

## ВАЛЕРИЙ ЛЕОНТЬЕВ:

«Я – РОМАНТИК ПО ЖИЗНИ!»

Валерий Леонтьев - о концертной программе «Лучший – навсегда!», планах на будущее, главном достижении в жизни, вере в случайности и любви.

СТР. 20



### ТЕМА

## Букет на обед, или блюда из одуванчиков СТР. 26

Цветы одуванчиков используются в кулинарии с незапамятных времен, причем не только для украшения блюд, а непосредственно для их приготовления.



### ДЛЯ ПОЛЬЗЫ ТЕЛА

#### Косметика из аптеки

Некоторые косметические средства продаются только в аптеках. А кстати, почему?

СТР. 10



### ОЧЕВИДНОЕ, ВЕРОЯТНОЕ

#### 7 правил счастья

Простые принципы, пользуясь которыми, очень легко изменить жизнь к лучшему.

СТР. 24



### АЗБУКА ВКУСА

#### Необыкновенно вкусно!

Рецепты необыкновенно вкусных блюд, годящихся не только для пикника!

СТР. 29

Дорогие ветераны войны и труженики тыла, дети войны и все те, на чьих глазах разворачивалась величайшая драма в истории человечества! Примите самые искренние поздравления с 70-летием Великой Победы и пожелания здоровья, долгих лет жизни, бодрости, оптимизма, счастья и благополучия! А всем нам - мирного неба над головой!



## В мире



### Свободу обезьянам?

Американский суд признал за шимпанзе некоторые права, которые до сих пор принадлежали только человеку. На днях двум обезьянам, Лео и Геркулесу, которые в настоящее время используются для проведения медико-биологических экспериментов в Университете Стоуни-Брук на Лонг-Айленде, было гарантировано право на личную свободу, таким образом, их содержание в неволе становится незаконным. Защитники человекообразных обезьян настаивают, что эти животные обладают высоким интеллектом и осознают себя как личность, способны переживать сложные эмоции и заслуживают базовых прав, в том числе права на свободу от негуманного обращения. Интересно, что это не первый случай в мировой практике, когда такие права официально признавались за животными. Еще в 2008 году испанский парламент наделил орангутангов, горилл и шимпанзе правами человека. С тех пор в Испании запрещено использование человекообразных обезьян в цирковых представлениях, телевизионной рекламе и кино съемках, а нарушение этого закона считается административным правонарушением.

### С ветерком

Самый быстрый в мире поезд введен в эксплуатацию в Японии. В ходе тестовых испытаний в префектуре Яманаси у горы Фудзи новый поезд на магнитной подушке установил мировой рекорд скорости, разогнавшись до 603 километров в час. Стремительная новинка в ближайшие дни начнет курсировать между Токио и городом Нагоя, преодолевая расстояние в 208 километров всего за 40 минут. Показательно, что предыдущий скоростной рекорд для поездов был также установлен в Стране восходящего солнца, тогда скорость составляла 590 километров в час.



### И снова о газе

Под нажимом властей Великобритании российский бизнесмен Михаил Фридман, находящийся, согласно рейтингу журнала Forbes, на 68-м месте среди богатейших людей планеты, вынужден выставить на продажу принадлежащие ему газовые месторождения в Северном море. Поводом для этого является усилившееся давление со стороны британского правительства, которое опасается антироссийских санкций в отношении разработки месторождений, которые ведет компания Фридмана LetterOne. Напомним, только в марте LetterOne завершила сделку по покупке британских газовых активов у немецкого концерна RWE. Общая сумма сделки составила 5,1 миллиарда евро.

Fotos: sxc

ANZEIGE



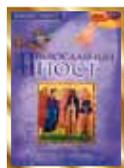




Православный книжный интернет-магазин издательства

# БЛАГОВЕСТ

в странах ЕС





САМОЕ КРУПНОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО ТЕПЕРЬ И В ЕВРОПЕ

ИСТОРИЯ ЦЕРКВИ, ДУХОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА, БОГОСЛУЖЕБНЫЕ КНИГИ, СЕМЕЙНАЯ ЖИЗНЬ И ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ, ХУДОЖЕСТВЕННАЯ И ДЕТСКАЯ ЛИТЕРАТУРА И 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

## В Германии

### Карнавал культур *Karneval der Kulturen*

С 22 по 25 мая в Берлине пройдет одно из самых популярных событий в жизни города, - Карнавал культур, собирающий под свои знамена представителей более 70 наций, проживающих в столице, и уникальная возможность познакомиться с культурами нескольких сотен народов за считанные часы. Кульминацией праздника станет, как всегда, финальное воскресное шествие, в котором примут участие более 80 групп и более 5000 человек. Музыка, танцы, цирковые номера, а также блюда самых экзотических кухонь и изделия народных промыслов, - скучать не придется никому!



### Весна, весна на улице *EUNIQUE 2015*

Расцвет весны можно отметить по-разному: можно отправиться на прогулку в парк, а можно заняться обновлением своего гардероба и интерьера. И уж совсем не лишним в этом контексте будет визит на Международную выставку прикладного искусства и дизайна EUNIQUE 2015, что пройдет с 7 по 9 мая в выставочном комплексе Карслруэ. Здесь представлены предметы домашнего быта и системы освещения, ювелирные украшения и одежда, обувь и прочие милые вещи, делающие настроение по-настоящему весенним, а жизнь – ярче и приятнее.

### Чисто и эффективно

#### *CEB CLEAN ENERGY BUILDING 2015*

С 20 по 22 мая в выставочном центре Штутгарта пройдет Международная выставка-конгресс CEB CLEAN ENERGY BUILDING 2015, посвященная энергоэффективным зданиям, инженерным системам и возобновляемой энергии. Палитра тем, освещаемых выставкой, невероятно широка: от внедрения экологических стройматериалов до использования энергии приливов и отливов, а также солнца и ветра. В рамках CEB проводятся также различные конференции по эффективному использованию энергоресурсов и международному сотрудничеству по торговле эмиссионными квотами.



### Тель-Авив в Берлине: Шедевры XX века *Tel Aviv Museum of Art visits Berlin*

В честь 50-летнего юбилея восстановления дипломатических отношений между Израилем и Германией Тель-Авивский музей изобразительных искусств в течение всего мая представляет в музее Martin-Gropius-Bau в рамках выставки «Tel Aviv Museum of Art visits Berlin» более 70 шедевров современного искусства. Вниманию посетителей предстанут, наряду с работами Эдгара Дега, Клода Моне, Пабло Пикассо, Василия Кандинского и Марка Шагала, полотна современных израильских художников, таких, как Гай Бен-Нер, Яэль Бартана, Цион-Авраам Хазан и др. Экспозиция выставки делится на 10 галерей, каждая из которых посвящена отдельной теме в искусстве.

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



# Стихи наших читателей

## Темная ночь

Хоть стариковские годы — совсем не легки,  
нам от восторга далекого некуда деться:  
«Темная ночь, только пули свистят по степи!», -  
вот это чудо, когда-то вошедшее в сердце.

Только услышишь ту песню военных чудес,  
как всей душою к картине потянешься старой:  
видится сразу поющий в землянке Бернес,  
что всех чарует вокруг со своею гитарой.

Песню поет среди усталых и мокрых солдат  
так, что — далекий, становится людям всё ближе,  
тихо поет, а не так, как сейчас голосят,  
машут руками, танцуют, - он был неподвижен.

Песня простая на фоне гитарной игры,  
полная верности, нежности, светлой печали,  
хоть семь десятков минуло с той давней поры,  
лучше, чем эта, песню за жизнь не встречали.

Если б спросили: какая из песен - венец?  
Мы бы назвали ту песню простого солдата,  
что в «Двух бойцах» исполнял на гитаре Бернес, -  
лучшую песню, что знает победная дата...

## День Победы - 9 мая 1945 года

Мы всю жизнь про это помнить будем, -  
день, где радость общая была:  
тридцать залпов тысячи орудий,  
что Москва победная дала.

Впрочем, даже не восторгов страсти  
вызывали залпы те у нас, -  
общее безудержное счастье,  
что бывает в жизни только раз.

Лучший праздник нашей жизни, это  
ликвала целая страна!  
Сколько ждали этого!..Победа!  
Наконец-то кончилась война!

Да, себя Отчизна не щадила,  
но не зря за этот день страна  
сверхбольшую цену заплатила:  
миллионы жизней - та цена!

Не жалела воинов Отчизна,  
для победы было все дано,  
но зато исчадие фашизма  
было навсегда погребено.

Молодым теперь понять едва ли,  
что тогда народ наш выносил,  
сколько горя, боли мы познали,

как трудились из последних сил.

Чудом жизни стала та победа  
всем, кто продержался до конца,  
только раз дырявили так небо  
трассами победного свинца.

С той поры уже в любой сторонке  
торопились горе позабыть:  
кончились шальные «похоронки»!  
Можно жить, и строить, и любить!

Так упрямо верили мы в чудо,  
что всем нам дала победа та,  
словно нам под всполохи салюта  
открывались райские врата.

Хоть потом совсем не пахло раем,  
трудным был и путь наш, и успех,  
с этим днем все праздники сверяем, -  
днем, что счастьем озарил нас всех.

Так давайте ж в этот день весенний,  
коль пришла заветная пора,  
в общем строе славных поколений

крикнем троекратное «Ура!».

**Аркадий Соколовский, Вюрибург**

# 9 мая 1945 года

## К 70-летию великой Победы

### Ветераны

Вечерами, вечерами,  
что покоем хороши,  
лечат раны ветераны,  
раны тела и души.  
Да, наград у них немало,  
все заслужены вполне  
и любая б рассказала  
о героизме на войне.  
Но награды на парады  
одеваются теперь  
и тоскуют ветераны  
от негданных потерь.  
Им всегда твердили в жизни:  
«Потерпите! Мы вот-вот  
будем жить при коммунизме!  
Мы — счастливейший народ!»  
«Честно перетерпим беды!»  
Им твердили в мире том .-  
Это временные жертвы!  
Рассчитаемся потом!»  
Так всегда они терпели,  
жизнь наладится пока,  
быстро годы пролетели,

их оставив в дураках.  
Всех заставил век жестокий  
быть виновным без вины,  
дав две разных установки,  
две морали, две цены.  
Нынче стал почти что нищим  
тот, кто бескорыстным был  
и в порыве романтическом  
не жалел последних сил.  
Те лишь в нищете не бились,  
бросив мир былых потерь,  
что покинуть умудрились  
своей былой С С С Р.  
Хоть сменилось много истин,  
не запятана их честь,  
что на «Надо!» бескорыстно,  
как солдат, твердила: «Есть!»  
Так учили их когда-то,  
с детских лет учили так:  
«Все вы — винтики, солдаты!  
Не солдат, так значит — враг!»  
Это больно, но не стыдно,  
как бы век ни обделял,  
хоть бывает и обидно  
за угасший идеал.  
Хоть расплавлены их танки,  
в переплавке их станки,

но на фото, как в сбербанке,  
берегут их старики.  
Эти фото — их отрада,  
их нетленная заря,  
что былое озаряя,  
им твердит: «Ты жил не зря!»  
Сядут тихо в уголочке,  
напряженно помолчат,  
поцелуют нежно щечки  
любовознательных внучат,  
их в порыве чувств обнимут  
и сплотнут невольный ком,  
если внуки вдруг придвинут  
старых карточек альбом.  
Объясняя внукам внятно,  
что на фото и когда,  
возвращаются обратно  
в отдаленные года,  
но особо сердцем тают,  
глядя внука-сорванца,  
если он альбом листает  
не с начала, а с конца.  
С виду неохотно вроде,  
но на деле каждый рад  
видеть, как назло природе,  
время...пятится назад.  
Под придирчивым их взглядом

в юность катится сюжет  
и встают привычно рядом  
те, кого давно уж нет.  
С фотографий очень чинно  
исчезают старички,  
пряча палочки, морщины  
и седины и очки.  
Полистав страницы жизни,  
ощутит малец родной  
всю историю Отчизны  
за нагруженной спиной.  
Вот на фото их работа  
в поле, в цехе у станков,  
вот они — уже пехота  
в перерыве меж боев,  
вот студенты из рабфака,  
слет тимуровский идет:  
на глазах стареют факты,  
люди же — наоборот.  
Все моложе ветераны  
и, глядишь, в конце концов  
на руках их держат мамы,  
как недавно сорванцов.  
Засмеются поколенья  
от чудесного кино  
и сердца их в то мгновенье  
вдруг сливаются в одно,

что в едином ритме бьется,

что на подвиги зовет  
и что коротко зовется  
общим именем: «Народ».  
Но сегодня все их беды  
пусть развеются во прах  
в день особенной победы :  
со слезами на глазах.  
Пусть же старые солдаты,  
строй которых поредел,  
вновь пройдут, как в сорок пятом,  
прославляя свой удел.  
Посреди оркестров грома  
пусть звенят награды их,  
как на фото из альбома,  
возвращая славный миг.  
Пусть звучит потомков голос:  
«Не склоняйте головы!  
Наша доблесть, наша гордость,  
наша совесть — это вы!»

