



### Вномере

### CTP. 2

Афиша месяца

### CTP. 4

Хронограф

А в это время, много лет назад...

### CTP. 6

#### Для пользы тела

Чтобы не плакать по волосам

Что делать, чтобы вернуть шевелюре объем и пышность? И возможно ли это вообще?

### **CTP. 10**

Тема

Во саду ли, в огороде

Что лучше всего поможет ощутить настоящий вкус лета? Конечно, свежие фрукты и ягоды!

### **CTP. 14**

Здоровье

От всех болезней

Свекла традиционно считается незаменимой составляющей летнего меню, а также является действенным лекарством почти от всех болезней.

### **CTP. 20**

Гостиная

Малиновский: «Каждый шаг мне дается очень сложно!»

Малиновский - певец, музыкант, участник телевизионного музыкального проекта «Голос», - о своих проектах, стремлениях и мечтах.

### **CTP. 26**

Кинозал

В июне на экранах

### **CTP. 27**

Азбука вкуса

Море волнуется

Рецепты блюд с морепродуктами – волнующе вкусными и бесконечно полезными!



### Impressum

### ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЙ АЛЬМАНАХ | RUSSISCHSPRACHIGE ILLUSTRIERTE

UVP 2,50 EUR | Ausgabe: 1 mal monatlich



www.veritas-company.de

 Herausgeber | Издатель: Veritas Beteiligung und Management GmbH | Wilhelmsaue 1 | 10715 Berlin | Tel. +49 30 688 377 159 | Fax +49 30 688 377 167 | www.wremja.info

 Anzeigendisposition | Размещение рекламы: wremja@veritas-company.de

Geschäftsführer | Директор: Dipl.-Ing. Alexander Grün | Александр Грюн
Textredaktion | Выпускающий редактор: Anna Kalmann | Анна Кальман

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



- ДЕТСКИЕ КНИГИ
  - РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ
    - ПОЗНАВАТЕЛЬНАЯЛИТЕРАТУРА
      - ДОШКОЛЬНОЕ И ШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ



ВСЕ ДЛЯ ТВОРЧЕСТВА

Заказывайте на сайте www.detiru.de



### События

Лучшим друзьям человека посвящается

### Internationale und nationale Rassehunde-Ausstellung 2019

1 и 2 июня выставочный комплекс Эрфурта станет подиумом международного конкурса красоты, главными участниками которого являются собаки. На Международной и национальной выставке породистых собак Internationale und nationale Rassehunde-Ausstellung 2019 выступят представители более 200 различных пород. Терьеры и гончие, комнатные и служебные, упряжные, пастушьи и охотничьи собаки продемонстрируют ловкость и послушание, умение не терять самообладание в присутствии многочисленной публики, и, конечно, покажут себя с самой лучшей стороны! А их хозяева и посетители выставки смогут принять участие в многочисленных мастер-классах и семинарах.

#### Красота спасет мир

#### **Cosmetic Business 2019**

Те, у кого еще оставались сомнения в отношении утверждения «Красота спасет мир», могут их окончательно развеять на Международной выставке косметической промышленности Cosmetic Business 2019, что пройдет с 5 по 6 июня в Мюнхене. Здесь будет в равной степени интересно и обычным посетителям, и профессионалам, которые смогут делиться друг с другом опытом, а также перенимать новые технологии и навыки, изучая огромную экспозицию. В рамках выставки будут также проходить воркшопы, презентации и семинары, призванные повышать уровень стилистов и визажистов со всего мира. Ну, а обычные посетители выставок смогут уйти с них с новой стильной прической, необыкновенным маникюром или потрясающим макияжем!





















### самое крупное издательство теперь и в европе

**ИСТОРИА ЦЕРКВИ. ДУХОВНАА ЛИТЕРАТУРА. БОГОСЛУЖЕБНЫЕ КНИГИ. СЕМЕЙНАА ЖИЗНЬ И ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ** художественнам и детскам литератураи многое другое всего более 5000 наименований книг вы найдете на сайте:

www.blagovest-kniga.de

ПО ВОПРОСАМ СОТРУДНИЧЕСТВА ОБРАЩАТЬСЯ ПО ТЕЛЕФОНУ: +49 (0) 30 688 377 155, ФАКС: +49 (0) 30 688 377 167

#### Джаз-ралли

### Düsseldorfer Jazz Rally

С 6 по 9 июня набережные, площади и улицы Дюссельдорфа превратятся в огромную сцену, на которой выступят мировые джазовые суперзвезды и начинающие музыканты и исполнители. Поводом для этого послужит Международный фестиваль джаза Düsseldorfer Jazz Rally. Его программа включает более 50 концертов. Разнообразные направления, от авангарда до классики джаза, авторские импровизации и интересные музыкальные находки, - не пропустите!



Место встречи изменить нельзя

Вниманию всех русскоговорящих жителей Германии, желающих встретиться с соотечественниками, насладиться любимой и родной музыкой и просто отлично провести время всей семьей! 8 и 9 июня в Бад-Зальцуфлене пройдет «Русская ярмарка (Ярмарка земляков)», которая в этом году отмечает свой 10-летний юбилей. Как всегда, гостей мероприятия ждут два дня веселья, сюрпризов и, конечно, грандиозный концерт с участием звезд российской, украинской и зарубежной эстрады.





### Совсем по-летнему

#### Home & Garden Berlin 2019

Наконец настало лето, а это значит, что пора заняться обновлением своих гардероба и интерьера, а точнее, отправиться на выставку Home & Garden Berlin 2019, что пройдет с 13 по 16 июня в выставочном комплексе Берлина. На ней будут представлены предметы домашнего быта и системы освещения, часы и цветочные композиции, текстиль, украшения, подарки и прочие милые вещи, делающие настроение по-настоящему летним, а жизнь - ярче и приятнее.



WREMJA.INFO

06.2019

### А в это время, много лет назад...



### 2 июня 1953 года

В Вестминстерском дворце состоялась коронация королевы Великобритании и Северной Ирландии Елизаветы II. Интересно, что взойти на престол ей помог Его Величество Случай: следующим британским монархом после ее отца, Георга VI, должен был стать дядя Елизаветы, Эдуард VIII, но он отказался от престола ради любви к разведенной американке. Елизавета II, будучи у власти более 65 лет, день от дня укрепляет авторитет британской монархии и является символом стабильности и мудрости.

#### 4 июня 1783 года

На рыночной площади в французском городке Анноне состоялась первая публичная демонстрация воздушного шара братьев Монгольфье: сделанный из полотна и бумаги шар диаметром около 11 метров поднялся на высоту 1830 метров и, прежде чем опуститься на землю, пролетел более 1,6 км.

### 8 июня 1909 года

День рождения первого серийного автомобиля российского производства: им стало двухдверное купе с 24-сильным 4-цилиндровым двигателем «Руссо-Балт».

### 11 июня 1858 года

В Санкт-Петербурге прошла церемония освящения крупнейшего на тот момент храма России, Исаакиевского собора, детища знаменитого Огюста Монферрана. По печальной иронии судьбы, 72-летний зодчий простудился на освящении собора и спустя месяц умер.

### 15 июня 1667 года

В Сорбоннском госпитале было проведено первое в истории успешное переливание крови. Профессор медицины Жан-Батист Дени собственноручно перелил 16-летнему юноше 9 унций (около 250 см3) крови ягненка, после чего больной быстро поправился.

### 17 июня 1953 года

В «советском» секторе Берлина началось восстание, главными организаторами и участниками которого стали рабочие. Основным поводом к нему стал чисто социалистический призыв к увеличению производительности труда, что показалось насмешкой и издевательством ведущим полуголодное существование берлинским рабочим. Для подавления восстания в помощь местной полиции были выдвинуты советские танки. В память утонувшему в крови открытому выступлению против несправедливости и косности режима одна из центральных улиц Западного Берлина получила название «Улица 17 июня».

### 21 июня 1957 года

В США агентами ФБР арестован советский разведчик Рудольф Абель. Въехавший нелегально в страну еще в 1948 году, Абель работал художником и фотографом в Бруклине. Причиной его ареста стало предательство связника. Суд приговорил Абеля к 30 годам тюрьмы, но в феврале 1962 года его обменяли на сбитого над СССР пилота разведывательного самолета Фрэнсиса Пауэрса и арестованного в ГДР студента, также подозревавшегося в шпионаже.

### 27 июня 1919 года

В знаменитом Зеркальном зале Версальского дворца был подписан одноименный договор о мире, ознаменовавший окончание Первой мировой войны. Согласно ему, Германия теряла около 13 процентов своей территории, в том числе все заморские колонии, а суммы контрибуций далеко превосходили ее возможности. Есть мнение, что именно суровые условия Версальского договора стали фундаментом для возникновения фашизма: возмущенные жестокими поборами немцы во власти национал-социалистов увидели способ избавления от экономического рабства.

### 30 июня 1574 года

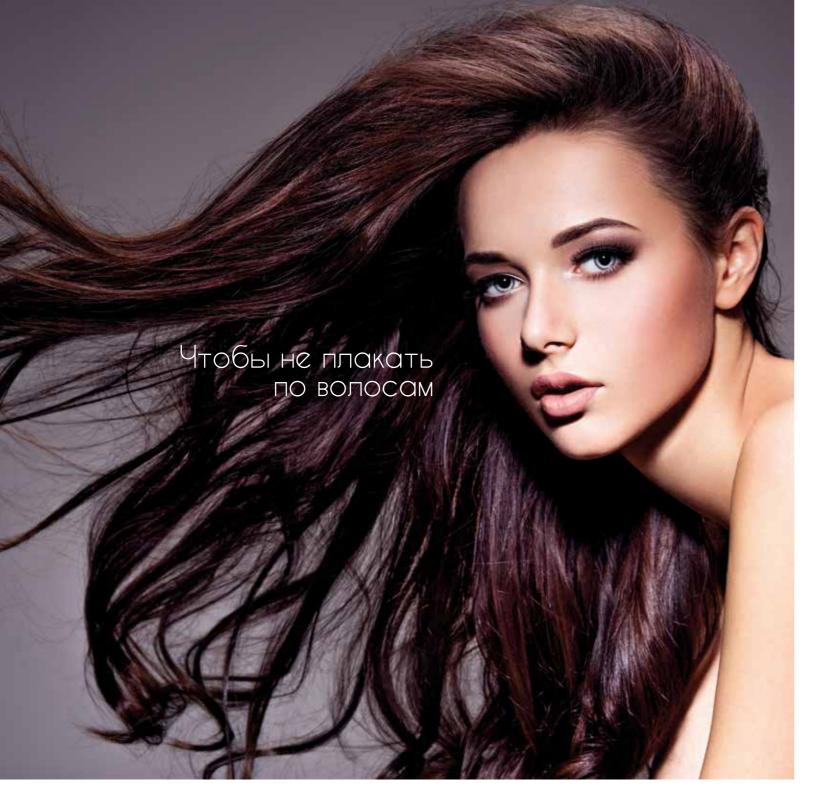
Принц Вильгельм Оранский убедил голландцев открыть дамбу, чтобы препятствовать испанской блокаде города  $\Lambda$ ейдена.  $\Lambda$ ейден был затоплен, но не попал во власть испанцев.





