

АЛЕКСЕЙ БЕССМЕРТНЫЙ:

” В МЕНЯ ПОВЕРИЛИ
КОЛЛЕГИ, ДРУЗЬЯ
И ВРАГИ!
“

15 лет назад Алексей Бессмертный закончил свою блистательную балетную карьеру, чтобы... вернуться на сцену в другом амплу - директора и организатора международного конкурса «TANZOLYMP».



СТР. 16

ТЕМА

Сумерки года

Ноябрь — закат года, время, когда уходит все старое и зарождается новое, время прощания и понимания.



СТР. 12



ЗДОРОВЬЕ

Травушки-муравушки, или основы фитотерапии

Фитотерапия, или траволечение, считается одним из самых древних методов целебного воздействия. И уж точно одним из самых эффективных!

СТР. 8



ДОМ И ИНТЕРЬЕР

Характер спокойный, нордический

Чем холоднее на улице, тем более уютным кажется дом. Неудивительно, что жители скандинавских стран – большие специалисты по созданию по-настоящему теплых, комфортных и стильных интерьеров.

СТР. 19



ОЧЕВИДНОЕ, ВЕРОЯТНОЕ

Истина о вине

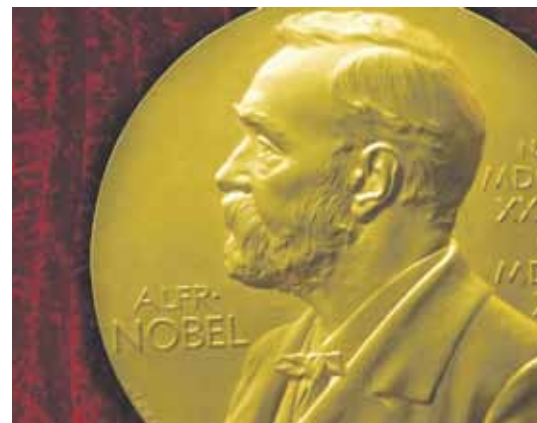
В третий четверг ноября знатоки и ценители вина всего мира отмечают праздник Beaujolais nouveau, то есть молодого вина.

СТР. 24

В мире

Герои нашего времени

В ходе прошедшей в октябре в Стокгольме Нобелевской недели были объявлены имена героев нашего времени, вернее, лауреатов одноименной премии-2017 в разных номинациях. Так, Нобелевскую премию по медицине получили американские ученые Холл, Розбаш и Янг за исследования «внутренних часов» живых организмов, премии в области физики удостоились опять-таки американцы Вайсс, Торн и Бариш за вклад в исследование гравитационных волн, одно из величайших научных открытий последнего времени. Лауреатом премии по литературе стал британский писатель японского происхождения Кадзуо Исигуро, а по экономике - американский экономист Ричард Талер, прославившийся своими исследованиями в области поведенческой экономики. Ну, а Нобелевскую премию мира в 2017 году присудили Международной кампании за уничтожение ядерного оружия. Лауреаты 2017 года получили по 9 миллионов шведских крон, что почти на миллион больше, чем в прошлом году. Размеры премий были увеличены впервые с 2001 года согласно решению Нобелевского фонда.



Гражданство за биткойны

Те, у кого есть достаточный запас криптовалюты, могут приобрести... ну хотя бы гражданство Вануату. На днях Вануату, небольшое государство, расположенное на островах в южной части Тихого океана, стало первой в мире страной, которая стала принимать биткойны в качестве инвестиций по программе предоставления своего гражданства. Программа «гражданство в обмен на инвестиции» была введена тут еще в 2015 году. Вануатское гражданство, предоставляемое за вложение в экономику островов от 200 тысяч долларов США, дает право въезжать без визы в 113 стран мира, включая Великобританию, Россию и страны ЕС, также для покупателей гражданства предлагаются низкие налоги, и чтобы воспользоваться этой программой, не обязательно ни жить в Вануату, ни даже приезжать сюда хотя бы раз. При нынешнем курсе криптовалют цена вопроса, то есть вануатского гражданства, получается около 43,64 биткойна, - дешево и сригато.

Ожидается дефицит французского вина

В ближайшее время цена на французские вина в магазинах Европы могут подняться. Причиной станет дефицит поставок. Дело в том, что французское виноделие переживает нелегкие времена, и нынешний год станет пятым подряд, когда объемы производства вина в стране падают. Резкие перепады температур зимой, сильные заморозки весной, холодные дожди с градом летом - в этом году природа не щадит французские виноградники. Соответственно, производство вина сократилось почти на 20% по сравнению с прошлым годом. Из-за неблагоприятных погодных условий лишились части урожая винограда также и Испания, Италия и Португалия, но тут цифры не такие пугающие, как во Франции. Эксперты прогнозируют рост цен на 15-20% на французские вина до конца следующего года, так что делаем выводы.



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

Корица и звезды

Zimt und Sterne 2017

Чем пахнет Рождество? Корицей и свежей выпечкой, горячим шоколадом и ванилью... Насладиться этими ароматами и неповторимой атмосферой предстоящих праздников, а заодно и полакомиться всевозможными рождественскими вкусностями, и узнать их рецепты, и приобрести что-то для торжественного застолья и художественного праздничного оформления дома можно с 3 по 5 ноября на кондитерской выставке «Корица и звезды» в Мюнстере. Не пропустите!



Базар-вокзал, или мир полон прекрасного Bazaar Berlin 2017

Международная выставка-ярмарка ремесел, дизайна и натуральных товаров со всего мира Bazaar Berlin 2017, которая проводится ежегодно с 1962 года, откроет свои двери для посетителей в столичном выставочном комплексе в этом году с 8 по 12 ноября. Девизом ее станет слоган «Мир полон прекрасного». Как и полагается, на главном берлинском базаре будет представлено практически все: одежда, декоративные ткани, изделия из кожи, аксессуары, дорожные товары, мебель малых форматов, ковры, тканые и плетеные изделия, керамика, стекло, фарфор, украшения, натуральная косметика и игрушки со всего мира. Разумеется, торговаться тут уместно, так что вполне возможно, что, посетив эту выставку, вы радикально и с минимальными финансовыми потерями решите проблему рождественских подарков!

Все, что вы хотели знать о медицине

MEDICA + COMPAMED 2017

С 13 по 16 ноября Дюссельдорф станет неременным местом встречи всех, кто так или иначе связан с медициной. Поводом для этого получит событие мирового масштаба под названием MEDICA + COMPAMED 2017, которое включает в себя Всемирный форум медицины, международную выставку и конгресс, а также специализированную выставку высокотехнологичных решений для медицинских технологий. Тут можно ознакомиться с актуальной ситуацией в мире здравоохранения и новинками, которые сделают будущее медицины еще более светлым, принять участие в многочисленных конференциях и форумах и получить ответы на почти любые вопросы.



Остановись, мгновение!

KREATIV 2017

На Выставке творчества и дизайна KREATIV 2017, которая пройдет в Штутгарте с 23 по 26 ноября 2017 года, легко растеряться, настолько она разнопланова. Потом, правда, чувство растерянности проходит, и остается одно только восхищение этим праздником души для тех, кто стремится нести в мир красоту, окружая себя нестандартными, интересными и удобными предметами интерьера и аксессуарами. Выставки работ мастеров и мастер-классы для новичков-любителей, увлекательные творческие конкурсы для взрослых и детей и арт-перформансы, - спорим, вам не захочется отсюда уходить? Остановись, мгновение!

ANZEIGE

**Срочно требуются сотрудники для филиала нашей службы по уходу на дому
VERITAS Berlin GmbH в Берлине (р-н Вильмерсдорф-Шарлоттенбург)!**

KRANKENSCHWESTER / KRANKENPFLEGER / PFLEGEHILFSKRÄFTE

Мы ищем квалифицированных работников в сфере ухода на дому (дипломированных специалистов по уходу за больными и пожилыми людьми, дипломированных медсестер и медбратьев, а также помощников по оказанию патронажных услуг) на полную или частичную ставку.

Мы ожидаем от Вас:

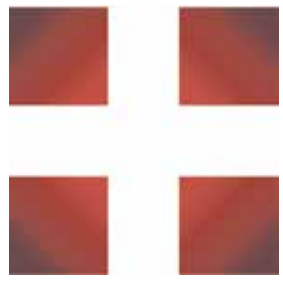
- навыки и квалификацию, полученные в ходе специального образования в области оказания услуг по уходу
- наличие водительских прав
- владение немецким языком (устно и письменно)

Мы предлагаем Вам:

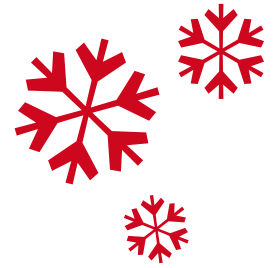
- зарплату, превышающую средний уровень
- постоянное повышение квалификации

Ждем Ваших резюме по адресу
VERITAS Pflegedienst Berlin GmbH
Wilhelmsaue 1, 10715 Berlin
или по электронному адресу job@veritas24.info





ХРИСТИАНСКАЯ СЕМЬЯ

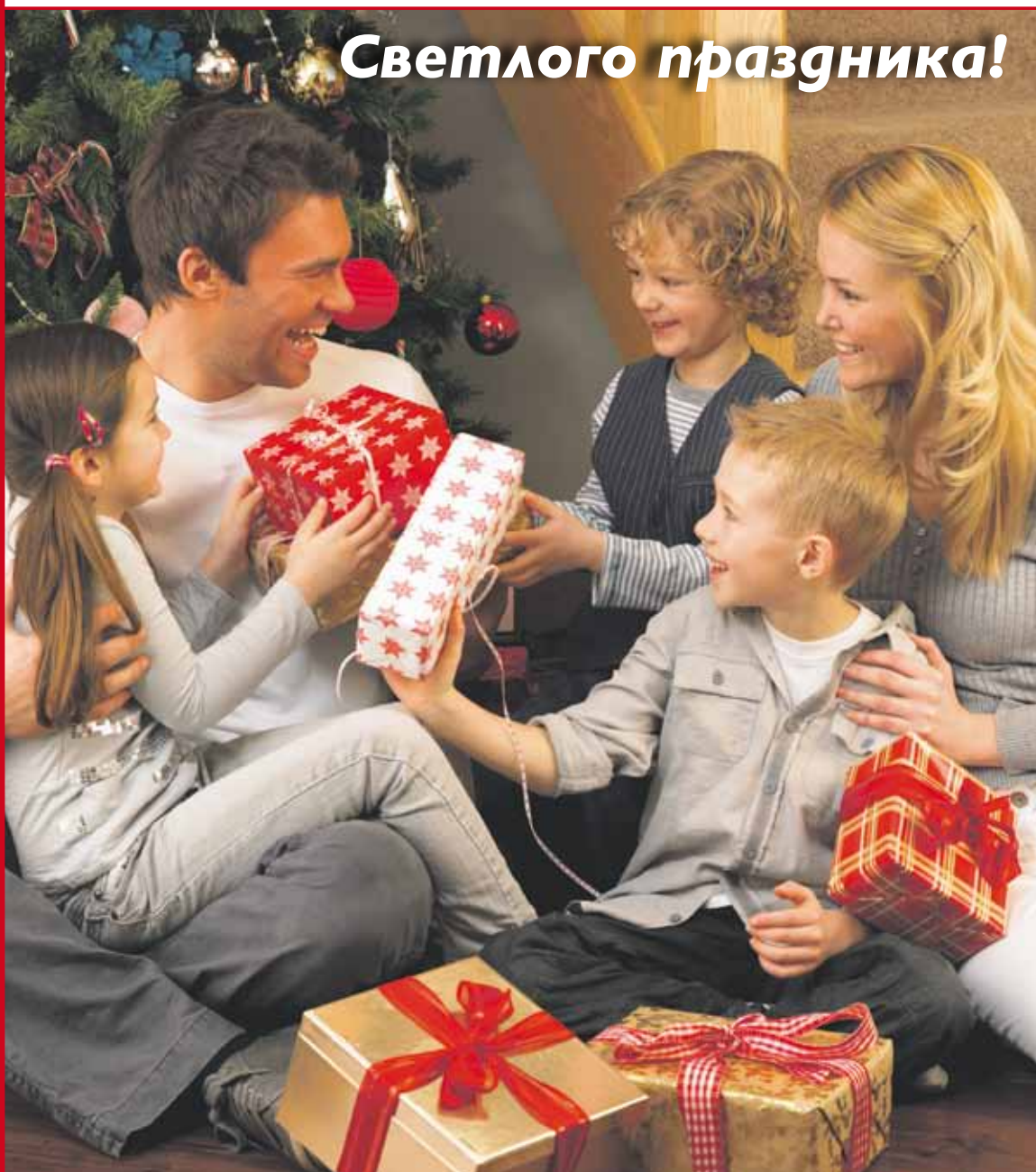


Каталог "Христианская семья"

