

АНДРЕЙ ПАВЛОВИЧ:

«НЕТ НИЧЕГО
НЕДОСТИЖИМОГО!»

*Самый романтичный певец России
Андрей Павлович – о своем пути к успеху,
летних гастрольях, впечатлениях от
Олимпиады-2014 и планах на будущее.*

СТР. 20



ТЕМА

Краса и виноград **СТР. 26**

Из всего осеннего витаминного многообразия особым образом выделяется виноград, одна из самых вкусных и полезных ягод на свете.



ДЛЯ ПОЛЬЗЫ ТЕЛА

Сохранить и приумножить

Как сохранить до самых холодов по-летнему свежий цвет лица и сияющий послеотпускной вид.

СТР. 10

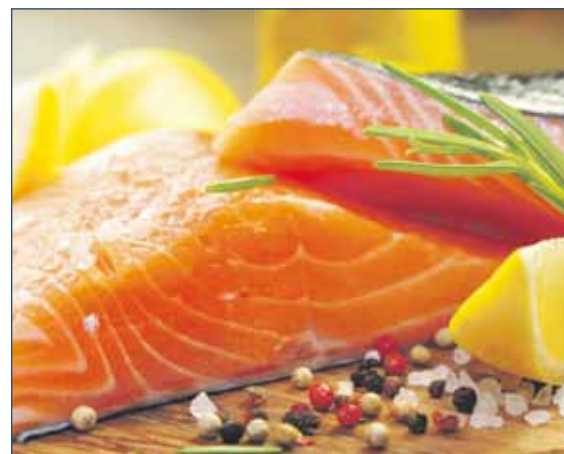


ЗА РУЛЕМ

Скоро в продаже, или новинки осени

Осенью не только считают цыплят и собирают урожай, но и обновляют ассортимент автосалонов.

СТР. 16



АЗБУКА ВКУСА

По следам лета

Лето закончилось, а впечатления от него – по крайней мере, кулинарные! – остались...

СТР. 29

В мире



В поддержку европейских фермеров

Еврокомиссия выделила 125 миллионов евро для поддержки агропроизводителей, пострадавших от российского эмбарго. Помимо выкупа продукции для бесплатного распределения в детских и благотворительных учреждениях, Еврокомиссия предусматривает возможность организации продажи сельскохозяйственной продукции в промышленных целях для производства спиртов, красителей и другой продукции. Напомним, в августе Россия ввела полный запрет сроком на один год на поставки говядины, свинины, сыров, птицы, молока, рыбы из стран ЕС, США, Австралии, Канады и Норвегии. Ограничение импорта стало первой ответной мерой на санкции против России, которые из-за событий на Украине ввели США, Европейский союз, Канада и Япония.

«Ваш самолет задерживается...»

В 2013 году в Германии было зафиксировано на 12% больше отмененных или прибывших в опозданием авиарейсов, чем в минувшем году. Интересно, что, хотя в общей сложности специалисты насчитали 28 115 «проблемных» (то есть таких, на которых вылет был отменен или опоздание превысило 3 часа) рейсов, право на компенсации получили пассажиры лишь 11 874 рейсов (хотя задержка рейса на 3 и более часов является основанием для выплаты компенсации пассажирам, во многих случаях причиной этого стали форс-мажорные обстоятельства, за которые авиакомпании ответственности не несут).



Секрет долголетия

Генетическое исследование клеток крови старейшей жительницы планеты, 115-летней американки итальянского происхождения Дины Манфредини, скончавшейся в декабре 2013 года и завещавшей свое тело науке, дало ответ на вопрос, почему человек не может жить вечно. Женщина, сохранившая доброе здоровье до последних дней жизни и тихо умершая во сне, вероятно, скончалась от истощения запаса стволовых клеток — и ученые предполагают, что именно от этого умирает большинство других долгожителей, сохраняющих здоровье до глубокой старости. Миссис Манфредини родилась в 1897 году в итальянском городе Пьевепелаго. В 1920 году эмигрировала в США вместе с мужем, во время Второй мировой войны она работала на заводе по производству боеприпасов. После смерти мужа в 1965 году Дина 42 года жила одна, а в 2007 году переехала в дом престарелых. У Манфредини было четверо детей, трое из них живы до сих пор. Также у нее остались семеро внуков, столько же правнуков и 12 праправнуков.

Fotos: sxc

ANZEIGE

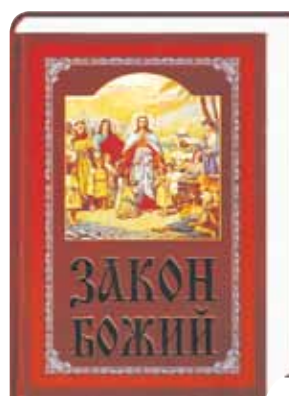
Christ-familie.eu ♦ Выбор на сайте всегда больше!



«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

На грани фантастики **IFA 2014**

5 сентября 2014 года в Берлине открывает свои двери Международная выставка потребительской электроники и бытовой техники – IFA-2014. Техника на грани фантастики, а также вся палитра бытовой электроники, начиная от банальных радиоприемников и заканчивая кабельной и спутниковой аппаратурой, будет представлена тут ведущими мировыми производителями. В выставке, которая продлится до 10 сентября, примут участие более чем 900 экспонентов из 40 стран мира.



Все лучшее - детям **Kind + Jugend 2014**

Все, что может понадобиться ребенку с первых дней жизни и до его вступления во взрослую жизнь, будет представлено на Международной ярмарке товаров для детей и подростков Kind + Jugend 2014 с 11 по 14 сентября 2014 года в Кельне. Игрушки и одежда, книги и обувь, продукты, школьные вещи, спортивные принадлежности, - а самое приятное, многие экспонаты можно будет приобрести тут же, не отходя от выставочного стенда. Чтобы ребенок вдруг не расстроился...

Очей очарование **Baden Messe 2014**

С 13 по 21 сентября 2014 года в Выставочном комплексе Фрайбурга пройдет одна из самых крупных в Европе выставок потребительских товаров, решений для дома и сада Baden Messe 2014. Здесь будут представлены сувенирная продукция и предметы для украшения дома и быта, детали интерьера и декоративные изделия из дерева, стекла, керамики, фарфора, канцелярские принадлежности и игрушки, словом, все, что превращает скучные будни в яркие праздники, а осеннюю пору - в очей очарование.



Если хочешь быть здоров...

Exorpharm 2014

Вы заботитесь о своем здоровье и хотите быть в курсе последних достижений медицины и фармацевтики? Тогда добро пожаловать на выставку Exorpharm 2014, которая состоится 17-20 сентября 2014 года в Мюнхене! Главной темой Exorpharm 2014 станут вопросы лечения натуральными природными препаратами и новые тенденции в медицине. Не пропустите!

Fotos: sxc

ВРЕМЯ

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

Пожар в старом парке

Одним из самых серьезных происшествий минувшего лета стал гигантский пожар, уничтоживший более 5000 кв.м бывшего парка отдыха Plänterwald, расположенного в столичном районе Treptow. По данным полиции, причиной пожара стал поджог Westerndorf – части бывшего парка развлечений, который строился в стиле Дикого Запада с салуном и деревянными домами. Возгорание началось в 2 хижинах, которые располагаются на довольно большом расстоянии друг от друга. Взять ситуацию под контроль удалось лишь через сутки. Напомним, что весь ареал бывшего парка развлечений с конца марта этого года снова принадлежит земле Берлин. Фонд недвижимого имущества выкупил закрытую уже 13 лет парковую территорию. Действующее до 2061 года наследственное право застройки земельного участка величиной примерно 30 гектар было приобретено за 2 миллиона евро. Бывший арендатор парка обанкротился, находясь под следствием за контрабанду наркотиков. Арендованная территория погрязла в долгах. Для выхода из проблемной ситуации было найдено решение с банком-кредитором, который и продал заброшенный парк муниципальному фонду. Представители правоохранительных органов подозревают, что поджог – дело рук одного из наследников бывшего владельца парка, в его отношении ведется расследование. Согласно другой версии, «виновниками торжества» являются четверо уже давно известных полиции друзей-пироманов, которые таким оригинальным образом решили повеселиться перед отбытием одного из них в места, не столь отдаленные. Все четверо сейчас также находятся под следствием.



На честном слове и на одном крыле

В аэропорту Нюрнберга совершил вынужденную посадку самолет компании Air Berlin, следовавший из Сплита (Хорватия). На борту лайнера Bombardier Q400 находилось 54 человека и 6 членов экипажа - в результате внештатной посадки никто не пострадал. Причиной аварийного приземления авиалайнера стало повреждение шасси. Экипаж предупредил наземные диспетчерские службы о неполадке. Последние подтвердили наличие проблемы. Было принято решение об экстренной посадке, которая была совершена с одним шасси. Пилотам удалось посадить судно практически на краю взлетно-посадочной полосы. В частности, при посадке самолета не сработала сигнализация выпуска его левой стойки.

Игры радиопиратов

Информация о бомбе, якобы заложенной в один из ночных клубов Мюнхена, не подтвердилась. Это сообщение, вероятно, оказались розыгрышем радиопиратов, сумевших выйти на частоту полицейских приемников. В связи с сообщением о заминировании нарядами полиции были эвакуированы посетители и персонал клуба. Эвакуация заняла всего час, после чего полицейские осмотрели клуб и прилегающую территорию, однако подтверждения информации не обнаружили. Напомним, ложное сообщение об акте терроризма является уголовным преступлением и преследуется по закону.



Задержана глава преступной группировки

Столичным охранникам правопорядка удалось задержать 46-летнюю А., возглавлявшую международную группу мошенников. Злоумышленники похищали денежные средства со счетов вкладчиков банков с использованием поддельных кредитных карт с перекодированной магнитной полосой. А. была поймана с поличным у одного из банкоматов в берлинском аэропорту Tegel при попытке получить по поддельной карте 1000 евро. При личном досмотре у нее были изъяты еще 4 фальшивые электронные карты, при обыске по месту проживания задержанной обнаружены еще несколько десятков карточек и компьютерное оборудование для их изготовления. Против А. возбуждено уголовное дело по нескольким статьям.

★ АКЦИЯ! ★

Мы подарим Вам к Рождеству минимум 100 евро!