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

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



**Летний «листопад» волос – явление, увы, весьма распростра-** Но, прежде чем начинать паниковать и в прямом смысле слова ненное. По статистике, около 80% тех, чей возраст перевалил «плакать по волосам», следует выяснить причины расставания с за отметку 50, высказывают свои опасения насчет выпадения ними. И принять соответствующие меры, которые вполне могут волос, а также жалуются на отсутствие желаемого объема возвратить кудрям красоту и молодость! прически. Что делать, чтобы вернуть шевелюре объем и пышность? И возможно ли это вообще?

сутки человек может терять до 100 волос. Волосяной покров обновляется, на смену старым подрастают новые волоски, поэтому такие потери считаются в порядке вещей. Беспокоиться же надо начинать в тех случаях, когда выпадение волос становится больше то есть облысения.

Если на расческе, подушке и одежде остается слишком много волос как раз в то время, когда настроение хуже некуда, а одна про-На самом деле выпадение волос – вполне нормальное явление. За блема сменяет другую, то вывод напрашивается сам собой! Действительно, во время волнений и переживаний организм направляет все силы и ресурсы на защиту и поддержку жизненно важных органов, ограничивая в питании волосы. Кроме того, резкий выброс гормонов стресса вызывает спазм сосудов кожи головы, обычного. Это может стать признаком начинающейся алопеции, чем нарушает кровоснабжение волосяных луковиц. А значит, относитесь к проблемам проще и сохраняйте спокойствие, хотя бы во имя здоровья ваших локонов!

хочет укрепить и восстановить свои кудри, необходимо включить хоть и избыток кожного жира, перекрывающие доступ кислорода в свой рацион яйца, рыбу, курицу и молочные продукты, а также к волосяным фолликулам. Решить проблему помогут специальные другие протеиносодержащие продукты. Организм должен запа- очищающие средства, регулирующие работу сальных желез. И, стись белком, строительным материалом, который улучшит общее состояние волос, сделав их крепче и длиннее. А еще лучше, следние ухаживают за кожей головы, предупреждают ломкость и если белковую пищу будут сопровождать зеленые овощи: шпи- истончение волос, а также стимулируют их рост. нат, брокколи, листья салата или руккола. Они восполняют дефицит витаминов группы В, Е, F и йода, ответственных в том числе и Но, пожалуй, самое распространенное объяснение «расставаза здоровье шевелюры. Железо, содержащееся в грецких орехах, ния» с волосами – это небрежное обращение с ними. Если вы загречке, кураге, свекле, необходимо для формирования структуры волоса и стимуляции его роста. Также не помешает пропить курс биотина и цинка, способных порой творить чудеса с волосами, а заодно и ногтями и кожей.

ганизму не хватает полиненасыщенных жирных кислот. А значит, средства. И следите за тем, чтобы в средствах для укладки, котохотя бы 3-4 раза в неделю, а лучше каждый день, хорошо бы есть рыми вы пользуетесь, не содержался спирт, который сушит волоорехи, морепродукты, жирную рыбу вроде лосося и форели, а так- сы. Особенно летом! же салаты с оливковым маслом.

Питание оказывает сильнейшее влияние на рост волос. Тем, кто К типично летним причинам потери волос относятся также перконечно, восстанавливающие маски, бальзамы и сыворотки! По-

метили, что волосы начали сильно сечься, вылезать и терять свой объем, необходимо хотя бы на время отказаться от аммиачного окрашивания и злоупотребления горячими укладками. Частое использование фена и утюжков пагубно отражается на здоровье и внешнем виде локонов. Если без подручных средств при уклад-Тусклость и ломкость волос зачастую сигнализирует о том, что ор- ке все же не обойтись, обязательно используйте термозащитные







Правильный выбор сыра - настоящее искусство, которому, щную закуску. Солоноватая фета имеет мягкую и одновременно впрочем, достаточно просто научиться.

Какой сыр выбрать для приготовления того или иного блюда? Сейчас расскажем!

### МОЦАРЕЛЛА ДЛЯ ПИЦЦЫ

Жители средиземноморских стран уверены в том, что без моцатекается, а если его случайно передержать в духовке, он остается твердые сыры (эдам, гауда). мягким и нежным. Расплавленная моцарелла дает румяную корочку, которая при остывании не твердеет и не становится резиновой. Настоящим кулинарным универсалом являются плавленые сыры,

### ПАРМЕЗАН ДЛЯ ПАСТЫ

плотный, его можно нарезать тонкой стружкой, как бумагу, и блю- и сухофрукты их прекрасно подчеркивают! до будет выглядеть очень эффектно.

#### РИКОТТА ДЛЯ ЛАЗАНЬИ

Очень вкусная лазанья получается с нежной рикоттой из молочможно присыпать натертым твердым сыром (эмменталь, чеддер),

### ΦΕΤΑ ΔΛЯ ΓΡΕЧΕСКОГО САЛАТА

Без феты, знакомой человечеству с античных времен, трудно представить «правильный» греческий салат, как и любую другую ово-

плотную структуру, поэтому кубики сыра сохраняют форму даже в многослойных блюдах.

### БРИ ДЛЯ ФРУКТОВ И ДЕСЕРТОВ

Мягкие сливочные сыры с нежной текстурой (бри или камембер) подают к вину и фруктам, причем самым вкусным является сочетание сыра с яблоками, грушами, персиками и виноградом. Впрореллы пицца превращается в обычный открытый пирог. Дело в чем, неплохо «прозвучат» в этих сочетаниях и голубые сыры с том, что этот сыр хорошо плавится и тянется, но при этом не рас- плесенью (рокфор, донаблу, горгонзола), и так называемые полу-

которые одинаково хорошо подходят для супов, бутербродов, соусов, салатов и закусок. Единственное исключение тут - сочета-Для макаронных изделий больше всего подходит пармезан, ко- ние сыра с цитрусовыми (касается не только плавленых, но и абторый обладает ярким ароматом и пикантным вкусом с орехово- солютно всех сыров). Все дело в том, что резкий вкус цитрусов фруктовыми оттенками. Благодаря тому, что он очень твердый и «убивает» вкус и аромат сыра. А вот мед, наоборот, а также орехи

Ну, а так как идеальным спутником сыра обычно является еще и вино, то при «создании пары» полезно помнить о следующих правилах: свежие сыры гармонируют с молодыми винами, яркие ной сыворотки. Для этого блюда следует брать свежую рикотту со пикантные сорта типа рокфора подают с терпкими винами и порсливочным сладковатым вкусом, поскольку выдержанный сыр ста- твейном, а мягкие жирные сыры хороши с игристыми винами и новится твердым и приобретает резкие оттенки. А сверху лазанью шампанским. Желательно, чтобы сыр и вино были «земляками», то есть французское вино лучше заедать французским же который также подойдет и для приготовления жюльенов или фон- сыром, немецкое – немецким и т.д. При этом чем ярче вкус сыра, тем сильнее должно быть вино, соответственно достойным партнером, например, рокфора вряд ли станет нежное молодое вино. И еще: белое вино сочетается с сырами лучше, чем красное (последнее гармонирует далеко не со всеми сортами!).

# Резиденция для пожилых людей «Grüne Wiese» - с новосельем!



енный по индивидуальному проекту и расположенный в тихом частном секторе.

Комплекс-резиденция для пожилых людей «Grüne Wiese» - это возможность жить полноценной жизнью в идеальных бытовых словиях, чувствуя радость общения, заботу и внимание окружающих. В «Grüne Wiese» ни возраст, ни физические ограничения, ни проблемы со здоровьем не являются помехой комфортной и счастливой жизни. Наш новый дом оснащен всем необходимым для удобства и безопасности его обитателей. Во всех помещениях и на прилегающей территории предусмотрена безбарьерная среда (беспрепятственный проход и проезд на инвалидной коляске), в доме имеется лифт. Помимо круглосуточного ухода и постоянного наблюдения со стороны квалифицированного персонала жильцов ожидают общение с интересными людьми, теплая атмосфера, анимационные программы...

Если Вы или Ваши близкие нуждаетесь в круглосуточной заботе и поддержке, но при этом не хотите менять привычную домашнюю обстановку, то все это Вы найдете у нас в жилом комплексе для пожилых людей «Grüne Wiese»!

На все ваши вопросы, касающиеся условий аренды и проживания, ответит по телефону 030 688 377 138 госпожа Бауман.

- Уютные просторные комнаты в новом доме
- Собственный сад с раскидистыми деревьями и ухоженным газоном
- Круглосуточная забота и внимание персонала, общение и досуговые мероприятия
- Посещение врачей и физиотерапевтов
- Вкусное и разнообразное питание
- Бытовое обслуживание
- Домашние тепло и уют

Мы делаем все, чтобы на нашей зеленой лужайке забывались проблемы, болезни и возраст. Звоните, мы будем рады ответить на все Ваши вопросы!

Количество комнат ограничено!







нечно, свежие фрукты и ягоды! Невероятно вкусные и аро- нии вишневого сока или свежих ягод. Сок вишни незаменим как матные дары садов и огородов являются кладезем витаминов, легкое слабительное, отхаркивающее, утоляющее жажду и повыспособных повысить жизненный тонус и укрепить иммун- шающее аппетит средство. Но и это еще не все: вишня и вишненую систему человека, их можно есть сколько угодно, не опа- вый сок обладают некоторой смесью антиоксидантов и противосаясь за фигуру... Итак, все на борьбу с урожаем!