РОЖДЕСТВЕНСКИЕ ПОДАРКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ,
ДРУЗЕЙ И КОЛЛЕГ, БЛИЗКИХ РОДСТВЕННИКОВ
И ХОРОШИХ ЗНАКОМЫХ



Светлого праздника!



20424
КЛЮЧНИЦА
Домашнего тепла и семейного уюта

~~9,80~~
5,99
евро



20462
МАГНИТ НА ОТКРЫТКЕ
С Рождеством! Снежный шар

~~1,60~~
1,49
евро



20435
МАГНИТ
С Рождеством Христовым, Иосиф и Мария

~~1,60~~
1,49
евро



20477
ГЕМАТИТОВЫЙ БРАСЛЕТ
с ликами Святых

~~3,80~~
3,00
евро

Товары для детей, книги, иконы, ювелирные изделия, утварь и многое другое – в каталоге «Христианская семья»!

Огромный ассортимент уникальных товаров, быстрая доставка, низкие цены!

Заказывайте по телефону, по факсу или по Интернету!

Тел. 030 / 688 377 155, факс 030 / 688 377 167

www.christ-familie.eu

ЛУЧШИЕ ТАРИФЫ 2018! ВСЕ ВИДЫ СТРАХОВАНИЯ И ФИНАНСИРОВАНИЯ

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

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

Смените свой договор автострахования до 31.11.17 и сэкономьте до 40% за счет новых тарифов!



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



НАША КОМПЕТЕНЦИЯ - ЗАЛОГ ВАШЕГО УСПЕХА!

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

Творчество читателей

ЗОЛОТАЯ ОСЕНЬ

Октябрь пришел на середину,
А воздух пахнет бабьим летом.
Я шмутки теплые закину,
Подставлюсь солнцу я раздетым.

Оно разгладит все морщины
И не раскрыв навстречу глаз.
В ушах-лишь летние мотивы,
Но медь листвы-осенний джаз.

Не усидеть никак нам дома,
Быстрой на улицы и в парки!
Забудь про то, что ты Обломов,
Плотни вина высокой марки.

Природа сделала подарок,
На месяц зиму отодвинув.
Теплом живет души огарок,
Пройдя свой путь наполовину.

На том пути морозы,вьюги
Не раз бросали в дрожь и холод...
Теперь пройдя все ада круги,
Хочу я жить, хотя не молод.

Продлись, продлись очарованье
Тепла и света золотого.
А им в придачу-пусть банально-
Просторы неба голубого.

МАТВЕЙ ЗИНГЕР, БЕРЛИН

ЛУННАЯ НОЧЬ

На небе полная луна
Очарования полна.
Влюбленных пылкие сердца
Она пленяет без конца.
Все озаряет лунный свет,
Пока не сменит его рассвет.
Бездонный и безбрежный небосвод
Усыпан искорками звезд.
Все призрачно, размыто,
Великой тайною покрыто.
Природа дремлет, чутко спит,
И лишь Творец с ней говорит.
Упала ветка свысока
Покой нарушивши слегка.
Раздался где-то птичий свист,
Ему вторит другой «артист»,
За ним и третий, пятый и седьмой,
И разговор был птичий непростой.
Все вострепелось, задышало,
Давая жизни новое начало.
Забрезжил солнца первый луч,
Пробившись из-за плотных туч.
Погасли звезды, луны не стало.
Но чувство счастья не пропало,
Торжественно велик,
В сиянии возносился солнца лик.
И был прекрасен каждый миг.
Природа всем дарила день.
Да не осилит души лень!
«Душа обязана трудиться!»,
Чтобы ей в грязь не опуститься.

БОРИС СВПОЖНИКОВ, БЕРЛИН

ЭКОНОМИЯ

- Куда мы сегодня не пойдем?— спросил я утром жену.
- В кафе! Сэкономим пятьдесят евро, не меньше!
- Лучше не пойдем в ресторан! Выйдет экономия побольше!
- В таком случае - ресторан "Центральный". Там и сервис на уровне, и меню разнообразней, и коньяк подороже!
- Триста евро останется в кармане, - подсчитал я.

Жена внесла в блокнот все наши нереализованные возможности.!

-А завтра, думаю, мы не пойдем на концерт, - заключила она. - Приезжает балетная группа из Америки, билеты - от ста евро!

- Тогда не возьмем в седьмом ряду, - предложил я, - На все двести потянет!

- А послезавтра не пригласим в гости самого канцлера. Когда не приглашаешь подобных деятелей, в бюджете останется полтыщи, а то и больше!

Жена снова внесла в блокнот сэкономленные средства.

- А в субботу откажемся от похода к мэру, - заключил я. - Не придется тратить на подарок, цветы, поздравления и новый галстук! Тоже солидная экономия!

Потом мы запланировали не посещать в воскресенье музей, в понедельник - выставку прикладного искусства, в среду - демонстрацию престижных моделей, в четверг - собрание поздних гомосексуалистов! В пятницу решили не покупать цветной телевизор с плоским экраном, который обошелся бы в тысячу евро. В субботу мы не посетили известного художника. Намечалась распродажа его картин, каждая из которых тянула на приличную сумму... Позже мы не приобрели две путевки на Канарские острова в пятизвездочный отель с трехразовым питанием плюс катание на живых верблюдах, прыжки с самодельных парашютов и исследование дна морского с обнаженными японскими красотками. Конечно, мы бы могли отказаться от отдыха где-нибудь на Ямайке, заброшенных островах Тихого или Северного Ледовитого океана, но, не зная местных условий, решили лучше не рисковать своим кошельком.

Мы не тратились и на мелкие товары. Воздержались от покупки чайника, картины "Не ждали", настенных часов и напольных весов! Сэкономленная сумма выходила не очень большая. Но, как говорится, все начинается с малого, а заканчивается маленькой!

- Такими темпами можно до конца года отбить не менее ста тысяч евро! - сказал я жене. - А на эти деньги реально не купить приличный автомобиль или не внести первый взнос на собственный дом.

Все-таки у эмигрантов есть и свои преимущества. Если не шиковать и тратить с умом, можно приобрести на сэкономленные средства такие вещи, о которых в прежней жизни даже мечтать не хотелось!

АЛЕКСАНДР КИРИЙ, ГАМБУРГ



Димитриевская родительская суббота



В этом году 6 ноября православные христиане отмечают Димитриевскую родительскую субботу.

Как становится ясно уже из названия, Димитриевская родительская суббота, - день поминовения павших воинов и всех усопших, которое совершается в субботу перед 8 ноября, днем святого великомученика Димитрия Солунского. Святой великомученик Димитрий Солунский был блестящим воином и праведным христианином, обратившим в христианство многих римских подданных и искоренявшим языческие обычаи и идолопоклонство. По приказу римского императора он принял мученическую кончину. Димитрий Солунский почитался как чудотворец, целитель и защитник от врагов, недаром князь Димитрий Донской, которого крестили в честь святого воина, в 1380 году, накануне Куликовской битвы, торжественно перенес из Владимира в Москву икону Димитрия Солунского, написанную на доске гроба святого. После же битвы князь Донской установил в память павших воинов-христиан Димитриевскую родительскую субботу, совершив поминовение в Троице-Сергиевом монастыре. Со временем в этот день стали поминать сначала всех погибших на любой войне, а позже и просто всех умерших родственников, посещать их могилы и молиться за упокоение душ.



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

Травушки-муравушки, или основы фитотерапии



Фитотерапия, или траволечение, считается одним из самых древних методов целебного воздействия. И уж точно одним из самых эффективных! Кроме того, природные средства действуют мягче химических препаратов, реже провоцируя появление побочных эффектов, и не вызывают привыкания (что особенно важно при хронических заболеваниях). Но, чтобы те или иные травы действительно принесли пользу, необходимо хорошо разбираться в их свойствах, знать показания и противопоказания к их использованию, правильную дозировку и способы приготовления различных настоев и отваров. Давайте разбираться!

Когда и как именно люди выяснили, что растения годятся не только в пищу, но и для лечения, неизвестно. Но факт остается фактом – однажды кто-то из охотников (или собирателей, или вовсе их супруги, дожидаящиеся возвращения добытчиков у очага в пещере) обнаружил, что приложенные к ране листья определенного сорта останавливают кровотечение и ускоряют процесс заживления, а чай из некоторых корней обладает жаропонижающим и успокоительным действием... Эта информация, а также сведения о лекарственных травах и их свойствах, передавались из поколения в поколения и ценились на вес золота, ведь растения в той или иной форме были единственными доступными лекарственными средствами. Со временем эти знания были дополнены и систематизированы, и вплоть до начала прошлого столетия траволечение было неотъемлемой частью классической медицины. Научно-технический прогресс, в результате которого человечество получило доступ к синтетическим лекарственным препаратам, несколько снизил интерес к фитотера-

пии, но ненадолго. Буквально спустя несколько десятков лет фармакологи и врачи пришли к единодушному выводу, что в состав лекарственных растений зачастую входит комбинация активных компонентов, воспроизвести которую синтетически довольно затруднительно, то есть у трав действие обычно более многоплановое, чем у синтетических лекарств, но в то же время более щадящее. Так лечение растительными препаратами официально стало частью лекарственной терапии и по сей день с успехом применяется во всем мире.

Впрочем, это не повод срочно выбросить в помойку таблетки, назначенные врачом, и вместо них пить травяные настои, - несмотря на то, что растения весьма мягко воздействуют на организм, у них есть свои показания и противопоказания, они могут вызывать аллергические реакции, а при передозировке оказывать токсическое действие. В каких же случаях применение трав предпочтительнее?