**Аркадий Соколовский,  
Вюрибург**

## Ко Дню Победы

Никто войны не хочет для себя,  
Хотя других нередко призывают.  
Ведь жизнь прекрасна и всего одна,  
А люди от разбоя пропадают.

Не доводите мир до озверения  
И не плодите страшные грехи.  
Война нужна бандитам для падения,  
А умным достаются тумачи.

Войною мир должны осуществить,

Чтоб осознали: нет альтернативы.  
Мы в жизнь явились, чтобы победить  
Все то, что усложняет жить красиво.

Мы осуждаем подлости войны.  
В них торжествуют ужасы и страхи.  
Но как сберечь остатки доброты,  
Не доходя до озверевшей плахи?

Все хорошо на свете не бывает,  
Когда нам навязать желают тьму,  
Но человек бездарно пропадает,  
Не только отправляясь на войну.

И потому нам надо утверждаться!  
На всех участках радостного дня.  
А ежели в ловушку попадаться,  
В ней быть должна и водка, и еда!

Война, как способ накоплений,  
Толкает многих в беспредел,  
Чтобы набраться треволнений  
И схорониться вместо дел.

А надо ль нам простое наваждение,  
Когда идет смертельная война?  
Но как остановить столпотворение  
Для тех, кто платит жизнью часто зря?

Война ломает судьбы и законы,  
Но истина в ней все равно жива.  
Мы боремся, чтоб исключить патроны  
И правдою преодолеть врага.

Война приносит горести и боли,  
Не осознать ее большой урон.  
Но мы полны решимости и воли,  
Чтоб миром осадить ее разгон.

**Семен Коган, Гамбург**



**НАША КОМПЕТЕНЦИЯ - ЗАЛОГ ВАШЕГО УСПЕХА!**

# ЛУЧШИЕ ТАРИФЫ 2015

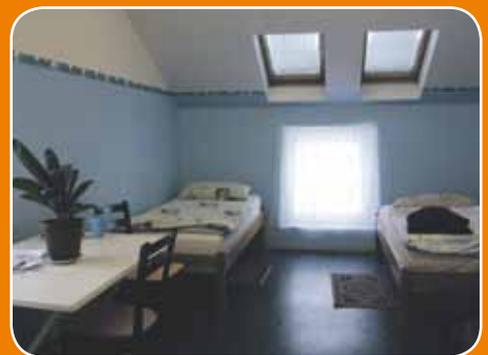
**Все виды страхования и финансирования**

Доверьтесь эксперту по страхованию!  
Мы подберем для вас оптимальные условия по самым выгодным ценам!  
А также индивидуальные программы, подробные консультации по всем вопросам страхования на русском языке и гибкая система скидок

**ОБРАЩАЙТЕСЬ К НАМ – МЫ С УДОВОЛЬСТВИЕМ ПОМОЖЕМ ВАМ!**

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

## 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

# 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!

ХИТ  
ПРОДАЖ



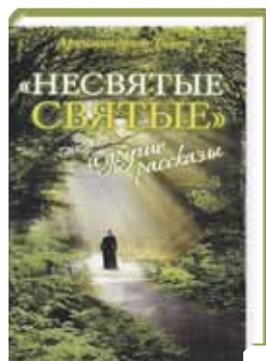
### «Первое чудо»

Протоиерей Андрей Ткачев

«...Это немножко настоящего меда посреди горьких, как полынь, будней. Это образ любви Бога и человека, это жертвенность и самоотдача, это чудесное превращение двух жизней в одну...»

Арт. 19152

224 стр., твердый переплет  
10,30 €



### «Несвятые святые» и другие рассказы

Архимандрит Тихон (Шевкунов)

Истории из жизни современной церкви, ставшие настоящим православным бестселлером.

639 стр., твердый переплет

Арт. 19002

14,90 евро



### «Ведро незабудок» и другие рассказы

Александр Богатырев

Там, где человек отвергает Бога, жизнь теряет смысл...

480 стр., твердый переплет

Арт. 19167

14,90 евро



### «Сашина философия» и другие рассказы

Протоиерей Алексей Лисняк

Рассказы о жизни во всех ее ракурсах, дышащие тонким юмором и любовью ко всему окружающему.

288 стр., твердый переплет

Арт. 19181

14,90 евро



### «Мои посмертные приключения»

Юлия Вознесенская

«Что же нас ждет после смерти?» – редкий человек хоть однажды не задавал себе такой вопрос...

Арт. 19014

288 стр., твердый переплет  
13,50 €



### «Нечаянная радость, или Раб Божий Владлен и другие истории»

Юлия Вознесенская

Рассказы, собранные под общим названием «Нечаянная радость», отличает позитивный и православный подход автора ко всем явлениям жизни...

Арт. 19020

328 стр., твердый переплет  
11,50 €



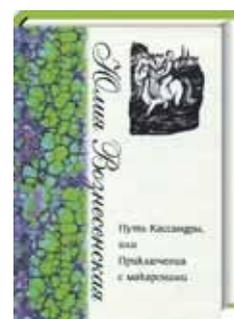
### «Утоли моя печали»

Юлия Вознесенская

Сборник рассказов, повествующий о людях, находящихся на грани жизни.

Арт. 19025

336 стр., твердый переплет  
10,50 €



### «Путь Кассандры, или Приключения с макаронами»

Юлия Вознесенская

Фантастический приключенческий роман из жизни недалекого будущего Европы.

Арт. 19027

592 стр., твердый переплет  
13,50 €



### «Лоскутное одеяло»

Прот. Андрей Ткачев

Заметки, рассказы и стихи для тех, кто ищет Бога.

Арт. 19048

288 стр., твердый переплет  
10,50 €



### «Вечера княжны Джавахи»

Лидия Чарская

«Как цветок весенний, как роза Алазанской долины, росла девочка Нина, христианское дитя...»

Арт. 19082

320 стр., твердый переплет  
9,00 €



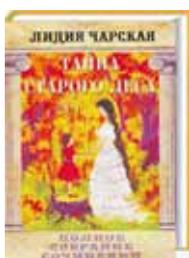
### «Павловские затворницы»

Лидия Чарская

«Накануне лучшие наши выпускницы ездили во дворец получать награды от Государыни...»

Арт. 19083

224 стр., твердый переплет  
9,00 €



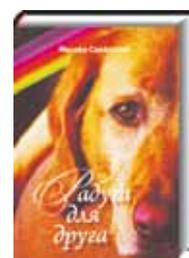
### «Тайна старого леса»

Лидия Чарская

Приключения девочки Ксани, попавшей из лесной сторожки на подмостки театра.

Арт. 19084

320 стр., твердый переплет  
9,00 €



### «Радуга для друга»

Михаил Самарский

Трогательная повесть написана тринадцатилетним подростком о дружбе лабрадора и слепого мальчика...

Арт. 19085

250 стр., твердый переплет  
6,90 €



### «Мужской разговор»

Священник Максим Первозванский.

Какова роль современного мужчины в семье и обществе? Как должен мужчина относиться к женщине? На эти и другие вопросы отвечает отец Максим Первозванский.

Арт. 19129

190 стр., твердый переплет  
7,90 €

Заказывайте в каталоге «Христианская семья»!

Тел. 030 / 688 377 170

# День памяти святителя Николая Чудотворца

22 мая православные верующие отмечают день памяти Святителя Николая Чудотворца, одного из самых почитаемых, любимых и известных святых, сотворившего множество добрых дел и чудес на земле и на море.

Святого Николая Угодника вспоминают и чтят сразу 2 раза в году: 22 мая, в день перенесения мощей святого из Мир Ликийских в Бари (Италия), и 19 декабря, в день его кончины. Защитник простого народа, покровитель мореплавания, торговли и земледелия Николай жил в III-IV вв., и, будучи архиепископом города Миры в Ликии (территория современной Турции), прославился еще при жизни как умиротворитель враждующих и избавитель от напрасной смерти. Молитвой он успокаивал морские бури и спасал тонущие корабли, восстанавливал справедливость и бесстрашно заступался за невинно осужденных на смерть, тайной, но щедрой милостыней уберегал от бесчестия и позора бедных девушек... Но и после своей блаженной кончины в глубокой старости угодник Божий Николай Чудотворец так же скоро приходит на помощь тем, кто зовет его. Скорый и милосердный помощник страждущих, бесребреник и благотворитель, чутко откликающийся на беду и боль людей, - не зря 22 мая тысячи верующих празднуют торжество добра, которое всегда сопровождало Святителя Николая. Искренняя молитва, обращенная к Чудотворцу в этот день, будет обязательно услышана, и помощь свыше обязательно придет!



## 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  
IBAN: DE15100900002251530010 | 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 ходе строительства храма Вы можете получить на сайте  
[www.berlin-orthodoxe-kirche.de](http://www.berlin-orthodoxe-kirche.de)

# 11 врагов худеющих



**Сбросить несколько килограммов быстро и без ущерба для здоровья? Проще всего. Главное, соблюдать определенные правила и «знать в лицо» основных врагов худеющих!**

Для начала – аксиома: чтобы похудеть, нужно тратить больше калорий, чем получать. А для этого необходимо коренным образом изменить рацион питания. Изменить, а не отказывать себе в еде! Основное правило звучит так: максимум белка, минимум углеводов и жиров. Неукоснительно соблюдая его, вы сможете быстро избавиться от лишних килограммов. Плюс, конечно, нужно отказаться (и желательно, всерьез и надолго) от...

...сладкого и мучного. Булочки, пирожные, шоколад, мармелад «оседают», и очень быстро, на бедрах и животе в виде жировых валиков, избавиться от которых весьма проблематично.

...пиццы, гамбургеров и картошки-фри. По-

тому что все они содержат, как правило, неисчислимо количество консервантов, усилителей вкуса, ароматизаторов, эмульгаторы, красители, стабилизаторы и прочее. И массу «пустых» калорий.

...маргарина. Все дело в его важной составляющей, - трансжирах, употребление которых неблагоприятно отражается на состоянии сердечно-сосудистой системы. И фигуры тоже! Лучше ограничиться минимумом оливкового или льняного масла.

...майонеза. О том, что майонез - враг здоровья из-за повышенного содержания жиров и сахара, все и так знают, так что салаты отныне заправляем обезжиренным йогуртом с добавлением лимонного сока.

...чипсов и соленых орешков. Избыточное количество соли задерживает воду в организме, что приводит к появлению нежелательных килограммов. Невозможно отказаться от привычки похрустеть чем-то вкусеньким вечером? Пусть роль чипсов будет

отведена морковке или капустным листьям.

...полуфабрикатов. Чтобы улучшить вкус «полуготовых» продуктов, в них щедро добавляют приправы, в частности, глутамат натрия в разных вариациях. А, хотя сам по себе глутамат натрия, как и прочие производные глутаминовой кислоты, субстанция достаточно безобидная, слишком часто есть продукты, содержащие ее в своем составе, нежелательно, так как повышенное количество глутаматов приводит к перевозбуждению нервной системы и нарушению тонуса сосудов. Особенно это опасно при наличии сердечно-сосудистых заболеваний и проблем с почками и печенью.