Вышлите нам копии 3-х уже имеющихся у Вас страховых договоров (KFZ-Haftpflichtversicherung, Rechtsschutzversicherung, Unfallversicherung, Hausratversicherung и пр.), и в течение недели мы подберем для Вас еще более дешевые тарифы при оптимальных условиях страхования!

Если мы не сумеем выполнить свое обещание, то возместим Вам разницу в размере оставшейся суммы!

Акция действительна до 30 ноября 2014 года при условии подписания маклерского договора.



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

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

Православная и светская литература
на русском языке

При заказе на сумму от 50 евро
– бесплатная доставка по Германии!



«Как выбрать имя новорожденному»
Александр Худошин
Советы и рекомендации о том, как выбрать правильное имя для ребенка
64 стр., мягкий переплет
Арт. 16032
1,50 евро



«Один раз на всю жизнь»
Протоиерей Илья Шугаев
Беседы о браке, семье, детях
204 стр., мягкий переплет
Арт. 13009
4,90 евро



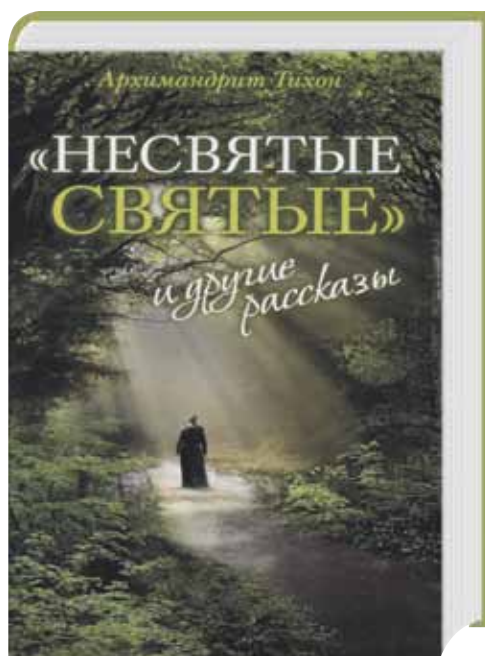
«Настоящая любовь»
Как понять, что есть любовь?
Как сохранить ее и преодолеть все трудности?
227 стр., мягкий переплет
Арт. 13005
12,00 евро



«Женское одиночество»
Всегда ли женское одиночество – трагедия?
351 стр., мягкий переплет
Арт. 13002
6,00 евро



«Димон. Сказка для детей от 14 до 114 лет»
Протоиерей Александр Торик
Димон, безнадежно влюбленный в первую красавицу школы, отправляется в ад ради своей любви...
429 стр., твердый переплет
Арт. 19011
12,80 евро



«Несвятые святые» и другие рассказы
Архимандрит Тихон (Шевкунов)
Общепризнанный православный бестселлер
639 стр., твердый переплет
Арт. 19002
14,90 евро



«Как сохранить семью»
Протоиерей Илья Шугаев
О причинах неблагополучия в семьях и путях создания атмосферы счастья и любви
92 стр., мягкий переплет
Арт. 13017
2,50 евро



«400 вопросов и ответов»
Протоиерей Максим Козлов
Все самое важное о вере, церкви и христианской жизни
398 стр., мягкий переплет
Арт. 18004
8,20 евро



«Письмо к Богу»
Сборник размышлений о наших современниках
398 стр., твердый переплет
Арт. 19001
10,00 евро



«Супругам и родителям»
Поучения Преподобного Амвросия Оптинского
Ответы на многие вопросы семейной и духовной жизни
175 стр., мягкий переплет
Арт. 13008
4,00 евро

Заказывайте в каталоге «Христианская семья»!

Тел. 030 / 688 377 170

Праздник Воздвижения Животворящего Креста Господня

Праздник Воздвижения Животворящего Креста Господня установлен Русской Православной Церковью в память обретения и Воздвижения Креста Христова. Этот праздник относится к числу великих двенадцатых непреходящих праздников и празднуется 27 сентября.

Равноапостольному императору Константину, первому из римских императоров, прекратившему гонения на христиан, явилось Божие знамение - Крест с надписью «Сим победиши». Желая восстановить воспоминания о священных местах, где пострадал за людей и воскрес Господь наш Иисус Христос, ранее уничтожавшиеся римскими императорами-язычниками, а также найти Крест, на котором был распят Спаситель, Константин направил в Иерусалим свою мать, благочестивую царицу Елену. Хотя святая царица Елена к этому времени была уже в преклонных годах, она с воодушевлением взялась за исполнение поручения и вскоре на капище Венеры обнаружила Гроб Господень и неподалеку от него три креста, дощечка с надписью «Иисус Назорей, Царь Иудейский», сделанная по приказанию Пилата, и четыре гвоздя, пронзившие Тело Господа. Чтобы узнать, на котором из трех крестов был распят Спаситель, Патриарх Макарий поочередно стал подносить кресты один за другим к тяжелобольной женщине. От двух крестов не произошло никакого чуда; когда же возложили третий крест, то она тут же исцелилась. В Константинополь святая Елена привезла с собой часть Животворящего Древа и гвозди. Равноапостольный император Константин повелел воздвигнуть в Иерусалиме величественный и обширный храм в честь Воскресения Христова, включавший в себя и Гроб Господень, и Голгофу. Храм строился около 10 лет. Святая Елена не дожидаясь освящения храма; она скончалась в 327 году. Храм был освящен 13 сентября 335 года. На следующий день, 14 сентября, установлено было праздновать Воздвижение Честного и Животворящего Креста.



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

Со скамейки запасных



Хорошая новость для всех любителей вкусной (но не слишком полезной) еды: не нужно отказываться от любимых лакомств! Надо лишь научиться находить некоторым их ингредиентам замену...

Сухое молоко вместо муки

Тем, кто не могут представить себе жизни без выпечки, но в то же время не хотят в скором будущем покупать вещи на размер другой больше, можно порекомендовать заменять пшеничную муку для приготовления теста на сухое обезжиренное молоко. В итоге выпечка получается гораздо менее калорийной. И, кстати, не уступает «настоящей» по вкусовым качествам!

Кленовый сироп вместо сахара

То, что сахар является «энергетической пустышкой», то есть продуктом, лишенным белков, жиров, питательных веществ и микроэлементов, это калорий в нем – хоть от-

бавляй, знают все. О том, что несладкая жизнь в миллион раз хуже сладкой, тоже. Чем же заменить сахар? Ни в коем случае не синтетическими сахарозаменителями! От них больше вреда, чем пользы, поэтому лучше позволить себе пару-тройку ложек кленового сиропа в день. Калорий в нем неизмеримо меньше, чем в сахаре-рафинаде, зато содержание минералов и витаминов, а также антиоксидантов, просто-таки рекордное! И вкус, кстати, отличный!

Сорбет вместо сливочного мороженого

Сорбет (как вариант - замороженный йогурт) содержит значительно меньшее количество сахаров, жиров и калорий, чем классическое сливочное мороженое. А удовольствие доставляет столько же, если не больше...

Йогурт вместо майонеза

Майонез не только очень калорийный про-

дукт, но и достаточно жирный, в отличие от йогурта. А йогурт - белок в чистом виде, а как известно, на расщепление и переработку белков организм тратит гораздо больше энергии, чем на углеводы или жиры. Он не содержит неполезных насыщенных жирных кислот, зато протеинов в нем масса. Плюс к тому салат, заправленный йогуртом, на самом деле свежее и приятнее на вкус, - попробуйте!

Паста из отрубей вместо обычных макарон

Паста из отрубей или цельнозерновой муки (разового помола, не прошедшей очистку) содержит больше полезных веществ, дольше усваивается, дарит чувство сытости и содержит необходимую для пищеварения клетчатку. А вот макароны из пшеничной муки мгновенно повышают уровень сахара в крови и доставляют максимум проблем с весом. И кому это надо?

Капустные листья вместо чипсов

Если отказаться от привычки пожевать что-нибудь приятно хрустящее между делом невозможно в принципе, можно обратить внимание на зеленые листовые культуры (капуста, салат и прочие). В них много фолиевой кислоты, которая принимает непосредственное участие в создании и развитии новых клеток организма. И других витаминов с минералами, и клетчатки тоже!

Картофель «в мундире» вместо очищенного

Кожура картофеля содержит клетчатку, которая улучшает микрофлору кишечника, снижает уровень сахара в крови (важно для диабетиков), выводит холестерин, предотвращает раковые заболевания. А еще - быстро дарит чувство сытости. Поэтому уж если жарить картошечку, то чистить ее перед этим не стоит...

Тунец вместо бекона

Бекон, сало или жирная ветчина, конечно, хороши в дополнение к яичнице, но уж очень много в них жиров, которые плохо поддаются переработке и создают лишнюю нагрузку на поджелудочную железу и желчный пузырь. А вот мясо тунца содержит максимум аминокислот, «клеточных строительных материалов», а также микроэлементов и витаминов. По уровню белков и уровню гемоглобина оно не уступает говядине, а входящий в его состав жировой комплекс омега-3 способствует процессу омоложения организма. Чем не повод приготовить завтра же яичницу с тунцом?



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.

