

ДЛЯ ПОЛЬЗЫ ТЕЛА

Экономная экономика

«Чем дороже, тем эффективнее» действительно ли следует руководствоваться этим правилом при выборе косметических средств?

CTP. 6

TEMA

Пятерка худших

Недостаток может превратиться в достоинство, если только научиться извлекать из него пользу. **СТР. 10**

ДОМ И ИНТЕРЬЕР

Служил Советскому Союзу, или с днем рождения, граненый стакан! 11 сентября исполняется 75 лет советскому граненому стакану, ставшему символом целой эпохи.

CTP. 18



РАСАВЦЕВА

«ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ УСПЕХА ПРЕЖДЕ ВСЕГО НЕОБХОДИМО ТРУДОЛЮБИЕ!»

Певицу Илону Красавцеву называют послом русской культуры за рубежом. И не ошибаются при этом.

20 20



SURER SALE











- ДЕТСКИЕ КНИГИ
- РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ
- ПОЗНАВАТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА
- **ДОШКОЛЬНОЕ** И ШКОЛЬНОЕ
- **ВСЕ ДЛЯ ТВОРЧЕСТВА**

Заказ на сайте: www.detiru.eu Справки по тел.: +49 (0) 30 688 377 155

Вномере

CTP. 2

АФИША МЕСЯЦА

CTP. 4

ХРОНОГРАФ

А в это время, много лет назад..

CTP. 6

ДЛЯ ПОЛЬЗЫ ТЕЛА

кономная экономика

«Чем дороже, тем эффективнее» - действительно ли следует руководствоваться этим правилом при выборе косметических средств?

CTP. 8

МАРШРУТ

Чудо в пустыне

Первое, что приходит в голову при упоминании Катара – нефтяные вышки посреди пустыни. В этом есть доля истины, но эта страна на востоке Аравийского полуострова славна еще и другими реалиями.

CTP. 10

TEMA

Пятерка худших

Недостаток - это тоже достоинство, если только научиться извлекать из него пользу.

CTP. 18

ДОМ И ИНТЕРЬЕР

Служил Советскому Союзу, или с днем рождения, граненый стакан!

11 сентября исполняется 75 лет советскому граненому стакану, вещи, ставшей символом целой эпохи и пережившей войну, мир и еще много разных перипетий.

CTP. 20

гостиная

Илона Красавцева: «Для достижения успеха прежде всего необходимо трудолюбие!»

Певицу Илону Красавцеву не зря называют «послом русской культуры за рубежом».

CTP. 26

В СЕНТЯБРЕ НА ЭКРАНАХ

CTP. 27

АЗБУКА ВКУСА

Парад овощей

Начало осени – сезон овощей, фруктов, грибов и новых рецептов!

Impressum

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЙ АЛЬМАНАХ | RUSSISCHSPRACHIGE ILLUSTRIERTE

UVP 2,50 EUR | Ausgabe: 1 mal monatlic



www.veritas-company.de

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

Anzeigendisposition | Размещение рекламы: wremja@veritas-company.de Geschäftsführer | Директор: Dipl.-Ing. Alexander Grün | Александр Грюн

eser Zeitung veröffentlichen Beiträge unterliegen dem Urheberrecht und dürfen nur mit schriftlicher Genehmigung der Redaktion nachgedruckt sowie anders verwendet



События

На грани фантастики

IFA 2018

С 31 августа по 5 сентября в Берлине будет проходить Международная выставка потребительской электроники и бытовой техники – IFA-2018. Техника на грани фантастики, а также вся палитра бытовой электроники, начиная от банальных радиоприемников и заканчивая новейшими игровыми приставками, а также инновационной кабельной и спутниковой аппаратурой, будет представлена тут ведущими мировыми производителями. В выставке, девиз которой - «Новый уровень мышления», примут участие более чем 1 800 экспонентов из 40 стран мира.

Очей очарованье

GaLaBau 2018

Для того, чтобы убедиться воочию в том, что осень – никакая не унылая пора, а в полном смысле слова очей очарование, в сентябре достаточно, в принципе, просто совершить прогулку в парке. Если же и этого мало, поспешите на Международную выставку ландшафтного дизайна, благоустройства и озеленения территорий GaLaBau 2018, которая состоится с 12 по 15 сентября в Нюрнберге. Посетителям выставки предоставляется уникальная возможность усладить глаз обилием цветников и получить порцию фитонцидов, вдыхая аромат специально подобранных душистых растений, а также открыть для себя палитру невероятных красок, которыми природа раскрашивает мир на закате года. Не пропустите!



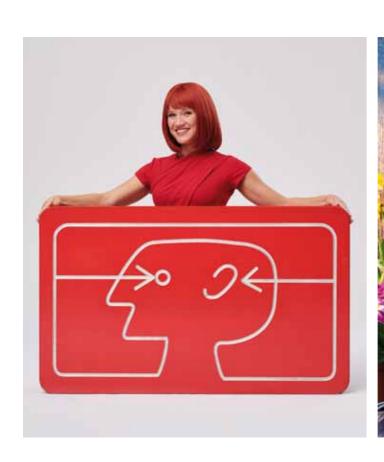
Berlin Vital Herbst 2018

Позабыть про докторов, распрощаться с вредными привычками и укрепить здоровье? Нет ничего проще, - перво-наперво для этого нужно посетить с 13 по 15 сентября ярмарку спорта и здорового образа жизни Berlin Vital Herbst 2018! Тут вы узнаете все о новейших разработках, призванных улучшить качество жизни, найдете все необходимое для тренировок, ознакомитесь в актуальными тенденциями сбалансированного и функционального питания и окончательно придете к выводу, что полезное может быть вкусным, приятным и доставляющим массу удовольствия!

Сладкое королевство

IBA 2018

Даже люди, абсолютно спокойно относящиеся к выпечке и сладостям, не смогут остаться равнодушными к многообразию форм, удивительных вкусов и чарующих ароматов, превращающих с 15 по 20 сентября залы мюнхенского выставочного центра в королевство сладостей. Международная выставка производства хлебобулочных и кондитерских изделий IBA 2018 - рай на земле как для профессионалов в области кондитерских изделий, так и для любителей булочек, тортиков и шоколада! Помимо собственно экспозиции, сладкоежек ожидают дегустации новых сортов хлеба и кондитерских изделий, мастер-классы по выпечке и оформлению уже готовой продукции, конкурсы мастеров... Словом, все, чтобы жизнь стала по-настоящему сладкой!









InVita 2018

В Бремене с 18 по по 19 сентября пройдет Международная выставка товаров и услуг для пожилых людей и людей с ограниченными возможностями InVita 2018. Множество новых и прогрессивных идей, значительно повышающих качество жизни, современное оборудование по уходу, восстановлению подвижности и ведения активного образа жизни и, что самое ценное, опыт специалистов сферы патронажных услуг – все, что позволяет сделать жизнь пожилых людей и людей с физическими отклонениями полноценной, интересной и насыщенной, предстанет глазам посетителей InVita 2018. В этом году, помимо прочего, акцент будет сделан на создании безбарьерной среды, культуре отдыха и организации досуга тех, кто испытывает трудности из-за ослабления или нарушения функций организма.