...сладких газированных напитков. В их состав не входят ни минералы, ни витамины, ни белки, зато углеводов в них хоть отбавляй. Поэтому увлечение сладкими газированными напитками – прямая дорога к ожирению, а в некоторых случаях и к такому заболеванию, как сахарный диабет. Комментарии, как говорится, излишни...

... отказа от завтрака. Пропускать приемы пищи в течение дня не рекомендуется вообще, а завтрак в особенности. Все потому, что за завтраком полагается съесть около трети дневной нормы калорий, и те, кто затягивают с первым приемом пищи, увеличивают риск переедания во второй половине дня.

...перекусов, даже в виде яблока или тертой морковки. Лучше просто выпить чашку несладкого зеленого чая или стакан воды, чтобы стимулировать метаболизм.

...обещаний никогда больше не есть шоколад (или съесть бутерброд на ночь глядя, или лакомиться тортом каждый день). Любой категорический запрет практически невыполним. Кроме того, он заставляет думать о запретном плоде ежечасно и неминуемо влечет за собой срыв. Такова особенность человеческой психики, которая не приемлет жестких запретов и ограничений.

... привычки недосыпать. Дефицит сна организм пытается восполнить через пищу и, как правило, через быстрые калории. Поэтому при недосыпе так хочется чего-нибудь сладкого или мучного, - см. пункт 1...



ANZEIGE

## СЧАСТЛИВАЯ ЖИЗНЬ В «NESTWÄRME»

*Патронажная служба «Veritas» и компания «SW Sorglos Wohnen» с гордостью сообщают об открытии нового, 3-го по счету филиала жилого комплекса-резиденции для пожилых людей в столичном районе Марцан-Хеллерсдорф. Само его название - «Nestwärme» («Теплое гнездышко», или «Тепло гнезда»), - говорит само за себя: круглосуточный уход в условиях уюта домашней обстановки, вкусное сбалансированное питание и душевная теплота, забота и радушное отношение ко всем без исключения жильцам являются визитной карточкой нового филиала! Уже сложившейся доброй традицией «гнездышка» стали поздравления именинников. Так, 27 марта свои дни рождения праздновали сразу двое жильцов «Nestwärme», Лидия Майер и Аугуст Лоос. Сотрудники резиденции очень хотели сделать этот день незабываемым, поэтому постарались разнообразить праздничную программу. За нарядным столом пожилые люди вспомнили любимые песни своей молодости, пообщались, поделились воспоминаниями, даже потанцевали...*

*Мы делаем все, чтобы в тепле нашего нового гнезда забывались проблемы, болезни и возраст. Звоните, мы будем рады ответить на все Ваши вопросы!*



**Елена Пауль (патронажная служба Veritas, консультации на русском языке) 0163 688 60 55**

## Косметика из аптеки



**Некоторые косметические средства продаются только в аптеках. Почему? В чем отличие аптечной косметики от обычной?**

Наверняка вы неоднократно обращали внимание на кремы, лосьоны и сыворотки таких марок, как Vichy, La Roche-Posay, Avene и некоторых других, продающиеся только в аптеке. Давайте разберемся, в чем их принципиальное отличие от «магазинных» родственников, и стоит ли их покупать.

Задача косметических препаратов, продающихся в любом супермаркете, заключается в решении эстетических проблем: увлажнении и питании кожи, разглаживании морщин и замедлении их возникновении, уменьшении пор... А вот перед их аптечными «коллегами» поставлены совсем другие за-

дачи, а именно решение дерматологических проблем (угревой сыпи, розацеи, купероза и прочих дефектов кожи). В их состав входят, помимо компонентов «классики жанра» - термальной воды, коллагена, экстрактов растений, гиалуроновой кислоты и глицерина, - лекарственные вещества, которые призваны бороться с той или иной проблемой кожи. То есть средства из аптеки лечат проблемы кожи, а не маскирует ее недостатки. Это во-первых, а во-вторых, как следует из вышесказанного, обыкновенные кремы и лосьоны воздействуют только на поверхностный слой кожи (эпидермис), в отличие от тех, что продаются в аптеке, которые способны проникать также и в глубокие слои кожных покровов. Но, кстати, в этом есть не только плюсы! Так, некоторые вещества, которые используются в производстве лекарств, «в роли» составляющей кос-

метических препаратов, могут непредсказуемо воздействовать на организм и вызывать сильнейшую аллергическую реакцию. Кроме того, лечебная косметика обязательно должна соответствовать типу кожи и возрасту, иначе есть риск изменения структуры кожи, - увы, в худшую сторону. В-третьих, без специальных знаний или консультаций специалистов применять подобные препараты лучше не стоит: у них достаточно сильное действие, и без соблюдения правил применения и других моментов могут пострадать не только кожа, но и внутренние органы. И еще – причинами любой патологии кожных покровов обычно являются неполадки внутри организма, и лечение тут требуется комплексное, то есть косметические препараты могут дополнять общетерапевтическое лечение, но не заменять его.

Несомненно, свою роль тут играет и цена вопроса, - аптечные средства обычно дороже обычных. Этому легко найти объяснение. Для создания подобной косметики используются передовые научные разработки, что само по себе уже подразумевает большие расходы, плюс к тому к производству лечебной косметики, как правило, высокотехнологичному и сложному процессу, предъявляются более строгие требования. В

том числе, в ней лимитируется содержание отдушек, консервантов и некоторых других веществ, применение которых снижает себестоимость средства.

Существует здесь и еще один «подводный камень»: покупая то или иное средство в аптеке, мы надеемся, что уж оно-то наверняка справится с проблемой, поставленной перед ним, потому что оно аптечное, а зна-

чит - лекарство. Но ведь и лекарство может не возыметь нужного действия, и точно так же аптечный крем может не подойти коже, как любой другой, и тогда надо будет искать что-то еще, может быть, у другого аптечного бренда, чья косметика все же достигнет желаемого эффекта. А возможно, будет иметь смысл воспользоваться старой доброй косметикой из магазина, и не знать горя и мук выбора. И еще и сэкономить при этом.



## СУДОКУ

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

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

## Мал мала меньше

*Гораздо сложнее оформлять интерьер маленькой квартиры, чем большой, ведь тут надо иметь в виду массу нюансов. Особенное внимание стоит обращать тут на мебель, цвет и аксессуары.*



Не секрет, что светлое помещение всегда кажется больше, чем оно есть на самом деле. Но это не повод срочно перекрашивать стены маленькой квартиры в белый цвет. Такая позиция очень ограничивает возможности дизайна и делает интерьер скучным, бесцветным, невыразительным. Гораздо интереснее оставить фон светлым и использовать яркие или темные цвета для выделения акцентов. Внимание! Тут очень важно знать меру. Маленькое помещение «позволяет» максимум 3 цвета. Слишком много оттенков в маленькой комнате будут давить и раздражать.

Располагать цвета нужно так: более темные и яркие – в глубине помещения, светлые – на переднем плане. Самые яркие акценты можно располагать по всему объему, но более крупные из них все же пусть остаются

на заднем плане. Например, яркое красное кресло, конечно, стоит поставить дальше от входа. А вот красные вазы могут стоять где угодно. В целом лучше избегать всеобщей пестроты, а цвет использовать для выделения отдельных зон. И еще – светлые тона, несомненно, увеличивают пространство маленькой квартиры, но на их фоне скопления ненужных вещей становятся особенно хорошо заметными. Поэтому проводить уборку и инвентаризацию предметов интерьера в маленьких комнатах нужно гораздо чаще, чем в больших. Да и вообще, чистая квартира, где вещи лежат на своих местах, выглядит всегда просторнее.

Цвет занавесок и мебели играет важную, если не ключевую, роль в оформлении интерьера, и, выбирая темные насыщенные оттенки, нужно учитывать, что они будут ви-

зуально поглощать свет. Маленькая темная комната перестает быть уютной и легкой. Поэтому рекомендуется отдавать предпочтение более свежим оттенкам и прозрачным материалам. Тяжелые портьеры лучше заменить легким тюлем или полупрозрачными шторами. Отличным решением для небольших пространств станет подвесная мебель – полки, тумбы, столики, закрепленные на стенах и не имеющие опорных ножек. Это добавит легкости и воздуха в интерьер. Альтернативой могут стать предметы мебели с глянцевыми, зеркальными и сатинированными поверхностями. И, конечно, не стоит забывать, что мебель должна быть максимально компактной. Квартира будет выглядеть гораздо уютней, если, например, диван не будет занимать половину гостиной.

Кстати, об уюте: его создают не цвет стен и не мебель, а мелочи вроде картин, статуэток, цветов... Для маленьких помещений идеальный вариант аксессуаров - не просто украшения, собирающие пыль, а красивые предметы, наделенные полезными функциями вроде оригинальных ярких ваз. Можно еще повесить зеркало на стену, при этом оформив его в красивую раму как картину, - это

будет выглядеть, как оригинальное панно и добавит обстановке индивидуальности и визуально увеличит ее. А вот мелкими сувенирами не стоит злоупотреблять, когда их много, создается впечатление пестроты, визуального беспорядка, а комната кажется загроможденной. Не следует утяжелять квартиру и коврами, множеством подушек и огромными картинами.

Немаловажное значение имеют тут и, как ни странно, запахи. Пространство, наполненное приятным ароматом, воспринимается как более объемное. Аромат свежесваренного кофе, запах свежей сдобы, благоухание ванили - все это способствует созданию уюта и простора. И очень часто даже скрывает недостатки интерьера...



ANZEIGE

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

<p><b>Брелоки</b> (православное имя, день Ангела) Арт. 20085 0,90 €</p>	<p><b>Четки «Святая Богородица»</b> Монах собирает семена «Святая Богородица» на Святой Горе Афон.</p>	<p><b>Часы-магнит</b> на холодильник Арт. 20126 11,60 €</p>	<p><b>Шкатулка с зеркалом</b> Шкатулка для украшений из натуральных материалов Арт. 20137 22,30 €</p>	<p><b>Держатель для сумки</b> Диаметр 3,3 см Длина в разложенном виде 8 см Арт. 20139. 8,40 €</p>
<p><b>Лаковое зеркало</b> с росписью, диаметр 7,5 см Арт. 20138 8,40 €</p>	<p><b>Четки с Афона</b> Четки на резинке, 25 бусин Арт. 20107 9,50 €</p>			

Заказывайте в каталоге «Христианская семья»!

Тел. 030 / 688 377 170

**Вспомнить все**

Проблемы с памятью? Трудно запомнить телефонный номер или адрес? Скорее всего, вы просто пьете мало какао! Оказывается, употребление горячего какао улучшает память и состояние мозга у пожилых людей. Ученые приписывают этот эффект содержащимся в какао биологически активным веществам флавоноидам, замедляющим развитие мозговых нарушений и снижающим риск развития неврологических расстройств и деменции. И это не единственная польза какао! 2-3 ежедневные чашки ароматного напитка самым положительным образом влияют на регуляцию уровня сахара крови, а также профилактику воспалений. Разумеется, речь идет тут о свеже сваренном напитке из высококачественного какао-порошка без всяких примесей, а не о готовых смесях с высоким содержанием сахара.

**Интернет против стресса**

С возрастом, увы, настроение все реже можно назвать солнечным, а грустные мысли одолевают все чаще. Можно ли с этим бороться, и если да, то как? Психологи советуют тем, кому за 60, освоить компьютер и почаще пользоваться Интернетом. Результаты недавних исследований американских ученых подтвердили, что «прогулки» во Всемирной сети предупреждают наступление депрессии среди пенсионеров, особенно среди тех из них, кто живет один. Все дело в том, что Интернет дает этим людям возможность преодолеть социальные и пространственные границы, которые и являются одними из важнейших причин депрессии, и таким образом успешно борется с ощущением изоляции и одиночества, столь распространенным среди пенсионеров.