Июнь – это время, когда на прилавках магазинов появляются «натуральные» черешня с вишней. Именно сейчас начинается «правильный» черешнево-вишневый сезон, и если до того сочные, солнечных Турции или Испании, то теперь в продаже – ягоды превезти издалека и соответственно собирать еще незрелыми.

И вищня, и черешня не только способны украсить любой стол, но профилактикой малокровия и анемии! То же самое касается и бак- ко усваиваются организмом. терицидных веществ, которыми также богаты вишни: ранки и ца-

Что лучше всего поможет ощутить настоящий вкус лета? Ко- рапины заживают гораздо быстрее при регулярном употреблевоспалительных агентов, ускоряющих мышечное восстановление после интенсивных физических нагрузок! Так что после занятий в спортзале стакан вишневого сока – самое милое дело...

Черешня не только слаще своей «родственницы», но и превосхоглянцево-блестящие плоды нужно было доставлять в наши края из дит ее по содержанию веществ из группы антоцианов и каротиноидов, которые очень полезны при атеросклерозе и гипертонии. имущественно европейского происхождения, которые не надо Плоды черешни из-за высокой концентрации в них со провитамина А, витаминов С, Р и В, железа и йода, особенно полезны детям. И курильщикам - ведь в черешне очень много калия, вещества, столь необходимого для восстановления сердечно-сосудистой сии оказать помощь при лечении многих заболеваний. Например, в стемы. А еще в сладких глянцевых ягодах много полезных солей мякоти вишни содержатся кроветворные микроэлементы: желе- калия, кальция, фосфора, магния и многочисленных микроэлемензо, медь, кобальт, - одна пригоршня вишен в день является лучшей тов, которые находятся в составе органических соединений и легно обойти стороной абрикосы. Чего в них только нет – и соли ка- именно дарам садов-огородов вы отдадите предпочтение, в любом лия, кальция, железа и марганца, и органические кислоты, и вита- случае вам гарантированы не только море удовольствия, но и польмины Е, С, А, В, и фолиевая кислота, и каротин... Свежие спелые за для здоровья. абрикосы содержат много клетчатки и мало калорий, служат хорошим источником бета-каротина - антиоксиданта, который, препятствует развитию рака и заболеваний сердца. Тем, кто страдают заболеваниями сердечно-сосудистой системы, почек, ожирением, рекомендуется съедать ежедневно по 2-3 абрикоса. Равно как и студентам и школьникам, менеджерам и прочим работникам «умственного труда»: благодаря высокому содержанию фосфора и магния абрикосы улучшают память и повышают работоспособность, оказывают положительное действие на сосуды мозга, поддерживают работоспособность и помогают переносить нервноэмоциональные перегрузки. А еще абрикосы - просто бесценное косметическое средство. Ведущие косметологи мира советуют хотя бы раз в неделю баловать кожу абрикосовым пюре, нанесенным на лицо и декольте, - подобная маска не только восстанавливает сухую, усталую и склонную к образованию морщин кожу, но и освежает цвет лица, и убирает пигментные пятна!

А тем, кому по каким-то причинам не удалось пока в этом году вырваться на море, абрикосы помогутт приобрести настоящий «средиземноморский» загар. Дело в том, что в них содержится рекордное количество бета-каротина, способствующего образованию в организме мелатонина, который отвечает за потемнение кожи. Для ровного загара достаточно съедать в день по 300 г абрикосов, - и хотя бы иногда выходить на солнышко!

Как видите, грешно не воспользоваться «фруктовой» возможностью подправить свое здоровье, зарядиться энергией и помолодеть! Не говоря уже о мультифруктовых диетах, одном из самых

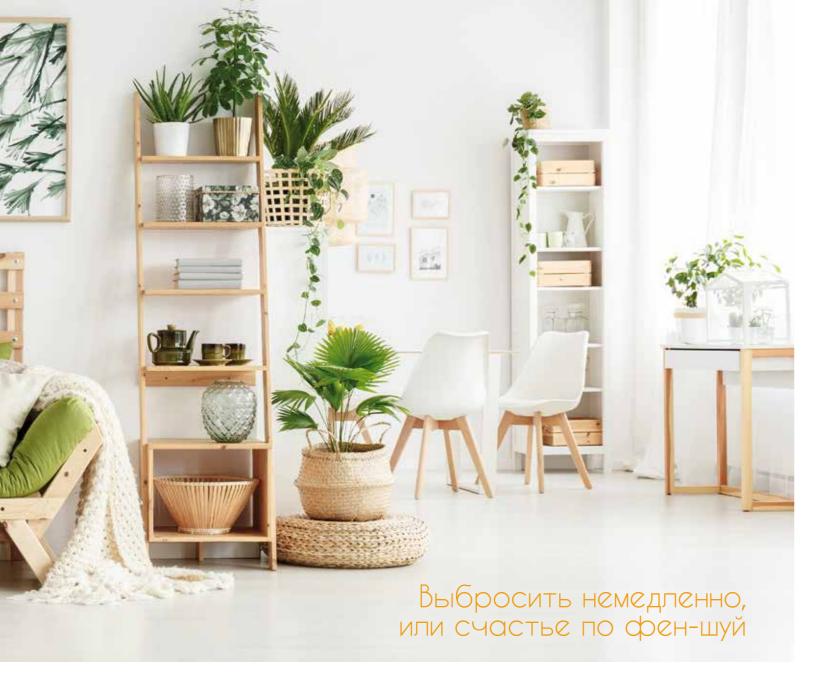
Говоря о типично июньских летних ягодах и фруктах, невозмож- дешевых и полезных способов снижения веса. Неважно, каким





|   |   |   | 6 | 9 |   |   |   |   | 5 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|   |   |   |   | 3 | 4 | 1 |   | 9 |   |
|   |   |   |   | 2 |   |   |   | 7 |   |
|   | 1 |   |   |   |   | 9 |   |   |   |
|   |   | 5 |   |   | 1 |   | 8 | 3 | 7 |
|   | 6 | 3 | 2 |   |   |   |   |   |   |
| I | 2 |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   | 7 | 5 |   | 6 |   |   | 3 |
|   | 5 |   | 4 | 7 |   |   | 6 | 8 |   |

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



ты, и будет вам счастье!

них ничего, кроме неприятностей, ждать не стоит. Избавившись ждать не стоит! от них, сразу станет легче дышать.

и жалости (а если они наполнены особым сентиментальным смыс- невольно повлечет за собой повторение чужих ошибок. лом, то их надо починить, вернув им оригинальную форму). Пе-

Если верить фен-шуй, существуют некоторые предметы ин- ред тем, как выбросить выцветшие полотенца или чайник с отбитерьера, которые нарушают гармоничное течение жизнен- той ручкой, их нужно обязательно поблагодарить за верную служной энергии ци и таким образом крайне негативно влияют на бу и доставленные пользу и радость. Таким образом освободится все происходящее. Выбросите немедленно эти самые предме- пространство для новых чувств и комфортного распространения

Согласно философии фен-шуй, путем обустройства пространства Острые углы тоже совсем не годятся для создания гармонии. вокруг себя можно изменить и всю свою жизнь (как к лучшему, Режуще-колющие предметы, рога животных и прочие заострентак и к худшему, тут уж каждый выбирает для себя). Определенное ные и угловатые объекты словно магнитом притягивают проблерасположение вещей в соответствии с их энергетическим предна- мы и сложности! В доме, где «живут» такие вещи, регулярно воззначением способно нейтрализовать негативные события и «за- никают конфликты, которые приводят к эмоциональному истощерядить» пространство гармонией. И необорот, - есть некоторые ию. И уж совсем недопустимо, чтобы острые углы указывали на предметы, которые держать в доме вообще не следует, так как от кровать или рабочее место – успехов в личной жизни и карьере

Адепты фэн-шуй полагают, что не менее расположения того или Первейший враг удачи по фен-шуй – все без исключения вещи с иного предмета обихода важна и его принадлежность. Вещи, осоизьяном. Чашки с щербинками, блюда с трещинками, свитера с бенно личные, должны быть новыми, а не бывшими в употребледырочками - с поврежденными объектами, хранилищами нега- нии: все предметы имеют свойство хранить энергию своих старых тивной информации, лучше всего распрощаться без промедления хозяев, поэтому вполне возможно, что отдых на чьей-то кровати

Чтобы из помещения не утекала энергия ци, нельзя вешать прямо напротив дверей зеркало. А вот где оно просто необходимо, так это в местах, где в нем будет отражаться все, что приносит радость и благополучие. Ведь «магическое стекло» может не только удваивать, но и увеличивать в несколько раз все, что в нем отражается! Если повесить зеркало над обеденным столом, количество продуктов на столе удвоится и в доме постоянно будет достаток. Точно так целесообразно напротив него размещать всевозможные позитивные и приятные вещи, такие, как цветы, фотографии счастливых людей, красивые картины или предметы интерьера. Не должны отражаться в зеркале предметы с «минусовым» оттенком, например, мусорное ведро или грязная обувь. И еще – тот же фен-шуй полагает, что все зеркала, висящие в доме, необходимо тщательно протирать и регулярно чистить, так как они хорошо впитывают в себя всю окружающую энергию, в том числе и негативную. То же самое, впрочем, касается и остального пространства - пыль и грязь, а также старые газеты и предметы гардероба являются мощными источниками «минусовой» энергетики, которые только и делают, что провоцируют ссоры и трения. А после того, как ниполненный мусорный пакет покинет дом, необходимо распахнуть окно и проветрить помещение, причем независимо от погоды! Такой ритуал хорошо отразится на здоровье всех домочадцев и, как уверяют специалисты, на их самочувствии, настроении и финансах - надо срочно попробовать!