Праздник пива

Oktoberfest 2018

22 сентября в Мюнхене, начнется 185-й по счету Праздник пива (Oktoberfest, или Wiesn). Утром предпоследней субботы сентября все уважающие себя жители столице Баварии, а также примкнувшие к ним жители других городов Германии и многочисленные туристы из разных стран мира, которых объединяет любовь к пиву, соберутся на знаменитом на весь свет Лугу Терезы (Theresienwiese), где пройдет открытие главного пивного фестиваля планеты. Вы не успеваете? Не страшно, безудержное веселье будет бить ключом на Празднике пива в течение последующих 2 недель! Подогревать его будут гремящая бравурная музыка и стук литровых кружек-«масс», груды колбасок и свиных рулек разных сортов, горы соленых крендельков, тушеной кислой капусты и картофельного салата... И, разумеется, водопады пенного, хмельного и ароматного пива!















Православный книжный интернет-магазин издательства









ИСТОРИМ ЦЕРКВИ, ДУХОВЛАМ ЛИТЕРАТУРА, БОГОСЛУЖЕБНЫЕ КНИГИ, СЕМЕЙНАМ ЖИЗНЬ И ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ художественнам и детскам литератураи многое другое всего более 5000 наименований книг вы найдете на сайте:

www.blagovest-kniga.de

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

А в это время, много лет назад...





5 сентября 1698 года

Вернувшись из путешествия по Европе и загоревшись идеей о европеизации своих подданных, русский царь Петр I издал указ «О ношении немецкого платья, о бритии бород и усов, о хождении раскольникам в указанном для них одеянии», согласно которому на Руси запрещалось ношение бород. А граждане, желавших сохранить растительность на лице, обязаны были заплатить в казну налог, причем законопослушным налогоплательщикам выдавался специальный бородовой знак.

9 сентября 1970

День, считающийся отправной точкой новой эпохи советской автомобильной промышленности: с конвейера Волжского автозавода сошла первая коммерческая партия «народных автомобилей», ВАЗ-2101 «Жигули». Будучи изначально лицензионной копией Fiat 124, «копейка», как прозвали эту модель народе, по праву стала лучшим отечественным автомобилем XX века по результатам всероссийского опроса, проведенного журналом «За рулем».

11 сентября 1862 года

День рождения Уильяма Сидни Портера, более известного под псевдонимом О'Генри. Знаменитый американский писатель, чьему перу принадлежат такие произведения, как «Короли и капуста», «Голос большого города», «Благородный жулик», «Дороги судьбы», начал свою литературную карьеру в тюрьме, куда попал за растрату и злоупотребление служебным положением. Выйдя из заключения, О'Генри подписал контракт с нью-йоркской газетой World на еженедельную сдачу короткого воскресного рассказа о «Вавилоне-на-Гудзоне», его звуках и огнях, надеждах и слезах, сенсациях и провалах. Волей О'Генри унылые кварталы Гарлема и Кони-Айленда превращались в сказочные миры, а реалистические рассказы, взятые «из жизни», приобретали неожиданную развязку. Удивительно ироничные и изящные рассказы и эссе О'Генри и сегодня заставляют читателя от души смеяться и верить в то, что добро всегда побеждает зло, а безвыходных ситуаций не бывает.

13 сентября 1706 года

День подписания Альтранштедского мирного договора, тайно заключенного между шведским королем Карлом XII и саксонским курфюстом Августом. Карл захватил значительную часть Польши и, вторгшись в Саксонию, принудил Августа разорвать союз с Россией, сдать польские крепости и отказаться от польской короны. После Полтавского сражения 1709 года Август объявил Альтранштедский договор недействительным и при поддержке России вернул польский престол.

14 сентября 786 года

Правителем Аббасидского халифата становится Гарун Аль-Рашид. Его правление (786-809) ознаменовалось экономическим и культурным расцветом, а сам халиф, прославившийся справедливостью, стал одним из героев арабских сказок, собранных в сборнике «Тысяча и одна ночь».

19 сентября 1888 года

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

20 сентября 1949 года

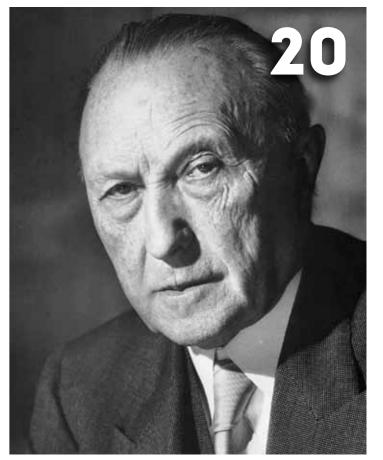
День провозглашения Федеративной Республики Германии, когда были избраны парламенты земель и парламент страны - бундестаг, который назначил правительство во главе с лидером христианских демократов Конрадом Аденауэром.

27 сентября 1991 года

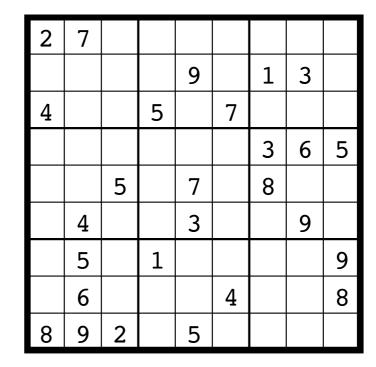
На XXII чрезвычайном съезде ВЛКСМ было принято решение подвести черту под существованием комсомола - Коммунистический союз молодежи стал воспоминанием прошлого.

30 сентября 1659 года

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







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



ских средств?

платить лишнее за нечто вовсе не нужное... И уж точно давно известно, что некоторые продукты в недорогом варианте практически ничем не отличаются от своих люксовых аналогов. Относится ке средств для ухода за кожей и волосами?

Все, что надо знать, отправляясь за кремом для лица (или лосьо- чем, это тоже важно! ном для тела, или шампунем для волос, или... далее по списку),

«Чем дороже, тем эффективнее» - действительно ли следу- это то, что действенность любого косметического средства обует руководствоваться этим правилом при выборе косметиче- словлена исключительно и только его составом, а не ценой или рекламным бюджетом компании-производителя. Ни марка, ни заверения маркетологов о том, что вот это и есть тот самый уникаль-Несомненно, у всего на свете есть своя цена. В то же время (столь ный крем, который поможет сбросить 20 лет, не имеют тут знаже несомненно) в мире нет справедливости, и порой приходится чения. Эффект от применения крема (или прочих вышеперечисленных продуктов индустрии красоты) напрямую зависит от его компонентов. И именно на них нужно обращать внимание в первую очередь. Интересно, что очень часто состав косметических ли это утверждение к косметике? Уместна ли экономия при покуп- средств элитных марок и тоников бюджетных брендов существенно не отличается, просто в первом случае придется доплатить за более приятную упаковку и парфюмированную отдушку. Впро-

