, 29	3* (парад цветов), 10, 13



БЕНИЛЮКС	МАРТ	АПРЕЛЬ	МАЙ	€
ТРИ СТОЛИЦЫ: Брюссель, Амстердам, Люксембург	08-09, 15-16, 29-30	5-7,12-14,19-21,26-28	3-5,10-12,17-19,24-26,31-2	от 69
БЕЛЬГИЯ: Брюссель, Антверпен, Брюгге, Гент	25 - 26	23 - 24	20 - 21	от 69
АМСТЕРДАМ, БРЮССЕЛЬ, АНТВЕРПЕН	04 - 05	15 - 16	13 - 14	от 69

ФРАНЦИЯ. ПАРИЖ...	МАРТ	АПРЕЛЬ	МАЙ	€
ПАРИЖ-ВЕРСАЛЬ-ЛУВР Вечерний выезд	Вт. 4-7,11-14,18-21,25-28	1-4,8-11,15-18,22-25,29-2.05	6-9,13-16,20-23,27-30	от 69
	Пт. 7-10,14-17,21-24,28-31	4-7,11-14,18-21,25-28	2-5,9-12,16-19,23-26,30-2.6	
ПАРИЖ-ВЕРСАЛЬ-ЛУВР Утренний выезд	Ср. 5-7,12-14,19-21,26-28	2-4,9-11,16-18,23-25,30-2.5	7-9,14-16,21-23,28-30	от 39
	Сб. 1-3,8-10,15-17,22-24,29-31	5-7,12-14,19-21,26-28	3-5,10-12,17-19,24-26,31-2.6	
ПАРИЖ-ДИСНЕЙЛЕНД, Веч.	Пт. -	18-21, 25-28	9-12, 23-26	108
ПАРИЖ-ВЕРСАЛЬ-ЛУВР-ФОНТЕНБЛО	Чт. -	17-21,24-28	1-5,8-12,15-19,22-26,29-2.6	от 99
ПАРИЖ-РУАН-ЗАМКИ ЛУАРЫ, Веч.	Чт. -	-	1-5,8-12,15-19,22-26,29-2.6	
ПАРИЖ-АМСТЕРДАМ-БРЮССЕЛЬ, Веч.	Чт. -	17-21,24-28	1-5,8-12,15-19,22-26,29-2.6	

Внимание! Первое воскресенье месяца посещение Лувра и музея Родена - бесплатно

МНОГОДНЕВНЫЕ ТУРЫ	МАРТ	АПРЕЛЬ	МАЙ	€
КЛАССИЧЕСКАЯ ИСПАНИЯ	-	-	10 - 17, 21 - 28	от 299
ЧЕХИЯ: ЗЛАТА ПРАГА	4-7,7-10,11-14,14-17, 18-21,21-24,25-28,28-31	1-4,4-7,8-11,11-14,15-18, 18-21,22-25,25-28,29-2.5	2-5,6-9,9-12,13-16,16-19, 20-23,23-26,27-30,30-2.6	от 39
АВСТРИЯ: Вена, Баден	-	18 - 21	6 - 9, 13 - 16	от 89
АВСТРИЯ: Вена, Зальцбург	-	-	23 - 27	от 119
КЛАССИЧЕСКАЯ ШВЕЙЦАРИЯ	-	18 - 22	16 - 20	от 119
ШВЕЙЦАРИЯ: Женева, Цюрих, Люцерн, Берн	18 - 21	18 - 21	20 - 23	от 89
БАДЕН-БАДЕН, ШВАРЦВАЛЬД, СТРАСБУРГ	-	-	3-4,6-7,10-11,13-14, 17-18,20-21,24-25,27-28	от 49
БЕРЛИН, ПОТСДАМ	-	-	16 - 19	от 69
МЮНХЕН. БАВАРСКИЕ ЗАМКИ	21 - 24	-	9 - 12	от 69
ФРАНЦИЯ: Канн, Монако, Ницца, Сен-поль	-	18 - 22	1 - 5	от 99
ГРЕЦИЯ	-	26.04 - 5.05	-	от 339
АНГЛИЯ: ЛОНДОН, ВИНДЗОР	-	17 - 21	16 - 20	от 119
ПОРТУГАЛИЯ	-	-	14 - 20	от 299
ДРЕЗДЕН, ПРАГА	21 - 24	25 - 28	6 - 9	от 49
ПОЛЬША: Краков	-	-	16 - 19	от 89

Пасха: Светлое Христово Воскресение

20 апреля православные христиане отмечают «праздников праздник и торжество из торжеств», - Пасху.

Пасха является самым великим праздником Православной Церкви. Святитель Григорий Богослов говорит, что Пасха — это праздников праздник и торжество торжеств, она столько превосходит все торжества не только человеческие, но даже Христовы и для Христа совершаемые, сколько солнце превосходит звезды. Воскресение Христово – это основание нашей надежды на вечную жизнь, укрепление веры и терпения, источник, дающий силы переносить уныние, малодушие, печаль и скорбь. Как бы ни была сложна наша жизнь, как бы ни обуревали нас житейские невзгоды, все это ничто по сравнению с той духовной радостью, с той надеждой на вечное спасение, которое дается Воскресением Христовым. Житейские скорби, напасти, проблемы разного рода, болезни собственные или близких людей — все это сокрушает нас, лежит на нас тяжким бременем, повергает в уныние. Но, если Христос воскрес, если Он победил грех, проклятие и смерть, то все наши земные бедствия лишь временны, а это значит, что неизбежно наступит день, когда они будут побеждены, когда мы избавимся от их власти, сбросим их с себя. Словами «Христос Воскресе!» мы выражаем уверенность в том, что, как Христос воскрес, так и мы, силою Божией, воскреснем к новой жизни. Тогда Бог навсегда освободит мироздание от всякого зла и греха, и все, кто желал торжества правды Божией, обретут нескончаемую радость.

Светлого Вам праздника Пасхи!



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

Жевать или не жевать?



Оказывается, жевательная резинка вовсе не способствует профилактике кариеса, совсем не отбеливает зубы и не удаляет с них налет, более того, она может стать причиной появления заболеваний желудочно-кишечного тракта и вызывает привыкание не хуже, чем сигареты или алкоголь. Так, может, лучше вообще от нее отказаться?

Как и у всего на свете, у жевательной резинки есть свои плюсы и минусы. Правда, до недавнего времени считалось, что пользы от ее употребления неизмеримо больше, чем вреда. Но результаты последних исследований стоматологов и гастроэнтерологов произвели настоящую революцию в этом вопросе, - как выяснилось, жвачка не только не панацея от многих бед, но и источник массы проблем со здоровьем. Каких? Давайте попробуем разобраться!

...и никакого кариеса?

Реклама уверяет, что употребление жвачки, особенно после еды, - оптимальный способ очистить зубы и восстановить кислотно-щелочной баланс во рту (что, в свою оче-

редь, является великолепной профилактикой кариеса). В действительности же все далеко не столь лучезарно: жевательная резинка очищает лишь поверхность зубов, в то время как кариесу подвержены участки, расположенные в промежутках между зубами. Единственным эффективным средством очищения этих «проблемных зон» является зубная щетка или зубная нить.

Совершенно без сахара

С одной стороны, отсутствие сахара в составе жевательной резинки является достоинством, с другой – серьезным недостатком. Все оттого, что такие заменители сахара, как сорбитол или ксилит способствуют повышенной выработке кислот в полости рта, что повышает вероятность скорого разрушения зубной эмали.

Дело времени

Вопреки призывам рекламы, жвачку необходимо употреблять не после еды, а за несколько минут до ее приема. В процессе жевания слюноотделение и выработка желудочного сока становятся более интенсив-

ными. Это означает, что, если после использования жвачки приема пищи не следует, то повышенная кислотность в организме навредит не только тем, кто страдает расстройствами желудочно-кишечного тракта, но и здоровым людям. Кроме того, увеличение секреции слюнных желез «вхолостую» влечет за собой сухость слизистой оболочки, в результате чего появляется дисбактериоз и нарушается пищеварение.

Укрепляет десны

Жевательный процесс укрепляет десны, и это бесспорный факт. Стоматологи рекомендуют для укрепления десен жевать грубый хлеб, фрукты или овощи. Эти продукты активно массируют десны, укрепляя их. А вот мягкая жевательная резинка не обладает достаточной для массажа жесткостью. К тому же она попросту не попадает на десны во время жевания. Кстати, тут существует еще один «подводный камень»: привычка жевать резинку на одной стороне довольно быстро приводит к развитию мышц одной стороны лица при одновременном атрофировании – с другой, что приводит к очень заметной асимметрии лица.

Свежее дыхание

Кто бы спорил, жевачка действительно освежает дыхание, так как в ней содержатся элементы, способными устранить неприятный запах изо рта. Но эффект не может продолжаться долго: во-первых, эфирные масла и отдушки, отвечающие за ощущение свежести, вступая в химическую реакцию со слюной, быстро нейтрализуются, а во-вторых, кусочки пищи и зубной налет, вызывающие неприятный запах, с помощью одной только жевачки не уничтожаются.