ОГРОМНАЯ ПРОСЪБА ЗАПОЛНЯТЬ И ПРИСЫЛАТЬ В РЕДАКЦИЮ ПОДПИСНОЙ КУПОН ПЕРЕД ТЕМ, КАК ОСУЩЕСТВЛЯТЬ АБОНЕНТСКИЙ ПЛАТЕЖ! В ПРОТИВНОМ ІЙОНЖОМЕОВ РЭТЭРЛВАТЭДЭЧП ЭН МОД АН МАВ АХАНАМАЛА АЯВАТЭОД

### ПОДПИСКА НА АЛЬМАНАХ "ВРЕМЯ"! 12 МЕСЯЦЕВ ВСЕГО ЗА 29 ЕВРО!

□ ДА, Я ПОДПИСЫВАЮСЬ НА АЛЬМАНАХ «ВРЕМЯ» НА 1 ГОД ВСЕГО ЗА 29 ЕВРО!



ПОЖАЛУЙСТА, ЗАПОЛНИТЕ КУПОН РАЗБОРЧИВО ЛАТИНСКИМИ БУКВАМИ, ВЫРЕЖЬТЕ И ОТПРАВЬТЕ ПО AДРЕСУ VERITAS BETEILIGUNG UND MANAGEMENT GMBH, WILHELMSAUE 1, 10715 BERLIN ИЛИ ПО ФАКСУ 030/ 688 377 167, ПРИЛОЖИВ К НЕМУ ПОДТВЕРЖДЕНИЕ ОБ ПЕРЕВОДЕ 29 ЕВРО НА СЧЕТ

VERITAS BETEILIGUNG UND MANAGEMENT GMBH, IBAN DE59 1002 0890 0355 9801 70, BIC HYVEDEMM488 (BERLIN), HYPO- UND VEREINSBANK C NOMETKOŇ «ABO WREMJA».

ИМЯ, ФАМИЛИЯ/VORNAME, NAME:

AMPEC/ADRESSE:

КОНТАКТНЫЙ ТЕЛЕФОН/TELEFON

ДАТА, ПОДПИСЬ/DATUM, UNTERSCHRIFT



Антиоксидантные средства от SkinCeuticals – скажи времени «стоп»!

Свекла традиционно считается незаменимой составляющей употребление свеклы противопоказано, как отдельно, так и в солетнего меню — этот богатый минералами, витаминами и ан- четании с другими продуктами. Дело в том, что расстройство китиоксидантами овощ не только невероятно питателен и поле- шечника могут вызвать пищевые волокна свеклы. Также не рекозен для организма, а также является действенным лекарством мендованы свекла и ее производные в чистом виде и для людей с почти от всех болезней. Помимо прочих достоинств, свекла не пониженным кровяным давлением, так как некоторые вещества в теряет своих целебных свойств при термообработке.

мен: еще 2,5 тысячи лет назад древнегреческий врач Гиппократ ты, которая, в свою очередь, образует ряд трудно растворимых совключал этот овощ в список лекарственных растений. Древние единений. Осторожность должны проявлять тут и страдающие римляне успешно лечили свеклой инфекционные заболевания, ли- сахарным диабетом, - им лучше ограничиться выпиванием свежехорадки, кожные воспаления и многое другое. А в XVI веке док- выжатого свекольного сока, разбавленного водой. И, - это касаеттор Парацельс первым начал использовть свеклу при заболевани- ся не только диабетиков, - свекольный сок (разумеется, речь идет ях крови. И он совершенно при этом не ошибался! Ведь магний тут о свежевыжатом соке) необходимо выдержать в течение 3-4 и йод, в изобилии содержащиеся в свекле, способствуют лечению часов и только после этого употреблять внутрь, иначе он может атеросклероза и гипертонии, оказывают противовоспалительное вызвать сильный спазм кровеносных сосудов. действие и помогают организму бороться с депрессиями. Среди других полезных свойств свеклы — ее удивительная способность Что еще можно сказать о свекле? Что она - один из немногих стимулировать мозговую деятельность, укреплять кости и омола- овощей, чья пищевая ценность остается практически неизменживать кожу за счет содержащегося в ней кварца. Благодаря ви- ной вплоть до сбора нового урожая. Даже в прошлогодней светамину В9, абсолютным чемпионом по содержанию которого яв- кле столько же витаминов и минеральных веществ, сколько и в моляется этот корнеплод, повышается гемоглобин, улучшается рабо- лодой. Что вареная свекла менее калорийна и более легко усваита сердца, укрепляются капилляры, очищается кровь и даже рас- вается, чем сырая, так как ее ценные компоненты становятся ботворяются тромбы. Благодаря клетчатке, органическим кислотам лее доступными для организма (благодаря частичному разрушеи другим важнейшим элементам этот замечательный овощ регули- нию структуры клетчатки). И что рецептов «с участием» свеклы рует обменные процессы и чистит кишечник. Еще свеклу актив- - огромное множество, от различных салатов, свекольника и винено применяют в диетах, так как, во-первых, она низкокалорийна, а грета до печений! во-вторых, содержащееся в овоще липотропное вещество бетаин, регулирующее жировой обмен и работу печени, помогает бороть- СВЕКОЛЬНЫЕ КОТЛЕТЫ С ИЗЮМОМ ся с лишним весом. Свекла эффективно борется с токсинами, кро- Ингредиенты: 6 свекол, 2 яйца, 0,5 стакана муки, 2 луковицы, 0,5 ме того, она очень полезна людям с пониженным иммунитетом и стакана изюма, 2 столовые ложки растительного масла, соль по вкупри истощении организма и упадке сил - богатый витаминный за- су ряд в рекордные сроки улучшает самочувствие и поднимает тонус. и тут есть свои «подводные камни». В частности, при нарушени- на растительном масле 5 минут. ях и расстройствах в работе желудка или кишечника в сыром виде

составе этого корнеплода вызывают снижение артериального давления. Еще вред свеклы может проявиться для людей с мочекамен-О полезных свойствах свеклы людям было известно с давних вре- ной болезнью из-за высокого содержания в ней щавелевой кисло-

Интересно, что, в отличие от многих других овощей, все вышеу- Изюм замочить в горячей воде на 20 минут. Лук очистить, мелко помянутые полезные свойства сохраняются и в вареной свекле. нарезать и обжарить в разогретом масле, 4 минут. Свеклу отва-Это объясняется низкой чувствительностью к нагреванию мине- рить до готовности, остудить, очистить и натереть на средней терральных солей и витаминов группы В. Но, прежде чем включать в ке. Отжать сок. В миске смешать свеклу, лук, яйца, муку с изюмом, свое ежедневное меню свеклу, стоит обратить внимание на то, что добавить соль. Сформовать котлеты и обжаривать с двух сторон Красота и здоровье в одном флаконе: антиоксидантные космецевтические средства SkinCeuticals обеспечивают оптимальный уход, лечебный эффект и длительный результат.

Космецевтические средства SkinCeuticals, эксперта по антиоксидантам из США, созданные на основе запатентованных и клинически протестированных формул, обладают не только косметическими, но и лечебными свойствами и помогают выглядеть прекрасно в любое время и в любых условиях. Они играючи справляются с решением эстетических проблем (увлажнением и питанием кожи, разглаживанием морщин и замедлением их возникновении), попутно нейтрализуя причины старения клеток. Благодаря уникальной технологии «трио Дьюка», которая была запатентована основателем марки SkinCeuticals доктором Шелдоном Р. Пиннелом, активные ингредиенты в высокой концентрации без остатка впитываются и усваиваются кожей, предупреждая преждевременное старение и способствуя видимой антивозрастной коррекции. «Основным игроком» здесь выступает чистая L-аскорбиновая кислота в высокой концентрации (10-20%), обеспечивающая полноценное проникновение в кожу витамина С, что, в свою очередь, эффективно защищает ее от действия свободных радикалов и восстанавливает клетки. В отличие от обыкновенных кремов и лосьонов, воздействующих только на поверхностный слой кожи (эпидермис), антиоксидантные космецевтические средства SkinCeuticals «работают» также и в глубоких слоях кожных покровов, обеспечивая оптимальный и долгосрочный результат.

Высокоэффективные омолаживающие антиоксидантные средства SkinCeuticals великолепно подходят для дневного и ночного ухода за разными типами кожи, гипоаллергенны и не содержат парабенов, минеральных масел, этанолов и искусственных ароматизаторов и красителей. Продукция SkinCeuticals используется и рекомендуется дерматологами, пластическими хирургами, лучшими аптеками и спа-салонами премиум-класса для коррекции признаков старения и профилактики их появления.

Уникальные космецевтические средства SkinCeuticals, а также огромный ассортимент лекарственных препаратов и товаров для здоровья и красоты ждут Bac в Brillant Apotheke!



BRILLANT APOTHEKE | KURFÜRSTENDAMM 71 (DIREKT AM U-BHF. ADENAUERPLATZ) | 10709 BERLIN ТЕЛ. (30) 327 66 730 | ФАКС (30) 327 66 836 | WHATSAPP 0151 454 49555 | BRILLANT.APOTHEKE@GMAIL.COM



### БОДРОСТЬ ДУХА И НЕ ТОЛЬКО

Кто бы мог подумать - справиться с утомляемостью и вялостью, оказывается, проще простого! Достаточно съесть пару-тройку грецких орехов, и можно почувствовать себя значительно бодрее обыкновенного. Ученые объясняют подобное действие орехов гармоничным сочетанием в них калия и магния, а также витаминов E, C, B1, B2, PP, каротина и полиненасыщенных кислот (в том числе линолевой и пальмитиновой), благодаря чему они способствуют восстановлению нервной системы, повышают стрессоустойчивость и помогают справиться с плохим настроением. А содержащийся в них гормон эпифиза мелатонин нормализует сон. Плюс к тому регулярное употребление грецких орехов благоприятно влияет на работу сердца, которое начинает стучать как пламенный и неутомимый мотор. Разве это не повод сейчас же полакомиться грецкими орехами?





#### ОСТОРОЖНО, СОЛНЦЕ!

Прогулки в солнечную погоду чрезвычайно полезны для тех, кому за 60 - причем чем длиннее эти прогулки, тем меньше риск возникновния диабета и сердечнососудистых заболеваний. Дело в том, что, по мнению ученых, возникновение сердечно-сосудистых дисфункций, а также диабета связано, в том числе, с нехваткой витамина D, количество которого в организме в процессе старения значительно уменьшается. Но в то же время все хорошо в меру, особенную осторожногсть при общении с солнцем надо проявлять людям, страдающим глаукомой. Даже самые лучшие светофильтры солнцезащитных очков не обеспечивают полную защиту от пагубного для сетчатки ультрафиолетового излучения, кроме того, постоянное «затемнение» может способствовать повышению внутриглазного давления. Еще как больным глаукомой, так и всем остальным необходимо обращать внимание в жаркое время года на правило 2 литров воды в день, а также на продукты с повышенным содержанием витаминов А (бета-каротин), Е и С. Они обладают высокими антиоксидантными свойствами и нейтрализуют последствия жары.