Точно так же, как каждому овощу – свое время, а каждой болезни – свои лекарства, для каждого растения существуют свои показания. Так, имбирь, в состав которого входит масса витаминов, особенно группы В, а также аскорбиновая кислота и ретинол, обладает мощным противовоспалительным и иммуностимулирующим свойствами, способствуя таким образом скорейшему выздоровлению при простудах и заболеваниях верхних дыхательных путей, а также помогая в восстановительном периоде и способствуя профилактике и предупреждению рецидива. Полынь назначают обычно при метеоризме, болезнях почек и почечнокаменной болезни, а также как глистогонное и мягкое слабительное. А отвар из цветков клевера благодаря входящему в их состав комплексу биологически активных соединений способствует снижению уровня холестерина в крови, нормализует жировой обмен, оказывает укрепляющее действие на стенки кровеносных сосудов и капилляров и защищает клетки от разрушающего действия свободных радикалов. Ну, а о том, что в качестве легких успокоительных и снотворных ничто не сравнится с отварами валерианы, укропа, пустырника или мелиссы, знают даже малые дети...

Но, прежде чем начинать траволечение, необходимо проконсультироваться со специалистом, - не только для того, чтобы узнать, каким лекарственным эффектом обладает то или иное растение, но и для того, чтобы точно определить оптимальную дозу и метод приготовления, ведь при самостоятельном приготовлении настоев, отваров, экстрактов необходимо соблюдать технологию, а в случае ее нарушения эффект от препарата может быть далек от желаемого. Не говоря уже о способе применения! Неправильный прием некоторых трав может существенно навредить здоровью. Например, гипертоникам нужно быть крайне осторожными с лимонником, а при пониженном артериальном давлении, наоборот, не стоит употреблять мелиссу, боярышник, перечную мяту и черноплодную рябину. «Почечникам» и «желудочникам» может навредить даже банальный репчатый лук и препараты из подорожника при гастрите, а зверобой может повлиять на восприятие организмом кардиопрепаратов. Не зря слова «отрава» и «трава» - однокоренные...И уж точно не рекомендуется «назначать» самостоятельно себе ничего, что не входит в обычный рацион питания! То есть чай с малиной или отвар укропа вполне допустимы, а вот настой ягод годжи без предварительной консультации с врачом или аптекарем лучше не принимать. Кроме этого, следует помнить, что настои готовят из трав, цветов и листьев, а отвары - из коры, корней и корневищ. Все фитосредства, кроме спиртовых настоек, эффективны только в свежем виде (срок их хранения не должен превышать 24 часов), а последующее нагревание сводит все усилия на нет. Нужно учитывать и нюансы хранения, от которых напрямую зависит концентрация действующих веществ: растения необходимо хранить в сухом, прохладном, защищенном от света месте не более 10-12 месяцев. У вас все учтено, подсчитано и взвешено? Ну тогда пейте свой травяной чай и будьте здоровы!



Резиденция для пожилых людей «GOODLIFE» - круглосуточный уход и обслуживание в самом центре Берлина!

Далеко не всегда и не у всех существует возможность окружить вниманием и обеспечить полноценный уход за пожилыми, инвалидами и больными людьми в домашних условиях. Да и пребывание в больнице зачастую не является выходом из положения. В резиденции для пожилых людей «GOODLIFE» Вам и Вашим близким обеспечат не только профессиональный медицинский уход, внимание, заботу, но и принципиально новый уровень обслуживания в теплой, семейной атмосфере.

Просторная, специально оборудованная для нужд пожилых людей и инвалидов 11-комнатная квартира расположена на первом этаже старинного особняка в самом центре Берлина, в непосредственной близости от станций метро Konstanzer Straße и Adenauerplatz. К услугам ее обитателей – уютная гостиная с мягкой мебелью и столовым гарнитуром и светлые, комфортабельные комнаты, обеспеченные всем необходимым. Резиденция для пожилых людей «GOODLIFE» находится всего в нескольких минутах ходьбы от Olivaer Platz и Kurfürstendamm, а также зеленых скверов, приглашающих на прогулки, многочисленных магазинов и врачебных кабинетов.

К услугам жильцов резиденции - круглосуточный уход и забота (нашим партнером по уходу и медицинскому обслуживанию 24 часа в сутки является фирма «Veritas Pflegedienst Berlin GmbH»), продуманное до мелочей домашнее питание, возможность постоянного общения и разнообразные программы организации досуга. Здесь можно воспользоваться услугами парикмахера, физиотерапевта, а также консультациями врачей-специалистов, не выходя из дома. К числу развлекательных мероприятий, предлагаемых у нас, относятся организация праздников и дней рождения, которые отмечаются в дружеской, теплой атмосфере, совместное чтение газет, просмотр кинофильмов и телепередач (разумеется, у нас есть все каналы русского и немецкого телевидения!), обсуждения и дискуссии, музыкальные вечера... Сохраняя привычный и комфортный образ жизни, в «GOODLIFE» можно обрести новых друзей и отличное настроение!



Приходите к нам и убедитесь во всех наших преимуществах!

Резиденция для пожилых людей «GOODLIFE»

Konstanzer Str. 57, 10707 Berlin

Мы говорим по-русски! На все Ваши вопросы по поводу резиденции и проживания в ней ответит по телефону 0177 4948661 госпожа Поляковски или 030 688 377 166 госпожа Бауман.



Еще раз о красе ногтей, или как бороться с расслоением



*Что делать, если ногти ломаются и сло-
ятся? Внимательно прочитать эту ста-
тью и сделать выводы, а потом удивить-
ся, как вам все это не пришло в голову
раньше.*

Совсем не зря считается, что глаза - зеркало души, а ногти - это зеркало здоровья. Они первыми «сигнализируют» о серьезных проблемах со здоровьем, недостатке витаминов или эмоциональных расстройствах. Так, например, белые пятнышки на ногтевой пластине могут свидетельствовать о нехватке цинка и кальция, слоющиеся ногти говорят о недостатке витамина D, желтоватый оттенок может быть вызван нарушениями работы печени, а синеватый – нарушением кровообращения. Но в подавляющем большинстве случаев причиной расслоения и замедления роста ногтей, как и изменения их цвета и состояния, является все-таки неправильный уход. Что ж, это как раз та ошибка, которую достаточно легко исправить!

В первую очередь думающим о красе ногтей необходимо помнить, что корнем проблемы чаще всего является дефицит полезных веществ, в первую очередь витаминов и минералов. В идеальном варианте в ежедневный рацион должны входить продукты, содержащие белок, магний, кальций, цинк, а также витамины А, С, В, Е и D. То есть тут не обойтись без моркови и болгарского перца, настоящих кладезей витамина А, благодаря которым ногти растут быстрее, яблок, капусты и другие виды свежих зеленых овощей,

содержащих витамин В, укрепляющий ткани, малины, смородины и цитрусовых (они богаты витамином С, отвечающим за красивый цвет и ровность ногтевой пластины), орехов и оливкового масла, обеспечивающих организм витамином Е, при нехватке которого ногти и кожа становятся сухими и тусклыми... А еще - кисломолочных продуктов, «ответственных» за поставку кальция, а также морепродуктов, в чей состав входит масса витамина D, способствующего усвоению организмом этого самого кальция.

Не менее питания важен и уход за ногтями, - сухость, ломкость и расслоение последних часто становятся результатом воздействия агрессивных моющих средств. Подумайте сами: химический состав геля для мытья посуды, растворяющий даже застывший жир на сковороде, примерно так же поступает с кожей рук и ногтями. Поэтому мыть посуду и делать уборку нужно всегда в резиновых перчатках! Кроме того, специалисты рекомендуют после каждого соприкосновения рук с водой наносить на кисти тонкий слой питательного крема, а пару раз в неделю - проводить глубокое очищение с помощью пилинга, нанося его круговыми массирующими движениями. Благодаря пилингу роговой слой кожи рук и ногтей истончается, а проникновение питательных компонентов кремов и масел улучшается.

*Смешать 1 столовую ложку обычной по-
варенной соли с 1 столовой ложкой под-
солнечного или оливкового масла, нане-*

*сти полученную смесь на руки. Соль очи-
щает кожу и ногти от ороговевших чешу-
ек, а масло смягчит их. Подержать 5-10
минут, смыть теплой водой, увлажнить
руки питательным кремом или маслом
миндаля или жожоба.*

Чтобы ногти не слоились и быстро росли, необходимо выполнять маникюр на слоющихся ногтях крайне осторожно, чтобы не нанести урон и так ослабленным ногтям и не подвергнуть их дополнительным испытаниям. И начать тут стоит с того, чтобы отказаться от привычки стричь их ножницами. Дело в том, что подрезать ногти абсолютно ровно и аккуратно ножницами практически невозможно, - при подрезании на пластине образуются микротрещинки, в результате чего ноготь начинает слоиться. То же самое касается металлических пилочек для ногтей, из-за своей чрезмерной жесткости способных образовывать глубокие царапины и надломы. Желательно сменить их на мелкоабразивные керамические или стеклянные пилочки, движения которыми должны осуществляться в одном направлении. А стричь ногти лучше щипчиками, как это делают профессионалы в салонах. И точно так же, как они, необходимо всегда пользоваться базой под лак, не только продлевающей жизнь маникюру, но и обеспечивающей ногтям защиту от химического состава лаков, и отказаться от частого перекрашивания и использовании жидкости для снятия лака, содержащей слишком агрессивные ацетоносодержащие компоненты.

А еще лучше – на время отказаться от лаков и перейти на специальные укрепляющие препараты, в состав которых входит кератин, который является натуральным строительным белком ногтя. Еще они защищают пластины от механических повреждений, которые провоцируют расслоение, а витамины и минералы, содержащиеся в них, благотворно влияют на состояние ногтей. А параллельно полезно использовать серумы и масла для кутикулы, - тогда ногти уж точно будут расти более здоровыми и красивыми. Не менее эффективными будут и желатиновые ванночки - отличный эффект последует уже после 2-3 процедур.

Столовую ложку пищевого желатина развести в стакане горячей воды, поддержать кончики пальцев в этом растворе 10-15 минут. Затем втереть массирующими движениями несколько капель миндального или касторового масла или витамина Е.

Неровные, пожелтевшие ногти с рытвинками и щербинками свидетельствуют о недостатке влаги, - тут, помимо увлажнения изнутри (напомнить еще раз о правиле 8 стаканов воды в день?), помогут оливковое масло и йод. Последние являются одним из самых простых и действенных препаратов для оздоровления ростковой зоны, укрепления ногтевых пластин и улучшения их внешнего вида.

Разогреть на пару 1 столовую ложку масла и добавить в него несколько капель йода. Втирать мягкими движениями в кожу рук и ногтевые пластины, оставить до полного впитывания. Для увеличения эффективности можно надеть хлопковые перчатки и оставить маску на ночь.

Что бы вы не предпочли, - инновационные косметологические препараты или народные рецепты, - не ленитесь использовать их регулярно. И тогда в красе ваших ногтей гарантированно не останется изъянов!



СУДОКУ

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

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

Сумерки года



В кельтской культуре ноябрь считался важнейшим месяцем года, границей между летом и зимой, светом и тьмой... И не зря именно в ноябре с легкой руки кельтов во всем мире и поныне принято отмечать такие праздники, как Хеллоуин, День поминовения усопших, а также задумываться о вечном.