ингредиенты», а также обещания невероятной результативности средства, достаточно внимательно читать этикетку. И не забывать, при применении последней, не имеют под собой никакой подо- что все активные и полезные составляющие должны стоять в саплеки. Начнем с того, что все упомянутое в рекламе вовсе не обя- мом начале списка! Чем раньше указан компонент, тем выше прозательно является научным фактом, очень часто это просто игра цент его содержания в средстве. слов и хитрый маркетинговый ход. Взять хотя бы крем, - основу любого крема представляют собой вода и масло, то есть субстан- Косметика для ухода за сухой, увядающей кожей должна содерции, увлажняющие и питающие верхний слой кожи. Все осталь- жать лецитин, гиалуроновую кислоту, полиненасыщенные жирные компоненты, хоть и разнятся от бренда к бренду, остаются на поверхности эпидермиса и уж никак не помогают вернуть молодость. Увы, возрастные изменения не может остановить ни один крем: со временем кожа все хуже удерживает жидкость, из-за чего а стойкость и яркость декоративной косметики обеспечиваются появляются морщины. Именно поэтому уповать в погоне за вечной молодостью на один только домашний уход не стоит. Здесь трактов растений (в том числе алоэ вера, центеллы азиатской и зенужны профессиональные косметологические решения, и кре- леного чая), кофеина, керамидов и аминокислот. Все эти ингредимы тут не помогут. Другой вопрос, что грамотный уход поможет енты входят в состав как дорогих, так и бюджетных продуктов. отлично зафиксировать и продлить результат косметологических процедур. И еще - чем раньше положено начало поддержки здоро- Вывод прост: если в дорогом и дешевом средстве присутствуют вого состояния кожи, тем в дальнейшем проще выиграть «битву за молодость». Так что не стоит слишком разоряться, приобретая ду ними – не в качестве, а в цене. И порой недорогая косметика средство для борьбы с возрастом, решить внутренние проблемы, из-за которых появляются следы увядания, косметические продукты не в силах.

С другой стороны, помочь коже сиять красотой при помощи кос- как раз очень даже уместна!

Высказывание «только в дорогой косметике есть эффективные метики можно, - для того, чтобы выбрать правильные подручные

ные кислоты, растительные и эфирные масла, витамины А, Е, С, аллантоин, коэнзим Q10, в состав средств для проблемной кожи должны входить салициловая кислота, пероксид бензоила и цинк, наличием в них растительных натуральных масел и восков, экс-

одни и те же ингредиенты, можно делать вывод, что разница межможет дать фору так называемым премиум-средствам! Особенно, если параллельно к ее применению периодически прибегать к профессиональной помощи косметолога и не забывать о правильном питании и прогулах на свежем воздухе. Так что экономия тут





Не успели отзвучать заключительные ноты гимна Чемпио- ми из пальмовых ветвей, не знало вкуса овощей, саранчу и пустынната мира по футболу-2018, как взоры болельщиков и к ним ных ящериц считало лакомством, а основной статьей дохода счипримкнувших обратились на Ближний Восток, - через какие- тало ловлю жемчуга, и то мелкого. Однако благодаря эксплуатации то неполные 4 года, которые пролетят как миг, в Катаре нач- огромных месторождений нефти и газа, страна в считанные месянется следующий мундиаль... Итак, что же мы знаем о будущей цы превратилась в одно из самых богатых государств региона, да стране-хозяйке ЧМ-2022?

ные вышки посреди пустыни. В этом есть, несомненно, доля истины, но на самом деле маленькая, но гордая страна на востоке Аравийского полуострова славна еще и другими реалиями.

... До начала христианского летоисчисления оставалось еще 3 века, а на востоке Аравийского полуострова, омываемого теплыми водами Персидского залива, процветало царство Дильмун, жители которого занимались выращиванием зерновых культур, выплавкой меди и интенсивным торговым обменом с Шумером, Аккан.э., с распространением ислама территории нынешнего Ката- саил. ра стали частью Арабского халифата. После трехсотлетней поры селение Катара (кстати, не столь и многочисленное – чуть больше 1 ночи – самое позднее к ноябрю 2022 года! 1,5 миллионов человек) обитало в глиняных постройках с крыша-

что региона - мира! Сегодня Катар по праву считается страной с одним из высочайших ВВП на душу населения и лучшим социаль-Первое, что приходит в голову при упоминании Катара – нефтя- ным обеспечением в мире (образование и медицина здесь бесплатные, гарантированный доход на одного жителя – примерно 85 тысяч американских долларов в год). Неудивительно, что грядущий Чемпионат мира обещает быть самым дорогим в истории! Уже известно, что на проведение праздника кожаного мяча Катар потратит порядка 20 миллиардов долларов (для сравнения - Бразилия в 2014 году потратила на проведения мундиаля 14 миллиардов, Россия и Германия - по 11 миллиардов), причем половина бюджета уйдет на инфраструктуру: в стране, помимо стадионов, появятся новые магистрали, линии метро, сеть железных дорог, аэропорт и дом, Вавилонией и Ассирией. Спустя почти тысячелетие, в 7 веке даже построенный специально для чемпионата новый город Лу-

мира, завершившейся развалом халифата, в регионе настало время Понятно, что строить все это великолепие, а также обслуживать войн, Катар стал объектом ожесточенной борьбы между Багдад- его, будут не сами катарцы! Местного населения здесь с каждым ским халифатом и Оманом и вплоть до 15 века раздирался междо- годом все меньше, на данный момент число коренных катарцев усобными войнами арабских правителей. В 1510-х Катаром завла- еле-еле достигает 12% от общего количества проживающих в страдели португальцы, затем в борьбу за власть в регионе вмешались не. Остальные 88% - экспаты из Индии, Филиппин, Египта, Лива-Турция, Англия и Голландия. На протяжении нескольких веков на, Нигерии, Кении... Они-то и являются движущей силой локаль-Катар переходил в полном смысле слов «из рук в руки». И только ной экономики (это же касается и соседних Объединенных Арабв 1914 году Турция официально перестала претендовать на терри- ских Эмиратов и Бахрейна). При таком количестве «гостей стоторию Катара и уступила это право Великобритании. Как и боль- лицы» (и не только нее) Катар считается одним из самых безопасшинство стран Персидского залива, Катар находился под протек- ных государств мира, так как буквально каждый квадратный метр торатом Великобритании вплоть до 1971 года, но, когда в стране тут находится под наблюдением камер и спецслужб. За исключенибыли открыты нефтяные скважины, ситуация изменилась корен- ем занимающей внушительную часть ег территории пустыни, коным образом, и государство провозгласило независимость. Сей- нечно, но и она осваивается так быстро, что скоро и тут будут (безчас в это трудно поверить, но еще в 50-х годах прошлого века на- опасные) города и сады, походие на иллюстрации к сказкам 1000 и

Российская пенсия: стрессов и убытков можно избежать-2

Краткий обзор проблем российской пенсии и способов их ре- ресах пенсионера. шений будет полезен пожилым соотечественникам, прибывшим в ФРГ из России и не утратившим российского гражданства на момент оформления пенсии.

НЕЗАКОННЫЕ УДЕРЖАНИЯ ПЕНСИИ

Пенсионеры-получатели социальных пособий особенно тяжело воспринимают незаконные удержания из пособий сумм, которые они не могут получить в свое распоряжение. Иногда чиновники отказывают заявителям в назначении пособия, если российская пенсия не оформлена, или если пенсионер не может представить какие-то справок или выписки со счетов из России, которые получить невозможно. Попытки решить подобную проблему самостоятельно или с помощью некомпетентных советчиков, как правило, результата не дают. Единственный эффективный путь - обращаться за помощью к квалифицированному адвокату, хорошо знающему проблемы русской пенсии. С «Русским центром» с 2009 года сотрудничает адвокат г-жа С. Панковски, имеющая большой опыт в этой области.