Июнь для аллергиков - время слез, насморка, приступов кашля и чихания. Всему виной цветочная пыльца и ветер, который разносит микроскопические частицы пыльцы на десятки километров. В первую очередь людям, склонным к аллергии, надо остерегаться прогулок в парках и пикников на природе в жаркую, сухую погоду. Делать это лучше после дождя или с раннего утра. Еще рекомендуется в начале лета исключить из рациона мед, арахис и фундук (они являются наиболее распространенными пищевыми аллергенами), а также избегать резких запахов и временно не пользоваться духами и косметикой с сильно выраженным ароматом.



WREMJA.INFO



## 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 (Pflegegrad)
- 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!

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!



**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



### Три греха большого города

«Все очень зависит от самого человека, насколько он удовлетворен собственной исповедью. Поэтому, мне кажется, совсем общих рецептов здесь нет. Есть люди, которые вполне нормально себя чувствуют на данном этапе их духовной жизни, духовного развития - когда они приходят раз в неуже священник их знает наизусть. Притом человек «постоянные» грехи называет искренне, действительно собой недоволен. По большому счету, человек, который приходит на исповедь раз в год тоже называет одни и те же грехи, его жизнь тоже не отличается разнообразием, с точки зрения повседневных и обычных грехов. Если только человек за год что-

то особенное не учудил. Но это бывает редко. А в основном у взрослых людей одни и те же грехи, из раза в раз, независимо от того, насколько часто они исповедуются. Поэтому, если человека в принципе все устраивает, я ничего ему особенного не говорю и не вижу ничего ненормального в ситуации, что от исповели к исповеди прихожанин называет одни и те же грехи. Ведь мы читаем исповедование грехов повседневное на вечерних молитвах? Читаем. И каждый день просим у Господа прощение именно в этих наших повседневных грехах.

### ОФИС, СТРЕСС И РАЗДРАЖЕНИЕ

Для священника важно понять, насколько человек пытается бороться со своими грехами. Христианин ведь должен пребывать в постоянном напряжении в борьбе с грехом. При этом, очень сложно требовать от обычного современного городского человека, чтобы он постоянно находился в чрезвычайном духовном напряжении. У него есть напряжение повседневной жизни, он повседневно старается быть внимательным, посвящать какое-то время молитве, по возможности ходит в храм, готовится к причастию. То есть, в библиотеку, работать с архивами и так далее. То же самое происходит и человек, если он не неофит, выходит на, условно говоря, ему понятное и подходящее внешнее устроение духовной жизни. Я сейчас именно про внешнюю сторону — как часто он ходит в храм, какие молитвы читает, как исповедуется, каким образом он проводит свободное время. Притом у каждого из нас есть свои постоянные болячки. Кто-то более раздражителен, кто-то обидчив, кто-то завистлив. И как правило, опять-таки, человек, который не первый день в Церкви, он уже не испытывает особых иллюзий по поводу того, что вот еще какие-то особые усилия приложить и с завтрашнего дня раздражительность куда-нибудь испарится. Он понимает, что эта задача, в большинстве случаев, ему на всю жизнь. И он пытается просто держать эту свою страсть в определенных пределах. Странно было бы надеться, что, например, живя в большом городе человек и работая в офисе, постоянно получая стресс, перестанет, например, раздражаться. Или если он склонен к перееданию, что он вообще с понедельника перестанет обращать внимание на еду. Просто степень активности страстей разная.

Обычно выделяют семь страстей: сребролюбие, чревоугодие, блуд, тщеславие, гордость, гнев, печаль, уныние, отчаяние. Понятно, что христианин призван с ними всеми бороться, но некоторые из этих страстей для конкретного человека являются более актуальными, а какие-то менее актуальными. И поэтому ничего страшного в этом нет, когда человек называет одни и те же грехи из раза в раз. Случается, мы начинаем более терпимо и неправильно к страстям относиться. Поэтому священник, время от Так, человек был не слишком раздражителен или завистлив, а теперь раздражительность или зависть просто давит.

#### «НЕ ПРОСИЛ БЫ ПРОЩЕНИЯ — ДРАЛСЯ Б ТАБУРЕТКОЙ»

Итак, мы просим прощения у Бога ежедневно. И, приходя на исповедь, перед Богом исповедуем свое недостоинство. Вот, допустим, человек дома раздражается на жену десять раз в день. Он может десять раз в день у нее попросить прощение? Может, если он не просто формально это делает. Если при этом она видит, что он старается, хотя ничего особо не меняется, то все равно понятно: да, человек прилагает усилия. Если бы «Наследник».

Если ли смысл, когда на исповеди человек постоянно называет одни прощения не просил, не прилагал усилий, наверное, вообще бы давно и те же грехи? Значит ли это, что его духовная жизнь остановилась? табуреткой дрался. Или идет молодой парень двадцатилетний по улице, Вот что считает по этому поводу протоиерей Максим Первозван- а навстречу - группа девушек в мини-юбках и в прозрачных майках. Понятно, что все это его задевает. Он просит у Бога прощение в том, что вот: да, Господи, прости меня, мучаюсь блудными помыслами. Значит ли это, что он с понедельника может гарантировать что при встрече с очередной девушкой без юбки, он не будет разжигаться? Понятно, что будет. Но прощение просит искренне: «Господи, прости, такой я нехороший, но пытаюсь что-то с этим сделать, пытаюсь глаза отводить». И что плоходелю или раз в две недели и действительно называют одни и те же грехи. И го, если человек постоянно просит прощение на исповеди за свои грехи, с которыми никак не справится?

#### О РУТИНЕ

Проблема, когда наша духовная жизнь становится привычной. Если человек пришел к Богу уже во взрослом возрасте, он в первые годы открывает для себя все новые и новые аспекты духовной жиз-

> читать по-церковнославянски, начинает понимать смысл литургии. Он искренне борется со своими самыми грубыми грехами и страстями, и видит результат, как он побеждает с Божьей помощью эти самые свои грехи и страсти. А потом линия роста, которая шла вверх, выходит на плато, когда дальнейшее наращивание усилий практически не приводит к какому-то значимому результату. То есть, если мы представим график, ты по горизонтали наращиваещь усилия, а по вертикали у тебя практически ничего не изменяется. И я имею в виду, даже не только чисто духовные вещи, но и интеллектуальные, лушевные. Основные книжки по богослужению прочитаны, человек познакомился с историей Церкви, понял какие-то самые главные вещи в Священном Писании. Евангелие прочитано уже множество раз и еще прочитано толкование Феофилакта Болгарского, Иоанна Златоуста и епископа Кассиана. Для

ни, начиная даже с каких-то технических вещей. Учится

дальнейшего движения требуются большие усилия. Надо идти в духовной жизни. Основные грубые страсти уже преодолены, какие-то вопросы решены. А вот победить текущие грехи уже почти невозможно. И понятно, почему Господь это попускает. Потому, что человек, сталкиваясь, с собственным бессилием, перестает думать, как часто думают неофиты, что он святой, что он лучше других. Человек сталкивается с собственной беспомощностью в преодолении обычных, повседневных своих страстей и у него в целом вырабатывается, достаточно смиреннопокаянное отношение к себе, если с его духовной жизнью все правильно. Он не переоценивает себя. Он не считает себя кем-то большим и великим. Это может быть рядовой прихожанин, сотрудник храма, священник, многие из этих людей на каком-то этапе понимают свои пределы и свои границы, видят свои ошибки. Вот здесь мы выходим на эту самую рутину. И люди по-разному из нее выходят. Кто-то на ней держится довольно долго. Потом возможен переход на какой-то другой, качественно высокий уровень. Мы, в основном, все колупаемся в душевно- эмоциональноинтеллектуальной стороне церковной жизни. И это может наскучить. Да, люди порой перестают часто ходить в храм, да и к постам ослабло рвение. Потому, что усилия опять-таки прикладываются постоянно, а результата значимого человек не видит. Это как с физическими тренировками. Человек пошел в тренажерный зал, занимается, и первое время он видит значимый результат: уменьшается вес, увеличивается нагрузка, улучшается

времени может предложить, приложить какие-то особые усилия, когда Адальше, после определенного этапа, начинается либо просто повседневраспоясалась какая-то страсть или, например, во время Великого поста. ное поддержание себя в определенной форме, эта та самая рутина. Либо он должен выходить в большой спорт, уже со специальным тренером, специальным питанием, специальным режимом тренировок, с тем, что вообще на остальную сторону жизни приходится обращать гораздо меньше внимания. Тоже самое и в духовной жизни происходит. Но в духовной жизни к высоким достижениям далеко не каждый христианин приступает. И остаются на этом рутинном, повседневном уровне. В общем, живет человек, как живет. И слава Богу!

Материал любезно предоставлен для публикации редакцией журнала

# НОВОСТИ НАШИХ РЕЗИДЕНЦИЙ

Резиденции для пожилых людей «Nestwärme», «Glücksklee», «Sonnenhaus» и «Sorglos Wohnen» - это профессиональный уход и опека, проживание в родной языковой и ментальной среде, бытовой комфорт и душевный уют. Досуг наших подопечных продуман и организован таким образом, чтобы никто не остался в стороне: прогулки на свежем воздухе в приятной компании, киновечера, развлекательные мероприятия и тематические чаепития в кругу друзей не оставляют равнодушным никого. А еще нас навещают воспитанники находящегося по соседству детского сада, представляющие собственные постановки, концерты и спектакли. Общение представителей разных поколений благотворно сказывается друг на друге – пожилые люди буквально молодеют на глазах, а дети учатся тому, что жизнь может быть счастливой на любом ее этапе!