Привычка – вторая натура?

Жевательная резинка вызывает привыкание, как сигареты или слабый алкоголь. Дело в том, что в ее состав входит аспаргеновая кислота, провоцирующая зависимость, и тем, кто «подсел» на регулярное употребление жевательной резинки, весьма сложно отказаться от этой привычки.

Какой вывод можно сделать из вышесказанного? Все хорошо в меру, и употребление жевачки тоже. Если ограничиваться одной пластинкой или подушечкой в день, то они окажутся преданным союзником в борьбе за здоровье, ну, а злоупотребление жевачкой сулит серьезные неприятности. Впрочем, каждый сам ищет для себя ответ на вопрос, жевать или не жевать...



ANZEIGE

ОТЕЛЬ-ПАНСИОН Pankow



ОТЕЛЬ-ПАНСИОН Pankow расположен в тихом зеленом районе и в то же время недалеко от центра Берлина (15 минут езды на общественном транспорте до Alexanderplatz и 20 минут — до Potsdamer Platz). Вы можете начать знакомство с немецкой столицей уже с порога нашего отеля — в непосредственной близости от него расположены художественные галереи, замок Шенхаузен с прилегающим к нему парком, кафе, рестораны, магазины...

Небольшой размер отеля позволяет уделять особое внимание каждому гостю. 12 уютных, светлых номеров (4 одноместных и 8 двухместных) оснащены всем необходимым для комфортного отдыха. При высоком качестве обслуживания отель-пансион Pankow отличается умеренными ценами.

ОТЕЛЬ-ПАНСИОН Pankow — здесь Вам всегда рады!

Pension Pankow

Berliner Strasse 117, 13187 Berlin, Tel. 030/ 20 28 82 93

e-mail: pension_pankow@web.de

Скамейка запасных



Если любимое косметическое средство закончилось, причем совершенно неожиданно, а времени (или возможности) сбегать в магазин и приобрести новый крем, шампунь или карандаш для глаз нет, ситуацию спасет «запасной игрок». Какой именно? Сейчас расскажем!

Отличная альтернатива средствам для снятия макияжа - подсолнечное или оливковое масло, нанесенные на ватный диск. Эти масла отлично смывают даже водостойкую косметику и заодно обеспечивают безопасное

питание кожи. Плюс к тому они обладают антиоксидантным и противовоспалительным свойствами и абсолютно гипоаллергенны.

Дорогостоящий крем, снимающий следы усталости под глазами, можно заменить на компрессы из зеленого чая. Рецепт прост: с утра заварить 2 пакетика чая, вынуть их из воды и положить в холодильник, затем прикладывать охлажденные пакетики к глазам на 10-15 минут. Благодаря высокой концентрации в зеленом чае танина, который стя-

гивает кожу, тем самым удаляя припухлости век и мешки под глазами, эффект просто потрясающий! Польза для кошечки тоже.

Перед давно запланированным выходом в свет выясняется, что флакон с средством для укладки волос безнадежно опустел? Не страшно, если, конечно, под рукой есть бальзам-ополаскиватель. С его помощью можно легко выделить кончики волос и подчеркнуть их структуру, - плюс дополнительный уход!

Кремом для тела можно заменить маску для волос. Больше того, если систематически (хотя бы раз в неделю) наносить молочко для тела на влажные свежевымытые волосы, оставлять на 5 минут и смывать теплой (не горячей!) водой, локоны становятся особенно блестящими и ухоженными, и, говорят, лучше укладываются.

Если добавить в ванну несколько ложек оливкового масла, никаких лосьонов для тела и кремов для рук и ног применять уже будет не нужно. Масляно-водяная смесь не оставляет силиконово-парафиновой пленки, проникает в эпидермис и «напрямую» увлажняет и регенерирует клетки. Кожа становится мягкой и шелковистой за считанные минуты!

Любимый ход профессиональных визажистов – кремовые румяна «в роли» помады. И вот почему: состав у этих продуктов практически одинаковый, а палитра оттенков более «приближенная действительности», то есть к реальному оттенку кожи. И держатся они, кстати, дольше!

Если из тюбика с зубной пастой невозможно больше выдавить ни капли, можно почистить зубы смесью поваренной соли и соды. Такой «союз» подходит для чувствительных зубов и слизистой полости рта и не хуже профессиональных средств для ухода за зубной эмалью очищает и укрепляет зубы и оздоравливает десны.

Вместо дезодоранта можно воспользоваться лимонным соком (нанести несколько капель на чистую кожу и дать высохнуть). Такой натуральный «борец с потоотделением» дарит ощущение свежести, незаметен на коже и не оставляет следов на одежде.

Как сделать взгляд открытым и выразительным, если под рукой нет туши для ресниц? Эту проблему можно решить, осторожно нанеся на ресницы немного вазелина и старательно распределив его по всей длине. Эта процедура отлично укрепляет ресницы и способствует их оздоровлению, кроме того, вазелин придает им эффектный блеск.



СУДОКУ

	5			3				
					1			5
4	7			8			2	
		2					8	
7						6	9	1
	1				6		7	
		7		9		8		
	2	6	1		3			
9			6				1	7

7								2
4	9			1	6			
			7			6	4	
8				9				
				8		7		
	7	1			5	3		
		7				9	8	
1				7		5		6
5	6		3					1

Гладить и радоваться

Мало кто действительно способен получать удовольствие от глажки постиранных вещей, тем не менее делать это все равно приходится. Впрочем, как и в любом деле, здесь есть свои тонкости и секреты, позволяющие не только сэкономить свои время и силы, но и превратить сам процесс глажки в легкое и приятное занятие, а также продлить срок жизни одежды.



Статистика утверждает, что в среднем хозяйка проводит за глажкой белья около 3 недель в год. Что, если попробовать уменьшить этот пугающий срок? Говорят, это очень просто, если соблюдать нижеследующие правила...

Любой созидательный процесс начинается с организации рабочего места, и глажка тоже. В свою очередь, рабочее место немислимо без соответствующих инструментов, в нашем случае без утюга. Предпочтение привыборе последнего лучше отдавать более тяжелым моделям, ведь чем массивнее подошва утюга, тем более сильное давление он оказывает на вещи и легче выгладит все складки. В итоге на работу тратится меньше энергии. Еще один залог «легкости бытия» процесса утюжения – правильно организованная

сушка белья. Чем аккуратнее вещи будут развешаны, тем меньше складок образуется на них, и тем легче будет их выгладить. Чтобы гладить было легко и приятно, необходимо, во-первых, хорошее освещение (это позволит своевременно заметить и устранить складки, а также снизит риск подпаливания ткани) и правильная установка гладильной доски (предотвратит синдром «усталых рук»). Оптимальное расстояние между доской и локтем руки должно быть примерно 27-30 см). Во-вторых, гладильная доска должна быть идеально ровной, а если под обивку гладильной доски положить лист фольги, она будет отражать и экономить тепло, что, соответственно, благоприятно отразится на скорости всего процесса. В-третьих, если рассортировать вещи по температуре глажки и разло-

жить по стопкам (начинать глажку надо с вещей, требующих минимального нагрева утюга, точно так же темные вещи лучше гладить после светлых), то можно сэкономить еще больше времени, ведь тогда отпадет необходимость постоянно переключать режимы работы «гладильного аппарата» и ждать, пока он охладится или, наоборот, нагреется! Ну, и, конечно, перед глажкой неплохо проверить чистоту утюга (для этого можно погладить нагретым утюгом сухую тряпку) и самих вещей. Гладить надо совершенно чистое белье, глажка может ярче выявить и закрепить незамеченные пятна. Все в порядке? Тогда начинаем утюжить, придерживаясь следующих рекомендаций по уходу за разными тканями:

Шелк

Шелковые вещи рекомендуется гладить, предварительно завернув их в мокрую и отжатую ткань на полчаса. Сбрызгивать шелк с помощью пульверизатора лучше не стоит, так как на нем могут остаться пятна, причем их проявление будет не сразу видно. Гладить шелк лучше всего с изнанки умеренно нагретым утюгом.

Синтетика и шерсть

Вещи из синтетических волокон и шерсти требуют к себе особого отношения, поэтому к ним лучше всего применять более щадящий режим глажки – отпаривание. Не следует увлажнять полностью ткань, утюжить ее необходимо только с изнаночной стороны. И еще - температура утюга при глажке не должна превышать 150 градусов.

Хлопок и лен

Полотенца, постельное белье и одежду из хлопка и льна следует гладить, предварительно сбрызнув водой или специальным спреем, либо же на влажной поверхности. Это сократит время глажки и сэкономит массу усилий. Льняные вещи следует гладить горячим утюгом (около 230 градусов), причем с лицевой стороны, для хлопка вполне достаточно «гладильной» температуры до 200 градусов. Если вещь разложить ровно, так, как она должна выглядеть в готовом виде, то время, которое необходимо для ее приведения в порядок, уменьшается почти вдвое!