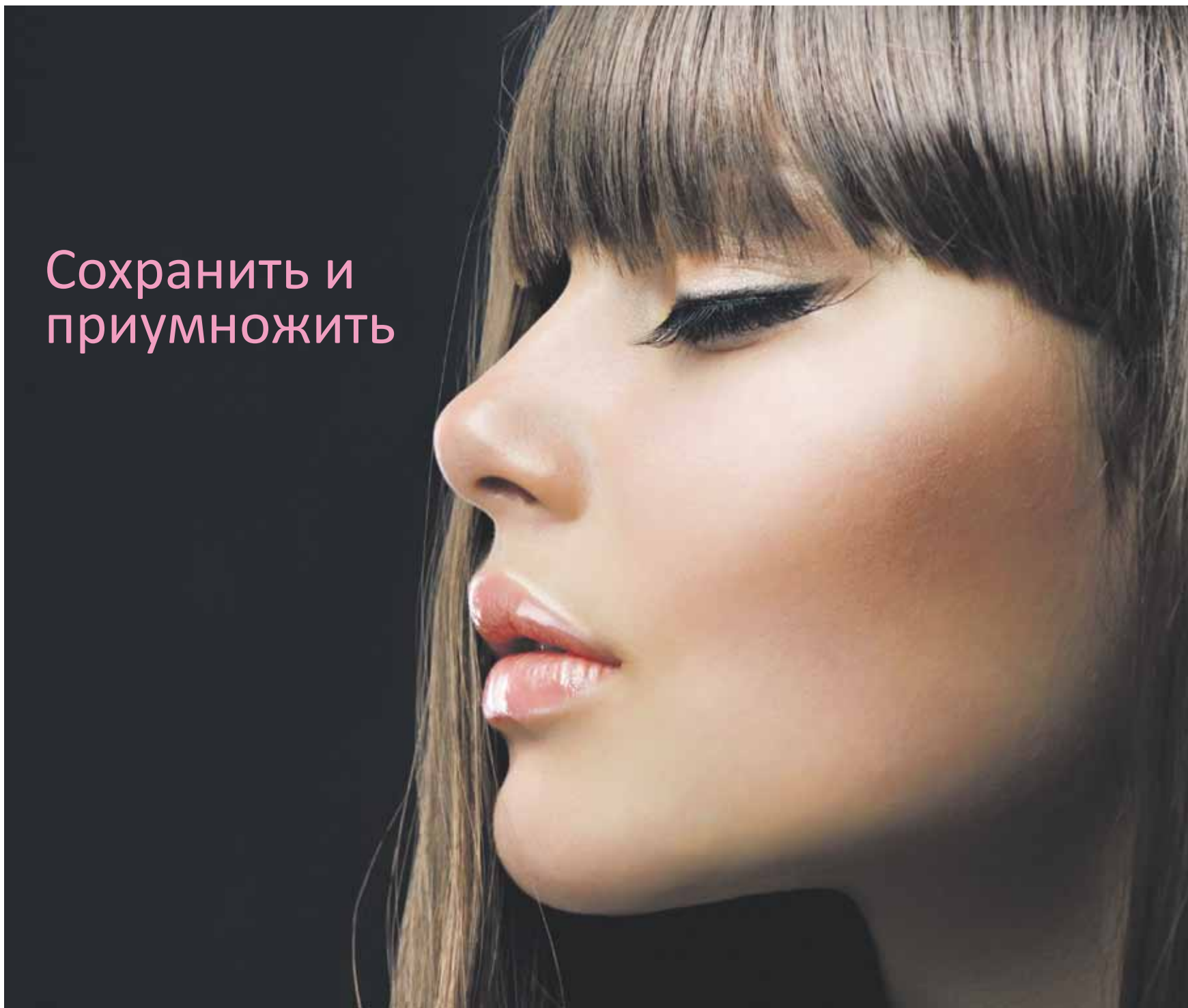
ОТЕЛЬ-ПАНСИОН Pankow — здесь Вам всегда рады!

Pension Pankow

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

e-mail: pension_pankow@web.de

Сохранить и приумножить



Сохранить до самых холодов по-летнему свежий цвет лица и сияющий послеотпускной вид, а заодно и быстро избавиться от негативных последствий «минусов лета», то есть воздействия ультрафиолета, жары и обезвоживания? Легко!

Волосы и кожа в первую очередь «расплачиваются» за долгие часы, проведенные их обладателями под жарким солнцем, в соленой морской (или, что намного хуже, в хлорированной бассейновой) воде, за пренебрежение всяческими режимами и легкомысленное игнорирование здорового образа жизни... После отпуска рекомендуется забыть о пилингах, скрабах и микродермабразии (даже салонной), ведь коже летом и так «досталось на орехи»! То же самое касается средств для очищения кожи – совсем от них, конечно, отказываться не стоит, но предпочтение лучше отдавать не содержащим алко-

голя и агрессивных активных веществ пенкам и муссам на основе растительных экстрактов. Оптимальный вариант очистки лица «на закате лета» – это умывание кипяченой водой, наполовину разбавленной молоком.

Что делать, если на коже появились пигментные пятна? Во-первых, извлечь из случившегося урок на будущее: вероятнее всего, вы недостаточно защищали летом кожу от солнца или переусердствовали с солнечными ваннами. Ну, а во-вторых, обратить внимание на косметические средства с эффективными и безопасными отбеливающими компонентами, в частности, с альфа-гидроксикислотами (особенно гликолевой) и ретинолом.

Горячо приветствуются сейчас и всевозможные увлажняюще-питательные процедуры,

причем как «внешние», так и «внутренние» – ежедневное «правило 8 стаканов» никто не отменял даже нежаркой осенью! Точно так же обстоит дело и с витаминной подпиткой как для всего организма, так и для пострадавших за лето кожи и волос. Впрочем, с этим как раз проблем нет, ведь сентябрь – самая что ни на есть фруктово-овощная пора. Налегайте на абрикосы и дыни, морковь и паприку, арбузы и манго, содержащие бета-каротин и ликопен, которые активизируют выработку меланина, а несколько раз в неделю балуйте свою кожу маской из измельченной фруктовой или овощной мякоти, смешанной с натуральным несладким йогуртом или творогом. Маски с добавлением морковного сока не только увлажняют и подпитывают кожу, но и помогут ей «удержать» золотистый оттенок.

2 столовые ложки натурального йогурта или нежирного творога растереть с 1 столовой ложкой меда и 1 столовой ложкой морковного сока. Нанести на лицо и шею на 20 минут, смыть прохладной водой.

Необходимыми для организма в этот период являются и полиненасыщенные жирные кислоты омега-3 и омега-6, содержащиеся в больших количествах в жирной морской рыбе (семга, норвежская сельдь, форель, сардина и скумбрия). Они сведут к минимуму последствия негативного воздействия солнца и быстро и эффективно оздоровят кожу и волосы.

Кстати, о волосах – неплохо сейчас побаловать их кератиновыми масками (кератин и его производные являются строительным материалом для волосных фолликул, имеют свойство глубоко проникать в волос там, где он поврежден или ослаблен, и восстанавливают его структуру). Ведь почти все после возвращения из отпуска жалуются на чрезмерную сухость волос (особенно счастливицы, проводившие отпуск у моря). Дело в том, что, хотя морская вода интенсивно питает корни волос минералами и микроэлементами, одновременно укрепляя их, «обратной стороной» этого становится чрезмерное высыхание собственно волос, особенно их кончиков, из-за чего они часто расслаиваются.

Чтобы этого не произошло, по возвращению из отпуска концы волос лучше сразу подрезать. Не стоит экономить также на бальзамах и лечебных препаратах «после мытья головы», которые не нужно смывать. Они покрывают волосы невидимой пленкой, которая не только защищает их, но и сохраняет форму прически.

Все вышеперечисленные рекомендации не только помогут сохранить (а порой и приумножить) послеотпускную красоту, но и подарят ощущение того, что, хоть лето и осталось позади, но, как пелось в песенке, «мы-то знаем – лучшее, конечно, впереди...». А это и на самом деле так.



СУДОКУ

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

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

Осенние мелочи

Из ничего можно сделать не только много шума, салат и трагедию, но и новый интерьер. Ну или практически из ничего.



Уют складывается из мелочей. Букеты из разноцветных опавших листьев, плед теплых оттенков, запах какао с корицей – совершенно не обязательно полностью поменять мебель и сделать основательный ремонт квартиры, чтобы создать новый интерьер в духе наступившей осени!

По мнению специалистов, картины в теплых осенних тонах могут кардинально изменить энергетику помещения. Особенно положительно на психику человека и ауру окружающей среды влияют изображения живой природы – цветов, животных. С такими изображениями на стенах ни заскучать, ни замерзнуть в долгие холодные вечера не получится.

Необходимо также в начале осени обратить особое внимание на освещение, ведь сейчас световой день становится короче, и, если летом для хорошего настроения достаточно было открыть шторы шире и впустить лучи дневного солнца в комнату, то теперь надо задуматься о приобретении ярких светильников. Или, по крайней мере, протереть от пыли лампочки в уже имеющихся! И еще – недостаток солнечного света можно компенсировать предметами желтого и оранжевого цвета, они излучают недостающее тепло и окрашивают интерьер в более теплую гамму.

Беспроектный способ изменить внешний вид гостиной — поработать с «зоной отдыха», то есть диваном. Менять его вовсе

не обязательно, достаточно обновить чехлы для подушек! Стоить это будет недорого, а на настроение повлияет значительно. Особенно эффектным будет сочетание оттенков подушек и пледа с ковром или шторами.

Свечи являются также необходимым элементом декора осеннего интерьера. Они могут быть ярких сочных осенних оттенков или, если свеча имеет простую форму, то благодаря дополнительным украшениям, например, шишкам, желудям или сухим листьям, ее можно сделать более подходящей в данном сезоне. Можно выбрать свечи с ароматом, который ассоциируется с осенью, например, аромат яблочного пирога или тыквы. И помните, даже незажженные свечи приносят тепло и красоту в дом.

Посуда и наборы оранжевого или красного цветов сможет добавить осеннюю нотку на кухню, а если еще в такой же цветовой гамме добавить фартук и перчатку для печи, то получится полноценное сезонное обновление кухни или столовой к новому сезону. Ну, а для ванной комнаты просто необходимы приобрести новую шторку с осенними пейзажами, цветами или желто-красные листьями!

Осенние композиции и букеты - самые популярные варианты для украшения праздничного стола. Сезонные цветы, - астры, георгины, гладиолусы, - отлично вписываются в осенний интерьер. Дополнительно букет или композицию можно разбавить листьями красного, желтого или даже коричневого цвета. Такие яркие, красочные и позитивные сочетания никого не оставят равнодушным. Точно так же, как и букеты, установленные в вазу из тыквы!

Иногда самые элементарные вещи становятся центром интерьера, - что, если поставить в несколько ваз с узким горлышком по веточке папоротника, сплести венок из кленовых листьев с желудями или положить на видном месте сухую корягу, очистив ее предварительно от лишней коры и мусора? Не обязательно мастерить что-то очень сложное и затратное по времени, даже самая простая поделка поднимет настроение и подарит уверенность в своих силах. И зарядит энергией даже в самый хмурый осенний день...



ANZEIGE

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



«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



Икона Матроны Московской
11 x 13,5 см
Арт. 30037 8,00 евро



Икона Ангела Хранителя
5,5 x 8,5 см, ламинированная
икона с молитвой
Арт. 30035, 1,00 евро



Молитва к ангелу-хранителю
Магнит на холодильник с молитвой
Арт. 20092 2,00 евро



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

Заказывайте в каталоге «Христианская семья»!