Звоните, мы будем рады ответить на все Ваши вопросы! Елена Пауль (патронажная служба Veritas, консультации на русском языке)

030 / 99 27 31 59, 0163 688 60 55









### все начиналось, с какими трудностями Вам пришлось стол- себе это представляли в самом начале? кнуться на пути к успеху?

- Как и у любого творческого ребенка, увлечение музыкой всегда начинается в детстве. Мы представляем себя только на сцене и нигде больше, ничем другим не хотим заниматься, поэтому это с детства. Все, что касается карьеры, вот именно карьеры, потому что, если мы говорим слово «карьера», значит, подразумеваем что-то профессиональное и масштабное, то, конечно, точка отсчета это проект «Голос» на Первом канале. Благодаря ему меня услышала широкая аудитория. Рейтинг проекта на тот момент составлял 59%, если я не ошибаюсь, то есть ровно полстраны смотрели «Голос». Что касается сложностей, то в проект «Голос» я пришел абсолютно неопытным артистом. Я столкнулся с тем, что мне - Чем сегодняшний Алекс Малиновский отличается от того, очень быстро нужно было как-то себя найти на сцене - понять вообще свои сильные стороны, спрятать слабые, научиться работать и чувствовать камеру, быть с ней в гармонии. Это очень важно, так как зритель все чувствует, и на сцене не должен стоять робкий мальчик, хотя в тот раз там находился именно неуверенный в себе подросток. Это мне очень мешало, поэтому главные трудности, с

### - Саша, расскажите о Вашей карьере в шоу-бизнесе, - с чего уже почти 10 лет. Ваша карьера сложилась именно так, как Вы

- Все-таки хочется оставаться реалистом, считаю это одним из главных качеств. Именно потому, что я человек амбициозный и очень настырный, я как шел, так и иду до сих пор к своей цели, причем добиваюсь отличнейших результатов. Все самое интересное впереди. Конечно, если мы говорим о том, что есть артисты, у которых первая песня, или хайповые артисты, которые заполоняют все медиапространство, конечно, это немножко не обо мне. Тем мне и нравится мой путь, который я очень ценю, им дорожу, потому что каждый шаг мне дается очень сложно. Именно от этого я не теряю голову и остаюсь, в первую очередь, человеком.

### каким он был в момент своего дебюта?

- Отличается он именно тем, что сегодня на сцене стоит абсолютно уверенный в себе артист. В первую очередь мужик, который знает себе цену. Мужик сформировавшийся, с четкой энергетикой, в том числе и сексуальной, который четко понимает, почему он стоит на сцене, кайфует и наслаждается ей и зрителем, который которыми я столкнулся - неуверенность, неопытность, отсутствие сегодня разбирается во всем, за плечами которого уже не один мусильных наставников, которые могли подсказать, помочь и посо- зыкальный концерт и проект, который сегодня наслаждается тем, что он делает, а не выходит на сцену с трясущимися коленками, абсолютно несформированный, вообще не имеющий представле-- С момента Вашего первого появления на эстраде прошло ния, что такое сцена, зритель, как с ним работать.





### - Вы приняли участие в проекте «Голос» - что стало самым инте- из артистов есть свои форматы. Никогда не буду петь тяжелую музыресным для Вас?

благодарен и с радостью ее прошел.

### хит-парадов. Как вы думаете, почему? Есть у Вас какой-то осо- сейчас Вы отношениях с Вашим бывшим наставником? бенный секрет успеха?

Есть множество примеров, которые доказывают теорию - предуга- нужно становиться самостоятельным артистом. дать хит невозможно. И мой секрет, наверное, в том же - просто мои станции, просто попали в эмоциональное состояние слушателя на тот какие области права Вас особенно интересуют?

### Вы хотите донести до слушателей с его помощью?

- Критерий отбора простой: либо есть мурашки, либо нет. У каждого

ку, потому что я ее не понимаю, не чувствую, она мне не нравится. А - В проекте «Голос» самым интересным и самым важным для меня зритель как раз-таки чувствует все, от А до Я, поэтому его обмануть моментом было то, что все туры, все выступления – это исключитель невозможно. И либо артист выходит с четким пониманием, о чем он но живой вокал. Это такая безумная школа, ощущение самого себя поет, что доносит до слушателя, пропуская через себя так, чтобы зрина сцене, ощущение работы с энергетикой, со зрителями. Когда вы- тель это прочувствовал, либо это не будет работать. Я скучаю о том ступления проходят вживую, у тебя есть ровно одна попытка, чтобы времени, когда пела Роза Рымбаева, скучаю по музыке Раймонда Пасделать максимально много и все от тебя зависящее. Поэтому проект улса. Я в первую очередь мелодист, поэтому всегда за очень чистую, «Голос» - это безоговорочно безупречная школа, которой я очень очень настоящую историю, и мне кажется, в наше время стало так много разврата, пошлости, грязи...

### - Ваши композиции «Пойдем со мной», «Я тебя не отдам», «Су- - В прошлом году Вы завершили многолетнее сотрудничество с масшедшая любовь мгновенно покорили вершины российских Николаем Басковым, - какова причина Вашего разрыва? В каких

- Да, наше сотрудничество с Николаем Басковым закончилось, при-- На мой взгляд музыка в большинстве своем - это абсолютно непред- чем не в прошлом, а в этом году, по одной простой причине. У кажсказуемая история. Предугадать что-то невозможно, почувствовать дого артиста приходит момент, когда он должен двигаться самостотоже невозможно, можно понимать музыкальные тенденции и к ним ятельно. Николай Викторович - большой артист, у него много своей приблизиться, но дать гарантию, что какая-то из песен будет хитом, работы, и я просто понял, что в нашем сотрудничестве мы достигли никто не может. Те люди, которые становятся популярными, все как пика. Мы с ним в прекрасных отношениях после завершения сотрудодин говорят, что никогда не ставили на те песни, которые впослед- ничества. Николай Викторович великодушный человек. Мало таких ствии становились хитами. Это еще раз доказывает, что все тут вопрос примеров в шоубизнесе, когда продюсер отдает все права на песни, энергетики, зрителей и вкуса. Например, «Иванушки International» и ты абсолютно свободен в своей творческой деятельности. Когда свою песню «Облака» выпустили тогда просто потому, что нечего ты можешь исполнять все песни, которые до этого стали хитами, тот было выпускать, или группа «KAZKA» с песней «Поплакала» стала материал, который так долго и упорно собирали. За это, конечно, я популярной, потому что они доделывали альбом и на нее не ставили... буду ему бесконечно благодарен. А так просто пришел момент, когда

### песни оказались в нужное время, в нужном месте и на нужной радио- - Вы являетесь, помимо прочего, дипломированным юристом, -

- Все, что связано с юриспруденцией - это мой страшный сон (смеется) Забыть и не вспоминать. Понятное дело, что к юриспруденции на - Как вообще проходит процесс отбора Вашего репертуара, что сегодняшний день я не имею никакого отношения и все, что было, было так много лет назад (улыбается)!

### - В Вашем творческом багаже - успешная карьера эстрадного певца и благотоворительная деятельности... Покорение каких еще вершин запланировано?

- Сейчас в моей жизни появился еще один проект, который абсолютно не связан с музыкой. Называется он «Crowd Wiz». Это уникальный высокотехнологичный ІТ-проект, на который мы потратили три с половиной года своей жизни. «Crowd Wiz» - это платформа с набором своих инструментов, геймзоной, экономикой внимания, обменными пунктами криптовалюты, маркетом, видеохоситнгом. Огромное преимущество в том, что мы работаем на блокчейне, и продукты нашей платформы невозможно заблокировать в отличии от того же Youtube, например, где все твои многолетние страдания и многотысячная аудитория канет в Лету после блокировки аккаунта. Это международный проект, так как мы ориентируемся и на другие страны. На данный момент в проекте уже Америка, Казахстан, Черногорье, огромное количество городов России. Мы создали свою криптовалюту для того, чтобы торговать на рынках и зарабатывать на курсе валют. Платформа выступает гарантом стабильности нашей валюты, так как ее «мозг» оценивается в 50 миллионов долларов. Поэтому опасность обрушения криптовалюты отметается сама собой. Более того, мы целенаправленно привязали себя к сетевому маркетингу, очень косвенно, но привязали, потому что это заработок для нас самих и наших потенциальных партнеров, которые приходят на платформу. Но мы не классическая компания сетевого маркетинга, у нас нет никаких ежемесячных норм по продажам, более того, в какой-то момент мы забываем о нем и дальше зарабатываем на продуктах нашей платформы.

### - Самый лучший, ценный совет, который Вам дали? Кто это был?

- Самый лучший и ценный совет мне дал совсем недавно мой партнер по бизнесу: «Я есть путь, и я есть истина... Эмоция рождает фокус!».

### - Как Вы видите себя через, скажем, 30 лет? Есть какие-то цели, которых Вам непременно хотелось бы достичь?

- Развиваться в музыке и развивать собственный проект, на котором я сегодня зарабатываю. Реализация самого себя: в творчестве, в бизнесе, это финансовая стабильность и независимость, и, конечно же, семья, дом и виноградник.