И напоследок - если сил и терпения выгладить все намеченное за один присест не хватает, это не трагедия. Наоборот, разбивка глажки на небольшие ежедневные процедуры значительно облегчает весь процесс. Вы только попробуйте!



ANZEIGE

Christ-familie.eu ✦ Выбор на сайте всегда больше!



«В посты и праздники. Календарь на 2014 год»
352 стр., мягкая обложка
Арт. 50003 6,30 евро



«Молитва Матроне Московской»
Магнит на холодильник с молитвой
Арт. 20128 1,50 евро



«Молитва перед началом каждого дела»
Магнит на холодильник с молитвой
Арт. 20131 1,50 евро



«150 рецептов постных и праздничных салатов»
128 стр., мягкая обложка
Арт. 19086 2,60 евро



Молитва родителей на праздники
Магнит на холодильник с молитвой
Арт. 20129 1,50 евро

Заказывайте в каталоге «Христианская семья»! Тел. 030 / 688 377 170

Доктор Солнце

Подавляющее большинство тех, кому за 60, хотя бы раз в жизни сталкивались с таким странным феноменом: вдруг без видимых причин становится очень трудно выполнить даже самые повседневные, несложные действия, такие, как одевание или подъем по лестнице, причем длится это состояние экстремальной слабости около недели-двух, а затем проходит. Все дело в дефиците витамина D в организме, утверждают медики. Недостаток этого витамина, играющего важнейшую роль в состоянии здоровья костной и мышечной ткани и вырабатываемого за счет солнечного света или содержащегося в добавках к пище, ведет к снижению плотности костей, снижению тонуса мышц, остеопорозу. Самый простой и результативный способ его компенсации – регулярное пребывание на свежем воздухе и на солнце, а если это по каким-то причинам не представляется возможным, то достичь видимых результатов поможет прием соответствующих витаминных препаратов. Но прогулки по залитым солнцем улицам и паркам все же предпочтительнее, особенно апрельскими погожими деньками...



Просто проститься с гипертонией

Ни для кого не является секретом, что гипертония, или повышенное артериальное давление, которым страдает более 70% людей старше 65 лет, служит «трамплином» для развития многих опасных заболеваний, таких, как инсульт, инфаркт, артроз, тромбофлебит, глаукома, возрастная макулодистрофия и т. д. Чтобы свести к минимуму возможные последствия гипертонии, врачи рекомендуют срочно распрощаться с лишним весом, если таковой имеется, больше двигаться, а также исключить соленую пищу и есть больше продуктов, богатых калием и магнием (бананы, курага, клюква, шампиньоны, морская капуста, гречка, миндаль). Ничего сложного, не так ли? А если взять себя в руки и выдержать хотя бы месяц в режиме калиево-магниевой диеты, то и давление нормализуется, и фигура станет по-весеннему подтянутой. Что, собственно, и требуется в преддверии лета.

Скажи мне, сколько у тебя родинок, и я скажу, сколько тебе лет

Народная примета гласит, что чем больше у человека родинок, тем он счастливее. Британские ученые развили и дополнили это утверждение: по количеству родинок на теле человека можно судить о скорости протекания процессов старения в организме. То есть чем больше родинок, тем выше шанс оставаться вечно молодым! Оказывается, существует прямая связь между общим количеством родинок и длиной теломеров – концевых участков хромосом, которые как раз и являются индикаторами старения сердца, мышц, костей и артерий человека (когда теломеры становятся слишком короткими, клетка перестает делиться и погибает). Исследования показали, что, чем больше у человека родинок, тем выше вероятность того, что его ДНК обладает особыми механизмами защиты от старения. Разница в биологическом возрасте между обладателями 100 родинок и тех, у кого их не больше 25, составляет 6-7 лет (то есть отсутствие родинок – это своего рода маркер ускоренного старения). Посчитаем родинки?



Вкусы меняются...

Всем известна поговорка о том, что с возрастом вкусы меняются, однако не все задумываются о том, что она справедлива и в буквальном смысле. На самом деле все так и есть: с возрастом у людей происходит изменение вкусовых ощущений, причем зачастую не из-за новых предпочтений, а из-за участившихся заболеваний, приема лекарственных препаратов и ношения зубных протезов. Поэтому стоматологи рассматривают смену вкусов как сигнал к усиленным мерам гигиены ротовой полости, включающим в себя чистку зубов, по меньшей мере, 2 раза в день в течение 2 минут, ежедневное использование зубной нити и антибактериальных ополаскивателей для полости рта, и, конечно, внеочередного посещения стоматолога! Согласитесь, ничего экстраординарного – по крайней мере, все эти усилия окупятся сторицей для тех, кто сможет встретить старость со счастливой здоровой улыбкой.

Патронажная служба **VERITAS** — профессиональный уход от всей души!

Наши услуги:

- Бесплатные консультации нуждающихся в уходе людей и их родственников с выездом на дом
- Медицинское обслуживание
- Все виды бытовых услуг и ведение домашнего хозяйства (уборка, приготовление пищи, покупка продуктов и пр.)
- Подготовка и оформление документов для определения степени потребности в уходе (Pfleigestufe)
- Доставка на дом 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, мастера по маникюру и педикюру, массажистов, физиотерапевтов, логопедов и инструкторов по лечебной гимнастике
- ... и многое другое!



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



**VERITAS
Geschäftsstelle
Charlottenburg**
Kaiserdamm 26
14057 Berlin
Tel.: 030-321 20 11



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



**VERITAS
Pflegedienst
NRW GmbH**
Mittelstrasse 47
32683 Barntrup
Tel.: 05263-95 46 79

Мы гарантируем Вам и Вашим близким квалифицированный уход
в привычной домашней атмосфере!
Мы окружим Вас вниманием и заботой от всей души
- 24 часа в сутки, 7 дней в неделю, 365 дней в году!

Звезда Севера



87 лет назад, 14 апреля 1927 года, в Гетеборге дебютировал автомобиль, ставший родоначальником новой династии «народных машин», отличающейся высоким качеством, максимальной безопасностью, классическим скандинавским дизайном и экологичностью. В общем, с днем рождения, Volvo!

...20-е годы XX века. Автомобильная промышленность в Европе и Америке стремительно набирает обороты, и лишь Швеция остается пока не охваченной производством автомобилей, довольствуясь импортом. «Сколько можно стоять в стороне?», задают себе вопрос настоящие патриоты своей родины, сотрудники компании SKF Ассар Габриэльссон и Густав Ларссон, и, заручившись финансовой поддержкой руководства своей фирмы, начинают воплощать идею создания шведского автомобиля, который был бы способен конкурировать

с американскими и европейскими машинами и в то же время приспособлен к дорожным условиям и климату Швеции. Результатом их начинаний становится легковая машина Volvo Jakob. Интересно, кстати, что название нового бренда, Volvo, появилось по аналогии с Audi - как и у немецкого сородича, название Volvo взято из латыни и означает «я качусь», а собственное имя Jakob первая модель «катящейся» автомарки получила в честь дня святого Якова – именно тогда произошла первая встреча «отцов-основателей» первой скандинавской машины, Габриэльссона и Ларссона. Ну, а эмблемой автомобиля стал круг со стрелами, символ щита и копья Марса и одновременно алхимические обозначения железа (как известно, вплоть до появления ИКЕА именно сталепромышленность была «локомотивом индустрии» Швеции).

«Первый блин», Volvo Jakob, сошедший с

конвейера 14 апреля 1927 года – эту дату и принято считать точкой отсчета истории концерна, - получился довольно комковатым: во-первых, при тестировании первой же машины обнаружилось, что коробка передач была серийно установлена кверху ногами, то есть у Jakob было 3 задние передачи и одна – передняя... Во-вторых, даже после устранения этого дефекта машина продавалась не слишком успешно. И только к 1930 году компания Volvo сумела заявить о себе, вернее, о своей продукции, в полный голос, впервые в мире начав оборудование своих автомобилей гидравлическими тормозами на 4 колеса. В это же время появился гляцевый журнал для владельцев Volvo под названием Ratten («Руль»), рассчитанный вначале на служащих автозавода и заинтересованных партнеров, а затем – и на покупателей автомобилей. Сегодня Ratten - одно из крупных изданий в Швеции и самый долговечный автомобильный журнал в стране.



К началу 40-х годов Volvo разработала сравнительно недорогие модели Volvo PV36 и Volvo PV51, ставшие в Швеции «народными», а после войны принешие фирме известность в Европе и Америке. За ними последовали не менее популярные PV 444 и PV 544, а в 1953 году состоялась презентация первого настоящего универсала Volvo – Duett, ознаменовавшего начало ориентации фирмы на производство автомобилей семейного типа. И одновременно – одними их самых безопасных в мире. Так, Volvo стала первой в мире компанией, установившей в 1959 трехточечный ремень безопасности в серийно выпускаемый автомобиль. Создатель нового ремня безопасности Нильс Бо-

лен получил множество наград, но важнее другое: этот ремень спас и спасает по сей день миллионы жизней. Кроме того, именно «Звезда севера», - такое прозвище получил один из самых известных шведских брендов у себя на Родине, - стала первым в мире производителем автомобилей, внедрившим в середине 70-х годов прошлого столетия в серийное производство каталитический нейтрализатор и лямбда-зонд, что позволило снизить токсичность выхлопных газов на 90%. Мировая автомобильная промышленность очень быстро стала использовать это новшество в своих автомобилях.