Ноябрь — закат года, время, когда уходит все старое и зарождается новое, время прощания и понимания, время, когда отчего-то возникает уверенность в том, что, помимо нашей реальности, существует еще какое-то измерение... Уже тысячелетие тому назад кельты, древнейшая и интереснейшая цивилизация, оказавшая огромное влияние на развитие значительной части Европы, праздновали в ноябре Самхэйн, день, когда открывались ворота в зиму - и в параллель-

ные миры. Этот день был призван укрепить в людях оптимизм и дать им лишний раз понять, что без зимы не будет лета, без тьмы — света, а без печали — радости. Хотя люди всегда воспринимали зиму с неприязнью (понятно, почему: зимой умирает все живое, мир превращается в ледяную пустыню, на земле воцаряются холод и пустота...), мудрые кельты, верившие в зарождение жизни из смерти, рассматривали ее как начало новой жизни. По их повериям, белая пустыня, где живет властелин теней Самхэйн, необычайно красива и обладает поистине магическими свойствами. Там нет ничего лишнего, наносного. И те, кто попадают туда, сбрасывают с себя груз забот и сует, накопившихся за лето и потерявших свое значение, следуя примеру деревьев, которые освобождаются от листьев, отживших свой срок. Ведь если деревья не сбросят их, мертвые листья

не дадут им возможность ожить вновь весной. Так вот, в ноябре Самхэйн всего на одну ночь открывает для людей ворота в прошлое и будущее, устраняя все барьеры между материальным и сверхъестественным, чтобы дать им возможность осознать, что жизнь — не обязательно «здесь и сейчас», и что воспоминания и надежда на лучшее часто ценнее мимолетных, проходящих удовольствий. Ночь Самхэйна - это время, когда человек не ограничен клеткой своего времени и может осознать свое место в паутине вечности. Однако ворота в иные измерения открываются в обе стороны, и не только людям дано заглянуть в другие реальности. В наш материальный мир могут прийти совершенно нематериальные, мистические существа - духи, демоны, ведьмы, а также души умерших, желающие возродиться.

Поэтому с точки зрения кельтов людям рекомендовалось в ночь Самхэйна (а лучше – на протяжении всего ноября, ведь кто знает, что у принца тьмы на уме и когда именно он прикажет своим вассалам откинуть завесу, разделяющую реальный и волшебный миры!) одеваться так, чтобы по возможности не слишком отличаться от призраков. В священной Таре, древней столице Ирландии, в начале ноября каждый год устраивался пир, на который съезжалось все население страны. В этот день кельты тушили в домах огни, чтобы вновь зажечь их от факелов своих жрецов, друидов, а затем ходили друг к другу в гости, обмениваясь лакомствами для умиротворения нечистой силы.

Шли годы, менялись границы государств, правительства и религии, но древний языческий праздник не только не исчез с лица земли, но и постепенно перерос в праздник церковный, а потом и светский, только с некой

мистической окраской. И все так же, как и тысячелетия назад, в ноябрьскую ночь ведьмы и вампиры пересекают границы реальности и разгуливают по улицам, пугая благочестивых обывателей. И так же, как и древние кельты, мы празднуем Самхэйн, только называем его Хеллоуин (впрочем, суть от этого не меняется). Кстати, типично «хеллоуинская» традиция вырезать на тыквах (изначально – картофелинах или репках) страшные рожицы и помещать внутрь свечи пришла к нам из тех самых кельтских легенд и поверий. Скупой и хитрый ирландский кузнец по имени Джек сумел обмануть дьявола и получил от него обещание не покушаться на собственную душу. Однако за свою греховную мирскую жизнь ирландец не был допущен и в рай. В ожидании Судного дня Джек должен был бродить по долине смерти, а чтобы он мог хоть как-то освещать свой путь, ему дали уголек, который он и положил в пустую репку, чтобы уберечь его от поры-

вов холодного ветра. А намного позже, когда обычай празднования Самхэйна перешел в разряд семейных развлечений, обнаружилось, что яркие, нарядные тыквы гораздо удобнее использовать в качестве светильников и предметов «ужасных» декораций, чем репки. Но, несмотря на то, что сегодня Хеллоуин – в первую очередь детский праздник, повод для семейного веселья, он сохранил и свой древний смысл. А именно, первая ночь ноября (и все последующие тоже, вплоть до того времени, когда в процессе лихорадочной подготовки к Рождеству все философские мысли постепенно сойдут на нет) очень располагает к размышлениям о связи между нашим и потусторонним мирами. И о том, что вовсе не обязательно то, что мы не можем себе представить в силу нашего сугубо материалистического склада мышления, не имеет права на существование...





Этот чудесный кленовый сироп

Японские ученые рекомендуют всем, кому за 50, сделать непременной составляющей своего ежедневного рациона кленовый сироп. В ходе недавнего исследования они обнаружили в кленовом сиропе 54 полезных для здоровья компонента, 5 из которых не содержатся больше ни в одном продукте. Он обладает антиоксидантными и противовоспалительными свойствами. Но и это еще не все — оказывается, кленовый сироп способен помочь пожилым людям, у которых нарушены функции печени, повышена концентрация в крови липидов или снижена чувствительность к инсулину. Более того, он может стать прекрасной альтернативой сладостям для людей, страдающих от диабета.



Больше клетчатки!

Известно, что продукты с высоким содержанием клетчатки положительно влияют на работу сердца. Шведские медики доказали, что эти продукты заметно снижают риск возникновения сердечного приступа. Исследование с участием 26 000 человек позволило ученым заявить: те, кто питается продуктами с высоким содержанием клетчатки, на 25% меньше подвержены риску развития болезней сердца и возникновения сердечного приступа. Дело в том, что такие продукты, обогащенные клетчаткой, снижают уровень холестерина в крови. Это препятствует образованию бляшек в крови, которые впоследствии становятся причиной нарушения работы сердца. К продуктам с высоким содержанием клетчатки относятся, прежде всего, фрукты, овощи, цельнозерновой хлеб, бобовые, арахис, миндаль.

Осенняя программа-минимум

Согласно статистике, от осенней хандры и депрессии больше всего страдают пожилые люди. И совершенно зря! Потому что, стоит чуть-чуть изменить свои привычки и образ жизни, с сезонной тоской и сплином справиться легче легкого! Достаточно гулять ежедневно не менее 2 часов (это отличный способ простимулировать выработку в организме эндорфинов, отвечающих за хорошее настроение) и включать в рацион побольше ярко окрашенных овощей и фруктов - они не только радуют глаз своим цветом, но и снабжают организм витаминами, которые необходимы ему, чтобы поддерживать в порядке здоровье, настроение и внешность. Неплохо также насытить интерьер яркими элементами (так, оранжевые занавески создадут иллюзию солнечного света, которого так не хватает осенью и зимой) и не экономить на освещении (яркий свет способен волшебным образом улучшать настроение). Просто, но действительно - проверьте сами!



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

**VERITAS
Pflegedienst
NRW GmbH**
Hamelner Str. 1
32683 Barntrop
Tel.: 05263 - 95 625 75



Алексей Бессмертный:

«В меня поверили коллеги, друзья и враги!»



15 лет назад Алексей Бессмертный закончил свою блистательную балетную карьеру, чтобы... вернуться на сцену в другом амплуа - директора и организатора международного конкурса «TANZOLYMP». И, похоже, не ошибся в своем выборе!

- Алексей, поздравляю Вас с грядущим юбилеем вашего детища, международно-го конкурса «TANZOLYMP»! За 15 лет его существования Вы стали известны как директор одного из самых крупных культурных мероприятий в мире, заработали признание коллег и публики, - а Вам самому что наиболее дорого?

- То, что в меня поверили мои коллеги, друзья и враги. Еще - признание на мировой балетной сцене. И, конечно, мое непосредственное участие в воспитании поколения, которое стремится к разумному, доброму, вечному. Хочется надеяться, что именно его представители будут участвовать в формировании общества будущего.

-Как у Вас возникла идея создания конкурса артистов балета?

- Однажды, еще в мою бытность солистом балета, меня позвали возглавить жюри одного конкурса балетного мастерства. Это были совершенно новые впечатления, кото-

рые и подтолкнули меня к мысли устроить самому подобное мероприятие. Тем более, что в те далекие времена (*смеется*) в Западной Европе не было таких конкурсов, объединяющих «под одной крышей» абсолютно все танцевальные направления - классику, неоклассику, модерн, народно-характерный танец и джаз. Честно скажу, что у меня были самые смутные представления о результате, зато планка, которую я сам себе установил, находилась очень высоко. Но уже первый фестиваль показал, что у «TANZOLYMP» есть будущее, ведь ничто не объединяет людей с их разными обычаями, интересами, языками лучше искусства!

- **Что проще — танцевать или выбирать лучших?**

- Проще, конечно, танцевать. Ведь, когда находишься на сцене, несешь ответственность только за себя. А при выборе лучших, когда существует вероятность ошибки, того, что настоящий талант останется в тени по какой-то причине, - еще и за чьи-то надежды, намерения, судьбы... Я в данном случае выступаю в роли виноградаря, помогающего виноградской лозе пробить себе путь к солнцу, а по-настоящему одаренным юным исполнителям – добиться успеха. И это, поверьте, нелегкая задача.

- **Что отличает «TANZOLYMP» от других фестивалей и конкурсов танца?**

- Начнем с того, что его участники - ученики как государственных, так и частных школ танцев, в то время как во всех других конкурсах происходит строгое разграничение «по происхождению обучения». Я позволил себе выйти за эти рамки и дать понять как членам жюри, так и педагогам, и самим участникам, что до 21 года в мире танцев не существует ни профессионалов, ни любителей. А значит, различать конкурсантов по их принадлежности к какой-то определенной

школе более чем глупо. Еще «TANZOLYMP» - это уникальное и гармоничное сочетание конкурсных состязаний, встреч руководителей коллективов, мастер-классов профессиональных педагогов и именитых исполнителей и совместные выступления конкурсантов с звездами мировой сцены.

- **А что ожидает победителей фестиваля?**

- Совсем не зря «TANZOLYMP» называют «биржей талантов»! Помимо медалей и памятных подарков, наши участники, одержавшие победу в той или другой категории, получают стипендии на обучение в лучших хореографических школах и институтах Европы и мира, и приглашения на работу в театры в разных странах мира. Тут, наверное, уместно сказать, что мастерство участников «Олимпа» оценивают профессиональные педагоги танца, директоры и владельцы танцевальных школ, заслуженные деятели культуры и искусств, действующие исполнители... Если в самом начале истории конкурса подобрать состав жюри было очень сложной задачей, то теперь представители школ и институтов танца буквально выстраиваются в очередь - еще бы, ведь шанс найти таланты тут велик как никогда!



- В чем главное испытание «Олимпа»?

- В уникальном духе соревнования, который в последнее время нигде и никак не пропагандируется (и я рассматриваю этот факт как огромную трагедию европейской образовательной системы), но который подстегивает участников показать себя с самой лучшей стороны.

- «TANZOLYMP», как и полагается любому удачному проекту, растет и развивается, с каждым годом расширяя свои границы.

- Да, это так. «Первой ласточкой» стал благотворительный гала-концерт в Берлине для сбора средств жертвам, пострадавшим от землетрясения в Японии, - Ballet helps Japan, в котором приняли участие самые яркие звезды мирового балета, за ним последовали Международный фестиваль искусств в Одесской опере и гастрольный тур «Vivat TANZOLYMP!», приуроченный к 10-летию проекта... И этим дело не закончилось! Помимо международного конкурса профессиональных хореографов International Choreography Competition TANZOLYMP Berlin, «олимпийские» традиции продолжают в региональных конкурсах «TANZOLYMP» в Бразилии, Перу, Аргентине, Южной Корее, Москве... Я счастлив, когда могу помогать талантливым юным исполнителям, давать им возможность танцевать, - в особенности в тех странах, что тянутся к балету, но развитых традиций не имеют.