Тел. 030 / 688 377 170

Солнечный витамин против деменции

Гениальное зачастую оказывается максимально простым – снизить более чем вдвое риск развития старческого слабоумия и болезни Альцгеймера в пожилом возрасте можно, регулярно восполняя дефицит витаминов В и D. Оказывается, витамины этих групп более чем в семь раз снижают уровень атрофии серого вещества головного мозга в тех его областях, которые наиболее уязвимы при этом заболевании. Больше того, регулярный прием витаминов В и D приводит к замедлению утраты когнитивных способностей, то есть у тех, кто «дружит» с хлебом грубого помола, молочными продуктами, злаками (гречка и овсянка), морковью и орехами, а также не забывает принимать витаминные препараты, лучше память и реакция, а также другие когнитивные способности. Медики рекомендуют всем пожилым людям (а не только тем, у которых наблюдаются проблемы с памятью!) ежедневно принимать в качестве профилактики деменции витамины групп В и D и почаще бывать на свежем воздухе.



Ударим по диабету фисташками!

Как выяснили недавно ученые из Университета Пенсильвании, фисташки помогают защищать организм от стрессов, а также улучшают контроль нервной системы за деятельностью сердечно-сосудистой системы. Но самое главное, они самым позитивным образом влияют на организм пациентов с контролируемым сахарным диабетом 2-го типа. У диабетиков, ежедневно включающих в свой рацион фисташки, уже через несколько недель понижается почти на треть степень сужения сосудов в ответ на стресс, а также улучшается контроль вегетативной нервной системы. Кроме этого, благодаря большому содержанию в чудо-орешках клетчатки, антиоксидантов и большого количества ненасыщенных жиров, которые помогают снижать концентрацию холестерина в крови и благотворно сказываются на работе сердца. Орехи полезны для людей с диабетом, поскольку у таких пациентов повышен риск развития проблем с сердцем. Фисташки считаются самыми низкокалорийными орехами (50 орехов содержат всего лишь 160 калорий).



Спасение в капусте

Капуста способна снизить риск заболевания раком легких, утверждают специалисты из Международного агентства раковых исследований, пришедшие к заключению, что употребление капусты по меньшей мере раз в неделю сокращает риск этого заболевания как минимум вдвое. Капуста - белокочанная, брокколи, брюссельская и так далее - богата изотиоцианатами, которые выступают в виде эффективной защиты против рака легких. А значит, ешьте капусту как можно чаще и не болейте!



Кто рано встает, тот рискует здоровьем

Пожилые люди, предпочитающие по утрам подольше поваляться в постели, поступают абсолютно верно, проявляя таким образом заботу о своем здоровье, считают британские ученые. В результате многолетних исследований специалистов Медицинской школы Уоррика выяснилось, что на здоровье человека негативно отражается не только недосып, но и ранний подъем. Дело в том, что «ранние пташки», чей возраст перевалил за 60-летний рубеж, особенно подвержены сердечно-сосудистым заболеваниям, так как раннее пробуждение является одной из причин нарушений в работе сердечно-сосудистой системы и способно даже провоцировать инфаркты и инсульты. Ученые советуют тем, кто жертвует драгоценными часами сна ради перспективы выполнить как можно больше дел, пересмотреть свой взгляд на жизнь и более ответственно отнестись к своему здоровью.

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!

Скоро в продаже, или новинки осени



Осенью не только считают цыплят и собирают урожай, но и обновляют ассортимент автосалонов. На какие же новинки осени-2014 стоит обратить внимание?

Среди самых ожидаемых новых моделей, которые украсят собой автосалоны Германии этой осенью, - новый «универсал» нового же Mercedes C-класса, более известный как T-модель. Что касается его дизайна и внутренней отделки, то он практически дублирует своего старшего брата, S-класс, отличаясь от него лишь размерами. В остальном же новая «цешка-универсал» стала больше, легче, технологичнее и не намного дороже своего предшественника. То есть получилась более чем удачной...

«Back in the race» (что в переводе с английского означает «обратно на гоночную трассу») – под этим лозунгом Peugeot стартует в будущее, предлагая вниманию автолюбителей новый Peugeot 508. Французский лимузин приобрел очевидное сходство со своими немецкими «коллегами» премиум-класса, сохранив типично французскую изюминку и спортивный задор.

Поклонники продукции концерна BMW в сентябре смогут наконец-то приобрести долгожданный купе-кроссовер X4. Хотя X4

представляет собой не что иное, как люксовый «паркетник» X3, «накрытый» купеобразным кузовом и слегка «растянутый» в длину, он получился невероятно динамичным и стильным. Ну, а его оснащение и вовсе не вызывает никаких вопросов! В стандартную комплектацию входят ESP, 6 подушек безопасности, двойной ксенон», двух-

зонный «климат», подогрев передних сидений, передние и задние датчики парковки, электропривод двери багажника, кожаный руль спортивного дизайна, а также электроусилитель руля с переменной производительностью и еще пара-тройка полезных опций - для тех, кто понимает толк в роскоши. И у кого под рукой есть 45 600 евро...



Еще совсем недавно казавшийся поклонникам марки пределом мечтаний Golf Plus уходит на пенсию. Впрочем, переживать не о чем, ведь на смену «старичку» приходит Golf Sportsvan. Новый 5-местный минивэн на платформе Golf 7 поколения заметно подрос в длину и немного раздался в ширину. Существенных механических различий с базовым хетчбэком нет. Линейка моторов — от 85 до 150 сил, все с системой Start-Stop. Ну, а те, кто ищет «народный автомобиль» сегментом повыше, могут обратить внимание на 8-е по счету поколение VW Passat в кузовах седан и универсал. Новинка стала легче и чуть меньше, по сравнению с прошлым поколением, список стандартных опций значительно увеличился (в их число входят, например, светодиодные фары, круговой ви-

деообзор, автоматический парковочный ассистент), как и палитра моторов — 9 дизельных и бензиновых турбированных двигателей или же гибрид... Цена вопроса — от 25 875 евро. Не так уж, кстати, и много для машины такого класса!

«Младший брат» знаменитого Cayenne, Porsche Macan, обещает абсолютным бестселлером! «Тигр» (именно так переводится с индонезийского слово Macan) сделан, как говорят в кино, «по мотивам» Audi Q5 — та же платформа, те же независимые алюминиевые подвески (сдвоенные рычаги спереди, многорычажная схема — сзади) и доработанная преселективная КПП с двумя сцеплениями, но гораздо интереснее «лицом» (экс- и интерьер) и «сердцем» (двигатель и

комплектация). Причем настолько, что по ездовым талантам он легко переигрывает и Cayenne, и Q5. И, говорят, имеет все шансы стать «локомотивом» марки...

Не ударил в грязь лицом и Ford, пополнивший этой осенью линейку свои автомобилей целыми 3 моделями — новым Mondeo, уже отлично зарекомендовавшим себя в Америке, субкомпактным кроссовером Ecosport, созданным на глобальной платформе Ford В-сегмента и сочетающим в себе маневренность и топливную экономичность компактного автомобиля и свойственные настоящему внедорожнику универсальность, вместительность, полный привод, высокую посадку и стиль, и легендарным спорткаром Mustang.



ANZEIGE

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



Подвеска «Бабочка»
Эмаль, 40x34 мм
Арт. 40078
31,50 евро



Серьги с фианитами
SWAROVSKI
Вес 3,55 г,
диаметр вставки 7 мм
Арт. 40081
44,60 евро



Кольцо с фианитом
SWAROVSKI
Вес 2,4 г, диаметр
вставки 7 мм
Арт. 40082
26,30 евро



Эти изделия составляют
гарнитур
Цепь
Золоченое покрытие, ширина
плетения 3(4) мм, длина 45 см
Арт. 40051-045
73,40 евро



Цепь
Ширина плетения 4,5 мм,
длина 55 см, вес 19,41 г
Арт. 40028-055
73,40 евро

Заказывайте в каталоге «Христианская семья»!

Тел. 030 / 688 377 170

Гороскоп



Овен (21 марта - 20 апреля)



Овны в сентябре начнут разрабатывать планы для удовлетворения своих явных и тайных амбиций и увеличения доходов. Звезды советуют вам заручиться поддержкой родных и близких, рассказав им в подробностях о ваших намерениях – и можно приступать к осуществлению намеченного!

Телец (21 апреля - 20 мая)



В первый месяц осени особого внимания Тельцов потребуют родственники и события, которые будут происходить в семейной сфере. Не исключено, что это обернется дополнительными расходами, но вы справитесь. Тем более, что непредвиденные траты вам не в винуку...

Близнецы (21 мая - 21 июня)



Близнецов перестанет устраивать актуальная «картина дня». Что ж, вам на самом деле пора пересмотреть свои взгляды на профессиональную деятельность и попытаться что-то изменить в деловой сфере своего существования. А возможно, и наладить новые отношения...

Рак (22 июня - 22 июля)



Раки в сентябре могут оказаться в непростой ситуации, которая потребует терпения и выдержки. Впрочем, вам вряд ли что-то угрожает – либо вы сами прекрасно справитесь со всеми трудностями, либо рядом с вами появится человек, который возьмет вас под свое покровительство.

Лев (23 июля - 23 августа)



Львов в начале осени ожидает быстрая смена событий. Ваши желания на некоторое время разойдутся с вашими возможностями, но если вы подкорректируете свои планы, все наладится очень быстро. Главное, реагируйте на все внешние раздражители спокойно, сохраняя хладнокровие и душевное равновесие.

Дева (24 августа - 23 сентября)



Осень принесет Девам массу позитива. То, что выводило вас из себя, перестанет вас беспокоить, а общая ситуация выровняется. Да и в финансовой сфере вас ожидает удача, - ну разве это не отличные новости?

Весы (24 сентября - 23 октября)



В сентябре Весам нужно крайне внимательно и осмотрительно вести свои дела, иначе что-то пойдет не так. Не исключено, что вы увлечетесь на какие-то развлечения и совершите ошибку, которая дорого вам обойдется. Поэтому относитесь к работе со всей ответственностью и постарайтесь не потерять то, что вы сейчас имеете.

Скорпион (24 октября - 22 ноября)



Скорпионы, внимание, - вас ждут позитивные эмоции и существенный прогресс в делах. Правда, это все станет реальностью только в том случае, если вы проявите тактичность и осмотрительность в отношениях с окружающими и максимально собранно и ответственно отнесетесь к работе. Но для вас это ведь не проблема, правда?