А сама фирма продолжала радовать покупа-

телей своими новыми автомобилями – знаменитой серией 343, не менее известной моделью 760 (самым динамичным дизельным автомобилем в мире на тот момент), «скандинавской мечтой» Volvo 850, первым автомобилем в мире, где была установлена боковая подушка безопасности в дополнение к системе защиты от бокового удара, новейшими моделями серий V и S, внедорожником Volvo Cross Country... Машинами, в которых отражена жизненная философия одного из «отцов» Volvo, Густава Ларсона, - «Автомобили создаются для людей и ими управляются. Основной принцип заключается в том, что все дизайнерские усилия — это есть и должна быть безопасность...».

ANZEIGE

Christ-familie.eu ✦ Выбор на сайте всегда больше!



«Православная психотерапия»
Митрополит Иерофей (Влахос)
Мудрые изложения мыслей святых отцов с комментариями к их писаниям
368 стр., мягкий переплет
Арт. 18008, 9,70 евро



«Когда и как надо говорить ребенку о Боге»
Книга для родителей, содержащая размышления, наставления и молитвы о детях
48 стр., мягкий переплет
Арт. 16015, 2,50 евро



«Как улучшить отношения с родителями»
Дмитрий Семеник
Понять родителей, быть услышанным ими и создать атмосферу тепла в семье – это так просто!
208 стр., мягкий переплет
Арт. 13022, 6,90 евро



«Там, где Восток: духовные копии»
Священник Иван Охлобыстин – о буднях многодетного отца, проблемах современности и многих других интересных вещах
192 стр., мягкий переплет
Арт. 13016, 7,60 евро

Заказывайте в каталоге «Христианская семья»!

Тел. 030 / 688 377 170

Гороскоп



Овен (21 марта - 20 апреля)



Апрель принесет Овнам много приятных новостей, а также массу новых знакомств и благоприятных обстоятельств. Вы будете ощущать избыток жизненных сил и сможете рассчитывать на получение скорейших результатов. Правда, к концу месяца ваш энтузиазм слегка пойдет на убыль, - постарайтесь не поддаваться негативным настроениям!

Телец (21 апреля - 20 мая)



В апреле Тельцам необходимо будет запастись терпением. Решать вопросы и проблемы лучше на свежую голову, а о ясности мыслей вам сейчас можно только мечтать. Гораздо мудрее просто переждать кризисный момент – через некоторое время все проблемы сами себя исчерпают.

Близнецы (21 мая - 21 июня)



Для Близнецов апрель станет очень динамичным периодом, полным новыми событиями и переменами. В то же время вам предстоит расстаться с некоторыми иллюзиями, и потребуются немалая сила воли, чтобы жертвовать своими интересами ради блага других людей. Впрочем, все ваши старания будут вознаграждены по достоинству.

Рак (22 июня - 22 июля)



Успехи в карьере Раков, равно как и в личной жизни, будут зависеть сейчас исключительно от умения налаживать новые связи и принимать быстрые, но хорошо продуманные решения. И еще от умения справляться с проблемами своими силами, не загружая своими просьбами родственников и знакомых – чем меньше вы взвалите забот на их плечи, тем лучше они к вам будут относиться...

Лев (23 июля - 23 августа)



Апрель - один из наиболее удачных месяцев года для Львов. Если вам удастся реализовать все важные дела в течение первых двух декад, то можете считать, что начало безоблачному счастью на длительный период времени положено! А если вы еще протянете руку дружбы своим недоброжелателям, то успех и вовсе не заставит себя ждать!

Дева (24 августа - 23 сентября)



Второй весенний месяц откроет перед Девами новые горизонты. Тут главное - не бояться действовать быстро, решительно и самостоятельно. Не прячьтесь от трудностей, это закалит ваш характер

и научит вас не падать духом даже в тех ситуациях, когда все происходит не так, как ожидалось. Тем более, что звезды обещают не перегружать вас этими самыми трудностями...

Весы (24 сентября - 23 октября)



В середине весны Весы получают шанс исправить допущенные ранее ошибки и пересмотреть принятые ранее решения. Вы будете легки на подъем и полны энергии, - используйте это для налаживания новых связей и расширения сферы своего влияния. Стремление проявить себя благоприятно отразится и на личных отношениях.

Скорпион (24 октября - 22 ноября)



Скорпионов в апреле ожидает множество проблем. Чтобы оставаться на плаву, вам понадобятся особые аккуратность и точность в ведении дел. Удерживайтесь от опрометчивых решений, руководствуйтесь правилом «7 раз отмерь, 1 раз отрежь».

Стрелец (23 ноября - 21 декабря)



Колесо Фортуны окончательно повернулось в сторону Стрельцов! Этой весной вас ждут приятные сюрпризы, хорошее настроение и значительное улучшение финансового положения. И море романтики, - можно ли требовать от жизни большего?

Козерог (22 декабря - 20 января)



В апреле Козерогам удастся избавиться от негативных эмоций, плохих привычек и отживших свой век привязанностей. Для этого вам придется в первую очередь пересмотреть свое отношение к окружающим и попросить прощения у тех, кого вы в свое время незаслуженно обидели. Вот увидите, вам сразу станет легче!

Водолей (21 января - 19 февраля)



В этом месяце Водолеи будут действовать под влиянием своих смелых идей и смогут многого достигнуть. Прислушивайтесь к советам со стороны и уделяйте побольше внимания своим друзьям и близким, которые уже давно в нем отчаянно нуждаются, и все сложится наилучшим образом.

Рыбы (20 февраля - 20 марта)



Апрель станет для Рыб довольно спокойным периодом, хотя за привычный уровень благосостояния придется побороться. Впрочем, и финансовые, и любовные проблемы решатся быстро и успешно, если только вы не будете торопить события. Все свое время...

Новый элитный жилой комплекс-резиденция для пожилых людей «Sonnenhaus» - уютный, современный коттедж в одном из самых экологически чистых районов Берлина (Hellersdorf), который может стать вторым домом для Ваших близких!



В элитном жилом комплексе-резиденции для пожилых людей «Sonnenhaus», рассчитанном на проживание 12 человек и спроектированном с учетом нужд людей с ограниченными физическими возможностями, созданы

все максимально комфортные условия для достойного проживания! Ухоженный сад, где можно устроить пикник или просто погулять, уютные интерьеры просторных комнат, светлые и комфорт-

ные зоны отдыха, эргономичная планировка коттеджа — все это поможет сделать Ваших родных и близких более счастливыми и улучшить качество их жизни.

Всем нашим жильцам обеспечены квалифицированный уход, индивидуальный подход к питанию, максимум личного пространства, разнообразный досуг и отдых, а главное - круглосуточное внимание и искренняя забота персонала.

Новый элитный жилой комплекс-резиденция для пожилых людей «Sonnenhaus» - с любовью и заботой о тех, кто нуждается в помощи.



За более подробной информацией обращайтесь по телефонам 030/992 73 159 или 0163/688 60 55 (Елена Пауль)

Мира: «Плохой человек не может выглядеть привлекательно!»



Одна из самых ярких молодых звезд российской эстрады, певица и композитор Мира, считает страхи всего лишь иллюзией, не делает акцент на трудностях и уверена, что успех делает людей счастливее и добрее.

- Мира, считается, что все мы сами еще в детстве программируем свое будущее. Ты согласна с этим утверждением? Оно - про тебя?

- Да, согласна. Более того, я и сейчас программирую свое будущее. В любую минуту можно запланировать что-то, чего ты хочешь, помечтать об этом, ну и, соответственно, верить в свое будущее и идти к нему навстречу. Страхи – это всего лишь иллюзия, которая многим мешает создавать или изменять свое будущее в лучшую сторону.

- Ты помнишь свой сценический дебют?

- К сожалению, не помню. Петать я начала раньше, чем пришло ко мне осознание того, чем я занимаюсь сейчас.

- В твоём творческом багаже – опыт работы танцовщицей в шоу-балете «Эния». Карьера балерины тебя не прельщала? Почему ты все-таки решила связать свою жизнь с музыкой?

- Да, в свое время я серьезно занималась танцами, и сейчас тоже люблю танцевать. Мне очень нравится этот вид искусства. Че-

рез танец, музыку, песню я лучше понимаю, что происходит на сцене, что хочет донести танцующий до зрителя - его характер, энергию. Это как читать интересную книгу или смотреть кино. Я тоже общаюсь с миром на этом языке. Через музыку меня лучше понять. Я попадаю, можно сказать, в приятную материю и плыву в гармонии. Это что-то космическое. Непередаваемые ощущения, когда ты можешь говорить на языке музыки. Именно поэтому я и связала жизнь с ней, хотя сама еще не знаю до конца, почему. Просто родилась музыкальной, особенной, той, которая не может жить без музыки, как без воздуха. Получаю огромное удовольствие от того, что я так живу.