- В преддверии 15-летия «TANZOLYMP» нас ожидает особенный сюрприз – под эгидой фестиваля в столичном Theater am Potsdamer Platz пройдут «Рождественские балетные сезоны»...

- Я приглашаю всех 8 декабря на грандиозный – и уникальный! - гала-концерт с участием звезд мирового балета, в том числе солистов Большого и Мариинского театров, Парижской, Венской и Национальной Киевской оперы и Берлинского государственного балета, и победителей «TANZOLYMP» разных лет. А 9 и 10 декабря здесь же пройдет замечательный сказочный балет-феерия «Щелкунчик», уносящий взрослых и детей в волшебную страну рождественских чудес. Приходите и вы!



TANZOLYMP



Характер спокойный, нордический

Парадоксально, но факт: чем холоднее на улице, тем более уютным кажется дом. Неудивительно, что жители скандинавских стран – большие специалисты по созданию по-настоящему теплых, комфортных и стильных интерьеров. Кстати, плюсов у последних – не счесть!



Каждый, кто хотя бы раз в жизни видел воочию настоящее жилье, типичное для Скандинавии (или был в магазине ИКЕА), примерно представляет себе, что подразумевается под «северным интерьером». «Холст», на котором он создается – непременно светлые деревянные полы и белые стены, плюс много света и мало пестроты, и все это в окружении предметов, ассоциирующихся с теплом: шкурами, вязанными пледами, свечами и деревом. Звучит просто, воплощается в жизнь – тоже просто, а результат превосходит все ожидания, особенно в холодное время года!

Итак, начнем с подбора цветовой гаммы. Сами скандинавы считают, что использование в интерьере исключительно нейтральных цветов (белого, серого, бежевого) освобождает человека. Их легкость и естественность не оказывают давления, помогают справиться со стрессом. А внести нотку разнообразия в «снежное царство» могут всевозможные светлые оттенки, будь то кремовый, пудровый или более контрастные светло-зеленый, светло-голубой. Альтернативой, впрочем, могут стать и глубокий синий или темно-красный. Главное, не переборщить с ними, иначе в комнате будет чересчур мрачно.

Скандинавы, как и мы с вами, вечно тоскуют по солнцу. Чтобы хоть как-то противостоять суровому климату и впустить в дом как можно больше света, окна финны и разные прочие шведы либо вовсе не украшают шторами, либо выбирают в качестве «одежки для окон» легкие, воздушные, пропускающие много солнца гардины. Продолжая тему минимализма – в северных интерьерах принято экономить не только на занавесках, но и на мебели. Каждая вещь в интерьере в скандинавском стиле выполняет свое предназначение, и в этом заключается ее простая красота. В отличие от вычурного декора и сложных решений, настойчиво требующих внимания, скандинавская мебель просто делает свое дело и не отвлекает от главного – семьи и творчества. Отчасти и поэтому помещения, оформленные в скандинавском стиле, так легко и просто убирать. На то, чтобы протереть гладкие поверхности мебели и смахнуть пыль с пары декоративных вещей, уйдут считанные минуты, столько же – на то, чтобы пропылесосить или вымыть деревянный пол.

А вот аксессуаров, привносящих уют, мало быть в нашем случае не может, иначе обстановка рискует стать чересчур уж суровой и аскетичной. Семейные фотографии и картины, оформленные в контрастные рамки,

свечи различных форм, большое количество разнопланового текстиля, от шерсти крупной вязки до ярких половичков и салфеток или ярких подушек, коврики ручной работы и овечьи шкуры – все это оживляет интерьер и придает ему яркую индивидуальность. Также не стоит забывать об аксессуарах с морской тематикой и стеклянных или керамических декоративных предметах (вазы, цветочные горшки). Главное, никаких там исторических стилей! Зато присутствие в интерьере природных элементов, которые могут использоваться не только как декор, но и нести ту или иную функцию (например, лосиные рога в качестве вешалки или пень как журнальный столик) – то, что нужно для создания той самой интерьерной изюминки.

И конечно, не стоит забывать и о свечах! Размещенные на подоконнике, они в мгновение ока создадут атмосферу уюта и тепла и внесут в интерьер с спокойным, нордическим характером нотку изысканности и романтики. Не говоря уже о том, что вечером свет, который будет идти от пламени свечи и отражаться в темном стекле, окутает дом таинственностью и ощущением волшебства. То, что нужно, правда?

Гороскоп

**Овен (21 марта - 20 апреля)**

Овнам сейчас не придется скучать, - вы постоянно будете придумывать что-то новое, а затем немедленно реализовывать свои идеи. В вас проснутся дремавшие ранее таланты, о существовании которых вы даже не догадывались, и расцветят серые будни яркими красками.

Телец (21 апреля - 20 мая)

Тельцам ни в коем случае не стоит поддаваться меланхолии, успеха добьется только тот, кто соберет в себе остатки сил и пойдет на прорыв. Не заикливайтесь на обидах, просто добросовестно исполняйте свои обязанности, и все устроится наилучшим образом.

Близнецы (21 мая - 21 июня)

В жизни Близнецов особых изменений в ближайшее время не предвидится. Существенного улучшения не будет, но и серьезных ухудшений тоже, поэтому особо волноваться вам не стоит. Вы спокойно можете позволить себе немного расслабиться и насладиться жизнью, не думая ни о чем.

Рак (22 июня - 22 июля)

Все, что было скрыто от Раков, сейчас выплывает на поверхность. Если вы сумеете с умом распорядиться этой информацией, вы окажетесь в весьма выигрышном положении. При условии, конечно, что вы не станете повторять сделанные ранее ошибки!

Лев (23 июля - 21 августа)

Для Львов станет возможным даже невозможное! Немного смекалки, упорства и дальновидности, и успех не заставит себя ждать. В сложных ситуациях делайте ставку на нестандартные решения и помощь близких и друзей.

Дева (22 августа - 23 сентября)

Девы находятся сейчас в центре внимания. Окружающие (наконец-то!) оценят по достоинству вашу привлекательность, остроумие и прочие положительные качества. Ничего удивительного - вы этого вполне заслуживаете.

Весы (24 сентября - 23 октября)

Весам на собственном опыте убедятся, что далеко не всегда все идет по намеченному плану. Что ж, всего не предусмотреть, и порой остается только лишь довериться судьбе и плыть по течению. Кстати, это порой приводит к самым неожиданным результатам.

Скорпион (24 октября - 22 ноября)

Скорпионы должны проявить максимальную честность как по отношению к окружающим, так и к самим себе. Тогда и отношения с родными станут теплей и откровенней, и проблемы решатся быстрее и безболезненнее... Да, и будьте великодушнее, это окупится сторицей.

Стрелец (23 ноября - 21 декабря)

Стрельцам пора перестать ждать у моря погоды. Чем раньше вы займетесь делами, давно требующими вашего вмешательства, тем больше шансов на скорейший успех. Не тяните и с решениями, только не забудьте 7 раз отмерить перед тем, как отрезать!

Козерог (22 декабря - 20 января)

Козерогам полезно периодически вспоминать о том, что нельзя получить все и сразу, а игра далеко не всегда стоит свеч. Иногда разумнее ограничиться малым и не гнаться за журавлем в небе. Особенно, если синица уже в руках.

Водолей (21 января - 20 февраля)

Водолеям звезды советуют запастись терпением, которое, как и труд, перетрет все неприятности. Только так можно избежать проблем и сложностей! Тем более, что вам давно известно: большинство конфликтов утихает само по себе, если не подливать масла в огонь.

Рыбы (21 февраля - 20 марта)

Для Рыб сейчас очень важно не идти на поводу у собственных эмоций. Чем разумнее и рассудительнее вы будете оценивать происходящее, тем меньше вероятность неудач и промахов. Будьте максимально открытыми и честными, не пытайтесь что-либо скрыть, и тогда все точно будет отлично!

События ноября

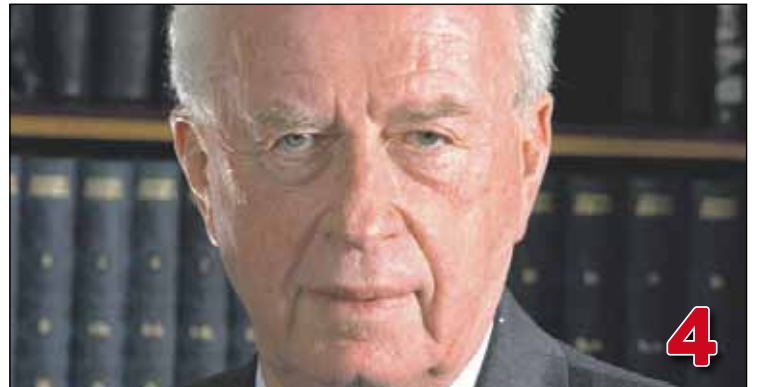
2 ноября 1894 года

Вступил на престол последний российский император Николай II Николай II (Николай Александрович Романов), 26-летний сын Александра III. Через полгода, в день торжеств по случаю коронации Николая II, произойдут трагические события на Ходынском поле, которые, увы, стали первой ласточкой в череде последующих драм.



4 ноября 1995 года

В Тель-Авиве от руки ультраправого палестинца Игаля Амиря погиб премьер-министр Израиля Ицхак Рабин.



7 ноября 1917 года

Большевики штурмом взяли Зимний дворец в Петрограде и объявили Временное правительство низложенным, - так свершилась Великая Октябрьская социалистическая революция.

9 ноября 1918 года

В ходе Ноябрьской революции в Германии император Вильгельм II отрекся от престола, а князя Макса Баденского на посту канцлера сменил лидер социал-демократов Фридрих Эберт. Один из лидеров социал-демократов, Филипп Шейдеман, с балкона рейхстага объявил о создании Германской республики и свержении монархии.



17 ноября 1790 года

В Шюльпфорте появился на свет Клаус Фердинанд Мебиус, знаменитый математик, установивший существование односторонних поверхностей (лента Мебиуса). Забавно, что подтолкнуло его к этому открытию созерцание лихо завязанного шарфика его домоправительницы.

22 ноября 2005 года

Восьмым по счету канцлером ФРГ была избрана глава победившей на парламентских выборах коалиции партий ХДС/ХСС и СДПГ Ангела Меркель, ставшая первой женщиной в истории на подобной должности и одним из самых влиятельных политиков в мире. В сентябре этого года она выиграла также и последние выборы, став в четвертый раз главой немецкого государства.

26 ноября 1895 года

Альфред Нобель подписал завещание об учреждении международных премий.