**Отчего болит голова? От аллергии!**

Как выяснилось, у пожилых людей, склонных к аллергии, гораздо чаще болит голова. Как уверяют немецкие медики, именно аллергия может быть причиной увеличения приступов головной боли и ухудшать ее симптомы. Это связано со «спутниками» аллергии, раздражением и воспалением слизистой носа: при вдыхании аллергена типа пыльцы образуется отек, перекрывающий носовые проходы, в результате чего увеличивается внутричерепное давление, вызывающее головную боль. Кроме того, клетки иммунной системы, которые чувствительны к определенным аллергенам, вырабатывают химические вещества, способствующие расширению кровеносных сосудов в голове, что и вызывает мигрень. Не зря некоторые продукты, например, шоколад и красное вино, которые содержат вещество триамин, часто вызывающее аллергию, являются печально известными источниками головной боли. Поэтому, если у вас болит голова после бокала вина, возможно, у вас просто аллергия на него. Или дома слишком пыльно...



# 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**  
Hamelner Str. 1  
32683 Barntrup  
Tel.: 05263 - 95 625 75

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!

# Контроль стабильности



*Как летит время! Трудно поверить, но с момента появления электронной системы стабилизации автомобилей (ESP) прошло уже 20 лет. За это время она перешла из разряда революционных технических новшеств в категорию базовых опций и достигла почти полного совершенства. Начиная с середины 2014 года все новые автомобили, выпускающиеся в Европе, должны иметь в базовой комплектации ESP. Как же работает эта система, и можно ли на нее полагаться?*

Строго говоря, началась история «умных» систем поддержки водителя еще в 1978 году, когда впервые на автомобиле стали серийно устанавливать антиблокировочную систему (ABS), не позволяющую колесу во время торможения полностью блокироваться и дающую водителю возможность контролировать траекторию движения. Прошло еще 8 лет, и машины начали укомплектовываться еще более усовершенствованной «игрушкой», а именно противобуксовочной тормозной системой (Traction Control System), предотвращающей пробуксовку колес при

старте. В основе ее, как и антиблокировочной системы, были использованы одни и те же датчики и исполнительные механизмы, принципиально отличаются они друг от друга исключительно программным обеспечением. И наконец, в 1995 году дебютировала система стабилизации ESP, которая контролирует не только блокировку и пробуксовку колес, но и поворот автомобиля вокруг вертикальной оси, предотвращая таким образом занос автомобиля.

Какова же задача системы стабилизации автомобилей и в чем заключается принцип ее работы? С задачей все просто: ESP «заботится» о том, чтобы автомобиль ехал туда, куда повернут руль, причем в любых условиях и на любой дороге, не срываясь в занос и боковое скольжение. Иными словами, благодаря системе стабилизации машина сохраняет устойчивость и управляемость в процессе выполнения маневров, особенно на высокой скорости или на плохом покрытии. Не зря эту систему называют еще противозаносной или системой поддержания курсовой устойчивости. Что же до сути ее ра-

боты, то вкратце вот как выглядит дело: водитель с помощью руля задает траекторию движения, датчик угла поворота передает данные в блок управления, наряду с ними туда поступает информация от датчиков ABS, ускорения и углового вращения кузова. Как только данные с одного или нескольких датчиков превысят критические значения, записанные в базе данных блока управления, программа согласно заданному алгоритму действий начнет выправлять траекторию автомобиля с помощью коротких тормозных импульсов, затормаживая то колесо, вокруг которого автомобиль должен повернуться и изменить траекторию своего движения. Если этого недостаточно и скорость входа в поворот все еще опасно велика, система заставляет двигатель снизить обороты, тем самым уменьшая тягу на колесах. ESP работает всегда, в любых режимах движения: при разгоне, торможении, движении накатом. А алгоритм ее срабатывания зависит от каждой конкретной ситуации и типа привода автомобиля.

Совсем не зря ESP является одной из важнейших частей комплекса активной безопасности автомобиля и обязательной комплектующей всех современных машин. Она исправляет ошибки в управлении и часто помогает выйти из ситуаций, в которых среднестатистический водитель на обычном автомобиле потерпел бы полное фиаско. Но

главное достоинство этой системы в том, что с ней автомобиль не требует даже в экстремальных условиях от водителя навыков экстремального вождения, а сам «думает», как пройти поворот.

В то же самое время возможности по управлению опасной ситуации ESP, как и лю-

бой другой системы, созданной руками человека, не беспредельны. Ведь законы физики обмануть нельзя. Поэтому надо помнить, что ESP хоть и значительно снижает шансы на попадание в аварию во многих сложных ситуациях, но не избавляет водителя от необходимости крепче держаться за баранку и внимательно следить за дорогой.



ANZEIGE

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



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

Эти изделия составляют  
гарнитур



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



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)



В мае Овнам придется столкнуться с массой сложных ситуаций. Неудивительно, что в какой-то момент вы ощутите нехватку физических сил, которая способна спровоцировать различные проблемы со здоровьем. Пейте витамины, не нервничайте по мелочам и высыпайтесь!

## Телец (21 апреля - 20 мая)



Последний месяц весны станет для Тельцов временем перемен. По большей части, перемены эти будут приятными и радостными. Вам будет везти до такой степени, что, образно говоря, удача найдет вас даже за печкой, а многие проблемы решатся сами собой.

## Близнецы (21 мая - 21 июня)



В мае Близнецам по плечу все, от масштабных инвестиций и крупных проектов до ответственных встреч и деловых поездок. Самое главное – больше решительности, уверенности в своих поступках, открытости к общению и позитивного настроения!

## Рак (22 июня - 22 июля)



Раки под занавес весны будут на удивление самодостаточны и независимы. А значит, принимать решения вам придется в одиночку. Стоит сказать, что вы сделаете правильный выбор.

## Лев (23 июля - 23 августа)



В мае Львы, наметив цель, бросятся к ее достижению. Подумайте, все ли средства тут хороши, а самое главное, стоит ли игра свеч. Возможно, лучше не торопить события и спокойно разобраться в ситуации.

## Дева (24 августа - 23 сентября)



Пришло время и Девам круто изменять жизнь, совместив романтику мечтаний о будущем с адреналином крутых виражей на пути к нему. Все сложится наилучшим образом, если вы не будете бояться перспектив и раскроете, наконец, свои многочисленные таланты.

## Весы (24 сентября - 23 октября)



В мае Весам не стоит обращать внимание на критику в свой адрес.

Она продиктована лишь завистью к вашим успехам. Прислушайтесь к словам друзей и близких, принимайте во внимание их мнение, но поступайте так, как считаете нужным сами.

## Скорпион (24 октября - 22 ноября)



В последний месяц весны Скорпионам необходимо поработать со своими комплексами. Именно в них заключается причина большинства ваших неудач в жизни. Еще полезно будет научиться учитывать обстоятельства, а не разбивать лоб, встретив очередное препятствие на пути.

## Стрелец (23 ноября - 21 декабря)



Для Стрельцов май станет временем вдохновения, творческого поиска и неординарных решений. Вы столкнетесь с жизненными ситуациями, которые будут требовать особого подхода к ним. Вы выйдете из них победителем, если прислушаетесь к интуиции и голосу разума.

## Козерог (22 декабря - 20 января)



Козероги в мае должны наконец понять, что спокойствие и умение идти на компромиссы могут сделать для гораздо больше, чем агрессия или чрезмерное форсирование событий. И еще – иногда лучше промолчать, чем высказывать свою точку зрения там, где ее никто не хочет знать.

## Водолей (21 января - 19 февраля)



Водолеи в мае не должны ждать от судьбы подарков – их не будет. Все, что вы хотите получить, вы должны заработать нелегким и настойчивым трудом. Если вам предложат бесплатный сыр, стоит насторожиться, ведь в таком случае будет велик риск оказаться в мышеловке.

## Рыбы (20 февраля - 20 марта)



В мае звезды будут благоприятствовать представителям знака Рыб, особенно тем, кто способен молниеносно принимать ответственные решения и самостоятельно находить выход из непростых ситуаций. А некая приятная новость отодвинет все неприятности на второй план.

## События

## Мая

**1 мая 1994 года**

Во время соревнований на трассе в Имоле («Гран-При Сан-Марино») погиб трехкратный чемпион мира в гонках «Формулы-1» бразилец Айртон Сenna.

**3 мая 1469 года**

Во Флоренции родился Никколо Макиавелли, итальянский политический мыслитель, историк, писатель, сторонник сильной государственной власти.

**7 мая 1887 года**

Американец Томас Стивенс завершил первое кругосветное путешествие на велосипеде, проехав 13500 миль и пробыв в пути более трех лет.

**11 мая 1904 года**

День рождения знаменитого испанского художника Сальвадора Дали, рисовавшего образы, знакомые разуму: людей, животных, здания, пейзажи, позволяя им соединиться под диктовку сознания.

**14 мая 1906 года**

Открыто движение поездов в почти 20-километровом Симплонском тоннеле в Альпах, соединяющем Швейцарию и Италию на высоте 700 м.

**16 мая 1703 года**

День основания Санкт-Петербурга.

**17 мая 1792 года**

Спрятавшиеся от солнца под тенью раскидистого дерева брокеры основали Нью-Йоркскую фондовую биржу. Роща, где росло то дерево, вскоре превратилась в знаменитую Уолл-стрит.

**22 мая 1856 года**

В Москве известным собирателем произведений русского искусства купцом П. М. Третьяковым была основана Третьяковская галерея.

**26 мая 1928 года**

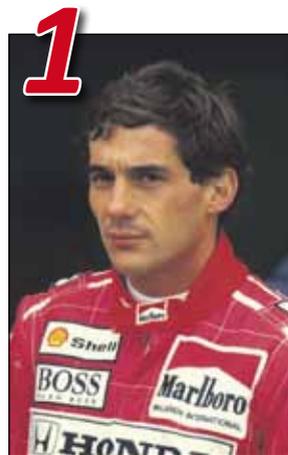
Принятие на заседании ФИФА решения о проведении раз в 4 года Чемпионатов мира по футболу.

**28 мая 1938 года**

Для массового производства «народного автомобиля» в Вольфсбурге началось строительство крупнейшего автозавода «Volkswagen».

**30 мая 1631 года**

В этот день был издан первый номер официальной французской газеты «La Gazette», получившей свое название от наименования мелкой итальянской монеты (gazetta), которой платили венецианцы в 16 веке за рукописный листок новостей. Вот так слово «газета» и вошло в обиход, оставшись во многих европейских языках для обозначения периодического новостного печатного издания.



1



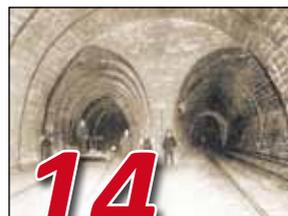
3



7



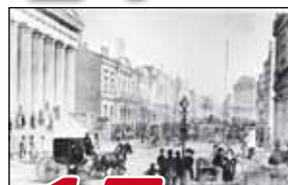
11



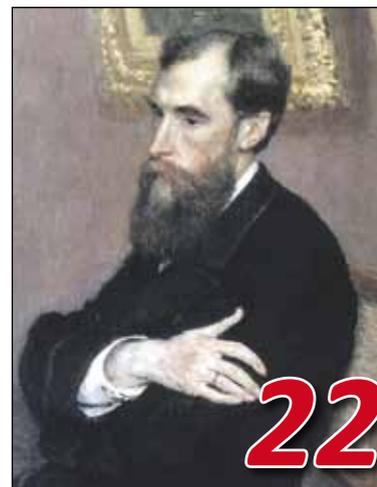
14



16



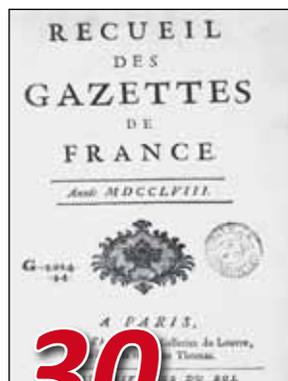
17



22



26



30



28

## Валерий Леонтьев: «Я – романтик по жизни!»



### КОНЦЕРТЫ ВАЛЕРИЯ ЛЕОНТЬЕВА «Лучший - навсегда!»

Бонн 18.04.2015  
Ганновер (Theater am Aegi) 20.04.2015  
Карлсруэ (Konzerthaus) 22.04.2015  
Бремен (Die Glocke) 23.04.2015  
Нойс (Stadthalle) 25.04.2015  
Оффенбах (Stadthalle) 26.04.2015  
Людвигсбург (Forum am Schlosspark) 27.04.2015  
Берлин (Urania) 29.04.2015

*Валерий Леонтьев - о концертной программе «Лучший – навсегда!», планах на будущее, главном достижении в жизни, вере в случайности и любви.*

- Валерий, расскажите о концертной программе, которой Вы собираетесь порадовать своих поклонников в Германии. Какие сюрпризы нас ожидают?