Стрелец (23 ноября - 21 декабря)



У Стрельцов в сентябре значительно расширится круг общения. Новые знакомые не только составят вам компанию в каких-то развлечениях, но и каким-то образом подтолкнут вас к решению давних проблем, а также расширению ваших горизонтов.

Козерог (22 декабря - 20 января)



Первый месяц осени станет для Козерогов достаточно удачным временем. У вас появится новая цель, и вы приложите максимальные усилия, чтобы ее достигнуть, пусть даже для этого придется совмещать домашние хлопоты с интенсивной деловой активностью. Но результат вас приятно порадует!

Водолей (21 января - 19 февраля)



Водолеев в начале осени ждут выгодные предложения, которые станут следствием их долгого и кропотливого труда. Скорее всего, вы давно шли к какой-то цели, и теперь наконец получите то, что по-настоящему заслуживаете, и ни одно ваше достижение не останется незамеченным.

Рыбы (20 февраля - 20 марта)



Сентябрь подарит Рыбам безоблачный период покоя, - вы все лето трудились, многое уладили и решили, и теперь все идет по проложенному вами руслу. Вы пребываете в приподнятом настроении, источаете позитив и настроены на романтический лад, и окружающие отвечают вам взаимностью.

Хронограф

1 сентября 1951 года

Премьер-министр Израиля Давид Бен-Гурион подписал указ о создании израильской секретной службы Моссад.

5 сентября 1747 года

В Санкт-Петербурге родился Михаил Илларионович Голенищев-Кутузов, знаменитый русский полководец, участник многих войн XVIII века и победитель армии Наполеона в Отечественной войне 1812 года.

8 сентября 1994 года

Все иностранные армейские части официально покинули Берлин.

11 сентября 1862 года

День рождения Уильяма Сидни Портера, более известного под псевдонимом О'Генри. Автор таких произведений, как «Короли и капуста», «Голос большого города», «Благородный жулик», «Дороги судьбы» и других новелл, рассказов и эссе (большинство из них основано на реальных событиях), и сегодня заставляет читателя от души смеяться и верить в то, что добро всегда побеждает зло, а безвыходных ситуаций не бывает.

17 сентября 1978 года

В загородной резиденции президента США Джимми Картера в Кэмп-Дэвиде египетский президент Анвар Садат и израильский премьер-министр Менахем Бегин подписали мирный договор, регулирующий установление дипломатических отношений между Египтом и Израилем и навигацию Суэцкого канала. В соответствии с ним Израиль обязался вывести свои войска с Синайского полуострова.

19 сентября 1888 года

В Бельгии на курорте Спа прошел первый в истории конкурс красоты. В финальной части приняли участие 20 претенденток на титул «королевы красоты» (финалистки отбирались по фотографиям, присланным на адрес жюри). Победительницей конкурса стала 18-летняя креолка из Гваделупы Берта Сукаре.

23 сентября 1960 года

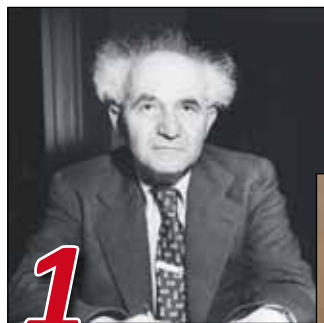
Глава советского руководства Никита Сергеевич Хрущев выступил на Генеральной Ассамблее ООН по вопросам о колониальных народах и разоружению с критикой политики западных стран и особенно США. Выступая с трибуны Генеральной Ассамблеи ООН, он в пылу обличения империализма сбросил с ноги ботинок и начал стучать им изо всех сил по трибуне... Позже в своих мемуарах Хрущев объяснит свой неординарный поступок стремлением поддержать «освободительное движение народов Азии и Африки».

25 сентября 1555 года

Император Священной Римской империи Карл V и германские князья заключили Аугсбургский религиозный мир, положивший конец ряду войн между католиками и протестантами. В империи была признана лютеранская вера, а князья получили право определять вероисповедание своих подданных.

30 сентября 1659 года

Робинзон Крузо, потерпевший кораблекрушение во время страшной бури, вообразил большой деревянный столб на том месте острова, куда его выбросило море, и вырезал на доске ножом крупными буквами надпись: «Здесь я ступил на берег 30 сентября 1659 года», - которую прибил накрест к столбу. Покинул же Робинзон свой остров, который он называл Островом Отчаяния, только 19 декабря 1686 года.



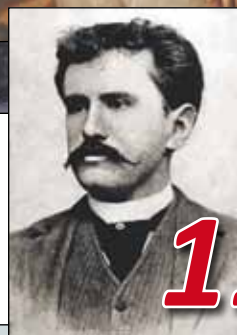
1



5



8



11



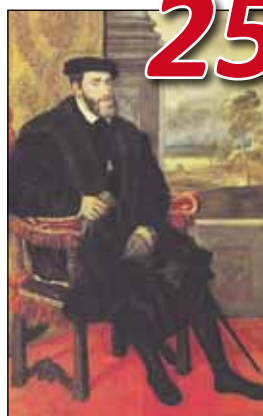
17



19



23



25



30

Андрей Павлович: «Нет ничего недостижимого!»



Самый романтичный певец России Андрей Павлович – о своем пути к успеху, летних гастролях, впечатлениях от Олимпиады-2014 и планах на будущее.

- Как Вы считаете, Ваш успех – это плоды Вашей целеустремленности или просто счастливое стечение обстоятельств?

- В первую очередь – это целеустремленность. Были, конечно, и преграды на пути, которые приходилось преодолевать, но меня это не отпугивало и никогда не появлялось мысли повернуть назад и забыть про мечту! Ведь главное – верить в себя и не сдаваться: в жизни нет ничего недостижимого! Мы сами порой ограничиваем свои возмож-

ности и сковываем заложенный в нас потенциал. А это неправильно, надо двигаться вперед и верить, что все получится. Тогда ваши мечты обязательно воплотятся в реальность.

- В Вашем репертуаре прекрасные песни о любви, о чувствах. Что такое любовь именно для Вас?

- Любовь – удивительное чувство, которое очень тяжело описать словами. Только испытав его, можно понять, что это на самом деле. Она многогранна, и я очень хочу, чтобы каждый узнал сам, что это такое. Любовь – это порыв души!

- Когда вы выходите на сцену, что для Вас важнее – получить удовольствие самому или доставить удовольствие публике? Или это невозможно разделить?

- Безусловно, на первом месте у меня стоит желание доставить удовольствие публике, порадовать своих поклонников. Каждый музыкант живет и работает именно для того, чтобы зритель радовался на концертах и заряжался положительной энергией, которая, в свою очередь, бумерангом возвращается к артисту в финале концерта. Я помню свои ощущения, когда после шоу спускаюсь со сцены, уставший, но счастливый. Это самые прекрасные мгновения, ради которых я живу.

- Сейчас лето – пора отпусков и отдыха. К Вам это утверждение относится? Или для Вас лето – такие же трудовые будни?

- Нет, ко мне это не относится. У меня такие же трудовые будни, как и в другое время года. Если весной были репетиции в моем новом шоу «Город любви», то летом в полном разгаре гастрольный тур, а осенью начнется работа над новой концертной программой. Когда отдыхать? Даже не знаю. Возможно, получится на 3-4 дня выбраться в Болгарию, чтобы побыть возле моря в ти-



шине и спокойствию. Очень люблю энергию этой страны.

- Концерты, гастроль, шоу «Город любви» в Московском Мюзик-Холле... При таком плотном рабочем графике у Вас остается время на себя?

- Уже и не помню, когда у меня было свободное время. Сейчас, несмотря на лето, очень много работы. Как говорится, «горячая пора». Даже времени на сон мало, и отдыхаю в основном в дороге, переезжая или перелетая из города в город. Научился «отключаться» в самолетах, автобусах, поездах: как только я сажусь на место, и моя голова касается какой-либо поверхности, я засыпаю, словно младенец. Но это помогает мне быть бодрым и активным во время выступлений и репетиций.

- Когда у Вас все-таки выдаются свободные дни, как Вы их проводите?

- Очень люблю бывать на природе: дышать свежим воздухом, слушать пение птиц - когда вокруг только тишина и спокойствие. У меня есть загородный дом, куда я выезжаю, когда появляется свободное время. Пускай даже на день или на половину дня. Побыв на природе, искупавшись в реке и походив но-

гами по свежей зеленой траве, я испытываю небывалый прилив чувств и энергии. Ощущение, словно я был неделю на дорогом курорте. Если я остаюсь в Москве, то чтобы расслабиться, отправляюсь в баню: русская парилка с еловым веником и купелью – это сказка!

- Помимо музыки, насколько мне известно, Вы также неравнодушны и к спорту – какие именно виды спорта Вы предпочитаете?

- Больше всего люблю плавание: хожу в бассейн, плаваю в открытых водоемах. Но далеко не всегда нахожусь на это время, к сожалению. Еще у меня есть правило: каждый вечер я делаю двести отжиманий, а если пропущу занятие – по любой причине, - но на следующий день цифра увеличивается вдвое. Это, кстати, хорошо стимулирует, и помогает мне всегда находить возможность для упражнений. Для этого не нужно много времени и места, на гастролях, дома – где угодно, - я могу поддерживать физическую форму.

- В Сочи на Олимпиаде-2014 Вы поддерживали российскую сборную. Поделитесь своими впечатлениями от Олимпиады!

- Меня очень радовали успехи команд, я болел за сборную России, переживал за конкретных спортсменов и радовался каждой победе. Наши ребята огромные молодцы, это даже не надо обсуждать! Но хочется еще отметить высокий уровень организации самой Олимпиады. Сочи встретил

спортсменов со всего мира достойно! Я был на многих Олимпийских играх, и мне есть с чем сравнить. И, кстати, сама идея - провести зимние игры в черте летнего курорта, - была крайне удачной. Иностранцы спортсмены и гости оценили ее по достоинству. А «фишка» с нераскрывшимся кольцом, которую режиссер Олимпиады так умело использовал на закрытии, запомнится на многие годы.

- Слышала, что Вы любите готовить и часто придумываете рецепты. Какое Ваше любимое блюдо? Поделитесь одним из Ваших авторских рецептов!