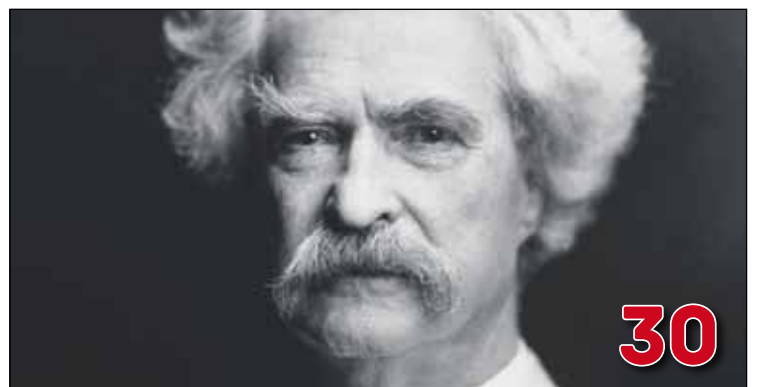


28 ноября 1943 года

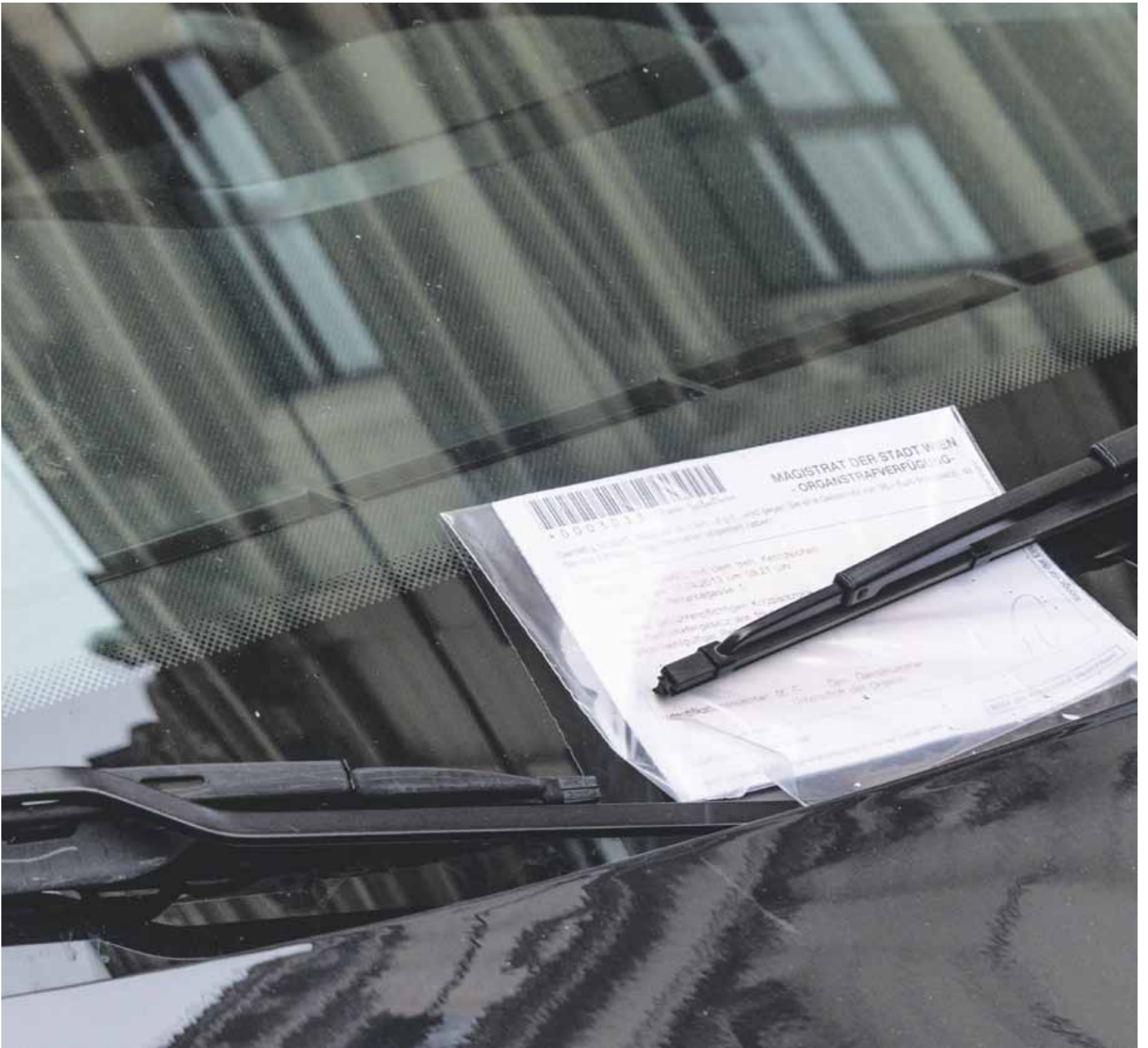
В Тегеране открылась конференция «большой тройки», в которой приняли участие руководители СССР, США и Великобритании. Результатом «Тегерана-43» стала принятая Рузвельтом, Черчиллем и Сталиным Декларация о совместных действиях в войне против Германии и о послевоенном сотрудничестве, а также договоренность об открытии Второго фронта в Европе в мае 1944 года.

30 ноября 1835 года

День рождения Сэмюэла Ленгхорна Клеменса, более известного миру как Марк Твен, автор легендарных «Приключений Тома Сойера», «Принц и нищий», «Приключения Гекльберри Финна», «Янки из Коннектикута при дворе короля Артура» и пр.



Мелочь, а неприятно



За любое нарушение правил дорожного движения может следовать наказание. Даже если вы забыли или не посчитали нужным включить поворотник при перестроении из ряда в ряд, или на 5 минут оставили машину под знаком, запрещающим остановку... А ведь в данном случае наказуемы даже мелочи!

Правила дорожного движения созданы, чтобы на дорогах не было хаоса и водители не попадали в аварии. Тем, кто не выполняет правила, грозит наказание. В то же время, согласно статистике, большинство мелких

городских аварий связано именно с небезбидными не первый взгляд (и из-за этого достаточно частыми) нарушениями ПДД. Каковы же материальные последствия последних (понятно, что речь идет в данном случае о немецком законодательстве)?

Поворот и перестроения без включения «мигалки», к сожалению, стали в крупных городах практически нормой. Даже несмотря на то, что, согласно букве закона, использование указателей поворотов при маневрировании является обязательным! И, хотя игнорирование включения указателей

поворотов (или их несвоевременное включение), наказывается с административной точки зрения в ФРГ довольно мягко, - соответствующий штраф составляет 10 евро, - лучше все же не лениться и обозначать свои намерения при маневрировании. Хотя бы потому, что в случае аварии, причиной которой стало то самое отсутствие сигнала перед началом движения, перестроением, поворотом, разворотом или остановкой, страховая компания вправе отказаться от выплаты компенсации ущерба из-за небрежности водителя.

Дождь, сумерки, туман... Когда еще включать противотуманные фары, как не сейчас? Но не стоит торопиться, ведь те, кто полагают, что пользование теми или иными световыми приборами отдано на усмотрение водителя, ошибаются! Во время движения противотуманные фонари можно включать только в условиях недостаточной видимости, то есть когда видимость на дороге не превышает 50 метров, при этом максимальная скорость движения с ними не должна превышать 50 км/ч. Во всех остальных случаях свет противотуманок обойдется вам в 20 евро.

Поиск парковочного места, особенно в центре города и при отсутствии времени на этот самый поиск, запросто может превратиться в настоящий кошмар... Неудивительно, что некоторые действуют тут по принципу «Бог не выдаст, свинья не съест», и спешат воспользоваться первой же возможностью «пристроить» машину на свободное место, которое оказывается при ближайшем рассмотрении подъездом для пожарных автомобилей (Feuerwehruzufahrt) или парковкой для инвалидов (Behindertenparkplatz). Может случиться, что действительно ничего не произойдет, но гораздо вероятнее, что остановка или парковка там, где этого откровенно нельзя делать, будет чревата наказанием и эвакуацией. Если машина блокирует пожарный подъезд, но мешает только теоретически, штраф составит 35 евро, то же касается парковки на месте для инвалидов. А если пожарные или спасатели действительно не могли проехать, придется уплатить 65

евро и получить один штрафной балл в картотеке Федерального ведомства автомобильного транспорта. В 60 евро и один штрафной балл обойдется парковка в неподобающем месте, создавшая помеху для проезда спецтранспорта. Добавьте к этому расходы на оплату эвакуатора и бюрократических процедур, и... лучше, наверное, все же поставить машину правильно, правда?

Красный восьмиугольник с белыми буквами «Стоп» означает, что движение без остановки запрещено. Если вы видите такой знак на любом повороте или перекрестке, вы должны остановиться, даже если дорога впереди свободна! Продолжать движение можно только после полной остановки. Если на перекрестке, снабженном знаком «Стоп», есть белая стоп-линия, то необходимо остановиться перед ней, а если стоп-линии нет, то остановка должна осуществляться перед так называемой «линией видимости» (Sichtlinie), с которой открывается полный обзор ситуации на перекрестке. Штраф за несоблюдение данного правила – 10 евро.

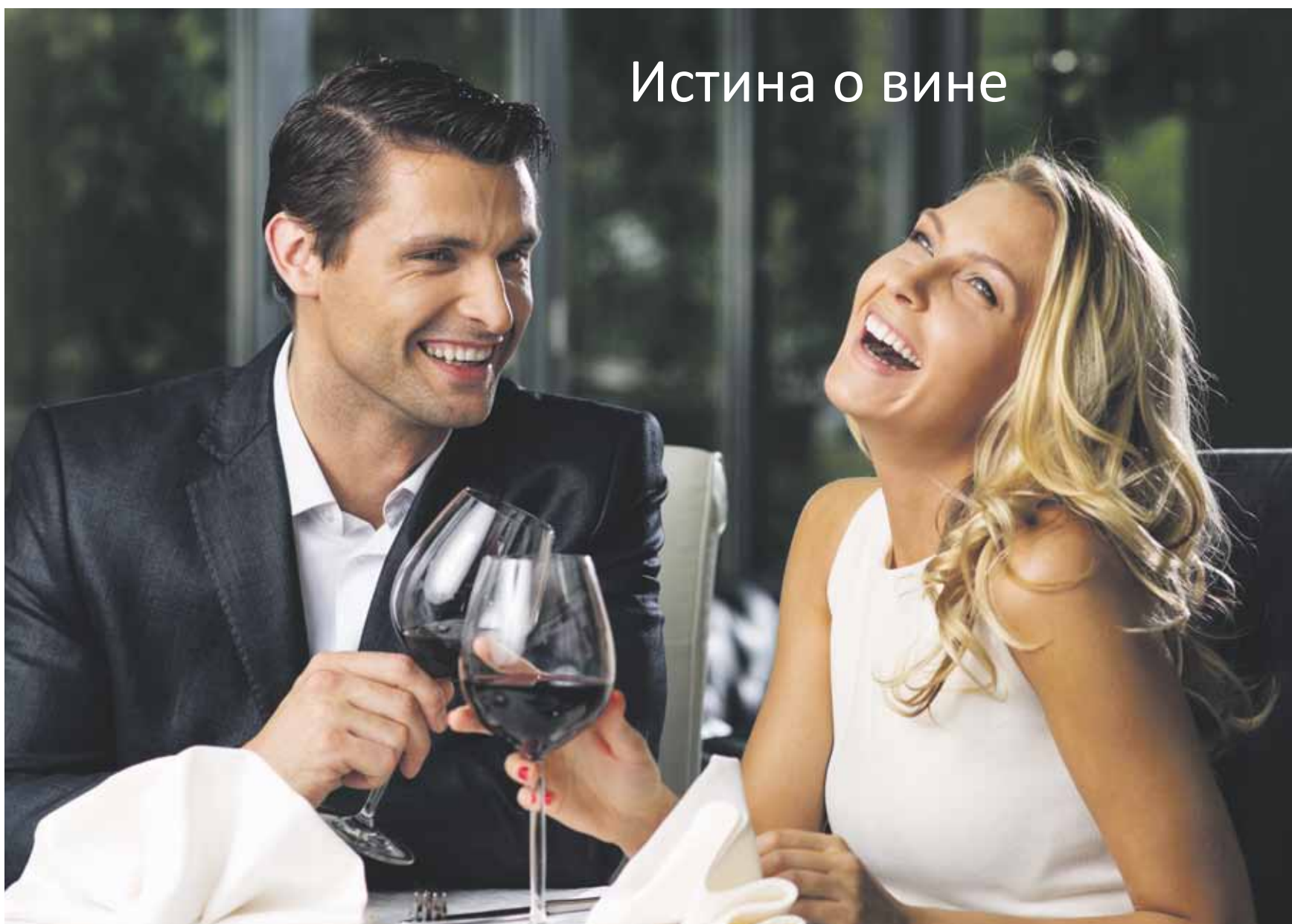
Вы тоже прибавляете звук, когда по радио звучит ваша любимая композиция? Главное, не слишком усердствуйте при этом, потому что слишком громкая музыка в автомобиле подпадает под понятие «шумового загрязнения» и карается штрафом в 10 евро. Оптимальная громкость музыки для вождения составляет от 55 до 65 децибел. А если звуки музыки стали еще и причиной аварии, то страховая компания может отказать урегулировать ущерб со ссылкой на нарушение