ПЕРЕВОД ПЕНСИИ ИЗ РОССИИ В ГЕРМАНИЮ

Переселенцы с §§ 7 и 8, еврейские иммигранты, к сожалению, не имеют права на отказ от русской пенсии. Их пенсия учитывается при выплате социального пособия, и перевод денег из России в Германию - единственный приемлемый способ удовлетворить требования ведомства. «Русский центр» - единственная в ФРГ общественная организация, которая организует такой перевод, и социальные ведомства выделяют средства для этой цели, перенимая на себя необходимые расходы. Если иногда социаламты отказываются компенсировать расходы, что противоречит закону, наш адвокат добивается правильного решения проблемы в инте-

Компенсироваться должны все расходы, необходимые для выплаты и перевода пенсии, в том числе затраты на ее первичное оформление, документы о нахождении в живых, переводы справок на немецкий язык, оформление новых паспортов и другие.

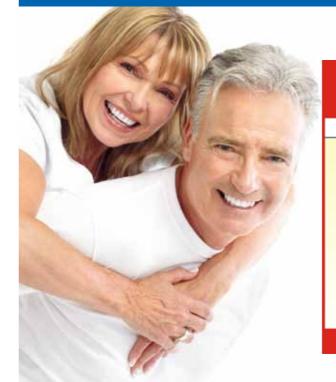
Бывает, что социаламт, вместо оплаты затрат на перевод пенсии, настаивает на поездке в Россию для получения денег со счета в Сбербанке. В этом случае он обязан покрыть не только все прямые расходы на поездку, но и стоимость проживания, и все банковские сборы, а также оплатить медицинскую страховку и гарантировать оплату всех связанных с поездкой рисков и расходов в непредвиденных критических ситуациях. Иногда пенсионеров такой вариант устраивает. Но если пенсионер не хочет рисковать, или по состоянию здоровья не может отправляться в дальнее путешествие, заставлять его никто не имеет права.

РОССИЙСКАЯ ПЕНСИЯ И ДОЛГИ ПЕРЕД КАССОЙ МЕ-ДИЦИНСКОГО СТРАХОВАНИЯ (KRANKENKASSE)

Ещё одна проблема, о которой мало кто знает – это российская пенсия и обязательные взносы в кассу медицинского страхования (Krankenversicherungsbeiträge) в размере около 10% от суммы пенсии. Некоторые кассы (например, АОК, ТК) уже внесли этот вопрос в свои формуляры. Если касса узнает о получении русской пенсии, то выставляет требование о выплате долга из расчета 12-15 евро за каждый месяц, начиная с 01.07.2011 года. И здесь «Русский центр» также оказывает необходимую помощь. Обращайтесь к нам - мы вышлем необходимые бланки по почте, затем рассмотрим поступившие обращения, по документам оценим ситуацию и предложим пенсионеру путь ее решения.

Объединение соотечественников «Русский центр»

Всегерманский консультационный центр для российских пенсионеров» Kurt-Schumacher Strasse 125, 45881 Gelsenkirchen, Телефон 0209-1774477



www.info-russisch.de

Информация - Консультации - Помощь с 2001 года

РОССИЙСКАЯ ПЕНСИЯ

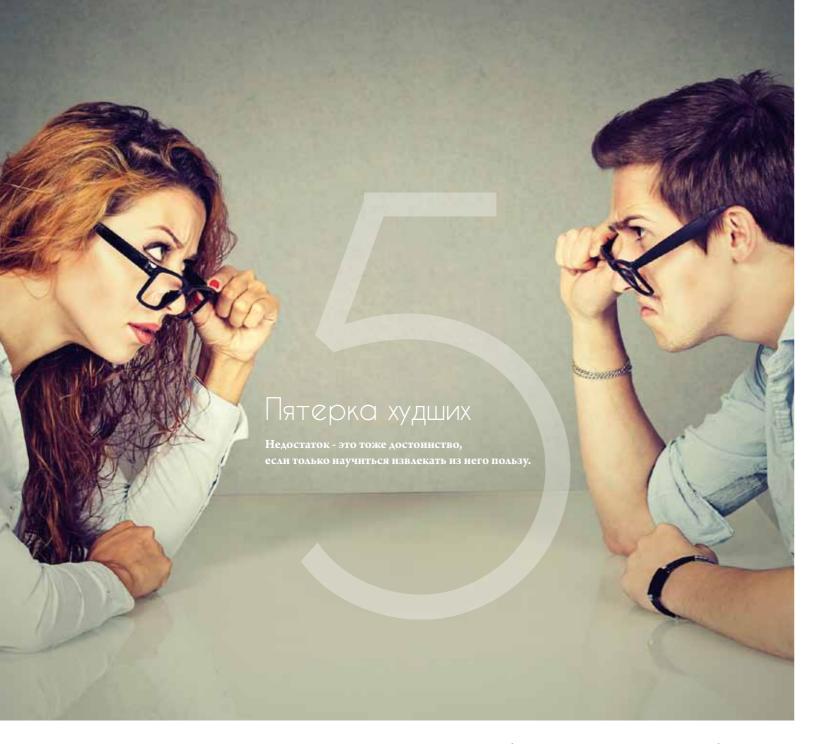
проблемы и решения

- НЕЗАКОННОЕ УДЕРЖАНИЕ РОС. ПЕНСИИ
- ПЕРЕВОД РОС. ПЕНСИИ В ГЕРМАНИЮ
- ДОЛГИ ИЗ-ЗА РОССИЙСКОЙ ПЕНСИИ
- ОФОРМЛЕНИЕ РОС. ПЕНСИИ ВПЕРВЫЕ
- ОТКАЗ ОТ РОС. ПЕНСИИ ДЛЯ §4 BVFG

Тел.: 0209 - 177 44 77

Всегерманский консультационный центр для российских пенсионеров Russisches Center, Kurt-Schumacher-Str. 125, 45881 Gelsenkirchen Подробнее на сайте: www.info-russisch.de

В кооперации с адвокатом: www.pankovski.de



ствует в природе.

Кто-то любит привирать, кто-то, наоборот, напрочь лишен дипломатической жилки и режет всегда правду-матку в глаза, не заботясь дии, кого-то – в космической пассивности и лени... Интересно, что и близоруко относятся к будущему. даже те отдельные индивидуумы, к чьим характерам, внешности и поступкам при всем желании сложно придраться, часто не вы- Плюсы: легкомысленные персоны постоянно пребывает в приособо ужасного. К тому же «если звезды зажигаются, значит, это кому-нибудь нужно». Не согласны? Давайте разберемся поподробнее с «пятеркой худших» человеческих недостатков!