- Это, как я думаю, лучшая моя программа, которую я шлифовал, что-то добавляя, что-то убирая и изменяя, несколько последних лет. Я очень чутко реагирую на каждую ответную реакцию из зала и могу после самых незначительных колебаний в настроении моей публики сразу изменить многое - добавить или убрать не одну-две песни, а целый блок. Так что моя сегодняшняя программа, как мне кажется, близка к идеалу. Во всяком случае ее высоко оценили жители Санкт-Петербурга, где зал на четыре с лиш-

ним тысячи человек собирался под завязку трижды, собрался бы и четвертый раз, если бы мне не настало время ехать с гастролями дальше. А сюрпризы... Они на то и сюрпризы, чтобы не говорить про них заранее. Но могу сказать, люди услышат все, что обычно хотят слышать из моего творческого наследия, но и совершенно новых песен будет много.

- Вы много ездите по миру. В чью пользу сравнение российских зрителей и, скажем, немецких?

- Немецкие зрители более подчинены порядку. От них меньше ждешь каких-то неординарных поступков, чем от российской публики. Ну и, как всегда, золотая середина - недостижимый идеал. Иногда мне не хватает выброшенных зрителями эмоций, их ответной реакции, когда я гастролирую по Германии, слишком присутствующие в зале

дисциплинированы. Но, с другой стороны, я не опасаясь, что на меня кто-то кинется, как, скажем, было на последних концертах в Санкт-Петербурге, когда одна из неистовых поклонниц, набросившись сзади, едва не свернула мне шею. Так что сравнение всегда вещь опасная - просто надо учитывать менталитет каждой страны, где ты выступаешь, а иногда и конкретно города, и выстраивать себя в соответствии с принятыми там правилами поведения. Но я - артист, который гастролирует буквально по всему миру, поэтому я умею настраиваться на зал и настраивать публику на себя.

- Оборачиваясь назад, - что было самым сложным на пути от простого мальчика из села Усть-Уса до одной из самых ярких звезд российской эстрады?

- Самым сложным было не потерять с приходом сперва успеха, а потом и славы, азарта. Знаете, есть такая оценка - «он всем хорош: и профессионал, и прекрасно выглядит и талантливый. Но! ...Глаза не горят». Вот главное - чтобы глаза не переставали гореть, чтобы сохранялась эта жажда жить и творить. А она уходит. И это даже не зависит от степени таланта. Бывает, человек может все! Но ничего не хочет. Вот это - самое страшное.

- Какое свое достижение на данный момент Вы считаете самым главным? Есть ли еще что-то, чего непременно хотелось бы достичь?

- Наверное, это то достижение, что я сумел сохранить настоящую любовь своей публики. Вот не признание заслуг, не уважение за результат, не интерес и даже не возможность покорить высочайшим там профессионализмом или даже Божьим даром - а именно любовь. Чувство пылкое, мимолетное, эфемерное, редко возникающее, быстро проходящее, ничем искусственно не вызываемое. Вот его. И это главное достижение на данный момент. А чего хочу достичь? Хочу удерживать это чувство со стороны зрителей как можно дольше, выше этого ничего и нет.

- Есть ли у вас какой-то стратегический план развития Вашей карьеры, или все происходит - и будет происходить, - спонтанно?

- Нет, никаких стратегических планов я не имею. Главный план - делать только то, что в данный момент хочется, петь только то, к чему лежит душа. Я это делал всю жизнь и, думаю, именно это и лежит в основе любви между мной и зрителем. А если что-то сделаешь насильно, то и глаза потухнут, и любовь пройдет. Вот мой главный стратегический план - чтобы этого не случилось.

- А как Вы относитесь теперь к тем своим песням, которые исполняли в самом начале карьеры?

- Это все равно, что спросить, как я отношусь сегодня к девочке, которую любил в пятнадцать лет? А в двадцать пять? Это те девочки, которых я любил. В свои пятнадцать. И в свои двадцать пять. А это - те песни, которые я пел. В начале карьеры. И я, тогдашний, их очень любил, и для меня они - большая самооценка.

- За Вами прочно закрепился положительный имидж романтика-пилота дельтаплана, - он Вам за 40 лет не надоел?

- Нет, не надоел, я и есть романтик. В достаточной степени романтик по жизни. А что до «Дельтаплана»... Я прожил с этой песней жизнь. И, как часто бывает в совместном существовании, я ее очень любил, но, случилось, и ненавидел, она меня злила, раздражала, выручала, помогала, поддерживала, спасала. Это - моя жизнь, как она может надоест?

- Почти все Ваши песни о любви, - а что такое любовь для Валерия Леонтьева?

- Любовь - это одна волна, на которой два человека вместе и болтаются в житейском море. Это когда смотришь и понимаешь другого без слов. Нет, не растворяешься в нем, не уничтожаешь себя ради него, и тем самым обязываешь, а просто ты и другой человек, вы, как в сцепке на скале - один связан с другим жизнью. Вот это и есть любовь.

- Есть мнение, что любое произведение искусства, неважно, идет ли речь о музыкальном произведении, картине или стихотворении, должно заставить человека задуматься, - как Вы думаете, о чем в первую очередь заставляют задуматься Ваши песни?

- Я надеюсь, о многом. Но в первую очередь о желании действовать: добиваться любви, если любишь, ждать того, кто в пути, прощать, если есть что сохранять в отношениях, возвращаться, если ты ушел, не подумав, поспешил, ошибся. То есть каждую минуту жить так, чтобы это была правильно, по гамбургскому счету жить, а не подчиняясь мелким страстишкам или обидам.

- Вы верите в случайности, которые обязательно должны произойти, или считаете, что человек творит свою судьбу сам, и никакого предопределения и предназначения не существует?

- Конечно, я верю в случайности. Но я верю также и в то, что случайности эти намолены самими человеком. Вот ты страстно хочешь что-то, страстно! Ты извиваешься, выкручиваешь себе суставы, прыгаешь, чтоб достать, короче, добиваешься. Не важно чего, но важно, что тебе это надо так позарез, что без этого не жить. И ты тратишь на это долгие годы. И тогда однажды судьба дает тебе ту самую заветную случайность. И вот тут не зевай, потому что второй раз она может, разочаровавшись в тебе, и отказать.

- Расскажите, как Вам удается всегда так

замечательно выглядеть! В чем секрет, - спорт, диеты или все вместе и еще что-то?

- Это - фанатизм, но не по отношению к собственной внешности, а по отношению к своей профессии. Чтобы выдержать почти три часа такого концерта, который я работаю, профессионально все исполнить, при этом почти постоянно находясь в движении... Чтобы при всем при этом еще найти возможность пообщаться со зрителями после выступления, раздать автографы, а затем совершить все положенные переезды из города в город, и это на протяжении всего гастрольного маршрута, который зачастую длится без перерыва месяц... Вот для всего для этого мне нужна очень хорошая физическая форма. Почти как у профессионального спортсмена или артиста балета. Я и добиваюсь этого. Всеми известными и мной лично изобретенными способами. А бонусом идет восторг и желание в женских глазах - «Ах, как ты выглядишь!». Ну что, конечно, приятно.

- Если бы у Вас была возможность отмотать ленту времени назад и что-то изменить в своей судьбе, Вы бы...

- Это вопрос на целую жизнь. Чтобы ответить на него, надо быть Богом. С каждой секунды бытия жизнь может развернуться совершенно иной лентой Мебиуса от случайно принятого спонтанного решения. Поэтому я никогда не думаю о возможном изменении прошлого. Оно прожито, и спасибо Богу за это.



## Остров сокровищ



*«Гаити, Гаити, не были мы ни на каких Гаити, нас и здесь отлично кормят...», ворчал ленивый кот из известного мультфильма. Кстати, очень зря, потому что этот остров действительно стоит посетить, и не только ради великолепной еды.*

Начнем с того, что Гаити – это не совсем то, что обычно представляется, в том смысле, что сам остров один, а государств там два. Республика Гаити (Republica de Haiti) на западной стороне острова, – страна бедная и не совсем безопасная, а в Доминиканской Республике (Republica Dominikana) на восточной стороне все вполне спокойно и демократично. И очень красиво! Еще Христофор Колумб, обнаруживший этот остров в 1492 году (кстати, прах Колумба покоится именно на Гаити, в кафедральном соборе Санта-Мария в столице Доминиканы Санто-Доминго), писал: «...эти земли так обширны, красивы и богаты, что невозможно даже представить себе столь восхитительные места, не увидев их воочию!». Красота, так поразившая Христофора Колумба, никуда за эти годы не делась. Белый песок пляжей и коралловые рифы, благодаря которым возле острова нет акул, прозрачные озера и реки,

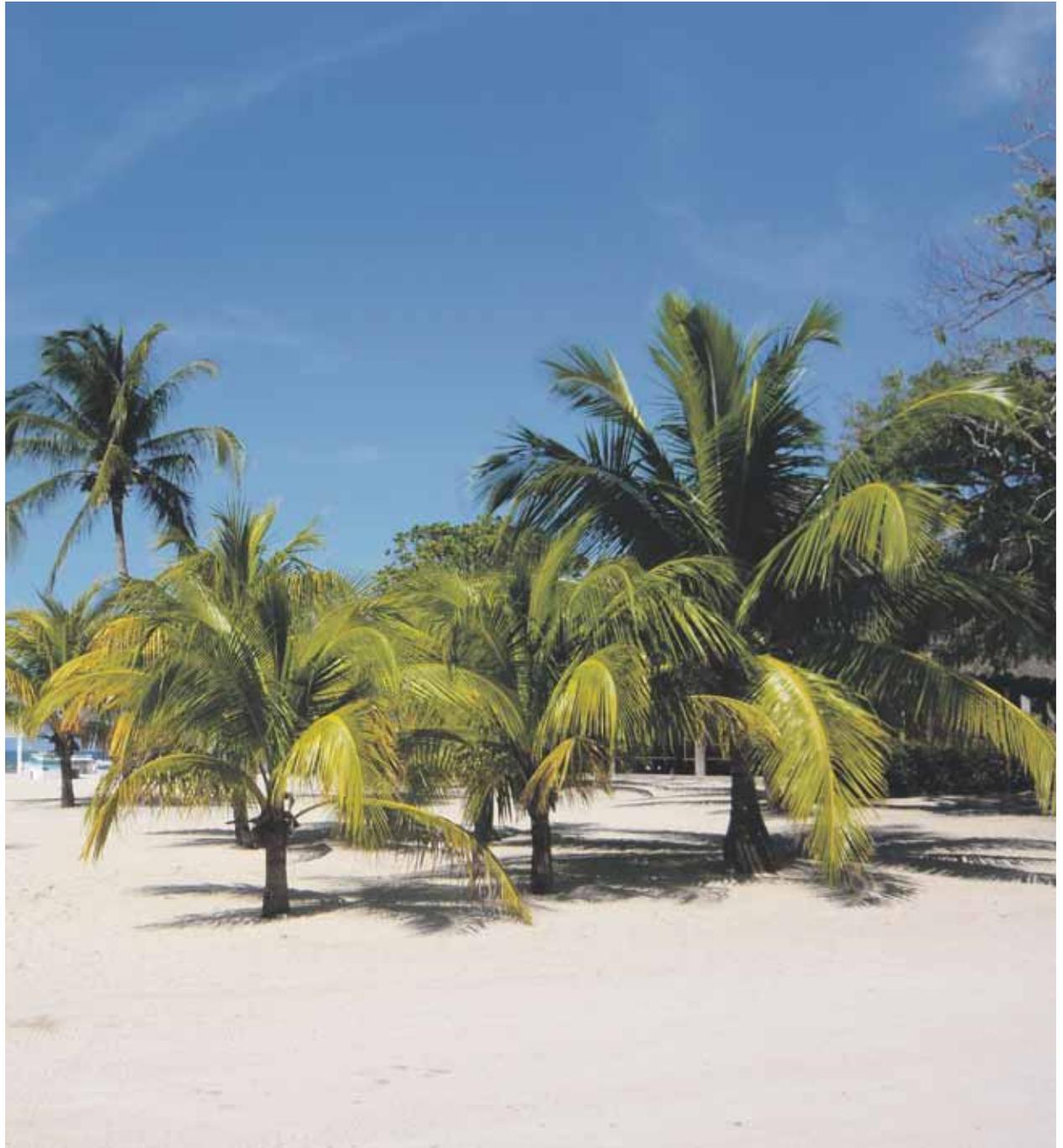
мангровые болота и высокогорные тропические леса, в которых водятся более 200 видов различных птиц, обычно яркой расцветки... Не зря именно тут в свое время снимался фильм «Парк Юрского периода»! Но и помимо природных красот здесь есть что посмотреть. В частности, культурные достопримечательности, правда, в данном случае стоит оставаться в восточной части острова. Потому что «на Западном фронте», то есть в Республике Гаити, с культурой очень непросто, как и со всем остальным.