законодательства, - может, все же не стоит включать приемник на полную громкость?

Водитель перед вами замешкался на светофоре, и вы хотите его «подбодрить» гудком клаксона? Не делайте этого! Как гласят правила дорожного движения, звуковой сигнал подается при создании аварийной ситуации, чтобы избежать ДТП. Необоснованная подача звукового сигнала влечет за собой наказание в виде штрафа в размере 10 евро.

Если на дороге возникло препятствие, например, идут ремонтные работы, или две полосы движения соединяются в одну, перестроение происходит по принципу «застежки-молнии», то есть автомобили перестраиваются по очереди из каждой полосы в единственную действующую. Это знают все, но отчего-то это часто является проблемой. Во-первых, маневр перестроения, согласно немецким ПДД, можно совершать непосредственно перед препятствием, чтобы предотвратить возникновение пробки, а не так, как это делают многие водители, увидевшие знак, уведомляющий о предстоящем сужении дороги и необходимости применения метода «молнии», и тут же совершающие соответствующий маневр. Во-вторых, создание помех при «молниеподобном» перестроении справедливо приравнивают к опасной езде. Потому что заканчивается это часто резким торможением невинного участника движения, аварией, и - правильно! – пробкой... «Цена вопроса» в данном случае – 20 евро. Которые уж точно найдут лучшее применение.





Истина о вине

Третий четверг ноября – непростой день, когда с легкой руки французов, а точнее, виноделов из французского региона Божоле, знатоки и ценители вина всего мира отмечают праздник Beaujolais nouveau, то есть молодого вина.

Началась это история на задворках Бургундии, в области Божоле, где растет виноград под названием гамэ. Тут надо сказать, что гамэ, в отличие от сложносочиненных пафосных пино нуар или шабли, довольно простой, если не сказать примитивный сорт, из которого получаются легкие столовые вина. Как и многие другие «собратья по цеху», эти самые местные вина, которые, не мудрствуя лукаво, так и окрестили «божолем», в конце октября-начале ноября как раз доготавливаются, а неделей-двумя позже их начинают официально разливать в заведениях. Что интересно, все эти действия изначально не были привязаны к конкретной дате: когда вино было готово, выбирали ближайшую воскресную ярмарку и отмечали день молодого вина, того самого Beaujolais nouveau. Тут надо заметить, что своего именного праздника удостоилось именно простое божоле, а не, скажем, гораздо более изысканное и глубокое каберне, исключитель-

но по той причине, что виноград гамэ созревает быстрее других, и когда молодое вино из него уже готово, о винах из других сортов еще и думать рано.

Долгое время «день божоле» был локальным праздником и за пределы Бургундии не выбирался. Молодое вино даже по бутылкам не разливали, его зачерпывали прямо из бочки. А так как, как уже упоминалось выше, виноград гамэ не позволяет добиться невероятных впечатлений, многослойного аромата или многогранного глубокого вкуса от вин, да и срок хранения у последних очень невелик, то соответственно и стоимость последних невелика, так что стаканчик-другой молодого божоле мог позволить себе каждый. Крестьяне и ремесленники, работники виноделен и торговцы радовались каждой осенью появлению недорогого и легко пьющегося вина без особых претензий, возможно, они даже отмечали день, когда оно появлялось в местных питейных заведениях и лавках, как «красный день календаря». Но вплоть до 60-х годов прошлого столетия никто в Божоле и не помышлял о том, чтобы экспортировать свое молодое вино, да еще и в серьезных количествах, не говоря уже о том, чтобы праздновать его появление на

широкую ногу! Все изменилось коренным образом, когда в историю божоле вмешался Жорж Дюбеф, производитель вина, вино-торговец и, судя по результатам его деятельности, гений маркетинга. Он купил по дешевке лицензию на торговлю молодым божолем, совершенно упустив из виду тот факт, что вино это, хоть и созревает очень быстро, совсем не предназначено для длительного хранения. Поэтому Дюбеф решил использовать эти особенности, запустив вино в продажу без выдержки. А в качестве рекламной приманки он придумал гонки с божолем нуво - кто первый доставит молодое вино до Парижа, тот герой. Установил дату (конечно, третий четверг ноября, когда погода плохая, заняться нечем, но в то же время выходные уже не за горами), привлек знаменитостей, превратил это дело в шоу: вино возили на кабриолетах и слонах, воздушных шарах и даже в ванне на колесиках. Затея удалась, - божолем нуво, а также традиция упиваться им в определенный день года, а точнее, в третий четверг ноября, обрели невероятную популярность. «Божолем нуво прибыло!»: этот слоган украсил витрины всех баров вначале во Франции, а потом и по всему миру.

Вкус молодого, еще не успокоившегося вина вошел в моду. Божоле нуво выставляли на аукционах, причем цены за «первый бокал года» достигали (и продолжают достигать) невероятных размеров: актуальный рекорд – 1 450 евро за бокал.

Платить ли такие суммы на аукционах, каждый решает для себя, но вообще ничего плохого в том, чтобы поддаться всеобщему ноябрьскому безумию, нет. Потому что молодое божоле действительно способно поднять настроение в сырую, холодную погоду. А если учесть, что вино молодое и в форме будет всего пару месяцев, когда еще им наслаждаться, как не сейчас? Знатоки рекомендуют употреблять божоле нуво охлажденным (оптимальная температура – около 13 °С), в сопровождении... да практически всего, от сыров и курицы до десертов. Впрочем, в честь праздника можно и поддержать традиции и «окружить» молодое вино классическими блюдами бургундской кухни: копченым окороком, жарким, ветчиной и сыром из козьего молока. И еще – открыв бутылку, хорошо бы дотить ее в тот же день, максимум на следующий (вино быстро выдыхается и теряет вкусовые нюансы). Но проблем с этим в праздник молодого вина нет практически ни у кого...



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:

День пожилого человека

В резиденции для пожилых людей «Bienenwiese» осень – не только «очей очарованье», но и повод устроить себе праздник! В том числе - международный День пожилого человека. Чествование жильцов «Bienenwiese» происходило, как всегда, в уютной домашней обстановке. В течение праздника пожилые люди слушали в свой адрес искренние пожелания доброго здоровья, хорошего настроения и долголетия! Праздничный стол был украшен румяными и ароматными пирогами, а культурная программа состояла из конкурсов, танцев и песен в собственном исполнении. Мероприятие получилось веселым, ярким и запоминающимся. Победителям конкурсов были вручены призы, но так как главное все же участие, а не победа, никто из подопечных нашей резиденции не остался без подарка! Теперь на очереди – Рождественский концерт и встреча Нового года. Приходите к нам в гости!



ПОЗДРАВЛЯЕМ ЮБИЛЯРОВ!

От всей души поздравляем **Татьяну Парамонову** с юбилеем и желаем ей здоровья, счастья, добра и исполнения всех желаний!

С Днем Рождения!

День прекрасный, день волшебный,
Праздник счастья и чудес,
Поздравлений, слов хвалебных,
Гор подарков – до небес!
Собираем поздравленья
Как прекрасных роз букет,
Пусть по щучьему веленью
Радуетя целый свет!
Пусть сбываются мечтанья,
Будут счастье и любовь!
Исполняются желанья
Бесконечно, снова, вновь!



Есть 2 ноябрьских праздника, которые очень важны для нас, всех тех, кто так или иначе связан с оказанием помощи людям. Это Международные День доброты (13 ноября) и День терпимости (16 ноября), посвященные умению дарить окружающим тепло и внимание, слушать и слышать других, считаясь с их нравами. Это, бесспорно, одни из самых прекрасных человеческих качеств! Они незаменимы во многих профессиях, и в нашей – в первую очередь. Ведь проявление заботы от чистого сердца и стремление стать поддержкой и опорой для нас не просто работа, а призвание и смысл жизни! Мы готовы прийти на помощь нашим подопечным 24 часа в сутки, 365 дней в году - без промедлений. Если Вы или Ваши близкие не в состоянии сами обслуживать себя и справляться с выполнением необходимых в повседневной жизни задач, обратитесь к нам, и мы тут же возьмем все заботы на себя!



В резиденциях для пожилых людей «Nestwärme», «Glücksklee», «Sonnenhaus», «Sorglos Wohnen» и «Bienenwiese» есть все для достойной жизни людей старшего поколения: услуги квалифицированного заботливого персонала, все необходимое для поддержания здоровья и ухода за пожилыми людьми и ежедневная программа мероприятий, чтобы наши пациенты могли полноценно жить, имея повод для радости каждый день.

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

На экранах



С 2 ноября 2017 года THOR: RAGNAROK («ТОР: РАГНАРОК»)

Режиссер: Тайка Вайтити

Авторы сценария: Эрик Пирсон, Стэн Ли, Ларри Либер

В ролях: Крис Хемсворт, Идрис Эльба, Энтони Хопкинс

Вернувшись в Асгард в поисках таинственного врага, ведущего охоту на Камни Бесконечности, Тор обнаруживает, что действия его брата Локи, захватившего трон, привели к приближению Рагнарока, последней битвы богов, последствием которой станет полное уничтожение мироздания. Кто, если не Тор, может предотвратить это событие?

С 9 ноября 2017 года BAD MOMS 2 («ДРЯННЫЕ МАМАШИ-2»)

Режиссер и автор сценария: Джон Лукас

В ролях: Мила Кунис, Кристен Белл, Сьюзен Сарандон

Эйми, Карла и Кики пытаются устроить своим родным и близким идеальное Рождество, - а параллельно еще и справиться с многочисленными проблемами, источником которых становятся их родители, приехавшие погостить на праздники...