ЛЕГКОМЫСЛИЕ

Минусы: легкомысленные люди отличаются, как правило, непред-

Идеальных людей, у которых совсем нет недостатков, не суще- сказуемостью и необязательностью, порой переходящих в безответственность. Они не знакомы с таким понятием, как долг, и никогда и ни в чем не признают своей вины. Часто легкомыслие подразумевает под собой нежелание и неспособность к каким-либо серьезным поступкам. Легкомысленные натуры живут сиюминуто последствиях. Кого-то можно уличить в чрезмерном чревоуго- ным настоящим, быстро вычеркивают из памяти уроки прошлого

зывают ничего, кроме здорового раздражения. Потому что идеал поднятом состоянии, без особого труда преодолевают грусть, да очень быстро надоедает, а любим мы, как правило, не за что-то, а и вообще им нетрудно живется на свете. Легкомыслие дает им вопреки чему-то... Так что, по сути дела, в недостатках нет ничего возможность не забивать себе голову лишними проблемами, ведь рано или поздно все решится и «пройдет, как с белых яблонь дым», поэтому-то они нередко добиваются просто удивительных результатов! Жизнерадостность, беззаботность и безграничный оптимизм - вот отличительные качества легкомысленных людей, которые отчасти и объясняют их удивительную популярность у окружающих.

ΛЕНЬ

Минусы: самое лучшее определения понятия «лень» можно найти в Толковом словаре Даля: «Лень - неохота работать, отвращенье от труда, от дела, занятий; наклонность к праздности, к ту- ше, выбирайте сами... А во-вторых, есть вопросы, на которые отвенеядству», - как говорится, комментарии излишни. Лень - свидетельство бессилия и вялости человека, его неприспособленности к жизни, даже эмоционального безразличия.

Плюсы: как известно, лень – двигатель прогресса. Ленивые люди экономят кучу времени на бессмысленные, по большому счету, действия вроде ежедневной уборки, живут спокойно и наслаждаются невыносимой легкостью бытия в то время. как прочие в поте УПРЯМСТВО лица своего тратят драгоценные часы жизни на суету сует. Больше того, ленивые люди не заморачиваются мыслями о собствен- **Минусы**: «упрямый делает все по-своему, на слушает ничьих со-За это их и любят!

ОБЖОРСТВО И ЗЛОУПОТРЕ-БЛЕНИЕ АЛКОГОЛЕМ

Минусы: помимо огромного вреда для здоровья, который наносят и чрезмерное чревоугодие, и злоупотребление алкоголем, эти недостатки ведут к понижению личностной самооценки, ощущению неконтролируемости происходящего, ухудшению социального положения... Люди, склонные к обжорству и алкоголизму, эмоционально неустойчивы и часто становятся жертвами депрессий. Их отличает импульсивное поведение, совершение необдуманных поступков и отсутствие всякой ответственности за себя и за своих близких.

Плюсы: в народе говорят, что «хорошего человека должно быть много»! И еще: «ешь, пока рот свеж». А народные мудрости, как известно, основаны на многовековом опыте, и им можно доверять! К тому же что может быть прекраснее свежайшего, тающего во рту круассана с горячим шоколадом (или булочки с корицей, или свиной отбивной, или жареной картошки с лучком)! Пусть другие заменяют все эти чудные яства сырой мор-

ковью, им никогда не ощутить волшебного наслаждения вкусом...

ΛОЖЬ

Минусы: уже в самом нежном возрасте детей учат тому, что врать

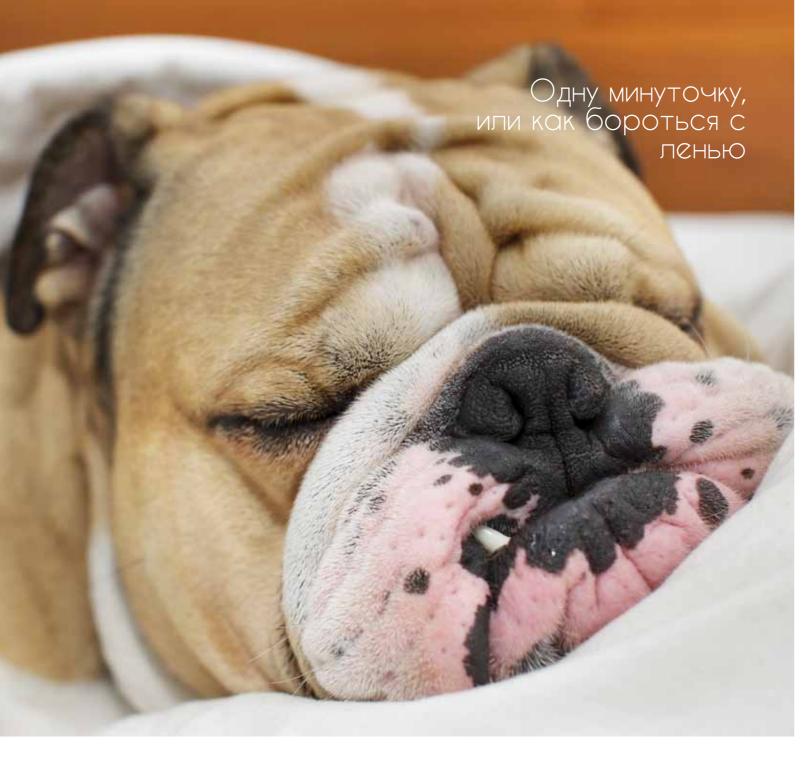
Плюсы: во-первых, иногда и ложь бывает во благо. Как утверждал Диккенс, «есть ложь, на которой люди, как на светлых крыльях, поднимаются к небу; есть истина, холодная, горькая, которая приковывает человека к земле свинцовыми цепями». Что лучтить честно практически невозможно, и ситуации, в которых просто необходимо соврать. Элементарная вежливость и общепринятый этикет заставляют улыбаться неприятным людям, интересоваться неинтересными вещами, говорить то, что надо, а не то, что хочется. И те, кто умеют вовремя солгать, зачастую оказываются в более выгодном положении!

ном несовершенстве, о смысле бытия и прочих беспокойных про- ветов и скоро становится жертвой своих заблуждений», сказано в блемах, а также редко критикуют окружающих. Потому что лень... одной из басней Эзопа. И это действительно так. Упрямцы отвер-



гают все авторитеты, ни за какие блага не желают принимать чужую точку зрения и отличаются крайней нетерпимостью.

Плюсы: упрямство означает в первую очередь наличие характера. Упрямые люди тверды и непреклонны в своем решении: вокруг нехорошо. И не зря! Потому что искажая сознательно истину, могут рушиться империи и судьбы, превращаться в прах города и лжец уходит от реальности и теряет связь с миром, теряет дове- возникать новые цивилизации, а они все равно будут последоварие окружающих и рискует поставить себя в неловкое положение. тельны в своих желаниях и поступках. А разве это так уж плохо?



ся спортом, бросить курить, далее по списку) с понедельника, - и и не только они!), тоже неправильно. Подобное преодоление себя так и не мог заставить себя отказаться от чаепития с булочками, через «не хочу» обычно ничем хорошим не заканчивается. Японвареньем и прочими калорийными радостями на ночь глядя (вме- цы, известные своей ответственностью и прилежанием, нашли госто того, чтобы отправиться на тренировку и уснуть с пустым же- раздо менее сложное решение проблемы. Называется оно «кайдлудком, но чистой совестью)? Положа руку на сердце, - практиче- зен», или «изменения к лучшему» а суть его – в выполнении заски каждый из нас хотя бы раз отдавался во власть рефлексии и, дачи, о которой не хочется даже думать, в течение минуты в день. махнув рукой на благие порывы, так и не реализовывал свои далеко идущие планы. Все потому, что не знал о новом способе борь- Японское понятие «кайдзен», как и основная часть японской леки воспитать в себе героя проще простого!