#### CKAHBOPA Космическое Край запная дороги **√** облако прихоть Тропинка Иллюна прическе Поэма об Илионе Детский писатель Ocmamok om kocmpa Двоякодышашая 4 рыба 45 школь-ных минут Тряпич-Карточдля мерная волотвеца масть сатость Makcu-Пропо-< пруд Рыба се-Индекс Единица Черно-**√** кожий СИЛЫ морей Челове-Вашинг ческая "порода **Голая** зарплата Рукоятка **/**₽ копья Агент ... Скалли Музей в джитсу Париже Кожура апельсина Monoge-4ecmbo Муж Девы Mapuu Налого-Морская ≺▶ $\checkmark$ вый рай поездка Север-Болван, бездельветер Электри-Насыще-Непонятлический ние возвый человек ΠροβοΔ AVXOM $\overline{\mathbf{V}}$ Само-Время лет или года судно Удивлемусульдама трибуна ман Военно-Тюряга по Седая морской окраска старинке флаг $\forall$ Гречесдля сол-датика кая $\sqrt{}$ буква Курорт в Отвесная тель для Грузии Смазоч-Молоаой. Двугла-вый пес мальчишка териал Василь-Nuxoe Опорный столб КОВЫЙ ремесло рай

| Сериал<br>«Коро-<br>лева»            | \ \                         | Коровий<br>отход,<br>дающий<br>доход | <b>↓</b>                             | Жерт-<br>венный<br>ягненок     | _                                    | *                                  |                                       | *                                 |  | Полу-<br>фабрикат<br>мужа          | L <del>\</del>            | Что скры-<br>вается<br>за дефи-<br>цитом? | L <del>↓</del> | Научный способ морить голодом    |
|--------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------|--|------------------------------------|---------------------------|---|----------------|----------------------------------|
| <b>-</b>                             |                             |                                      |                                      |                                | Королев-<br>ская<br>тюрьма<br>Англии |                                    | У него<br>не было<br>тещи<br>(анекд.) |                                   | Царь<br>с ком-<br>плексом              | <b>-</b>                           |                           |   |                |                                  |
| Какого<br>поэта<br>бранил<br>Онегин? |                             | Смазка<br>для<br>жарки               |                                      | Не муж,<br>а просто<br>Отелло! | _                                    |                                    |                                       |                                   | Ţ                                      | Его<br>плечо -<br>Бетель-<br>гейзе |                           | Куда<br>впадает<br>Бия?                   |                | Мера<br>для<br>земле-<br>мера    |
| <b>-</b>                             |                             | *                                    |                                      | *                              | Армян-<br>ское<br>средство<br>связи  |                                    | Обру-<br>севшие<br>куэсты             | <b>→</b>                          |  |                                    |                           | *   |                | *                                |
| Хьюстон                              | <b>       </b>              |                                      |                                      |                                | T                                    | Сотая<br>часть<br>фунта            | *                                     | Свойство<br>любого<br>клиента     |  | Верх<br>колонны                    | <b>*</b>                  |   |                |                                  |
| *                                    | Потеря<br>блесны<br>в реке  |                                      | Значи-<br>мость<br>аргу-<br>мента    | *                              |                                      |                                    |                                       |                                   |  |                                    |                           |   | Дикий<br>бык   |                                  |
| ₹                                    |                             |                                      |                                      |                                |                                      | Сказоч-<br>ный<br>антипод<br>добра |                                       | Ушлый<br>знаток<br>профес-<br>сии |  | 10 000<br>(устар.)                 |                           | «Ни<br>свет,<br>ни»                       | *              | Лисица-<br>крестная<br>в сказках |
|                                      | Астроном<br>Кеплер          |                                      | Вторая<br>книга<br>Ветхого<br>Завета | <b>→</b>                       |                                      | *                                  |                                       | *                                 | Шайка,<br>но не<br>банда               | <b>*</b>                           |                           | *   |                | *                                |
| *                                    |                             |                                      |                                      |                                | Черное<br>топливо                    | <b>→</b>                           |                                       |                                   |  |                                    | Мясо в<br>остром<br>соусе | <b>→</b>                                  |                |                                  |
|                                      | «Молодая лошадь, да старый» |                                      | Жокей                                | *                              |                                      |                                    |                                       |                                   | На его<br>дорожке<br>стояли 3<br>сосны | *                                  |                           |   |                |                                  |
| Безусый<br>парень                    | <b>&gt;</b>                 |                                      |                                      |                                | Скопище<br>огольцов                  | <b>*</b>                           |                                       |                                   |  |                                    | Река в<br>Якутии          | <b>*</b>                                  |                |                                  |

Советы хозяйкам: Не спешите чинить капающий кран. Попробуйте вырастить под ним сталагмит.



Пришел муж пьяный, жена возмущенно:

- Ты же поклялся, что станешь другим человеком...
- Дорогая, я же не виноват, что другой человек тоже любит выпить!

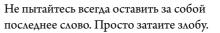


Сходи на озеро и покорми уток хлебом. Возможно, однажды ты станешь бомжом и будешь их ловить и есть. Кормишь уток - инвестируешь в будущее.



- Красная Шапочка! - воскликнул Серый Волк.

- Серая шубка! - воскликнула девочка. <a href="https://doi.org/10.2016/j.com/">docknukhyna девочка.</a>



- Как выходные?
- Темно, светло, темно, светло, понедельник.



Бесит, когда у тебя экзистенциальный кризис, а ты не можешь выговорить это слово.



- Официант, у меня в супе муха!
- Не волнуйтесь, паук на хлебе ее обязательно поймает.

Неправду говорят, что с деньгами тяжело расставаться. Гораздо сложнее с ними встретиться!



- Слушай, а ты доверяешь своей жене?
- Ну да, мы уже два года вместе, вроде ничего не пропадало.



В детстве я мечтала, что меня заберет принц на белом коне. Теперь об этом мечтает мой муж.





### С 6 июня 2019 года

X-MEN: DARK PHOENIX

(«ЛЮДИ Х: ТЕМНЫЙ ФЕНИКС»)

Режиссер и автор сценария: Саймон Кинберг

В ролях: Софи Тернер, Джеймс МакЭвой, Дженнифер Лоуренс

Когда-то Джин пользовалась благосклонностью у Людей Икс, но однажды по собственной оплошности потеряла их доверие, а также полностью лишилась возможности контролировать свои сверхспособности. Теперь она Темный Феникс, способная манипулировать сознанием всех жителей Земли, - смогут ли супергерои предпринять что-то против ее колдовских методик?

#### С 13 июня 2019 года

MEN IN BLACK: INTERNATIONAL («ЛЮДИ В ЧЕРНОМ-4»)

Режиссер: Ф. Гэри Грей

Авторы сценария: Мэтт Холлоуэй, Артур Маркам, Лоуэлл Каннингем

В ролях: Крис Хемсворт, Ребекка Фергюсон, Лиам Нисон

Люди в черном, тайная организация на страже покоя и безопасности Земли, уже не раз защищали планету от нападений коварных обитателей Вселенной. А в мирное время они регулируют деятельность инопланетян на Земле. Все шло хорошо до тех пор, пока в рядах секретных агентов не появился шпион...

### С 20 июня 2019 года

TOLKIEN

(«ТОЛКИН»)

Режиссер: Дом Карукоски

Авторы сценария: Дэвид Глисон, Стивен Бересфорд

В ролях: Лили Коллинз, Николас Холт, Лаура Доннелли

Юный Джон Толкин, рано осиротев, обретает дружбу, любовь и художественное вдохновение среди группы товарищей, таких же, как он, школьных изгоев. Но начавшаяся Первая мировая война, - сам Толкин отправляется на фронт, - разрушила его братство. В попытках примириться с неизбежным Толкин создает собственный мир, населенный гномами, орками, эльфами и хоббитами, впоследствии отображенный в трилогии «Властелин колец», которая навсегда изменила мировую литературу.

### С 27 июня 2019 года

PETS-2

(ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ ДОМАШНИХ ЖИВОТНЫХ-2»)

Режиссер: Крис Рено

Автор сценария: Брайан Линч

Роли озвучивали: Пэттон Освальт, Эрик Стоунстрит, Кевин Харт

Чем же занимаются домашние животные, когда их хозяева отправляются по своим делам, а собаки, кошки и прочие четвероногие домочадцы остаются одни? И как они поступают, когда на горизонте появляется серьезная опасность, например, поход к ветеринару?











### Салат «Тегусигальпа»

Ингредиенты: 1 банка консервированной сладкой кукурузы, 75 г кукурузных чипсов-такос, 100 г креветок или крабовых палочек, столовая ложка сырного соуса или майонеза, соль и перец по вкусу

Чипсы слегка размять, не вынимая из пакета. Креветки или крабовые палочки нарезать кружками толщиной 0,5 см. Чипсы, крабовые палочки и кукурузу из банки (предварительно слить жидкость!) выложить в глубокую посуду, перемешать, посолить и поперчить. Заправить сырным соусом или майонезом.

### Огуречный суп с креветками

Ингредиенты: 350 г сырых креветок (целиком с головой), 2 больших свежих огурца, 300 г зеленой фасоли, 1 небольшая луковица, 1 пучок зеленого базилика, 125 г натурального йогурта, 1 столовая ложка оливкового масла, соль, свежемолотый черный перец по вкусу

Очистить креветки. Панцири и головы промыть и переложить в кастрюлю, залить 1 л холодной питьевой воды, добавить разрезанную пополам луковицу, довести до кипения, посолить и варить 20 минут. Процедить, положить в бульон креветки и варить еще 2 минуты. Полностью остудить , вынуть из бульона креветки. Огурцы очистить от кожуры, разрезать пополам и нарезать кусками. Фасоль отварить в кипящей подсоленной воде 5 минут, откинуть на дуршлаг и дать остыть. Измельчить огурцы, фасоль, йогурт и листики базилика блендером в пюре, смешать с бульоном, затем добавить креветки. Поставить в холодильник до подачи.

### Оладьи из креветок с зеленью

Ингредиенты: 100 г крупных креветок, 1 яйцо, 5 г муки, свежая петрушка и свежая кинза – по 4-5 веточек, соль и перец белый молотый по вкусу

Креветки очистить, мелко порубить, заправить зеленью, добавить взбитое яйцо, муку и перемешать. Добавить соль и перец, сформировать оладьи и обжарить на оливковом масле (масла использовать немного, только чтобы смазать сковороду). Подавать с кисло-сладким соусом или сметаной.

### Сырные шарики с крабовым мясом

Ингредиенты: 500 г сыра «Филадельфия», 200 г крабового мяса или крабовых палочек, 150 г тертого сыра, 1 малосольный огурец, 100 г оливок без косточек, 3 веточки укропа

Крабовые палочки поместить в морозильную камеру. Оба сорта сыра выложить в миску, добавить измельченный огурец и мелко нарезанный укроп, перемешать. Получившуюся массу разделить на одинаковые порции и скатать в шарики размером с грецкий орех, поместив в центр оливку. Крабовое мясо или крабовые палочки достать из морозильной камеры и натереть на крупной терке. Выложить получившуюся соломку ровным слоем на большую плоскую тарелку. Каждый творожный шарик равномерно обвалять в крабовой соломке, поставить в холодильник на 1 час.