MURDER ON THE ORIENT EXPRESS («УБИЙСТВО В ВОСТОЧНОМ ЭКСПРЕССЕ»)

Режиссер: Кеннет Брана

Авторы сценария: Майкл Грин, Агата Кристи

В ролях: Джонни Депп, Мишель Пфайффер, Джуди Денч

Знаменитый сыщик Эркюль Пуаро отправляется в путешествие на одном из самых роскошных поездов Европы, «Восточном Экспрессе», с целью расследования загадочного убийства. Под подозрением находятся 13 пассажиров поезда. Удастся ли Пуаро разгадать головоломку, прежде чем преступник нанесет новый удар?

С 16 ноября 2017 года THE JUSTICE LEAGUE («ЛИГА ПРАВОСУДИЯ»)

Режиссер: Зак Снайдер

Авторы сценария: Крис Террио, Джосс Уидон, Зак Снайдер

Брюс Уэйн, вдохновленный самопожертвованием Супермена, вновь обретает веру в человечество. Он заручается поддержкой новой союзницы, чтобы сразиться с еще более могущественным противником. Бэтмен и Чудо-Женщина быстро набирают команду сверхлюдей для борьбы с пробудившейся угрозой. Но, несмотря на уникальный состав отряда супергероев, быть может, спасти планету от вторжения катастрофических масштабов уже слишком поздно.

С 23 ноября 2017 года PADDINGTON 2 («ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПАДДИНГТОНА-2»)

Режиссер и автор сценария: Пол Кинг

Медвежонок по имени Паддингтон счастливо живет в семье мистера и миссис Браун. Куда бы он не шел, он всегда дарит радость и мармелад окружающим. Вот и сейчас он занят поиском идеального подарка для своей любимой тети. Но каково же его разочарование, когда он узнает, что книгу, которую он присмотрел в антикварном магазине, украли! Паддингтон решает разоблачить вора и вернуть пропажу...



Осенний марафон

Рецепты новых и нетривиальных осенних блюд.



Салат из свеклы и авокадо

Ингредиенты: 2 свеклы, 1 авокадо, 200 г обезжиренного йогурта, 100 мл овощного бульона, 1 пучок петрушки, сок половины лимона, соль, перец по вкусу

Отварить или запечь до готовности свеклу. Очистить авокадо от семечки и кожуры. Отправить в блендер, выжать лимон и долить 50 мл бульона и половину йогурта. Нарезать свеклу дольками или кубиками. Взбить в блендере петрушку и оставшиеся 50 мл йогурта и бульона, чуть подсолить. Смешать свеклу с авокадо, залить соусом.



Баклажанная икра

Ингредиенты: 5 баклажанов, 1 морковь, 2 сладких перца, 2 луковицы, 2 помидоры, 1 зубчик чеснока, 6 столовых ложек подсолнечного масла, соль и перец черный молотый по вкусу

Очистить баклажаны от кожуры, нарезать кубиками, посолить, дать немного постоять и обжарить на растительном масле до мягкости. Морковь и лук нарезать кубиками и обжарить отдельно в масле, чтобы морковь стала мягкой. К луку и моркови добавить нарезанный кубиками перец, жарить еще 5 минут. Далее добавить нарезанный кубиками помидор, посолить и жарить еще около 5-7 минут. Затем добавить баклажаны, натертый чеснок, посолить и накрыть крышкой, тушить еще 5 минут. Остудить и подавать.

Гратен из цветной капусты

Ингредиенты: 1 л молока, 2 кочана цветной капусты, 200 мл сливок, 6 зубчиков чеснока, 200 г сыра, 50 г сливочного масла, мускатный орех, соль и перец по вкусу

Капусту разобрать на более или менее одинаковые соцветия. Смешать в равных пропорциях молоко и воду, сбрызнуть смесь щепоткой соли и поставить на огонь. Когда смесь закипит, положить в нее соцветия капусты и варить 10 минут. Натереть сыр. Половину натертого сыра смешать со сливками, мелко нарубленным чесноком, мускатным орехом и перцем. Слить воду из цветной капусты, дно противня смазать сливочным маслом, выложить в противень капусту и залить смесью сливок и сыра. Поставить противень с капустой в духовку, разогретую до 200° 200 градусов, на 10 минут, после чего достать противень, посыпать капусту оставшимся сыром и вернуть в духовку еще на 5 минут.



Паста с цуккини и мятой

Ингредиенты: 400 г спагетти или любых макаронных изделий, 1 цуккини, 1 луковица, 5 листиков мяты, 1 зубчик чеснока, оливковое масло, соль, перец и пармезан по вкусу

В большом количестве подсоленной кипящей воды сварить пасту до состояния аль денте (на 1 минуту меньше времени, указанного на упаковке). Цуккини очистить от кожицы, нарезать мелкими кубиками. На сковороде с оливковым маслом спассеровать мелко нарезанный лук до мягкости, добавить цуккини и чеснок, обжаривать еще 3-4 минуты, помешивая. Положить порубленную мяту, посолить, чуть поперчить. Влить маленький половник воды, в которой варится паста, потушить еще 3-4 минуты. Выложить пасту на сковороду к цуккини и хорошо перемешать. Подавать, посыпав тертым пармезаном.

Яблочный пирог

Ингредиенты: 1 кг яблок, 3 яйца, 1 стакан муки, 1 стакан сахара, 1 чайная ложка корицы, 2 столовые ложки коньяка или бренди

Яблоки помыть, вырезать сердцевину, нарезать дольками, посыпать корицей, добавить коньяк или бренди и оставить постоять. Яйца с сахаром взбить до белой однородной воздушной массы. Постепенно ввести в яичную смесь стакан муки и перемешать ложкой. Духовку разогреть до 180°. В смазанную маслом форму для выпечки выложить яблоки и равномерно залить их тестом. Выпекать 35-40 минут до образования золотистой корочки.





СКАНВОРД

↖	Неверное решение	↖	Тюремный обыск	Зарница по сути	↖	↖	↖	↖	↖	Морской горох	↖	Княжество "казино"
↗		↗			↗	Луккое	↗	↗	↗	↗	↗	↗
↖	Оружейный ерш	↖	Драгоценный камень	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖
↗		↗		↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗
↖			↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖
↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗
↖	Шведская группа	↖	Чайная тарелочка	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖
↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗
↖	Женская грудь	↖	Дословно	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖
↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗
↖	Необычное явление	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖
↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗
↖		↖	Монах из православных	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖
↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗
↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖
↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗
↖	Так звали Хрущева	↖	Аллегорова	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖
↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗
↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖
↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗
↖	Африканская страна	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖
↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗
↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖
↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗
↖	Боксер в отключке	↖	Пушка или плуг	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖
↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗
↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖
↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗
↖	Одна из 33-х	↖	Горечь	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖
↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗
↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖
↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗
↖	Узелковое письмо	↖	Индийский афоризм	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖	↖
↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗	↗



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

Новости филологии. Поднимаясь пешком на шестнадцатый этаж, грузчик Николай подобрал сто синонимов к словосочетанию «плохие лифтеры».



Пересмотрел свои взгляды. Опять все понравилось.



У офтальмолога.

— Я какую букву показываю?

— А вы где?

Если вы каждый месяц будете откладывать понемногу, то уже через год вы с удивлением обнаружите, как немного у вас накопилось.

— Как вам лекция о культуре языка?

— Вздвигчен и раздосадован. Теперь поди прочь.



После убийства полиция первым делом выясняет, причастен ли к преступлению супруг жертвы. И, в общем, это все, что нужно знать о браке.



— А твой кот боится пылесоса?

— Не знаю, он у меня только полгода живет.



При встрече с медведем постарайтесь не совершать резких движений, не есть из его миски и не спать в его кровати.

На собеседовании:

— Назовите ваши сильные стороны.

— Настойчивость!

— Спасибо, мы свяжемся с вами.

— Я подожду здесь.



В зеленом чае без сахара самое вкусное — это чувство собственного превосходства.



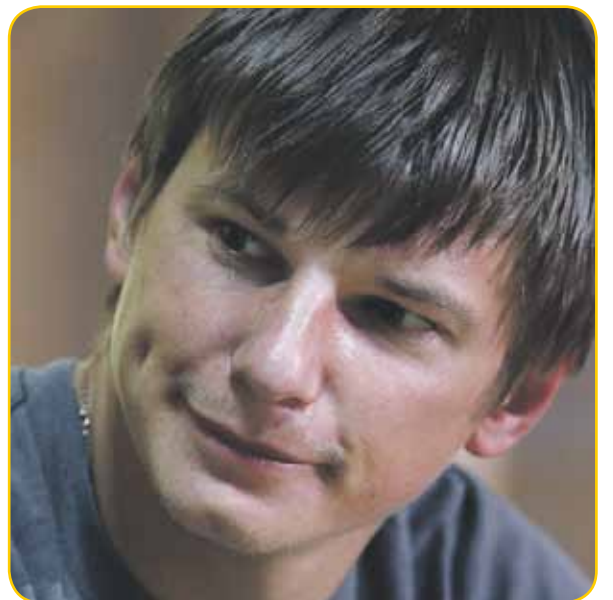
Юлия Ковальчук впервые стала мамой

Великолепный подарок к 35-летию сделала сама себе певица и телеведущая Юлия Ковальчук, - она и ее супруг, музыкант и писатель Алексей Чумаков, стали на днях родителями. Молодая мама и новорожденная малышка чувствуют себя хорошо, новоиспеченный папа же находится, по его признанию, на вершине счастья. Интересно, что свою беременность экс-солистка «Блестящих» тщательно скрывала: «Мы в принципе не любим спекулировать своими отношениями, а уж этой темой тем более, поэтому мы практически весь срок не заявляли об этом!», так что практически все 9 месяцев провела в Испании, где у звездной пары есть свой дом, и только накануне родов прилетела в Москву, где и появилась на свет новорожденная.



Слухи о разводе оказались преувеличенными?

Супруга бывшего капитана сборной России Андрея Аршавина Алиса Казьмина опровергла слухи о предстоящем разводе, признавшись мужу в любви на своей страничке в Инстаграме и подтвердив слова знакомых пары, называющих отношения звезды казахстанского «Кайрата» и его избранницы идеальными. Напомним, что Алиса Казьмина и Андрей Аршавин познакомились около 6 лет назад, будучи семейными людьми. Но их чувства были так сильны, что они без лишних раздумий решили уйти от своих партнеров и начать жить вместе. В сентябре прошлого года пара поженилась, а в феврале у них родилась дочь Есения. Алиса также воспитывает двоих детей от первого брака, а Андрей является отцом троих наследников от Юлии Барановской.



Конец «Серебряного века»

Солистка популярной группы Serebro, одного из самых удачных проектов Продюсерского Центра Максима Фадеева, Полина Фаворская объявила о своем решении покинуть коллектив. Полина пришла в группу в 2014 году на замену Елене Темниковой, зрители были уже знакомы с ней по телепроекту «Каникулы в Мексике», участницей которого она являлась. О причине ухода из группы девушка не сообщила, поблагодарив лишь своего продюсера: «Я буду благодарна Вам, Максим Александрович, еще тысячи жизней вперед, за то, что вы подарили мне такую жизнь и научили верить в волшебство!». В ответ Фадеев пожелал Полине удачи и сообщил, что с пониманием относится к ее решению. Кто займет место Полины в коллективе, будет ли вообще дальше существовать группа, или же «Серебряный век» подошел к завершению, пока неизвестно.



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