лени нет ничего хорошего. Но справляться с ней посредством чув-

Кто не давал себе клятвенное обещание начать худеть (занимать- ства вины (которую вызывают все вышеупомянутые пословицы

бы с ленью под названием «кайдзен», придуманном и опробован- сики, является составным. Оно «собрано» из слов «кай» («переном трудолюбивыми японцами. Как утверждают жители страны мена») и «дзен» («мудрость»). Суть этой методики изменения Восходящего солнца, с помощью подобной практики, занимаю- к лучшему – плод трудов психолога Масааки Имаи, которому было щей всего одну минуту в сутки, завязать с вредными привычками поручено разработать для японской корпорации Toyota Motor Corporation принципиально новый способ достижения лидерских позиций на мировом рынке. Как показало время, Имаи со своей «Лень - мать всех пороков», «лениться да гулять - добра не ви- задачей справился просто блестяще! Так почему бы не позаимдать», «ленивой кошке мышей не поймать», - кто бы спорил, в ствовать у него несколько идей и методов воплощения их в жизнь? всех функций, а также в устранении всего лишнего. И начинать тут только положительным восприятием мира! Если точно знать, что надо с малого, то есть с минуты. Просто попробуйте отвести на за проделанную работу предстоит какая-то награда, дело будет некое дело, которое вам выполнять совершенно не хочется, все- спориться гораздо веселее. Самые трудоемкие и неприятные заняго 60 секунд! Задачу можно поставить перед собой совершенно тия покажутся приятным времяпрепровождением, если за ними любую, от занятий спортом до отказа от сахара, от изучения ино- последуют заслуженный поход в кино или ресторан, или захватыстранного языка до уборки ванной комнаты. За минуту неприят- вающее путешествие, или длительный отпуск... Эти и другие раные ощущения, связанных с выполнением этого задания, не сфор- дужные ориентиры великолепно мотивируют на новые свершемируются, минутное занятие не успеет показаться вам тягостной ния в любой жизненный промежуток и прибавляют уверенности обязанностью и даже, вполне вероятно, будет в радость. А, как в себе. Что, если попробовать?

известно, маленькие шаги - самый короткий путь к достижению больших результатов.

Постепенно увеличивая количество времени для выполнения того или иного дела с одной минуты сначала до пяти, затем до десяти минут, потом до получаса и так далее, очень легко приучить себя к мысли о том, что задача не просто вполне выполнима, но и приносит удовольствие! И вот уже перспектива отдать занятиям гимнастикой целый час (или уборка дома в воскресенье в течение этого же времени, или зазубривание неправильных глаголов) или чтение книжки на иностранном языке) уже не вызывает тоску и уныние, ведь теперь-то известно, что глаза боятся, а руки делают!

Самое главное тут - не забывать хвалить себя

Как уже упоминалось, смысл кайдзен - в непрерывном улучшении за маленькие, но все же победы. Ведь успех и удача достигаются





рьба заполнять и присылать в редакцию подписной купон ак осуществлять абонентский платеж! В против

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

□ Да, я подписываюсь на альманах «Время» на 1 год всего за 29 евро!



Пожалуйста, заполните купон разборчиво латинскими буквами, вырежьте и отправьте по адресу Veritas Beteiligung und Management GmbH, Wilhelmsaue I, 10715 Berlin или по факсу 030/ 688 377 167, приложив к нему подтверждение об переводе 29 евро на счет

Veritas Beteiligung und Management GmbH, IBAN DE59 1002 0890 0355 9801 70, BIC HYVEDEMM488 (Berlin), Hypo- und Vereinsbank с пометкой «Abo Wremia».

Имя, фамилия/Vorname, Name:	
Адрес/Adresse:	
Контактный телефон/Telefon:	
Лата, полпись/Datum, Unterschrift:	



ся от сигарет раз и навсегда?

О том, что в курении нет ничего хорошего, знают все. И о последствиях этой пагубной привычки, которая, в частности, приводит к Но тем не менее те же медики в один голос утверждают, что неразвитию трех основных заболеваний, заканчивающихся, как правило, летальным исходом: рак легких, хронический бронхит и ко- поздно проходят. А здоровье – остается! Уже через два часа поронарная болезнь, - тоже. Но, как это ни парадоксально, несмотря сле последней сигареты никотин начинает активно выводиться из на многочисленные предупреждения врачей и леденящие кровь организма, на следующий день активизируется работа сердечнорезультаты всевозможных исследований воздействия табакокуре- сосудистой системы, через две недели улучшается состояние синия на человеческий организм, никотиновая зависимость остает- стемы кровообращения, а через два года после отказа от куреся самой распространенной вредной привычкой человечества. В ния риск заболеть сердечно-сосудистыми заболеваниями снижаобщей сложности курит каждый второй житель нашей планеты, ется почти вдвое! Это не говоря уже о том, что лишенный ежепри этом больше половины из них хотя бы раз в жизни безуспеш- дневного сигаретного стресса организм очищается, резко улучшано пробовали бросить курить. Причем безуспешно вовсе не пото- отся самочувствие и внешний вид, значительно повышается качему, что им не слишком-то этого и хотелось, а потому, что отказ от ство жизни. курения воспринимается организмом очень тяжело, порой так же, как и отказ от «сложных» наркотиков. И вот почему: никотин яв- Как же можно бросить курить? Ни в коем случае не рекомендуетляется по своей химической природе стимулирующим средством, ся переходить на более слабые сорта сигарет: во-первых, в них соподстегивающим работу мозга и вызывающим легкую эйфорию, а вершенно не обязательно меньше вредных веществ, а во вторых, вследствие этого – и быстрое, но прочное привыкание. Постепен- из-за низкого содержания в них никотина курильщик инстинктивно организм начинает испытывать постоянно возрастающую по- но глубже затягивается, и дым, а вместе с ним формальдегид, бентребность в никотине, а в том случае, если она не удовлетворяет- зол и мышьяк, быстрее попадают в легкие. Способ постепенного ся, - сильные симптомы абстиненции. Те, кто бросал курить, зна- отказа от курения тоже довольно малоперспективен, он оправдыют, - недополучив привычную дозу никотина, организм реагиру- вает себя только тогда, когда количество выкуриваемых за день сиет на ее отсутствие потливостью, кашлем, головной болью, рас- гарет превышает 30. Лучше всего собрать всю свою волю в кулак и стройством желудка. У бывшего курильщика резко снижается на- в один прекрасный день отказаться от сигарет раз и навсегда! Нестроение, он гораздо чаще ощущает признаки депрессии и трево- сомненно, гораздо проще сказать, чем сделать, но, поверьте, и сдегу. Особенно сложно отказываться от привычки курить женщи- лать не так уж и сложно. Вот несколько советов, которые помогут нам, поскольку они более подвержены стрессу, чем мужчины, и пережить первое, самое тяжелое, время без сигарет:

Марк Твен утверждал, что «бросить курить очень легко - лич- тяжелее переносят все вышеупомянутые симтомы абстиненции. но я бросал семьдесят два раза!». Что делать, чтобы отказать- Не зря современная медицина классифицирует табачную зависимость как одно из клинических заболеваний, требующее лечения силами профессиональных врачей-специалистов!

приятные ощущения, связанные с отказом от курения, рано или

НАПИСАННОМУ - ВЕРИТЬ!