- Тебе удалось достаточно быстро покорить Москву и заявить о себе на российской эстраде. С какими трудностями ты столкнулась при покорении этих вершин?

- Нелегко было однозначно, но это незначи-

тельно, ведь музыка с каждым днем поглощает меня все больше и больше. Я с каждым разом все меньше обращаю внимания на трудности, элементарно не делаю на них акцент, не закикливаюсь, что ли.

- Твои песни были отмечены в конкурсе «Алла ищет таланты» А.Б.Пугачевой. Какие впечатления у тебя от сотрудничества с примадонной?

- Да, случилось со мной такое маленькое приятное счастье. Испытываю благодарность от сотрудничества с А.Б. Пугачевой.

- Ты пишешь песни только для себя?

- Да, пишу для себя, но я бы писала и для других с удовольствием. Когда была совсем еще молоденькой, то было время, а сейчас достаточно плотный график, у меня просто нет времени, чтобы создавать песни, поэтому даже для меня сейчас пишут другие авторы.

- Какую свою композицию ты считаешь самой удачной?

- Я очень критично отношусь к себе всегда и во всем. Мне все время кажется, что другой делает это лучше, другая красивее, третий умнее, четвертый работает больше и т.п., поэтому я чему-то учусь, совершенствуюсь, но все равно остаюсь самокритичной. Я не знаю ответ на этот вопрос. Мне больше нравятся песни других авторов (улыбается).



- Ты знакома на собственном опыте с работой в коллективе и самостоятельными выступлениями: проще быть сольной певицей или участницей группы?

- Мне проще работать в группе. Это интереснее. Группа как семья – все участники вместе и за одно дело. Конечно, в таком случае и энергетики больше. Но сложно найти правильных людей, которые точно определились с целями, задачами и понимают, что такое ответственность, любовь, дружба, преданность. Я с удовольствием работала в коллективе, мне это очень нравилось. Только в моем случае итог был таков, что все его покидали, один за другим, будто это был временный аэродром, а стремились они совершенно к другому. А для меня это жизнь и я очень переживала, когда происходили изменения в составах. Привыкаешь к человеку, каждый день вместе, делишься с ним радостью, решаешь с ним одни и те же поставленные задачи, а потом он предает тебя уходом без сожаления, потому что ему надоело, или он нашел свою половинку. Я считаю, что не надо занимать чужое место, если вы ненадолго.

- Успех в шоу-бизнесе тебя изменил, или ты все такая же девочка из казахстанского городка Рудный?

- Успех не может тебя изменить. Я считаю, что люди не меняются. Тем более, когда все идет хорошо, когда ты радостный и счастливый человек. А у меня ассоциации с успехом именно такие. Когда люди счастливые, они могут стать только лучше и добрее. Но иногда те, кто находятся в нашем окруже-

нии, могут не так реагировать на наши успехи, как хотелось бы. Как говорится, друзья познаются не только в беде, но и в радости. А еще мне очень нравится выражение: «Никогда не путайте мой характер с моим отношением. Мой характер зависит от меня, а мое отношение - от вашего поведения». Это как раз для тех, кто говорит, что у меня корона на голове, что я изменилась, меня испортили деньги и успех. Обидно, ведь ты в это время прощаешь людям такие вещи, как предательства, обиды в свой адрес, непонимание, одиночество. Не многие способны пережить успех кого-то. Всегда найдется оправдание, почему у одного так, а у другого иначе.

- Согласна ли ты с мнением, что красивому человеку легче добиться успехов в жизни?

- Да, но только если сочетание «красивый человек» понимать не буквально, а иметь в виду красивую, добрую, человеческую душу. Не может негативный и плохой человек выглядеть привлекательно. Я не говорю о фальшивой красоте, пустой.

- Звезда всегда на виду. Как ты следишь за фигурой? Есть ли у тебя какие-то особенные «рецепты красоты»?

- Я выгляжу по-разному. Стараюсь всегда быть на высоте, но, к сожалению, я тоже человек и мне свойственно уставать, не высыпаться. И особенных «рецептов красоты» у меня нет. Все как у всех. Есть возможность – сплю. Лучший вариант – это просто спать ночью. Кремами для лица не пользуюсь, на диете не сижу, разве что не ем мясо и кар-

тошку. Иногда, очень редко, балуюсь сладким. Времени на спорт нет, поэтому 10-15 минут с утра просто танцую под музыку – это поднимает настроение и держит меня в тонусе. Не курю, не употребляю алкоголь вообще.

- Чем ты предпочитаешь заниматься в свободные минуты? Есть ли у тебя какие-то увлечения, хобби?

- В свободное время я привожу свои вещи в порядок, провожу генеральную уборку. Я заиклена на чистоте, и мне нравится самой все раскладывать по местам, вытирать пыль, мыть полы. Еще я увлечена медитациями, читаю аффирмации и клею коллажи – ищу картинку для визуализации своего будущего из журналов и склеиваю в одну иллюстрацию. Это увлекает, очень весело. Еще люблю с друзьями петь в караоке.

- А на личную жизнь у тебя время остается?

- На личную жизнь всегда находится время! Это очень важно – любить, заботиться и быть любимой. Это крылья, благодаря которым ты летишь к своим планам и мечтам. Если нет личной жизни или в ней что-то не так, то и все остальное не значит ничего и так же негармонично существует.

- Если бы у тебя была возможность обратиться к своему прошлому и будущему, что бы ты им сказала?

- Я бы сказала «спасибо»! У меня все отлично. Я радуюсь жизни, наслаждаюсь прекрасным миром. Очень люблю людей и музыку!



Королевство тюльпанов



На вопрос, куда же съездить в апреле (или как провести длинные пасхальные выходные), просто-таки напрашивается ответ: конечно же, в Голландию! Потому что такого буйства красок и ароматов в период с марта по май не встретить больше нигде...

Голландию часто называют «Королевством тюльпанов». И совсем не зря – с этим изящным цветком тесно связаны и история, и экономика, и культура нидерландского королевства. Не так уж и давно, - всего пару тройку веков назад! – местные жители тратили целое состояние, чтобы стать счастливым обладателем этих цветов, а наличие их в собственном саду определяло статус человека, всего за пару луковиц редкого сорта цветка можно было купить дом или небольшой бизнес, а девушка с приданым в виде тюльпанной луковицы считалась богатой невестой. Те времена, правда, давно канули в Лету, но увлечение тюльпанами на уровне национального хобби осталось. Так

что не стоит удивляться, что именно тут, в Голландии, находится самый знаменитый в мире цветочный (то есть тюльпанный) парк Кейкенхоф, в самом сердце Амстердама расположен Музей тюльпанов, который все без исключения гиды обозначают как самую важную достопримечательность города, а 30 апреля вся страна с поразительным единодушием отмечает День тюльпанов, совпадающий с днем рождения королевы Нидерландов, - правда, не ныне правящей Беатрикс (она родилась в октябре), а одной из ее предшественниц, королевы Юлианы, также большой поклонницы «цветов весны». В этот день в Амстердаме, «цветочной столице мира», проводятся грандиозный парад цветов, который открывает торжественное открытие экспозиции «Турецкий сад» (ведь, как известно, родиной тюльпанов является именно Турция!) в Ботаническом саду, а продолжают выставка старинных и современных тюльпанных ваз в музее Франса Халса и всевозможные тематические композиции и перформансы на флористические

темы в парках, садах и скверах города. Но главные события этого дня происходят в самом центре Амстердама, на главном в Голландии цветочном рынке, - 30 апреля тут проходит «Смотр цветочных чемпионов», то есть выставка лучших достижений флористов (причем не только местных, но и из Германии, Бельгии и Франции).





Впрочем, тюльпанная тема является лейт-мотивом жизни «Страны нижних земель» не только 30 апреля, а на протяжении 9 недель (именно таков срок цветения тюльпанов). В это время было бы просто преступлением не посетить знаменитый парк Кейкенхоф, или Весенний парк Европы, расположенный буквально в 30 минутах езды от Амстердама! Каждую весну в Кейкенхофе, помимо 5 миллионов тюльпанов, распускаются еще 2 миллиона других весенних первоцветов: крокусов, гиацинтов, нарциссов (и, кстати, чести быть высаженными тут удостоиваются далеко не все сорта, а только новые, или же особо выдающиеся). Каждый

год дизайнеры придумывают новую тему экспозиции, - в этот раз ей станет «История королевства Нидерланды» - их планы воплощают в жизнь лучшие садовники страны, а открывают парк ранней весной члены королевской семьи (правлящая династия давно взяла чудо-парк под свой патронат).