Тут уместно вспомнить, что к началу XVII века испанцы, первоначально владевшие всем «Островом Сокровищ», который в то время назывался «Эспаньола» (то есть Маленькая Испания), начали завозить на Гаити рабов из Западной Африки – преимущественно для добычи золота, ведь изначально считалось, что драгметаллов тут видимо-невидимо (хотя это совсем не так). Позднее, в 1620 году, будучи не в состоянии противостоять нападениям французских и голландских пиратов и контролировать всю Эспаньолу, первооткрыватели сместились на ее восток и закрепились на территории современной Доминиканской Республики. А за-

пад достался французам, которые, в отличие от испанцев, быстро сообразили, что главное богатство острова – не золото, а кофе и тростник. Очень скоро «французская зона» стала самой богатой колонией во всей Америке за счет более полумиллиона африканских рабов, условия жизни которых на Гаити слыли особенно тяжелыми. Понятно, что такая ситуация не могла долго продолжаться: в 1791 году жрец культа вуду Букман призвал к борьбе с завоевателями, и гаитянская часть острова почти на три столетия погрузилась в кровавый хаос, периодически то выныривая из него, то утоая все глубже. Дальнейшая история Гаити – история переворотов, войн, захватов и сменявшихся друг друга диктаторов, которые любили именовать себя «императорами» и «президентами», державших в страхе собственный народ, воровавших и совершавших набеги на соседнюю мирную Доминикану. Чего стоила одна лишь диктатура «папы Дока», Франсуа Дювалье, объявившего себя «Бароном Субботой», злым демоном африканского культа вуду, и опиравшегося на банды тонтон-макутов, убивавших христианских священников, офицеров и мало-мальски образованных гаитян!

После того, как в сентябре 1963 года американский президент Кеннеди обвинил Дювалье в диктаторстве и приостановил экономическую помощь республике, последний публично объявил, что найдет на обидчика проклятье. Восковая кукла, изображавшая американского президента, была во всеуслышание исколота иглами, над ней был совершен ритуал смерти, - через несколько недель, 22 ноября 1963 года, Кеннеди был убит...

Но вернемся к достопримечательностям: помимо легендарного «Дома Света», как еще называют грандиозный мемориал Христофора Колумба в Санто-Доминго, и подводного музея в Байябисе, основной экспозицией которого являются останки затонувших испанских каравелл и галеонов, потерпевших крушение или потопленных пиратами в Карибском море в XVIII веке, непременно стоит посетить и Ла-Вегу с ее церковью Богородицы Лас-Мерседес, и Музей табака в Сантьяго... Еще можно отправиться на заповедный остров Саона с нетронутыми лагунами (один из подобных райских островов купил Джонни Депп, большой поклонник этих мест), и уж точно нужно увидеть местные танцы и попробовать местную кухню! «Ла бандера», то есть рис с фасолью, мясом, овощами и жареными бананами, «касабэ», плоский круглый хлеб из маниоки, «мофонго», пюре из зеленых бананов с мясом и рыбой непременно придутся вам по вкусу, - и окончательно убедят в том, что так, как на Гаити, вас точно нигде не накормят.



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

# 7 правил счастья



*Простые принципы, пользуясь которыми, очень легко изменить жизнь к лучшему.*

Результаты недавно проведенного исследования британских социологов в корне перевернули представления человечества о прекрасном. Как выяснилось, самыми счастливыми людьми являются представители вовсе не общепринято престижных и высокооплачиваемых профессий, а маникюрши, флористы и парикмахеры. Все дело в том, что сотрудники салонов красоты и цветочных магазинов в прямом смысле слова творят добро своими руками, видят результат своего труда немедленно и получают благодарность от клиентов. И именно этим их работа в корне отличается от работы офисного работника, который большую часть времени в офисе общается только с компьютером, а благодарность (то есть зарплату) получает один раз в месяц. А уж если он, то есть офисный сотрудник, вынужден постоянно иметь с негативной информацией (а это нормальная ситуация для работников страховых компаний, госслужащих, помощников юри-

ста и представителей некоторых других профессий), то он и вовсе считает себя глубоко несчастным созданием, независимо от величины доходов и семейного положения. И еще – чем выше человек предъявляет требования к себе и окружающим, чем сильнее он обращает внимание на мелочи, чем больше боится совершить ошибку и из-за этого потерять расположение других людей, тем ниже его планка довольства жизнью. Психологи утверждают, что главная причина подобного стремления к идеалу довольно банальна: неприятие себя.

Так что же надо делать для счастья, особенно тем, кто не готов бросать свою актуальную работу и становиться флористом или парикмахером? Оказывается, всего-то и нужно, что прочитать нижеприведенные 7 пунктов, а затем начать новую жизнь в соответствии с ними.

### **Без сожалений**

Невероятно важно уметь жить без сожалений. Или, по крайней мере, не расстраивать-

ся по мелочам. В конце концов, ошибки делают все, и что толку переживать из-за того, что уже сделано? Лучше подумать, как избежать подобных промахов в будущем, сделать выводы из своего жизненного опыта и наметить новые цели.

### **Время для себя**

Для того, чтобы быть успешным и счастливым, очень полезно ежедневно делать что-то, совершенно не связанное с работой и прочей будничной рутинной. Общение с друзьями, хобби, поход в кино, да все, что угодно: разносторонняя занятость в течение дня поможет вовремя отдохнуть, сохранить бодрость и получить заряд вдохновения.

### **Стоп, мгновение!**

Кстати, а что лично вы понимаете под словом «счастье»? Для того, чтобы честно ответить на этот вопрос, надо почаще замечать свое хорошее настроение, останавливаться и смаковать момент «здесь и сейчас». И тогда этот самый момент имеет шанс стать часом...

**Вот вам результат**

Что, если взять пример с представителей самых счастливых профессий и хотя бы раз в день делать какое-нибудь простое действие, результат которого виден сразу? Помыть пол или погладить белье не в счет, лучше выбрать более творческое занятие.

**Только для вас!**

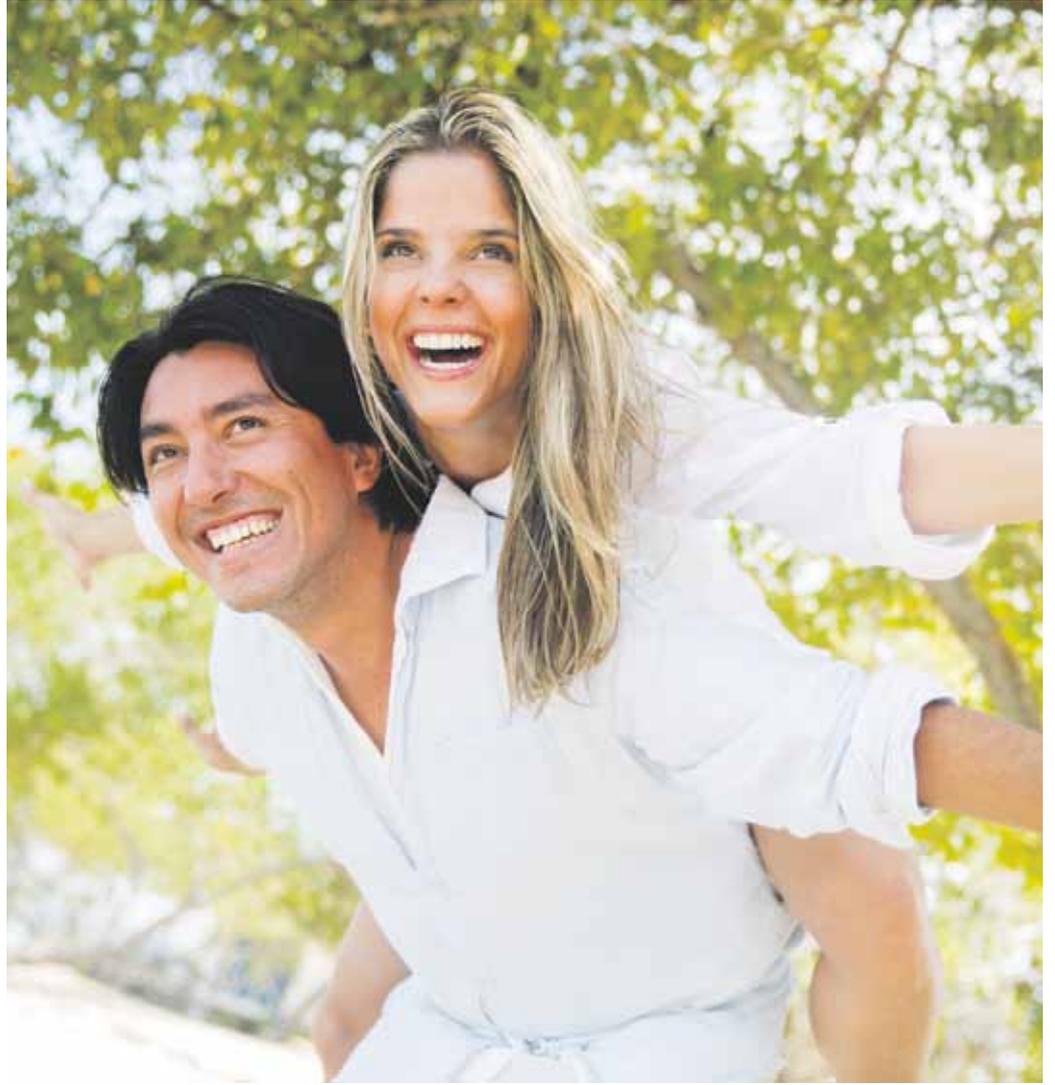
Хотя бы раз в неделю полезно устраивать себе пир горой, либо же делать себе маленькие подарки не для того, чтобы забыть о неприятностях, а чтобы усилить позитивные впечатления от особенно приятно проведенного дня.

**Не в деньгах счастье**

Кто бы спорил, финансовый успех — важная составляющая благополучия. В то же время ни в коем случае не стоит приравнять счастье к деньгам. Уровень дохода не должен быть мерилем удовлетворенности жизни. Действительно, хорошие события могут происходить и с теми, чей уровень зарплаты ниже среднего, и наоборот, богатые тоже плачут...

**Твори добро**

Помогать окружающим - отличный способ оставаться счастливым. Оказание помощи поднимает чувство собственной значимости, кроме того, те, кто привык больше давать, нежели брать, чувствуют себя неизмеримо лучше закоренелых эгоистов. Даже физически! Потому что прилив положительных чувств, которым сопровождается любой хороший поступок, расширяет сосуды и повышает уровень лимфоцитов (клеток иммунной системы организма), а также выработку гормонов радости эндорфинов.



Уважаемые подписчики!

Огромная просьба **заполнять и присылать в редакцию подписной купон перед тем, как осуществлять абонентский платеж!** В противном случае доставка газеты Вам на дом не представляется возможной!

Искренне Ваши, сотрудники редакции

## 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  
IBAN: DE59100208900355980170** с пометкой «Abo Zeitung Wremja», Вашими именем и фамилией!