Очень полезно бывает составить список преимуществ жизни без курения: увеличение продолжительности жизни, улучшение само- ПРИВЫЧКА – ВТОРАЯ НАТУРА чувствия, экономия денег и т.д. И в очередной раз убедиться, что решение отказаться от курения - единственно правильное!

ГРУППА ПОДДЕРЖКИ

Огромную роль в процессе отказа от курения играет поддержка семьи и друзей. Чтобы она ощущалась в полной мере, нужно заранее оповестить все близких и коллег о своем решении бросить курить и попросить их о понимании и терпимости. Прекрасно, если они проявят понимание и не будут курить в присутствии «отказника», а также высмеивать его.

О, СПОРТ, ТЫ - МИР!

Спорт несовместим с курением, а значит, в период отвыкания от этой вредной привычки полезно начать регулярно делать зарядку, совершать утренние (или вечерние) пробежки или ходить в спортзал.

ВОДА, ВОДА, КРУГОМ ВОДА...

Особенно при отвыкании от курения организм нуждается в дополнитель-

ной жидкости, следовательно, рекомендуется увеличить количе- курить, например, психологический тренинг, гипноз, иглоукалыство выпиваемой в день воды (не менее 10 стаканов!). Кроме это- вание... го, вода помогает «вымывать» никотин и другую химию из оргав воду ломтик лимона, настоящего кладезя витамина С, который точно, и она прекрасна!

особенно нужен тем, кто бросает курить.

Выяснив для себя, в какое время и почему появляется желание курить (во время стресса, после еды, «параллельно» чашке кофе), нужно в срочном порядке стараться находить другие модели пове-

> дения в эти моменты. В моменты, когда тяга закрить становится совсем невыносимой, можно попробовать отвлечь себя каким-то нейтральным действием (скажем, звонком по телефо-

МОСКВА НЕ СРАЗУ СТРОИ-ЛАСЬ...

Было бы неразумно уповать на чудо и ожидать легкого и безболезненного отвыкания от курения (касается особенно курильщиков со стажем!), поэтому, даже если попытка не удалась, не стоит падать духом и вновь начинать курить. Возможно, правильнее будет обратиться за помощью к специалисту - психотерапевту, психиатру, наркологу, иглотерапевту и т.д. Ведь человечество борется с табакокурением уже не первый год, и существует множество опробованных, действенных методик, призванных помочь бросить

низма и уменьшает тягу к сигаретам. Не лишним будет добавить Есть ли жизнь на Марсе, неизвестно. Но жизнь без сигарет есть





МР LOВОБИ**W** по-русски!

APOTHEKE AM ADENAUERPLATZ

■ Широкий ассортимент медикаментов, лекарственных трав, косметики ведущих

немецких и французских компаний, гибкая система скидок и акций

- Сотрудничество со службами по уходу за больными и пожилыми людьми
- Медицинская техника и компрессионный трикотаж
- Подгузники для взрослых и детей, урологические прокладки, медицинские пеленки, клеенки, простыни и перчатки, специальная косметика, питание для тяжелобольных и т.д. по рецептам и разрешениям от медицинских страховон Anlage 4 (40,00 Euro/Monat)
- Бесплатная доставка медикаментов по Берлину Ждем Вас у нас в аптеке!



Apotheke am Adenauerplatz | Apothekerin Nelly Smachtin

Kurfürstendamm 69 | 10707 Berlin | Тел. 030/8891 7007 | Факс 030/88917008 | E-Mail: info@apotheke-am-adenauerplatz.de | www.infoapotheke-am- adenauerplatz.de



Газировка с сахарозаменителем? Ни в коем случае!

О вреде сладких газированных напитков знают все, как и о том, что лучше от них отказаться вовсе, особенно людям пожилого возраста. Но уж если с желанием выпить стаканчик колы или ей подобных напитков справиться нет никакой возможности, лучше не менять напиток с высоким содержанием сахара на диетический вариант. Кардиологи уверены, что напитки с сахарозаменителями гораздо вреднее для организма тех, кому за 60, чем аналогичные напитки с сахаром, так как являются своего рода триггерами развития болезни Альцгеймера. Искусственный подсластитель аспартам и ему подобные, используемые в диетических газировках вместо сахара, могут вызывать аномальную пассивность нейронов и разрушение их связей, что, в свою очередь, повышает вероятностью возникновения старческого слабоумия. Поэтому лучше полностью исключить сладкие газированные напитки из рациона, - зачем рисковать своим здоровьем?



Мед против старения

«Зачем на свете мед? Для того, чтобы я его ел!», утверждал, уплетая содержимое очередного горшочка с медом, Винни-Пух. Наверное, именно поэтому этот известный любитель золотистого лакомства и выглядит на пороге своего 100-летия (первая книга про мишку Винни и всех, всех, всех вышла в 1926 году) столь же бодрым, веселым и симпатичным. Новозеландские ученые, проведя ряд экспериментов с продуктом деятельности пчел, пришли к тому же выводу: мед – не просто кладезь полезных веществ и «сладчайшее наслаждение», но и настоящее средство Макропулоса. Ученые объясняют это удивительными антиоксидантными свойствами меда. Именно они активно противостоят старению и изнашиванию организма, укрепляют иммунитет и возвращают молодость. И это еще не все! Мед способен снижать повышенное давление (достаточно съесть всего пару-тройку ложек меда, чтобы активизировать располагающийся в гипоталамусе нервный центр, отвечающий за работу парасимпатической нервной системы, - как итог, происходит и нормализация давления.). Медики убеждены, что, заменив в своем рационе сахар на мед, можно решить массу классических «возрастных» проблем, - что, если попробовать?

Лучшие друзья девушек

Лучшие арузья девушек – это бриллианты, думаете вы? Ученые внесли небольшую поправку в эту теорию: бриллианты, конечно, замечательны, но золото все же лучше, особено для тех, ко заботится о своем здоровье! Как подтвердилось в ходе недавних исследований шведских медиков, ношение золота напрямую связано с укреплением иммунной системы организма. Соли золота уменьшают и даже блокируют выделение из ядра иммунных клеток протеин, который провоцирует воспаления. А значит, те, кто постоянно носят золотые украшения, могут не особенно беспокоиться о состоянии своего иммунитета!





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 Barntrup
Tel.: 05263 - 95 625 75

www.veritas24.info

Служил Советскому Союзу, или с днем рождения, граненый стакан!



ну, вещи абсолютно культовой, ставшей символом целой эпо- бую прочность и устойчивость) получила прозвище «маленковхи и пережившей войну, мир, смену общественного строя и ской» по имени своего «родителя», члена Государственного коеще много разных перипетий.

ИСТОРИЯ...

шестой земной суши. 10-гранная новинка (грани, количество ко- ким кольцом по окружности края.