Такого количества и разнообразия тюльпанов не увидеть больше нигде в мире: кипенно-белые и кроваво-красные, солнечно-желтые и сиренево-розовые, с разноцветными каемочками, с узкими или широкими лепестками, с бахромой, напоминающей снежинки, похожие на изящ-

ные лилии и на огромные пионы... Тюльпаны, названные именами знаменитостей и сказочных персонажей, - «Анджелина Джоли», «Красная Шапочка» или «Спайдермен», «Владимир Путин» и «Эсмеральда»... И все это великолепие расстилается, как некий бесконечный ковер, на многие километры, перемежаясь лишь белоснежными полянами нарциссов и пронзительно-синими островами гиацинтов. Но, как уже говорилось, попасть в эту сказку можно только с марта по май - так что поторопитесь, времени осталось не так уж много!

ANZEIGE

Christ-familie.eu ✦ Выбор на сайте всегда больше!

 <p>Ладанка нательная Вес 4,25 г, 13 x 35 мм Арт. 40021 35,90 евро</p>	 <p>Крест нательный Золото 585 пробы, вес 1,83 г, 17 X 30 см Арт. 40053 135,70 евро</p>	 <p>Икона матроны Московской (нательная) Серебро 925 пробы, вес 6,44 г, 21 x 35 мм Арт. 40093 49,00 евро</p>	 <p>Цепь Покрытие: золочение, ширина плетения 2 мм, вес 3,28 г, 45-60 см Арт. 40024 от 25,40 евро</p>	 <p>Ложка чайная с ангелом-хранителем Золочение, вес 22,54 г, 135 мм Арт. 40006 84,00 евро</p>
--	---	---	---	--

Заказывайте в каталоге «Христианская семья»! Тел. 030 / 688 377 170



Все в шоколаде!

В апреле все прогрессивное человечество отмечает Всемирный день шоколада. Отличный повод отдать должное самому вкусному среди самых полезных продуктов!

Кстати, а что вы знаете о шоколаде, а точнее, «кондитерском изделии на основе масла какао, которое является продуктом переработки какао-бобов»? Наверняка – что родиной этого лучшего в мире лакомства являются Центральная и Южная Америка, что индейцы майя начали культивировать дикорастущее какао-дерево и готовить из его бобов напиток под названием «чоколатль», почитавшийся роскошным и даже священным, еще в XIII веке, что в Европу «чоколатль» попал после завоевания Кортесом Мексики, и что несколько веков шоколад считался там эксклюзивным продуктом, попробовать который удавалось немногим и нечасто. Ну, и что широкое распространение шоколад получил лишь в конце XVIII века спустя, когда швейцарцы Петер и Нестле создали первый в мире молочный шоколад, используя для его производства порошок, созданный на основе молока.

Кроме того, общеизвестен и такой факт, что в шоколаде содержится масса витаминов (B1, B2, PP, провитамин A) и микроэлементов (натрий, железо, калий, кальций и пр.). Шоколад содержит рекордное количество флавоноидов, которые снижают кровяное давление, понижают уровень холестерина и повышают способность организма усваивать сахар, а значит, его можно употреблять (в разумных количествах, конечно) даже диабетикам! Употребление шоколада по крайней мере на ближайшие три часа улучшает работу клеток, функционирование которых важно для поддержания эластичности сосудов, что хорошо для профилактики инфаркта. Еще в шоколаде присутствуют кофеин и метилксантин, которые стимулируют передачу нервных импульсов, а также способствуют выработке «гормона счастья» серотонина, создающего чувство удовлетворенности и повышающего настроение. А молоко и сливки, входящие в состав шоколада, тоже содержат эффективный природный транквилизатор, успокаивающий нервную систему и даже помогающий справиться с бессонницей. И наконец, шоколад - пре-

красный антиоксидант, препятствующий появлению в организме свободных радикалов. А это означает, что он помогает бороться со старением.

Есть, конечно, у шоколада и минусы: он на 50-60% состоит из углеводов и на 30-35% — из растительных жиров, которые имеют обыкновение «откладываться» в организме виде жира. Помимо этого, он является действительно высококалорийным продуктом (стограммовая плитка горького (черного) шоколада содержат около 540 калорий, а молочного шоколада — 565 калорий. Но самым калорийным (618 калорий на 100 г) является белый шоколад). А избыток калорий, как известно, приводит к лишнему весу, который, в свою очередь, ведет к сердечно-сосудистым заболеваниям. Поэтому не стоит излишне увлекаться поеданием шоколада, особенно молочного и белого. Впрочем, рекомендуемая врачами норма - 40 г шоколада в день. А это почти полплитки, доза, которую осилит не каждый любитель шоколада...

Но вернемся к интересным фактам, так или иначе связанным с шоколадом – уж точно до сих пор вам было совершенно невдомек, что процесс выращивания шоколадного сырья можно сравнить по сложности с созданием шедевра искусства! Культивировать вечнозеленые какао-деревья невероятно сложно, кроме постоянного полива, прополки, обрезки, защиты от вредителей, эти капризные растения нуждаются в тени, для чего рядом с ними сажают специальные деревья-спутники. И, хотя шоколадное дерево дает плоды уже на 3-5-й год жизни, с одного растения можно получить всего лишь 200-граммовую шоколадку. Не слишком много, правда? Понятно, почему в мире выращиванием и получением какао в мире заняты примерно 50 миллионов человек... Им, кстати,

огромное спасибо!

Но все-таки хорошо, что все эти люди трудятся на благо шоколадной промышленности! Ведь производимое ими лакомство – не просто самый вкусный и полезный продукт питания, но и уникальное косметическое средство, обладающее поистине волшебными омолаживающими свойствами! Главный ингредиент шоколада, какао, благоприятно воздействует на процесс липолиза, основного механизма выведения жиров из организма, буквально насыщает кожу здоровьем и молодостью, увлажняя и смягчая ее, укрепляет поверхность кожного покрова, устраняя морщины и целлюлитные образования и способствуя достижению эффекта легкого лифтинга. Неудивительно, что кремы, обе-

ртывания, маски, шампуни на основе шоколада переживают сейчас настоящий бум своей популярности! Все больше появляется линий средств по уходу за телом и волосами на основе какао-бобов, в салонах красоты предлагаются все новые и новые процедуры на основе аппетитного ингредиента, разрабатываются все новые и новые косметические и парфюмерные «шоколадные» продукты... А самое приятное во всей этой шоколадной истории то, что насладиться всеми прелестями шоколадной терапии можно, не выходя из дому! Хотя нет, один раз выйти все же придется, - для того, чтобы приобрести пару плиток чудодейственного эликсира молодости и счастья в ближайшем магазине. Там и увидимся!



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».

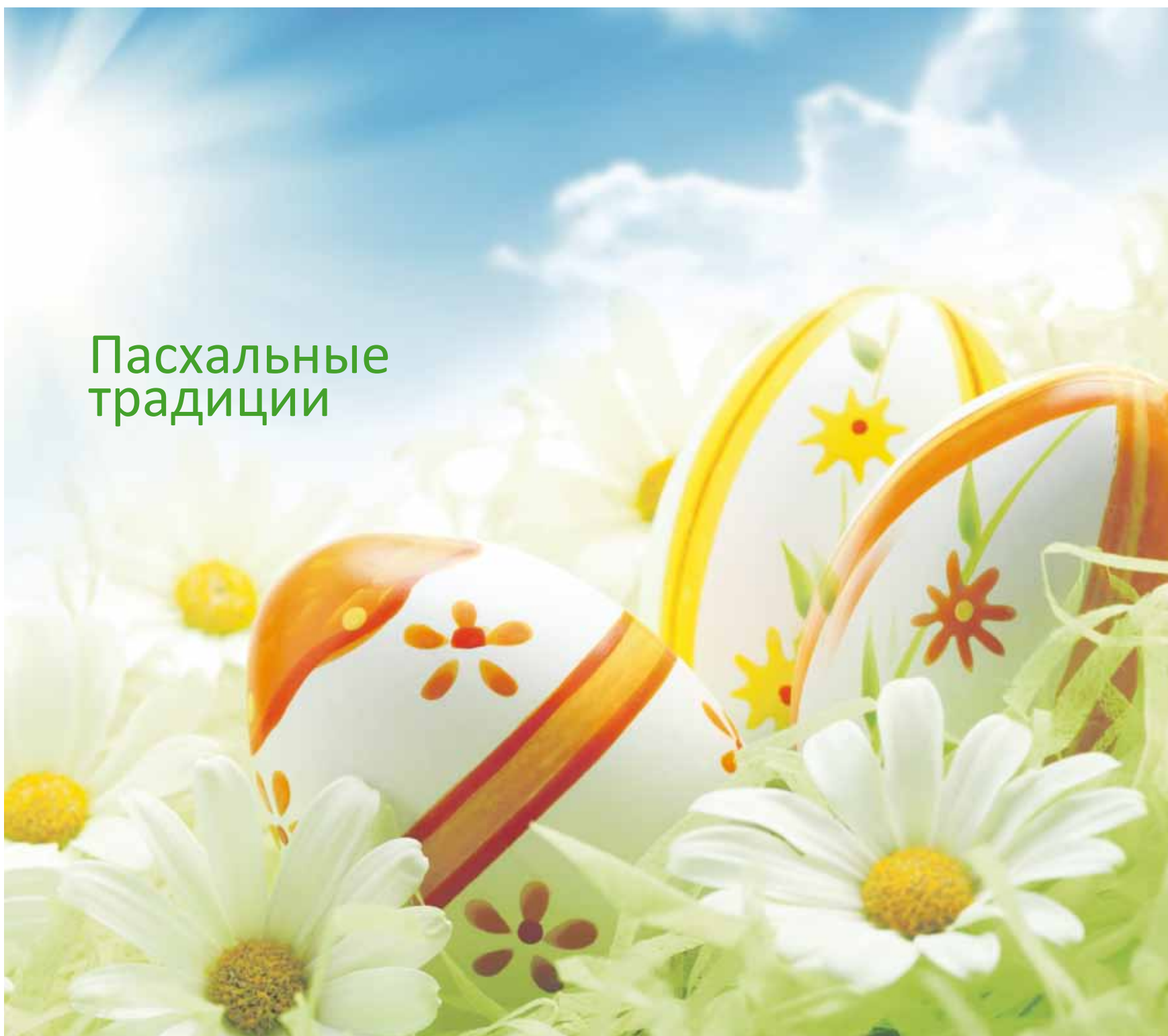
Имя, фамилия/Vorname, Name:

Адрес/Adresse:

Контактный телефон/Telefon:

Дата, подпись/Datum, Unterschrift:

Пасхальные традиции



Пасха - один из самых древних праздников на Земле. Праздник прихода весны, праздник процветания, плодородия и семьи, праздник благих вестей, праздник и религиозный, и (особенно в последнее время) светский... С Пасхой связано немало традиций, как имеющих дохристианское происхождение, так и церковных, причем в каждой стране они разные.

Пасха возникла около 5 тысяч лет тому назад как семейный еврейский праздник кочевого быта. «Четырнадцатого числа весеннего месяца нисана», ранее носившего языческое название месяца колосьев, в жертву богу Яхве приносили ягненка. Его кровью мазали двери, символически поручая Яхве заботу об охране жилища, а мясо съедали. Затем с этим праздником кочевников-скотоводов слился аналогичный праздник, отмечаемый оседлыми земледельцами, и к

обычаю жертвоприношения ягненка добавилась традиция выпекания нектасного хлеба, означавшая очищение от старой закваски, ежегодное обновление и нравственную чистоту. Еще позднее так называемую «ветхозаветную» Пасху стали связывать с исходом евреев из Египта, с их освобождением от многолетнего рабства. А с воцарением христианства этот праздник был переосмыслен и связан с благой вестью о Царстве Божьем, об искупляющем жертвоприношении и о чудесном воскресении. Первоначально иудейская и христианская Пасхи совпадали по времени (интересно, что в первые века христианской эры отмечались две Пасхи – в честь смерти, проводимая в скорби и строгом посте, и в честь воскресения, которая, наоборот, сопровождалась ликованием и обильными трапезами). Постепенно, после вековых споров, христиане стали праздновать одну Пасху, причем отдельно

от евреев: в первый воскресный день после истечения недели со дня иудейской Пасхи и сразу после весеннего равноденствия и мартовского полнолуния.

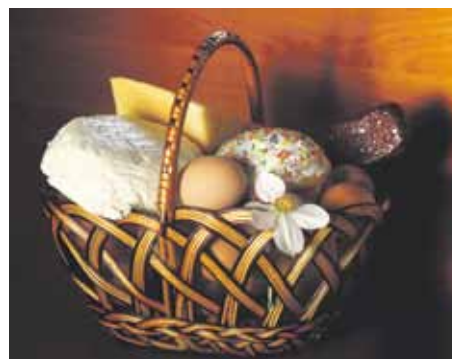
Интересно, что христианский праздник Пасхи в разных странах и в разных культурах отмечается по-своему. Например, в Мексике празднование продолжается 14 дней (Страстная и Пасхальная недели), причем все это время отведено для отдыха и почти карнавального веселья, с фейерверками, гуляньями, уличными танцами и костюмированными парадами. Повсюду на улицах продаются национальные лакомства (причем совершенно не постные, например, буррито – блинчики, фаршированные свининой, мясо-фахитос и т.д.) и так называемая agua fresca, которая представляет собой воду, ароматизированную кусочками ананаса, груши, дыни или яблока.

В отличие от темпераментных мексиканцев, жители Скандинавии связывают Пасху, как, впрочем, и некоторые другие религиозные праздники, с мрачными суевериями. К примеру, в Швеции считается, что во время Страстной Недели активизируются темные силы, ведьмы похищают младенцев из колыбелей, а злые духи превращают в себе подобных всех, кто имел несчастье встретиться им на пути. Поэтому и поныне здесь существует традиция наряжаться в Чистый четверг в «ведьминские» костюмы и ходить в гости к соседям, обменивая «пасхальные письма» в виде маленьких цветных открыток на сладости или мелкие монеты. Совсем как Хеллоуин, правда? Еще для отпугивания нечистой силы шведы, начиная в Чистый четверг и заканчивая вечером Пасхального воскресенья, жгут костры и запускают фейерверки. Их примеру следуют и их северные соседи – финны, которые твердо верят, что в период между Страстной Пятницей и Пасхальным Воскресеньем, когда Иисус еще лежит в гробнице, разгул ведьм и других порождений мрака достигает апогея. А еще в Финляндии верят, что в Пасхальное Воскресенье солнце на восходе танцует от радости,

и красят яйца в цвета танцующего солнца – желтый, оранжевый, светло-красный.

В Австралии Пасха является временем прощания с летом. Поэтому о расцветании природы тут речь, понятное дело, не идет, и никто не украшает жилища, как, например, в Европе, ветками вербы и акации. И пасхальные яйца в Австралии предпочитают не куриные, а сделанные из шоколада или сахара, и не «классические», а в форме кролика. А вместо православного кулича на Зеленом континенте на завтрак в Пасхальное утро едят сладкие горячие булочки (Hot Cross Bun).

Во Франции тоже есть своя необычная пасхальная традиция: с вечера Страстной Пятницы до утра Пасхального Воскресенья церковные колокола молчат в знак траура по распятому Сыну Божьему, а родители сообщают детям, что колокола «улетели в Рим». И, когда воскресным утром внимание детей



приковано к небу, – кому же не захочется увидеть возвращающиеся из Рима по воздуху колокола? – родители прячут подарки и шоколадные яйца, которые малышам предстоит искать.

В Ирландии пасхальные яйца дарят не только детям (и приносит их вовсе не пасхальный заяц, как в Германии), скорее наоборот: дети начинают за неделю до Пасхи делать из камешков маленькие гнезда, куда прячут гусиные и утиные яйца. В Пасхальное воскресенье взрослые должны отыскать эти тайники и одарить найденными яйцами всех соседей. Причем не просто так, а в соответствии со старинной поговоркой: «Одно яйцо — настоящему джентльмену, два яйца — просто джентльмену, три яйца — бедняку, четыре яйца — самому бедному из бедняков» («One egg for the true gentleman; two eggs for the gentleman; three eggs for the churl; four eggs for the lowest churl»). Как раз в духе праздника...

ANZEIGE

Christ-familie.eu ♦ Выбор на сайте всегда больше!

РАСПРОДАЖА!



Пасхальный набор «Травушка-муравушка»
Зерна пшеницы для выращивания зеленого коврика
20 x 20 см
Арт. 20210 1,60 евро



Пасхальный набор «Гжель»
(3 шкатулки для яиц,
3 термоэтикетки,
3 краски для яиц)
Арт. 20029
3,00 евро



Пасхальный набор «Чудесные трафареты»
Красители для яиц (4 цвета),
наклейки-трафареты
Арт. 20036
3,00 евро



Пасхальные рассказы русских писателей
448 стр., твердый переплет
Арт. 19097
9,50 евро



Великий Пост. Произведения русских писателей
512 стр., твердый переплет
Арт. 19095
9,50 евро



Пасхальные стихи русских поэтов
256 стр., твердый переплет
Арт. 19096
9,50 евро

«Жостово» Термопенка для украшения яиц к Пасхе
7 x 43 см, на 7 яиц
Арт. 20044 1,50 евро



Заказывайте в каталоге «Христианская семья»!

Тел. 030 / 688 377 170

На экранах

С 3 апреля 2014 года

A LONG WAY DOWN («ДОЛГАЯ ДОРОГА ВНИЗ»)

Режиссер: Паскаль Шомель

Авторы сценария: Джек Торн, Ник Хорнби

В ролях: Аарон Пол, Пирс Броснан, Тони Коллетт

Четыре совершенно разных человека в канун Нового Года встречаются на крыше, куда все они пришли, чтобы покончить жизнь самоубийством. У каждого из них на то – свои весьма веские причины. Но очередь в лучший мир заставляет их заключить пакт - дожить до Дня всех Влюбленных и посмотреть, что будет потом...