Имя, фамилия/Vorname, Name: .....

Адрес/Adresse: .....

Контактный телефон/Telefon: .....

Дата, подпись/Datum, Unterschrift: .....

# Букет на обед, или блюда из одуванчиков



*Цветы одуванчиков используются в кулинарии с незапамятных времен, причем не только для украшения блюд, а непосредственно для их приготовления.*

Помимо так называемых овощных цветов, - артишока, брокколи, цветной капусты, - в пищу годятся и многие декоративные цветы. И возглавляют список съедобной флоры одуванчики, по пищевой ценности не уступающие многим овощам. В состав «вестников лета» входят витамины А, В, С, Р, а также фосфор, кальций, железо, калий, протеины, жирные масла, холин, флавоноиды. В них много протеина, так что зеленые салаты с листьями одуванчика достаточно питательны. Кроме того, регулярное употребление блюд из одуванчиков сокращает риск развития онкологических заболеваний, способствует очищению крови и выведению из организма шлаков и токсинов. И, конечно же, помогает справиться с авитаминозом, улучшает обмен веществ и помогает вернуть

стройность фигуры.

Интересно, что полезны не только цветы, но и листья, и даже корни одуванчика, причем каждый по-своему! Так, настои из листьев применяются при отравлениях и интоксикации, циррозе печени, холецистите, низком уровне калия, отеках, плохом аппетите, гастрите с пониженной кислотностью, заболеваниях суставов. Сок золотисто-желтых цветков одуванчика с соком листьев репы и морковным соком помогает при заболеваниях костей и позвоночника и придает крепость зубам. Настой из корней одуванчика – тонизирующее, потогонное и кровоочистительное средство. Еще корни одуванчика полезны для диабетиков, так как являются сахароснижающим средством; они входят в состав травяных сборов для похудения. Порошок из корней одуванчика помогает восстановить обмен веществ, залечить раны, язвы, ожоги, пролежни.

Впрочем, одуванчики можно есть не только «по поводу» в качестве лекарства, но и просто для удовольствия. Тем более, что рецептов блюд из «цветов солнца» видимо-невидимо, а готовить их, как и говорить правду, легко и приятно. Вот несколько советов, как же лучше приготовить «букет на обед».

Прежде чем приступить к приготовлению любого блюда из одуванчиков, их, конечно же, нужно собрать. Делать это рекомендуется в солнечный сухой день, когда цветки богаты пылью, собирать нужно только полностью раскрытые цветки. Чтобы сохранить пыльцу, емкость с собранными одуванчиками следует поставить в темное место – цветки быстро закроются, спрятав внутри цветка полезную пыльцу. Внимание! Цветы «на обед» можно собирать не ближе, чем за 500 м от автомобильных и железных дорог. Аллергикам от поедания цветов лучше и вовсе воздержаться.

Для удаления горечи листья одуванчика перед приготовлением блюд рекомендуется вымачивать в соленой воде в течение получаса. Совсем молодые листья горечи практически лишены, их вымачивать не обязательно. Готово? Тогда приступаем!

#### Салат из одуванчиков

**Ингредиенты:** 300 г листьев одуванчиков, половина длинного огурца, 2 яйца, 2 столовые ложки йогурта, зелень, соль и перец по вкусу

Листья одуванчиков замочить в холодной соленой воде, огурцы порезать соломкой. Яйца отварить и мелко нарезать, добавить зелень. Листья одуванчиков вынуть из

воды, просушить и порезать в салат. Заправить йогуртом.

#### Щи из одуванчиков

**Ингредиенты:** 500 мл мясного бульона, по 100 г щавеля и листьев одуванчика, по 75 г картофеля и сметаны, по 50 г моркови и лука, 25 г томатной пасты, 15 г растительного масла, зелень, соль

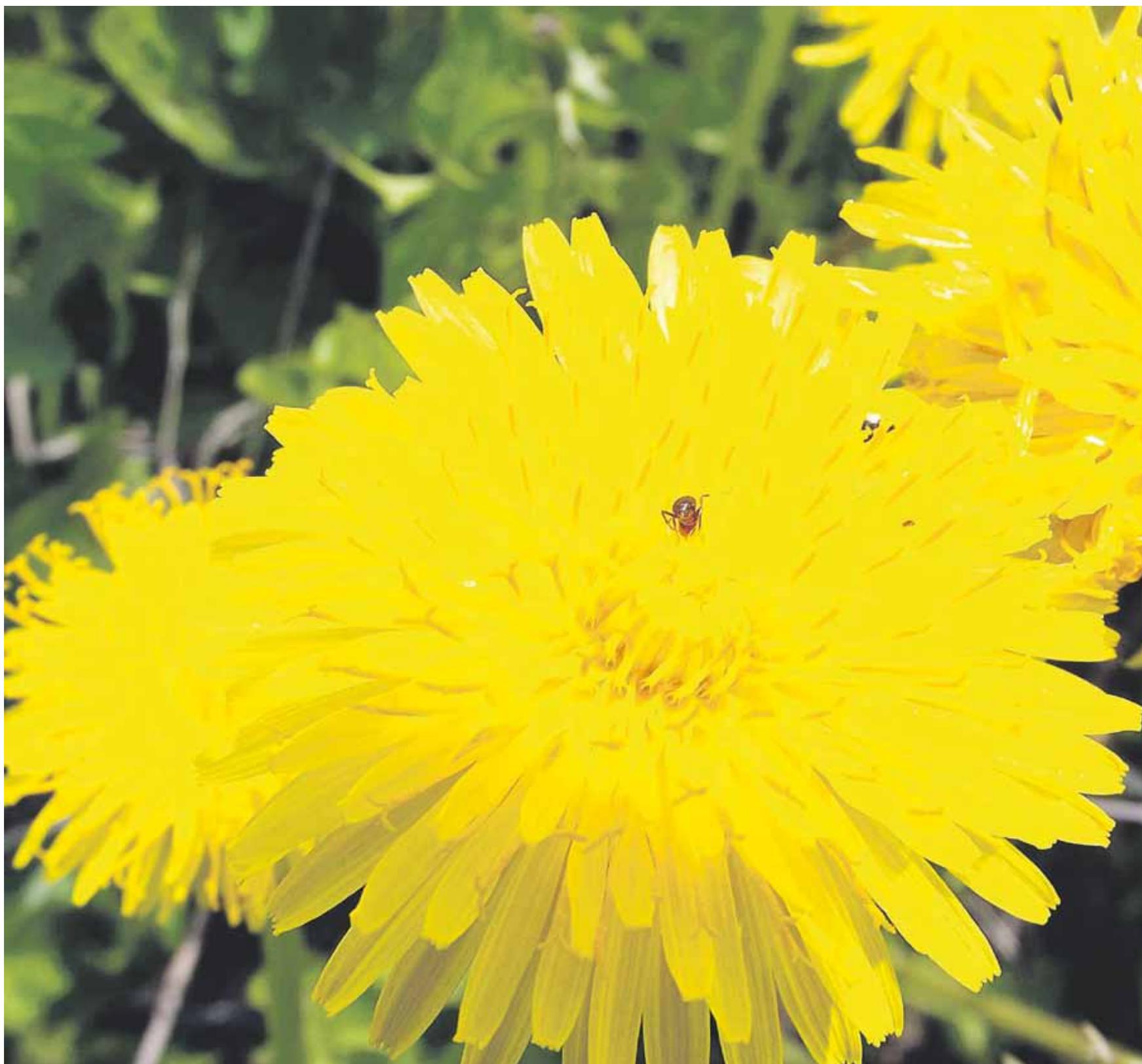
Картофель нарезать брусочками и отварить в бульоне до готовности, положить нарезанные листья щавеля, бланшированные и нарезанные листики одуванчика, 5-7 минут проварить, подсолить. Морковь и лук мелко нарезать, пассировать, добавив томат, положить пассировку в суп, довести его до кипе-

ния. Заправить щи перед подачей сметаной и зеленью, при желании можно также добавить рубленое вареное яйцо.

#### Одуванчиковый мед

**Ингредиенты:** 500 г соцветий одуванчика, сахар по вкусу

Свежесобранные, раскрытые соцветия одуванчика выложить слоями в банку, пересыпая слои сахаром. Накрыть банку марлей и оставить до тех пор, пока сахар не смешается с соком одуванчика. Этот сироп и есть мед. Его можно принимать по столовой ложке по утрам, натощак, а можно просто добавлять в чай. Кстати, одуванчиковый мед — прекрасное средство в борьбе с авитаминозом.



# На экранах

**С 7 мая 2015 года**

**DER KNASTCOACH**  
(«ТЮРЕМНЫЙ КОНСУЛЬТАНТ»)

*Режиссер: Этан Коэн*

*Авторы сценария: Джей Мартел, Йен Робертс, Этан Коэн*

*В ролях: Кевин Харт, Уилл Феррелл, Элисон Бри*

Богатый менеджер инвестиционного банка осужден за преступление, которого он не совершал, и готовится отбывать заключение. Он обращается к своему знакомому «авторитету», чтобы тот объяснил ему законы тюремной жизни и помог достойно пережить предстоящее нелегкое время. Есть только одна загвоздка, - оказывается, сам консультант никогда в тюрьме не был...



**С 14 мая 2015 года**

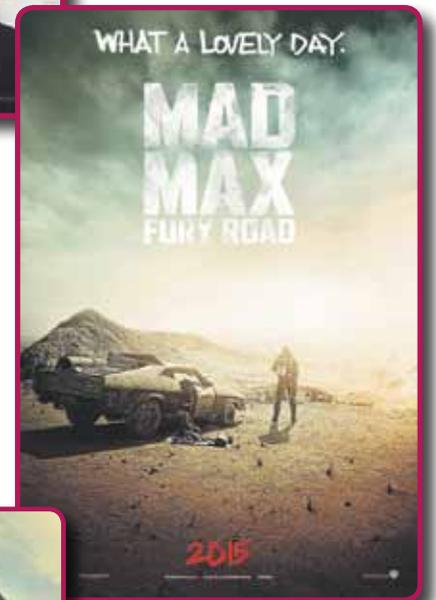
**MAD MAX: FURY ROAD**  
(«БЕЗУМНЫЙ МАКС 4: ДОРОГА ЯРОСТИ»)

*Режиссер: Джордж Миллер*

*Авторы сценария: Джордж Миллер, Брендан МакКарти, Ник Латурис*

*В ролях: Том Харди, Шарлиз Терон, Роза Хантингтон-Уайтли*

Отомстив за смерть своей жены, Макс покидает ряды «Основного силового патруля» и в одиночку отправляется в путешествие по населенной жестокими, безжалостными воинами постапокалиптической пустоши.



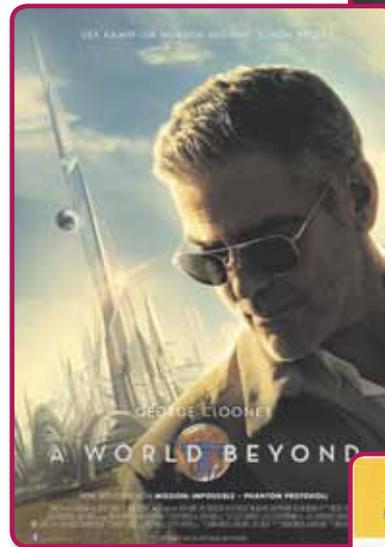
**С 21 мая 2015 года**

**A WORLD BEYOND**  
(«ЗЕМЛЯ БУДУЩЕГО»)

*Режиссер и автор сценария: Брэд Берд*

*В ролях: Джордж Клуни, Бриттани Робертсон, Джуди Грир*

Переживающий не лучшие времена гениальный изобретатель и любознательная девушка-подросток отправляются в невероятно опасное путешествие во времени и пространстве в надежде отыскать будоражащее их общую память таинственное место - «Землю будущего».