- Готовить я очень люблю, и отдаю предпочтение холодным супам. Сейчас, летом, это очень актуально. Часто готовлю и сам кушаю окрошку на сметане или на квасе, и обязательно без мяса. Самый любимый суп - свекольник (холодник). Это белорусско-литовское блюдо. Делаю его на сметане, а не на кефире, поскольку последний не очень люблю. Рецепт очень прост: нужно взять литр-полтора сметаны, большой огурец, 5-6 яиц,

полкило вареной свеклы, укроп, лук, соль по вкусу. Огурец и свеклу натереть, укроп и лук нашинковать. В кастрюлю вылить сметану (не очень жирную, чтобы была жидкой консистенции), добавить туда овощи и яйца, посолить и перемешать. Можно положить небольшие горячие картофелины, отваренные в мундире и очищенные. Приятного аппетита!

- Говорят, что путь к сердцу мужчины лежит через его желудок, - к Вам это тоже относится? Или есть какие-то другие дороги?

- Вкусно покушать – это моя большая слабость, но чаще я сам встаю к плите, получая от этого огромное удовольствие. Видимо, поэтому для меня кулинарные способности моей второй половинки не стоят на первом месте. Первичен характер, а на втором месте – внешность. Еще важно, чтобы с человеком было комфортно, интересно, весело, чтобы были общее чувство юмора, увлечения.

- Андрей, и последний вопрос - есть какие-то вершины, покорение которых непременно входит в Вашу «обязательную программу»?

- Моя цель – сделать лучшее концертное шоу! Начинаю я с российских просторов и стремлюсь сначала завоевать публику у себя на родине. Ну а дальше – весь мир. Не нужно ограничивать себя никакими рамками. И всем хочу пожелать: не стоит останавливаться на достигнутом, всегда нужно стремиться к чему-то новому, развиваться и совершенствоваться! У каждого из нас есть возможность добиться своей цели, делая каждый день по одному, пусть даже небольшому, шагу. Важно верить, что все возможно!



Остров-музей



На нашей планете существует масса удивительных мест, которые непременно нужно посетить, - хотя бы для того, чтобы «почувствовать разницу»! К таковым, несомненно, относится остров-музей Мальта.

Если Средиземноморье называют колыбелью европейских цивилизаций, то Мальту можно смело считать заповедником этих цивилизаций под открытым небом. На протяжении последних семи тысяч лет хроники на островах накопились бесчисленное число памятников истории и культуры: от легенд об Атлантиде, частью которой, как многие полагают, и является Мальта, рыцарских символов таинственного мальтийского ордена, до следов пребывания тут воинов Наполеона и британских колонизаторов времен королевы Виктории. Ни одна страна мира не может похвастаться таким количеством уникальных и неповторимых замков, дворцов, монастырей, садов и храмов, сконцентрированных на столь маленьком про-

странстве, как этот удивительный остров. Хотя справедливости ради нужно упомянуть, что мальтийское государство состоит на самом деле из трех обитаемых островов: собственно сама Мальта со столицей, названной в честь ее основателя, великого магистра ордена иоаннитов Жана де ла Валлетта; меньший по размеру Гозо и совсем крошечный Комино площадью один квадратный километр с населением 4 человека! Впрочем, мальтийцев всего-то немногим более 400 тысяч...

Кроме толп народа, на Мальте нет ни рек, ни гор, ни полезных ископаемых, ни запасов пресной воды. Зато тут есть, причем в изобилии, всевозможные достопримечательности! К важнейшим из них относятся мегалитические храмовые комплексы Джгантия, Хаджар-Им, Мнайдра и Хал-Сафлиени, архитектурный ансамбль бывшей мальтийской столицы Мдины, самые большие церкви острова: собор Святого Иоанна и Ротонда Моста, а также дворец магистра Маль-

тийского ордена. К этому списку добавляются достопримечательности соседнего острова Гозо, большинство из которых сконцентрировано в его столице – Виктории. Невозможно не упомянуть также и природные красоты Мальты и Гозо, такие, как Золотая бухта, Лазурное окно, Голубой грот... Совсем не случайно именно тут проходили съемки таких известных фильмов, как «Троя», «Гладиатор» и «Код да Винчи», а также сериала «Игра престолов»!



Планируя пляжный отдых на Мальте, стоит учитывать, что все побережье страны изрезано небольшими бухточками и заливами, пещерами и гротами. Широких песчаных пляжей и уходящей вдаль береговой линии на Мальте практически нет. Вся прелесть мальтийских пляжей, напротив, в том, что они располагаются в укромных лагунах, окруженных отвесными скалами. Здесь одинаково приятно как понежиться на солнце, так и заняться дайвингом среди остатков затонувших кораблей и богатой подводной фауны. Вот только к обнаруженным сокровищам по местным законам нельзя даже прикасаться...

Не только можно, но и нужно посетить Мальту всем желающим в совершенстве

овладеть английским! Ведь почти 2 века британской колонизации оставили мальтийцам в наследие не только красные телефонные кабинки и смешные автобусы, но и язык (английский считается тут официальным языком общения!), и множество первоклассных языковых школ. А вот гастрономические традиции туманного Альбиона здесь не прижились. Мальтийская кухня прочно основана на итальянском колорите (не зря все-таки Сицилия практически за углом!) и африканских специях. Чаще всего блюда национальной мальтийской кухни готовятся на основе морепродуктов, а также овощей и фруктов, соответствующих сезону. Мальтийцы очень любят рыбу, особенно лампуку, очень популярную среди жителей острова: ее подают как самостоятельное

блюдо с томатным соусом или делают рыбный пирог. Еще традиционным мальтийским блюдом считается тушеный кролик в чесночно-томатном соусе, а также спагетти под особым соусом, приготовленным из чернил осьминога, и холодное рагу из улиток. Сладкие блюда тут тоже весьма колоритны: чего стоит, например, один только сладкий баклажанный пирог с финиками, или пирожки с финиками или с мягким сыром рикотта!

Одним словом, на Мальте есть что посмотреть и чему научиться, есть где отдохнуть душой и телом, - чем не идея для планирования следующего отпуска?



ANZEIGE

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



«Как жить с неверующим супругом»
Священник Константин Пархоменко
Как жить вместе супругам, душевно близким, но далеким духовно?
62 стр., мягкий переплет
Арт. 13004
2,70 евро



«Кризис в семье»
Протоиерей Александр Ильищенко
Что угрожает семейному счастью, и как с этим справиться?
142 стр., мягкий переплет
Арт. 13007
3,00 евро



«Когда и как надо говорить ребенку о Боге»
Наставления родителям и молитвы о детях
48 стр., мягкий переплет
Арт. 16015
2,50 евро



«Как улучшить отношения с родителями»
Понять родителей, быть услышанным ими и сделать отношения теплее очень просто...
208 стр., мягкий переплет
Арт. 13022
6,90 евро

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

В темпе



Ускорить обмен веществ в любом возрасте, не отказывая себе ни в чем? Легко!

С возрастом обмен веществ в организме замедляется, в среднем на 5-8% за каждое десятилетие жизни, вследствие чего возникает дисбаланс между поступлением энергии в организм и ее расходом. В этом и кроется основная причина того, что людям с возрастом становится все сложнее сбросить лишний вес. К счастью, есть выход и из этой ситуации, причем невероятно простой. Не надо отказывать себе в тех или иных продуктах, достаточно лишь пересмотреть свой рацион, руководствуясь нижеприведенными правилами.

Минус голодание

Чем старше человек, тем осторожнее ему нужно относиться к монодиетам, разгрузочным дням или, тем более, голоданию. Наоборот, для того, чтобы поддерживать себя в форме и не поправляться, следует есть не менее 5 раз в день небольшими порциями – дробное питание не зря является основой

большинства диет, оно помогает сохранять стабильным уровень сахара в крови и препятствует перееданию.

Фрукты-овощи

Правильное питание складывается, в том числе, из ежедневного потребления сезонных фруктов и овощей. Они обеспечивают организм витаминами, минералами и клетчаткой (напомним, что клетчатка – это неперевариваемые углеводы. Пытаясь их переработать, пищеварительная система работает с большим усердием. При этом сжигается достаточно много калорий и ускоряется обмен веществ). Капуста брокколи, шпинат, цветная капуста, помидоры, авокадо, цитрусовые и яблоки, а также ягоды (черника, клубника, малина) должны быть постоянными «гостями стола»! Между прочим, чем ярче цвет овощей и фруктов, тем они богаче антиоксидантами, которые не только очищают организм, но и замедляют старение.

Млечный путь

Вы любите сладкие творожные запеканки,

глазированные сырки и молочные коктейли? Отлично! Ведь они содержат кальций, от которого зависит скорость обменных процессов. Присутствие в ежедневном меню продуктов, содержащих этот важный минерал, позволяет организму легче избавляться от жировых запасов. Если же в рационе недостает кальция, то организм получает сигнал о возможном голодании, и он начинает накапливать жир в целях самосохранения. Поэтому 3-4 молочных (пусть сладких или жирных) продукта в день – неперемное условие правильного питания. Кстати, продукты-лайт включают тот же объем кальция!

Белкам – да!

Пища, богатая белком, заставляет пищеварительную систему трудиться в усиленном режиме. И заодно обеспечивает организм необходимым количеством протеинов! Минимум 2 белковых продукта в день – основное условие поддержания скорости обмена веществ.