AUGE UM AUGE («ОКО ЗА ОКО»)

Режиссер: Скотт Купер

Авторы сценария: Брэд Ингелсби, Скотт Купер

В ролях: Кристиан Бэйл, Вуди Харрельсон, Кейси Аффлек

Мечтам братьев Бэйз не суждено было сбыться, - вместо новой жизни в новом месте, женитьбы на любимой девушке и престижной работы Расселл попадает в тюрьму, а Родни погибает при невыясненных обстоятельствах. Так как правоохранительные органы бездействуют, Расселл, выйдя из тюрьмы, берет дело в свои руки, чтобы добиться справедливости.

НОАХ («НОЙ»)

Режиссер и автор сценария: Даррен Аронофски

В ролях: Рассел Кроу, Эмма Уотсон, Дженнифер Коннелли

Приближается конец света. Скоро грянет Великий потоп. И, чтобы сохранить жизнь на Земле, Ной строит огромный корабль-ковчег, в котором он и его семья, а также все животные планеты смогли бы пережить буйство стихий.

С 10 апреля 2014 года

DIE BESTIMMUNG («ПРИЗВАНИЕ»)

Режиссер: Нил Бергер

Авторы сценария: Айвэн Догерти, Ванесса Тейлор, Вероника Рот

В ролях: Зои Кравиц, Эшли Джадд, Шейлин Вудли

В мире, где живет Беатрис Прайор, люди делятся на пять фракций, каждая из которых посвящена определенному качеству человеческой личности - Правдолюбие, Отречение, Бесстрашие, Дружелюбие и Эрудития. Каждый год в определенный день подростки, достигшие 16 лет, имеют право выбрать свой путь. Беатрис делает выбор, который удивляет всех, в том числе и ее саму.

С 24 апреля 2014 года

TRANSCENDENCE («ПРЕВОСХОДСТВО»)

Режиссер: Уолли Пфистер

Автор сценария: Джек Паглен

В ролях: Кейт Мара, Джонни Депп, Морган Фриман

Пока троица гениев пытается создать самостоятельно мыслящий электронный разум, террористическая организация противников развития технологий убивает одного из них, Уилла. Теперь коллегам Уилла, Макс и Эвелин, не остается ничего другого, кроме как «загрузить» мозг своего погибшего товарища в суперкомпьютер, создав таким образом первую в мировой истории вычислительную машину, способную думать самостоятельно.



И в пир, и в мир

Рецепты блюд, которые украсят собой и праздничный стол, и прекрасно подойдут в качестве варианта «на каждый день»: ведь на их приготовление уйдет совсем немного времени!

Салат из манго и авокадо

Ингредиенты: 100 г рукколы, 1 манго, 1 авокадо, 1 лимон, 2 красные луковицы, 1 столовая ложка оливкового масла, соль, перец по вкусу

Красный лук разрезать пополам, затем нарезать тонкими полукольцами. Авокадо и манго очистить от кожицы, нарезать брусочками, полить соком лимона. Разогреть на сковороде масло, выложить в сковороду подготовленный лук, перемешать и накрыть крышкой. Готовить минут 20 на среднем огне. Рукколу промыть и обсушить, выложить ее листья на порционные тарелки, сверху поместить брусочки манго и авокадо, на которые затем выложить приготовленный красный лук. Сбрызнуть салат маслом, добавить при желании соль, перец и подавать.



Закуска «Изысканная»

Ингредиенты: 1 упаковка плавленого сливочного сыра (8 ломтиков), 8 ломтиков красной рыбы, 16 оливок с лимоном, 8 зубочисток, 8 помидоров-черри, 8 листьев салата

На каждый ломтик сыра уложить по кусочку рыбы и по 2 нарезанных очень тонкими колечками оливки. Аккуратно, так, чтобы не повредить сыр, свернуть рулетики и скрепить их зубочистками. Выложить закуску на тарелку, украшенную листьями салата. Между рулетками поместить помидоры черри.



Куриное филе с сыром и помидорами

Ингредиенты: 500 г куриного филе, 2 помидора, 100 г сыра, 200 г йогурта, 1 пучок зелени укропа, соль, перец по вкусу

Куриное филе выложить на пленку и слегка отбить. Немного посолить и поперчить. Помидоры нарезать тонкими кружочками. Сыр измельчить на терке. Порезать зелень. Выложить мясо на противень, сверху положить помидоры, посыпать зеленью. Помидоры посолить и поперчить по вкусу. Равномерно распределить на помидоры с зеленью йогурт, а затем посыпать тертым сыром. Поставить в нагретую до 180 градусов духовку минут на 15–20. Подавать с овощами или рисом.



Винегрет с кальмарами

Ингредиенты: 3-4 кальмара, 3-4 картофелины, 1-2 моркови, 1 свекла, 1 соленый огурец, 2 головки репчатого лука, 3-4 столовые ложки растительного масла, соль, перец черный молотый, зелень укропа

Кальмары отварить, охладить, нарезать полосками поперек волокон. Картофель, морковь, свеклу отварить, охладить, нарезать кубиками, огурец мелко нарезать, лук нашинковать, все перемешать. Приправить солью, перцем, растительным маслом, посыпать зеленью укропа.

Пирожные «Сказочный вечер»

Ингредиенты: 100 г сахарного песка или меда, 300 г творога, 200 г кокосовой стружки, какао-порошок.

Смешать сахар, кокосовую стружку и протертый творог в однородную массу. Скатать маленькие шарики. Обвалять их в какао, слегка сплющить и выложить в вазочку на бумажную салфетку. Перед подачей поставить на 30 минут в холодильник.



До встречи в мае в Копенгагене!

Руководство телеканала «Россия», который в этом году проводит трансляцию международного исполнительского конкурса «Евровидение-2014», решило не устраивать публичного национального отбора и выбрало исполнителя, которому выпадет честь отстаивать честь России в мае в Дании, путем закрытого голосования. Согласно результатам последнего, на сцену копенгагенского концертного комплекса V&W Hallerne в качестве представительниц России выйдут близнецы Анастасия и Мария Толмачевы, которые исполнят композицию Shine (создатели последней - Филипп Киркоров и греческий композитор Димитрис Контопулос). 17-летние сестры уже имеют опыт выступления (и даже победы) на подобных мероприятиях: в 2006 году они завоевали 1 место на детском «Евровидении» в Будапеште с песней собственного сочинения «Весенний джаз». Удастся ли девушкам повторить свой успех снова, покажет время...



Положение обязывает

В ноябре 2013 года светской львице и писательнице Яне Гривковской присвоили графский титул. Это звание девушка получила из рук принца Монтенегро и Македонии Стефана, близкого друга принца Альберта. С этого момента у 25-летней Яны началась буквально новая жизнь. Подобный титул – большая ответственность. Так, теперь Гривковская не может позволить себе никаких вольностей: несмотря на то, что ей поступает большое количество предложений о фотосессиях, она вынуждена отказываться. Не успела Яна сообщить редакции французского MAXIM об отмене фотосессии, как тут же ей поступило предложение из американского FHM. «Позволить себе подобную съемку я не могу – комментирует Гривковская. – Единственный вариант, который я вижу в этой ситуации – если будет достаточный гонорар за съемку, который я отдам в одну из тех благотворительных организаций, с кем сотрудничаю. Но сумма эта должна быть весомой – не для меня, а для тех, кому мы стараемся помогать!»

Ольга Золотая стала «лисооборотнем»

Необычный фан-арт сделала Ольге Золотой ее поклонница. На коллаже изображены глаза ведущей, плавно переходящие во взгляд лисы. Поклонница Ольги назвала картинку «Лисооборотень». Креативную идею тут же подхватили участники группы Золотой в социальной сети и устроили целый конкурс, в котором предлагается написать рассказ про Ольгу-лисооборотня. Фантазию включить рекомендуется всем и каждому! «Мне очень приятно, что мои поклонники такие активные, - рассказывает Ольга Золотая. – В моей группе ВКонтакте постоянно происходит движение, кто-то что-то сочиняет, проводим конкурсы, мне делают сюрпризы. Я очень люблю общаться с участниками группы, сама им отвечаю, читаю все письма. Никому не доверяю отвечать за меня! Что касается «Лисооборотня», то это, конечно, вообще нечто необычное. В общем, мы все одной стихии – любим креатив и творчество! Спасибо вам, дорогие мои, за ваши идеи!».



«Новая волна» вне политики

Латвийский город-курорт Юрмала не намерен отказываться от проведения международного конкурса молодых исполнителей «Новая волна» из-за санкций со стороны Евросоюза против России в связи с ситуацией на Украине. Как заявил мэр Юрмалы Гатис Трукснис, «13-й международный конкурс молодых исполнителей популярной музыки «Новая волна» пройдет, как и было запланировано ранее, в концертном зале «Дзинтари» с 22 по 27 июля. Между городом и организаторами фестиваля установилось долгосрочное и взаимовыгодное сотрудничество... и не стоит мешать политике и культуре!». Спорить с этим сложно...

**ВЫ ХОТИТЕ ПОЛУЧАТЬ ГАЗЕТУ „ВРЕМЯ“ НА ДОМ?
ЗАПОЛНИТЕ ПОДПИСНОЙ КУПОН НА СТР. 25 И ОТПРАВЬТЕ ЕГО В РЕДАКЦИЮ!**