### Осьминоги с кускусом и авокадо

Ингредиенты: 200 г маленьких замороженных осьминогов, 1 авокадо, 100 г кускуса, сок и цедра 1 лимона, 12 помидоров черри, 1 столовая ложка оливкового масла, солт и перец по вкусу

Осьминогов, не размораживая, положить в кастрюлю с 1,5 л холодной подсоленной воды. Поставить на сильный огонь, довести до кипения. Сразу же снять с огня и отставить на 10 минут, затем переложить в миску и дать остыть. Лимонную цедру измельчить. Кускус залить кипятком, подождать, пока вся жидкость не впитается, добавить цедру и немного масла, как следует перемешать вилкой и дать немного остыть. Авокадо очистить, тонко нарезать дольками, добавить к осьминогам вместе с лимонным соком и оставшимся маслом, посолить и перемешать. Кускус разложить по тарелкам, сверху выложить смесь авокадо и осьминогов, а также разрезанные пополам помидоры черри. Полить оставшейся заправкой.













### ДОСКА ОБЪЯВЛЕНИЙ

### Куплю/Продам

Отдаю на реализацию мужские, женские и детские вещи, игрушки, посуду, обувь, постельное белье, книги, видеокассеты, DVD-диски и многое другое. Тел. 0176 249 18 793, Сергей

### Недвижимость

Продаю садовый участок в Бад Саарове, 350 кв.м., домик с туалетом/душем, телевидение, плодовые деревья и кусты, 10 минут до пляжа (озеро), 5 000 евро. Тел. 0171 388 49 15, vbenner12@gmail.com

### Предлагаю работу

Компания Artes GmbH приглашает на работу сотрудника на неполный (Teilzeit) рабочий день Обязательные требования:

- наличие опыта в области бухгалтерии и логистики, а также оформлении импортэкспортных торговых операций,

- отличное владение русским, английским и немецким языками Работа в офисе в Мекерне (Möckern bei

Magdeburg) или в Берлине из дома. Оплата по договоренности. Более подробная информация по телефону: 0173 600 51 56, 0176 155 666 799 или +7 925 506 40 51.

### Ищу работу

Женщина 50 лет, ищу работу помощницей по дому (с проживанием), трудолюбивая, чистоплотная, без вредных привычек, порядочность гарантирую. Тел. 0152 141 41 876

за больными людьми с проживанием, опыт **030/688 377 129** имею. Тел. 0037128890784

Ишу работу в Берлине. Все вилы отделочных работ, имею набор всех инструментов. Тел. 0152 189 83394

Ищу работу Hausmeister в Берлине. Имею авто и набор всех инструментов Звоните по телефону 0157 30341265 Игорь

### Предлагаю услуги

Транспортные услуги, переезд и перевозка по Берлину и за его пределами от 25 евро (водитель и машина/1 час)! Также монтаж и демонтаж любой мебели и ремонтные работы, аккуратно, качественно и недорого Тел. 0177 2667672 или umzugtd@gmail.com

Все виды ремонта любой сложности! Ремонт дач, квартир, крыш, работы на дачных участках, электрика, сантехника, покраска, поклейка обоев, укладка пола и пр. Все инструменты имеются. Надежно, качественно, быстро. Тел. 0152 17696124

Компания G.R.A.W. Vermittlungsund Beratungsgesellschaft mbH предлагает услуги по супервыгодному страхованию автомобилей и другие по самым низким ценам! С нами вы экономите до 30% страховых

Женщина из Латвии ищет работу по уходу **взносов! Обращаться по телефону** Он, 46 лет, без в/п, предлагает вступить

### Приму в подарок

Приму в подарок видеокамеру и дигитальную фотокамеру в рабочем состоянии, пересылку оплачу. Тел. 02534 977 28 87

Приму в подарок этюдник. Доставку оплачу. Елена (за более подробной информацией обращаться в редакцию)

#### Разное

Она, 60/168/79, познакомлюсь с належным добрым, внимательным вдовцом (RD) до 65 лет для совместного будущего. 0175 775 85 55 (NRW/Münster)

Он, 54/184/92, разведен, работаю, без женшины Тел 0152 14673035

Берлинец, 54/184/90, разведен, без в/п, работаю. Познакомлюсь с симпатичной, некурящей, не склонной к полноте

Тел. 0176 541 45 157.

в брак на взаимовыгодных условиях гражданке ЕС. Я из России. Тел 0152 110 33639. Олег

55/165/80, руссская немка, познакомлюсь с интеллигентным мужчиной без в/п для серьезных отношений. В районе Маглебурга или с переездом в мой город. Тел. 0176 413 57831

#### Автосалон

G.F.A. Forumautomobile GmbH TÜV/AU Achsverme Inspektion nach HV Karosserie / Lackierung Reparaturen aller Art Klimaservice Schmalenbachstr. 3, 12057 Berlin 030/2969194 Fax 030/294 0702 info@gfaforumautomobile.de

www.gfaforumautomobile.de



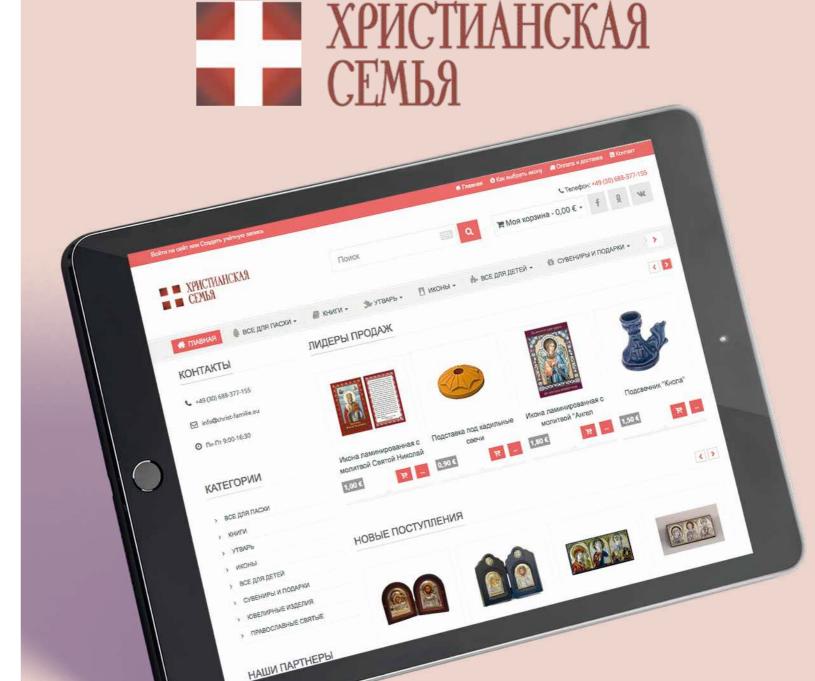
Здесь могла бы быть Ваша реклама! Телефон рекламного отдела 030/688377170

| Пожалуйста, заполните купон разборчиво печатными буквами, вырежьте и отправьте по адресу VeritasGroup, Wilhelmsaue 1, 10715 Berlin или по факсу 030/ 688 377 167 |                                 |           |              |                  |  |             |                    |  |  |  |  |  |
|--|---------------------------------|-----------|--------------|------------------|--|-------------|--------------------|--|--|--|--|--|
| КУПОН Текст объявления (только этот текст будет напечатан!):   |                                 |           |              |                  |  |             |                    |  |  |  |  |  |
|  |                                 |           |              |                  |  |             |                    |  |  |  |  |  |
|  |                                 |           |              |                  |  |             |                    |  |  |  |  |  |
|  |                                 |           |              |                  |  |             |                    |  |  |  |  |  |
|  |                                 |           |              |                  |  |             |                    |  |  |  |  |  |
|  |                                 |           |              |                  |  |             |                    |  |  |  |  |  |
|  |                                 |           |              |                  |  |             |                    |  |  |  |  |  |
|  |                                 |           |              |                  |  |             |                    |  |  |  |  |  |
|  |                                 |           |              |                  |  |             |                    |  |  |  |  |  |
| Бесплатные объявления (Количество публикаций: бесплаг  | пно 🗌 до 3 раз 🛚 г              | платно    | раз х5 евро) |                  | •  |             | явления – 10 евро, |  |  |  |  |  |
| Рубрики:   | у в попарок                     |           |              | Рубрики:         | 30% при 4 и большем количестве публикаций)  1КИ: |             |                    |  |  |  |  |  |
|  | у в подарок<br>я/соболезновани: | Я         |              | предлагаю работу |  |             |                    |  |  |  |  |  |
| ищу работу Зооуголок   |                                 |           |              | предлагаю услуги |  |             |                    |  |  |  |  |  |
| Down   |                                 |           |              | автосал          |  |             |                    |  |  |  |  |  |
| Ваши   |                                 |           |              |                  |  |             |                    |  |  |  |  |  |
| контактные данные  | Имя, фамили                     | ıя/Vornan | ne, Name:    |                  | Конта  | ктный телеф | он/ l'eleton:      |  |  |  |  |  |
| (не для публикации) ———————————————————————————————————  |                                 |           |              |                  |  |             |                    |  |  |  |  |  |

Бесплатно публикуются только объявления частного характера. Объявления, поданные посредниками, представителями, рекламными агентами и лицами, занимающимися күплей-продажей различных товаров и услуг, считаются коммерческими и публикуются на условиях предоплаты (стоимость такого объявления 10 €). Редакция не осуществляет проверку информации, размещенной в рубрике «Доска объявлений», и не несет ответственности за ее содержание такой информации. Право обработки текстов объявлений остается неизменным.

По вопросам публикации и размещения в альманахе «Время» этого и других видов рекламы обращайтесь по телефону: 030/688 377 161.

WREMJA.INFO



- Духовная и художественная литература
  - Иконы и ювелирные изделия
    - Товары для детей
    - ... и многое другое

В НАШЕМ ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИНЕ ВЫ НАЙДЕТЕ ПОДАРОК ДЛЯ КАЖДОГО ЧЛЕНА СЕМЬИ!

Заказывайте на сайте www.christ-familie.eu



# ОПТИМАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ СТРАХОВАНИЯ ПО САМЫМ ВЫГОДНЫМ ЦЕНАМ

- Подробные консультации по всем вопросам страхования на русском и немецком языках и гибкая система скидок и льгот
- Полная прозрачность цен и условий
- Сотрудничество с разными страховыми компаниями
- Представление Ваших интересов при обращении к страховым компаниям