Некоторые любят послаще

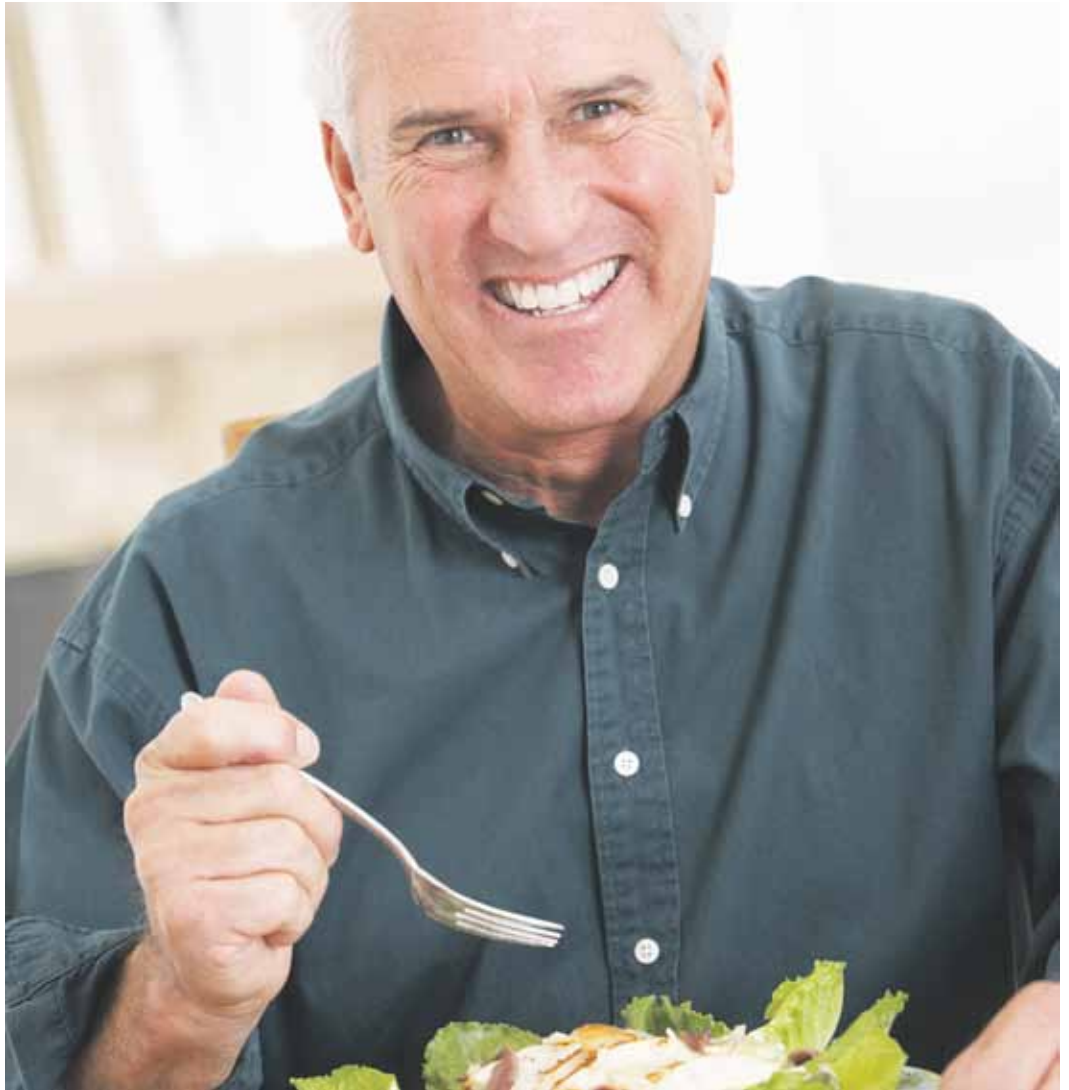
Ежедневное правильное питание невозможно представить без углеводов. В идеале - полученных из цельнозерновых продуктов. Подойдут также картофель, бобовые, разнообразные крупы и паста из твердых сортов. Но если очень уж захочется шоколадки или зефира, пудинга или каких-то других сладостей, то не стоит себе в них отказывать! Ведь правильное питание – это комбинация продуктов из всех питательных групп. Все продукты хороши, главное — грамотный баланс между ними.

Водный мир

«Увлажнение» организма актуально не только в контексте ухода за кожей! С возрастом проблема обезвоживания становится все более распространенной, а значит, необходимо пить как можно больше воды. Именно воды! А не соков или сладких газированных напитков, которые могут присутствовать в рационе, но только в незначительном объеме и по особым случаям.

От звонка до звонка

Режим питания не менее важен, чем состав того или иного блюда! Поэтому необходимо становить четкий график приема пищи (в идеале – для всей семьи) и неукоснительно следовать ему, не перебивая еду на ходу, не «кусочничая», а отдавая должное полноценной трапезе. Еще не лишним будет превратить семейные обеды (или ужины, или завтраки, или все вместе) в приятный и душевный ритуал. Моменты дружной трапезы станут источником положительных эмоций и удовольствия, - во всех отношениях!



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:

Краса и виноград



Из всего осеннего витаминного многообразия особым образом выделяется виноград, одна из самых вкусных и полезных ягод на свете.

Виноград считается одним из самых древних растений на нашей планете, - и уж точно одним из самых важных и нужных! Древние греки и римляне применяли ягоды и сок винограда для восстановления сил и улучшения обмена веществ, германцы и галлы использовали их как средство против ангины, язв во рту и кровохаркания. Уже в те далекие времена виноград был известен не только как сырье для производства алкогольных напитков, но и как лекарство от многих болезней. И с тех пор мало что изменилось... В винограде – как в старину, так и сейчас, - содержится настоящий витаминно-

минеральный комплекс, включающий в себя фолиевую кислоту, витамины К и Р, железо, медь, марганец и магний. В нем также много калия, оттого он особенно полезен людям, страдающим сердечно-сосудистыми заболеваниями. Виноград рекомендуется и тем, кто страдает малокровием, поскольку «винная ягода» увеличивает количество эритроцитов и повышает уровень гемоглобина, а также нормализует соотношение между клетками крови и стимулирует кровяную функцию костного мозга. Еще она благотворно воздействует на деятельность желудочно-кишечного тракта и водно-солевой обмен. Нередко виноград рекомендуют и как средство от кашля – это объясняется большим содержанием в нем фруктовых кислот, слегка раздражающих дыхательные пути, из-за чего облегчается отде-

ление мокроты и смягчается кашель. А благодаря активным веществам-полифенолам, в изобилии присутствующим в виноградных косточках и «связывающим» свободные радикалы, основную причину возникновения онкологических заболеваний, виноград представляет собой отличную профилактику рака. Кроме того, полифенолы способны увеличивать сопротивляемость кровеносных сосудов, улучшать кровообращение, предохранять от разрушения волокна эластина и коллагена. Поэтому призывами «родом из детства» не есть виноград с косточками вполне можно пренебречь! Вообще, в винограде полезно практически все – от кожуры до листьев, которые очень богаты аскорбиновой кислотой. Они являются прекрасной добавкой к любым салатам, придавая им пикантность и терпкость.

Помимо массы полезных свойств, в винограде есть и «ложка дегтя», а именно: виноград из-за легкоусвояемых сахаров является высокоэнергетическим продуктом. С другой стороны, главный секрет пользы этой ягоды кроется именно в содержании глюкозы и фруктозы, которые сразу поступают в кровь, стимулируя таким образом мышечный тонус, усиливая сокращение сердечной мышцы и повышая обмен веществ. То есть виноград – это естественный энерджайзер, причем гораздо более полезный, чем таурино- и кофеиносодержащие напитки, и не уступающий им в эффективности! Но тем не менее от увлечения виноградом из-за повышенного содержания в нем сахара лучше отказаться тем, кто страдает сахарным диабетом, язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки или ожирением. И еще – даже абсолютно здоровым людям поедать виноград в неограниченных количествах не рекомендуется. Суточная доля винограда не должна превышать 500 г в день, иначе лечебно-оздоровительный эффект сойдет на нет, уступив место банальному желудочному расстройству. Ни в коем случае нельзя совмещать виноград с молочными продуктами – дело в том, что виноград сквашивает их, производя в желудке «государственный переворот».

Не уступает своему «родственнику» в лечебно-профилактических свойствах (а кое в чем даже превосходит его) изюм. Он тоже относится к целебным продуктам и обладает

общеукрепляющим, кроветворным и противовоспалительным эффектом. Изюм является просто-таки панацеей при мерцательной аритмии и сердечной недостаточности: содержащийся в нем легкоусвояемый калий поддерживает сердечную мышцу. Кардиологи рекомендуют съедать по 100 г изюма в день для профилактики сердечно-сосудистых заболеваний. А в «компании» с виноградным соком (1 стакан 2 раза в день) он нормализует повышенное кровяное давление. Единственный минус изюма – его высокая калорийность (270 килокалорий на 100 г). В то же время те, кто придерживаются строгой диеты, знают – в случае приступа острого голода 50 г изюма способны насытить ничуть не хуже тарелки спагетти, но с гораздо большей пользой для здоровья.

А вот с точки зрения косметологии изюм все же проигрывает винограду. Еще в XVII веке французские красавицы заметили, что нанесенный на кожу лица виноградный сок придает ему свежесть. В наше время свойства винограда оказывать смягчающий, восстанавливающий и питательный эффект, а также защищать кожу от свободных радикалов и от токсичных последствий ультрафиолетовых лучей, широко используются в косметологии. Многие косметические средства содержат экстракт натурального виноградного сока, в состав которого входят танин, витамины и фруктовые кислоты, или уже упоминавшийся экстракт виноградных косточек, вполне заслуженно получивший назва-

ние «гормона молодости». Огромным успехом пользуются кремы, в основе формулы которых – экстракт виноградной лозы в сочетании с натуральными компонентами. Они регулируют производство меланина, который отвечает за пигмент кожи, эффективно «убирая» пигментные пятна и мелкие морщины. Практически все крупные салоны красоты предлагают курс «виноградных» процедур (пилинг с применением виноградных косточек, маски на основе сыворотки на базе виноградного сока и пр.).

Впрочем, красота «из виноградной лозы» вполне доступна и в домашних условиях (и здоровье с ней заодно!). Те, кто хотят подольше сохранить цветущий послеотпускной вид, избавиться от нагулянного за лето жирка, оздоровить кожу и вывести из организма шлаки, могут сделать это с минимальными затратами и усилиями: достаточно придерживаться в течение 4-7 дней виноградной диеты, подразумевающей употребление в пищу винограда и только винограда, – и большого количества минеральной воды и зеленого чая. Подобный курс ампелотерапии отлично действует на кожу, способствует глубокому дренажу почек и печени, очистке кишечника, детоксикации, очищению и минерализации организма, и настоятельно рекомендуется диетологами и косметологами именно в сентябре, когда концентрация полезных веществ в ягодах винограда достигает своего пика. А значит, не будем терять времени!



На экранах

С 4 сентября 2014 года

ANOTHER ME - MEIN ZWEITES ICH («МОЕ ВТОРОЕ Я»)

Режиссер: Изабель Койшет

Авторы сценария: Изабель Койшет, Кэтрин Макфейл

В ролях: Софи Тернер, Джонатан Риз Майерс, Клэр Форлани

По мотивам одноименного романа книге Кэтрин Макфейл: психологический триллер о девушке-подростке, чья на первый взгляд идеальная жизнь рушится, когда та начинает подозревать, что ее преследует таинственный «двойник», собирающаяся украсть не только ее личность, но и жизнь...