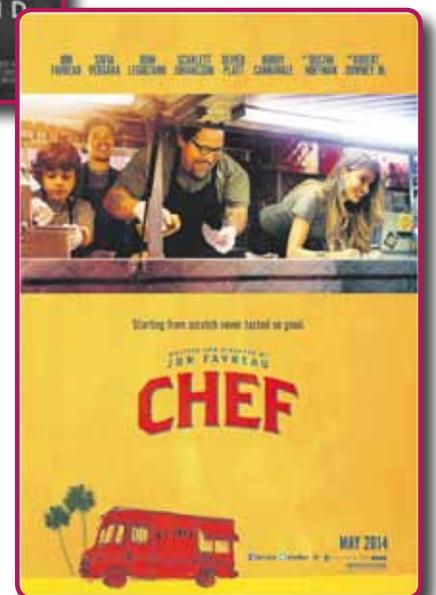
**С 28 мая 2015 года**

**KISS THE COOK**  
(«ПОЦЕЛОВАТЬ ПОВАРА»)

*Режиссер и автор сценария: Джон Фавро*

*В ролях: Джон Фавро, София Вергара, Скарлетт Йоханссон*

Карл, шеф-повар одного из самых модных ресторанов Лос-Анджелеса, после перепалки с критиком остается без работы и с подпорченной репутацией. В его услугах никто не нуждается, и он решает открыть собственную закусочную на колесах, а заодно и наладить отношения с семьей.



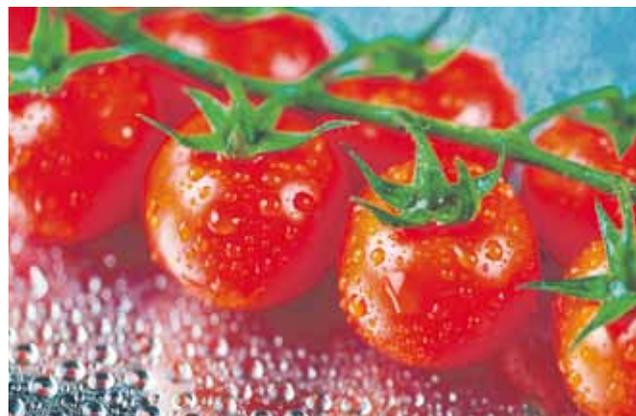
# Необыкновенно вкусно!

*Что взять с собой на пикник, кроме маринованного мяса? Вот рецепты необыкновенно вкусных блюд, годящихся, кстати, не только для пикника!*

## **Соленые помидоры по-малдридски**

**Ингредиенты:** 500 г помидоров черри, 1 столовая ложка бальзамического уксуса, 4 зубчика чеснока, 1 столовая ложка орегано, 2 столовые ложки оливкового масла, соль, перец по вкусу

Помидоры поместить в глубокую емкость, залить крутым кипятком. Через 1,5-2 минуты, когда кожура начнет лопаться, слить кипяток и облить помидоры холодной водой. Очистить их от кожуры. Переложить помидоры в миску или контейнер с притертой крышкой. Влить уксус и оливковое масло. Добавить орегано, измельченный чеснок, соль. Закрыть крышкой и перемешать, энергично встряхивая емкость. Оставить на 1-1,5 часа при комнатной температуре, периодически встряхивая. Перед подачей охладить.



## **Салат «Египетский»**

**Ингредиенты:** 200 г сыра фета, 2 столовые ложки свежей мяты, 1-1,5 столовые ложки оливкового масла, сок половины лимона, 1 огурец (свежий), 1 луковица (лучше красная), по 2 столовые ложки укропа и петрушки, 1/2 чайные ложки тмина, соль, перец по вкусу

Фету размять вилкой, добавить сок лимона, оливковое масло, черный перец и соль и перемешать. Огурцы нарезать кубиками, мелко нарезать красный репчатый лук, травы и тмин, добавить все к сыру фета, перемешать и наслаждаться.

## **Картофель, запеченный в чесночном масле с розмарином**

**Ингредиенты:** 800 г картофеля, 4 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка крупной соли, 1 чайная ложка розмарина, 3 зубчика чеснока, соль, перец по вкусу

Чеснок очистить, мелко порубить, добавить розмарин, растительное масло, соль, перец и оставить настаиваться 10 минут. Картофель вымыть, обсушить и положить в миску, обвалять в чесночном масле. Духовку разогреть до 200 градусов, картофель выложить в форму и запекать 25-30 минут, периодически переворачивая.



## **Банановые кексы**

**Ингредиенты:** 3 банана, 100 г грецких орехов или орехов пекан, 230 г муки, 100 г меда, 1 чайная ложка разрыхлителя, по щепотке соли и корицы, 2 яйца, 100 г сливочного масла

В одной миске перемешать муку, сахар, разрыхлитель, соду, соль, корицу и орехи. Измельчить бананы, осторожно соединить их с яйцами и растопленным сливочным маслом. Вылить влажные ингредиенты в сухие и быстро перемешать. Смазать маслом формы для кексов и выложить тесто. Выпекать около часа в разогретой до 180 градусов духовке, готовность проверить зубочисткой. Дать немного остыть перед извлечением из формы.



# СКАНВОРД

1				Способ съемки и показа кинофильмов				Оттенок, тонкое различие
Половина кукольного деспота			5	Совпадение и связь по времени				
			Хвойные ветки					
			Совокупность принципов, идей лежащих в основе чего-либо					
3			Кого Л.Кэрролл отправил путешествовать в страну чудес?					
			Корень растения, употребляемый как приправа к пище					
			Умеющий подражать					
			Метод исследования					
			Награда, плата					
			Человек, который в отличие от своих сородичей так и не стал татарин					
			Кофе с мороженым					
			Металлический груз определенного веса					
			Электрически заряженная частица					
			Таксономическая единица в географии					
			Отверстие в стене здания					
			Перелет мяча за черту, ограничивающую поле игры					
			Город в центральном Китае					
			Спутник Диониса					
			Левая или правая сторона предмета					
			Кто вызвал Маугли из обезьяньего плена?					
			Древнейшие скандинавские письмена на камнях					
			Не паханная еще земля, целина					
			Разрешение на выезд за границу					
			Погружение в мир личных переживаний					

## IMPRESSUM



www.veritas-company.de

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

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

**Herausgeber / Издатель:**

Veritas Beteiligung und Management GmbH  
Wilhelmsaue 1 | 10715 Berlin  
Tel. +49 30 688 377 166 | Fax +49 30 688 377 167  
wremja@veritas-company.de

**Chefredakteurin / Главный редактор:**

Anna Kalmann / Анна Кальман

**Redaktion / Редакционная подготовка:**

Diamant Werbeagentur und Druckerei GmbH  
Arthur-Scheunert-Allee 2  
14558 Nuthetal

**Bildredaktion und Grafik / Дизайн и графика:**

Kirill Singer / Кирилл Зингер



**Anzeigendisposition / Размещение рекламы:**

Veritas Beteiligung und Management GmbH  
Wilhelmsaue 1 | 10715 Berlin

**Geschäftsführer / Директор:**

Dipl.-Ing. Alexander Grün / Александр Грюн

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

## АНЕКДОТЫ

- Доктор, неужели все так плохо?!  
- Почему же, я вот кандидатскую заканчиваю по вашему случаю...

Когда женщине-повару предложили руку и сердце, в голове у нее промелькнула пара рецептов.

Мужчинам не понять настоящей боли. Они не знают, как это, когда ты решила не отвечать на его сообщения, а он их не пишет.

- Это ваша машина?  
- Моя!  
- Не могли бы вы ее отогнать?



- Запросто. Кыш, кыш, кыш!

Детство кончилось в тот момент, когда мама перестала прятать от тебя конфеты, а папа начал прятать коньяк.

- Как сделать так, чтобы голодных и несчастных в мире стало меньше?  
- Сходи поешь...

Единственный способ не есть после шести - съесть все до шести!

Мама разговаривает с дочкой:  
- Какая же ты все-таки вредная...

- Все претензии к производителю!

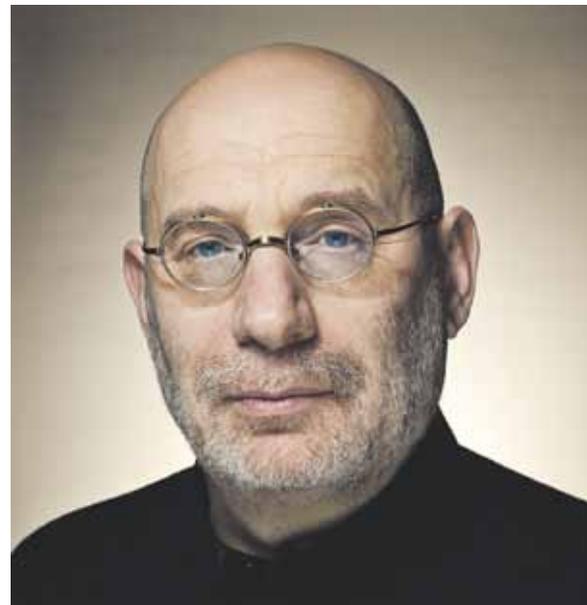
Если вы поскользнулись, а кто-то засмеялся, будьте счастливы, что кому-то принесли радость.

Хорошая мама даст облизать крем со взбивалок миксера, отличная мама сначала выключит миксер.



## Фандорин-15, или все когда-нибудь заканчивается

Внимание, поклонники творчества Григория Чхартишвили, более известного широкой публике под псевдонимом Борис Акунин: свет увидела уже пятнадцатая, предпоследняя книга об ЭрASTE Фандорине. Она называется «ПЛАНЕТА ВОДА, или Приключения ЭрАста Фандорина в XX веке (часть I)». «Все когда-нибудь заканчивается. Вот и длинная фандоринская история потихоньку приближается к финалу. Осталось совсем чуть-чуть...», рассказывает писатель. Интересно, что идея книги «Азазель», ставшей первой ласточкой культовой детективной серии о приключениях харизматичного сыщика, появилась волею случая: «Дело было первого апреля. Мне было сорок лет. Я проснулся утром и подумал, что жизнь у меня сложилась хорошая. В профессиональном плане у меня все замечательно. И я понимаю, что со мной произойдет через десять и двадцать лет. И мне стало смертельно скучно. Многие в моей ситуации женятся на девушке, которая их на двадцать лет младше, а я поменял жанр литературы, начал писать детективы...». Что придет на смену детективам Чхартишвили? Поживем – увидим....



## Без инвесторов – только короткометражки?



Создатель нашумевших российских фильмов «Левиафан» и «Елена» Андрей Звягинцев пока не может найти инвесторов для своих новых проектов из-за экономического кризиса. При этом режиссер посетовал, что сейчас Минкультуры пытается внедрить «госзаказы, нести в кино пропагандистские идеи», а руководство ведомства определяет, «кому дать деньги, кому нет». Еще Звягинцев признал, что «найти в нынешних условиях человека, который возьмется вложить деньги в полнометражное кино, очень сложно». Он считает правильным постепенно «зарабатывать авторитет, вложить свою кровь, свое время, работать сутками с друзьями, с единомышленниками, сосредоточиться на короткометражном кино». Впрочем, зная Звягинцева, можно утверждать, что и короткометражная лента выйдет у него не менее удачной!

## «Бурановским бабушкам» снова 18

Коллектив музыкального фольклорного ансамбля из села Бураново Малопургинского района Удмуртии «Бурановские бабушки», представлявшего Россию на конкурсе песни «Евровидение-2012» в Баку и занявшего второе место, встретил весну во всеоружии. Пожилые дамы, тратящие заработанные во время концертных выступлений деньги на восстановление сельской святыни, записали новую композицию с интригующим названием «Мне снова 18». «Пусть весна и молодость всегда будут в Ваших сердцах, а мы хотим подарить Вам нашу новую песню «Мне снова 18». Уверены, что она поднимет вам настроение, и вам всегда будет 18!», пожелали бабушки. Отличный повод послушать новинку, правда?



**ВЫ ХОТИТЕ ПОЛУЧАТЬ ГАЗЕТУ „ВРЕМЯ“ НА ДОМ?**

**ЗАПОЛНИТЕ ПОДПИСНОЙ КУПОН НА СТР. 25 И ОТПРАВЬТЕ ЕГО В РЕДАКЦИЮ!**