SERENA

(«СЕРЕНА»)

Режиссер: Сюзанна Бир

Авторы сценария: Кристофер Кайл, Рон Рэй

В ролях: Дженнифер Лоуренс, Брэдли Купер, Риз Иванс

Молодожены Джордж и Серена Пембертон совершают путешествие из Бостона в горы Северной Каролины – тут они мечтают построить лесопромышленную империю. А еще Серена мечтает о том, чтобы завести полноценную семью и родить ребенка. Вот только новость о собственном бесплодии застаёт ее врасплох, – теперь ей придется жить по-новому, искать любые способы обретения смысла своего существования.

HERCULES

(«ГЕРКУЛЕС: НАЧАЛО ЛЕГЕНДЫ»)

Режиссер: Ренни Харлин

Авторы сценария: Шон Худ, Дэниэл Джагат

В ролях: Келлан Латс, Скотт Эдкинс, Лайам МакИнтайр

Прекрасная царица Алкмена попала под чары грозного бога Олимпа, Зевса, и родила ему сына Геракла. При рождении ему было предсказано стать величайшим воином, который будет властвовать над народами и принесет мир и процветание своей стране. Но сам Геракл совсем по-другому представлял свою жизнь...

С 18 сентября 2014 года

SIN CITY: A DAME TO KILL FOR («ГОРОД ГРЕХА: ЖЕНЩИНА, РАДИ КОТОРОЙ СТОИЛО УБИВАТЬ»)

Режиссеры и авторы сценария: Фрэнк Миллер, Роберт Родригес

В ролях: Брюс Уиллис, Ева Грин, Джессика Альба

По мотивам одноименного романа Фрэнка Миллера: Дуайт отдал бы все за единственный шанс начать жизнь сначала, чтобы почувствовать себя свободным и отомстить разбившей его сердце Аве Лорд. И этот шанс не заставляет себя ждать, – ведь, если свернуть в правильную подворотню в Городе Грехов, можно найти все, что угодно...

С 25 сентября

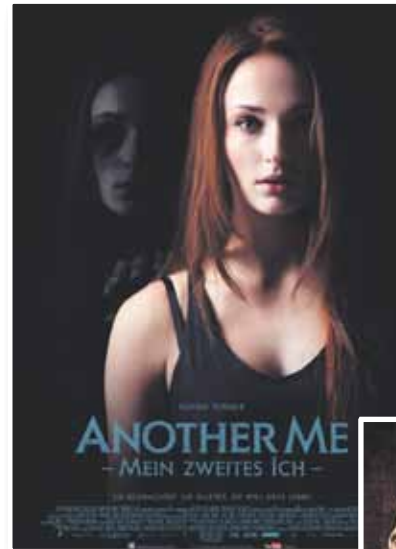
SIEBEN VERDAMMT LANGE TAGE («ЗДЕСЬ Я ТЕБЯ И ОСТАВЛЯЮ»)

Режиссер: Шон Леви

Автор сценария: Джонатан Троппер

В ролях: Роуз Бирн, Эри Грейнон, Эбигейл Спенсер

Когда в еврейской семье умирает отец, четверем взрослым братьям и сестрам предстоит вернуться в родной дом и жить вместе с матерью целую неделю, соблюдая традиции своей веры. Не так-то это просто, оказывается!



По следам лета

Лето закончилось, а впечатления от него – по крайней мере, кулинарные! – остались...

Огуречные «пеньки»

Ингредиенты: 1 длинный огурец, 100 г творожного сыра, 50 г креветок, 1 пучок укропа, 50 г соленого лосося или форели, перец, соль по вкусу

Огурец нарезать «пеньками» высотой чуть больше сантиметра. При помощи чайной ложки сделать в «пеньке» лунку. Креветки положить в соленую кипящую воду, снять кастрюлю с огня, закрыть крышкой. Через 5 минут откинуть креветки на дуршлаг. Укроп мелко порубить. Смешать творожный сыр с укропом. Остывшие креветки порубить, добавить в сыр, перемешать. Посолить и поперчить по вкусу, скатать шарики примерно с чайную ложку, и положить в лунку на «пенек», украсив укропом или креветкой.



Теплый салат с курицей

Ингредиенты: 300 г куриного филе, 8 помидоров черри, 1 цуккини, 1 морковь, 1 лимон, 50 мл оливкового масла, по 1 веточке базилика, укропа, мяты или другой зелени, 1 зубчик чеснока, перец, соль по вкусу

Куриное филе обжарить и порезать ломтиками. Помидоры черри порезать пополам. Порубить зелень, измельчить чеснок. Смешать в миске лимонный сок, оливковое масло, зелень, добавить чеснок и половинки черри. Посолить и поперчить. Цуккини и морковь нарезать на длинные тонкие полоски, подержать в соленом кипятке 30 секунд, выложить овощи и курицу в миску с заправкой, перемешать и подавать на стол.

Паста с орешками и свекольным соусом

Ингредиенты: 80 г пасты (спагетти или тальятелле), 100 г свекольного сока, по 15 г миндаля, кешью, грецких и кедровых орехов, 60 г овощного бульона (можно заменить водой), перец, соль по вкусу

Свекольный сок посолить, поперчить, довести до кипения, затем варить на медленном огне 5 минут. Пасту отварить в подсоленной воде до готовности, вынуть из воды и переложить в тарелку. На сухую сковороду выложить орехи, помешивая, обжарить их. Немного орехов (20% от общего количества) отложить. Влить овощной бульон или воду. Довести до кипения, добавить готовую пасту. Влить свекольный сок и, постоянно помешивая, выпарить соус. Готовую пасту переложить на тарелку. Сверху посыпать отложенными обжаренными орешками.



Лососевый террин

Ингредиенты: 250-300г копченого лосося, 150 грамм консервированного тунца в собственном соку, 200г картофеля для пюре, 100г зеленого горошка, 100 мл рыбного бульона, 100 мл сливок, 3 пластинки желатина (4,5 г), 25 мл сухого белого вина, 400 мл молока, рубленая зелень (петрушка, укроп, кинза, шнит-лук), перец и соль по вкусу

В кастрюле отварить картофель для пюре, посолить. В блендере смешать отваренный картофель и тунец, добавить зелень и горошек. Керамическую форму покрыть целлофановой пленкой и положить в нее ломтики лосося. Желатин положить в холодную воду на 5 минут. Бульон, сливки и вино нагреть, не доводя до кипения, растворить в бульоне желатин. Дать остыть. В форму залить половину полученного соуса. Убрать в холодильник для застывания (около часа). Вынуть форму с застывшей массой и аккуратно добавить сверху массу с тунцом, картофелем и зеленью, залить массу частью соуса и убрать в холодильник на час. Как только все застынет, достать из холодильника и залить террин оставшимся соусом. Закрыть верх формы лососем и пленкой. На пленку положить сверху вес, чтобы прижать полученный торт. Поставить форму с террином в холодильник на 8 часов.

Французский клубничный пирог

Ингредиенты: 400 г клубники, 2 яйца, 80 г сахара, 80 г муки, 100 г сливочного масла, половина стручка ванили, половина чайной ложки разрыхлителя
Духовку разогреть до 180°. Форму диаметром 18 см смазать сливочным маслом. Клубнику помыть, обсушить и порезать произвольно и сложить в форму. Яйца взбить с остальными ингредиентами до состояния крема, залить тестом клубнику. Выпекать 40-50 минут.





Жюри Конкурса:
Слева направо:
Сергей Приказчиков - солист
группы Пицца, Мария Гузеева,
Дмитрий Писарев, Дана Релли,
Черим



Дана Релли -
певица, актриса



Невеста от дизайнера
Александра Гусарова



Певец Черим

Совершенно по-летнему

Уже второй год подряд, на средиземноморском побережье Турции, в роскошном отеле Mardan Palace проходит «Russian Fashion Show». Каждый месяц с мая по сентябрь можно увидеть показы от ведущих российских дизайнеров, оказаться на яркой вечеринке или концерте звезд эстрады. В этом году модную неделю в фешенебельном отеле-дворце открывали Юлия Далакян и Ольга Пленкина, во «втором заезде» состоялись показы Александра Гусарова и Гоги Сабекия, в конце июля конкуренцию моделям, демонстрировавшим наряды от Геры Скандала, оставляли участницы конкурса красоты. По результатам отборочных туров в финал попало 12 конкурсанток со всех уголков России. В их числе - Надежда Гуськова, двукратная чемпионка России по большому теннису, которая победила в борьбе за звание самой сексуальной девушки Mardan Palace. Конечно же, она не смогла отказать себе в удовольствии насладиться морем, солнцем и пляжем лучшего курорта Анталии, совместив трудные конкурсные дни с райским отдыхом. Роскошный отель вместил в себя всех многочисленных гостей конкурса, специально приехавших, чтобы оказаться в окружении настоящих красавиц и познакомиться в неформальной обстановке с членами жюри, среди которых сплошь известные имена. Популярная певица Мира, вошедшая в сотню самых сексуальных женщин планеты, прибыла на по-

бережье вместе со своими коллегами, певцами Ильей Зудиным (группа «Динамит»), Антоном Зацепиным и Сергеем Приказчиковым (группы «Пицца»). Естественно, в жюри были и девушки: певица Лоя (экс- 5ivesta Family), певица и актриса Дана Релли, пианистка и композитор Вики Ли. Ведущие конкурса: шоумен Дмитрий Писарев и российско-американская актриса Мария Гузеева.

Объективные и беспристрастные члены жюри оценивали конкурсанток за умение работать на камеру, позировать во время пляжных фотосессий, а также по участию в дефиле в нарядах от дизайнера Геры Скандала, который представил на суд публики свою коллекцию сезона осень-зима 2014-2015. На второй день гостей отеля ждала большая концертная программа с участием звезд, в рамках которого члены жюри поднимались на сцену, чтобы исполнить свои хиты.

Эти дни запомнились каждому из гостей отеля как одни из самых лучших этого лета. Море улыбок и хорошее настроение они увезли с собой в родные города. И гости, и артисты, и конкурсантки уже ждут следующего сезона «Russian Fashion Show» в фешенебельном отеле Mardan Palace, чтобы вновь окунуться в атмосферу радости и счастья.



Победительница Конкурса
Красоты -двукратная чемпионка
России по большому теннису
Надежда Гуськова



певица Мира



композитор и пианистка
Вики Ли



Певица Лоя - член жюри

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