11 сентября исполняется 75 лет советскому граненому стакаторых впоследствии увеличилось до 16, придавали стакану осомитета обороны Георгия Максимилиановича Маленкова, позже занявшего пост председателя Совета Министров СССР. Все дело в том, что по приказу Маленкова для отдельных категорий воен-Итак, 11 сентября 1943 года на старейшем стекольном заводе Рос- нослужащих выделялось 200 г водки, выдаваемой в обед. Тем же, сии в Гусь-Хрустальном была изготовлена первая партия гране- кто не пил, позволялось обменять свою пайку в объеме граненого ных стаканов, которым было суждено стать неотъемлемым атри- стакана на табачный паек или сахар. Для упрощения исполнения бутом советского быта и любимым предметом населения одной этого приказа и был создан специальный стакан с гранями и глад-

... С ГЕОГРАФИЕЙ

Интересно, что версия, согласно которой авторство дизайна граненого стакана принадлежит скульптору Веру Мухиной, не подтверждена никакими свидетельствами. Скорее всего, мастер советненые стаканы в СССР) начали еще в середине XIX века в Америке. Спустя несколько десятилетий, с легкой руки купца Мальцова, одного из совладельцев стекольного завода в Гусь-Хрустальном, пристально отслеживавшего актуальные тенденции мировой легкой промышленности, в Россиии также стали выпускать приземистые стаканы с широкой гранью. Их использовали для чая. Потом появились такие же граненые, но высокие – они предназначались чии «крупногабаритных» емкостей в два стакана не помещалось, для шампанского. После революции, как это ни удивительно, де- а вот по трем разливалось великолепно. Вот и появился обычай у шевые с изготовлении, надежные граненые стаканы канули в забы- культурно отдыхающих граждан «соображать на троих». тье, и лишь благодаря уже упоминавшемуся выше постановлению Маленкова сначала тот самый завод в Гусь-Хрустальном, а за ним Одно поколение советских людей сменяло другое, за оттепелью и другие стеклодувные предприятия, возобновили производство «хорошо забытых» новинок. В считанные месяцы граненые ста- и закат СССР... А граненая «классика» все так же украшает кухни каны стали неотъемлемой частью советского быта, чему способствовала и весьма демократичная цена (7 копеек).

ΔΕΛΟ Β PA3MEPE?

Помимо оптимальной формы, классический граненый стакан подкупал и практичностью, - не одно поколение хозяек использовало его и как единицу измерения. Будучи 65 мм в диаметре и 90 ского монументализма не имела никакого отношения к созданию мм в высоту, он вмещал 200 мл жидкости (или 250 мл, если нали-«народной посуды», к тому же сама по себе посуда с гранями по- вать жидкость до краев). Интересно, что уже с первого издания явилась задолго до рождения создательницы «Рабочего и колхоз- классической «Книги о вкусной и здоровой пище» (1939) именницы», и совсем на другом континенте. Изготовливать стаканы но в стаканах, а не граммах, измерялось количество нужных в том методом прессования (именно по этой технологии делались гра- или ином рецепте воды, сахара и муки, а также бобовых, ягод и всего остального (стакан, наполненный до нижней кромки кольца, соответствует 200 мл воды или молока, 130 г муки, 180 г сахара, 210 г сметаны, 290 г ягодного пюре). Да и знаменитое выражение «сообразить на троих» также «вылилось» из граненого стакана. Случилось это в хрущевские времена, когда из продажи исчезли маленькие бутылки водки. Содержимое оставшихся в нали-

> последовали годы застоя, за ними – перестройка и ускорение, путч детей, внуков и правнуков хозяек, отмерявших стаканами муку и сахар, - причем не только на территории страны, которой уже нет на карте, но и далеко за ее пределами. Еще раз с юбилеем, граненый стакан!





Певица Илона Красавцева занята во многих проектах: высту- произведения русских композиторов-классиков, и мне пришлось пает с концертами, исполняет музыкальные номера в спектаклях по произведениям русских классиков нью-йоркского Театра музыки и поэзии Рустема Галича... Еще она сотруднича- Корсакова, Бородина, Глинку, Прокофьева, Рахманинова, Страет с разными музыкальными коллективами, недавно состоялось ее выступление во Флориде с ансамблем народных ин- сопрано поет авторские песни. В России режиссеры меня за это струментов из Москвы «Лад», ранее принимала участие в совместном концерте со знаменитым русским басом, солистом Metropolitan Opera и Covent Garden Михаилом Светловым. В планах - концертные выступления в Москве, которые певица хочет сделать незабываемым. В программу обязательно войдут популярные советские хиты, классические произведения под аккомпанемент русских народных инструментов и авторские песни Илоны Красавцевой.

бежом. Расскажите о Вашей концертной программе!

- Мне кажется, «посол культуры» слишком громкое название, но, безусловно, очень приятное (улыбается). Что касается концертной программы, если мы выступаем для иностранной публики, то в репертуаре обязательно присутствуют народные песни на русском языке в нашей обработке и песни, которые давно были переведены на английский язык – такие, как «Улетай на крыльях ветра», романс «Дорогой длинною». Их обожает западная публика, и на концертах нам всегда подпевают. Пытаюсь включать в программу произведения, которые западная публика знает плохо или совсем не знает, например, произведения Богословского, Дунаевского, Птичкина. Очень хорошо западная публика принимает песню «Эхо любви», даже на «бис» просят спеть именно эту песню. Для российских слушателей со всего постсоветского пространства я готовлю программу, где я обычно исполняю песни собственного сочинения и песни из репертуара Анны Герман. Участвую в спектаклях по мотивам произведений классиков русской литературы.

- Насколько я знаю, Вы начали профессионально заниматься музыкой, уже будучи взрослой, более того, Ваше решение стать певицей совпало с крутым поворотом в личной жизни... Не страшно было начинать карьеру с нуля?

- Нет, начинать карьеру с нуля было не страшно. Страшно стало потом, когда я поняла, что финансовая стабильность и творчество не всегда идут рука об руку с самого начала. Должно пройти какоето время для того, чтобы полностью ощутить эту самую стабильность. Были сложные моменты, приходилось в чем-то себе отказывать, было некомфортно и даже голодно. Но потом ситуация выровнялась, стало больше выступлений, меня начали чаще приглашать, и в финансовом плане все стало на свои места.

- На проходившем недавно в Лондоне Международном фестивале-конкурсе русской песни и русского романса Вы за-

- Сначала я не поверила, что победила, поскольку фестиваль собрал очень сильных исполнителей, и соревноваться с ними было страшновато. Я раньше не исполняла классический репертуар, начинала музыкальную карьеру как автор-исполнитель и максимум, что я могла предложить слушателям, это народные песни и песни себя. Иногда я даже приглашаю на какие-то мероприятия зритесовременных и советских композиторов. Но по мере того, как у лей, и это требует колоссальной организованности, труда и отнименя стали появляться концерты за рубежом, я начала исполнять мает много времени.

серьезно заниматься вокальной техникой, чтобы уметь это делать. Во всем мире люди знают и очень любят Чайковского, Римскоговинского и обычно ждут их произведений. Так и получилось, что часто ругали, а за рубежом, наоборот, любят. Так вот, петь классический репертуар я начала сравнительно недавно, поэтому жутко боялась соревноваться с грандами. Там были солисты Лондонской Королевской оперы, Мариинского и Большого театров. Не все из них участвовали в конкурсной программе, но и в самом конкурсе были очень сильные именитые исполнители. Когда я увидела зал, услышала, как участники фестиваля распеваются и репетируют, мне хотелось заплакать и убежать. У меня на репетиции даже произошло несмыкание связок, поэтому я не могла начать исполнять - Илона, Вас часто называют послом русской культуры за ру- песню Леля из оперы «Снегурочка», но потом собралась, и эта



классическая композиция, которую я пела во внеконкурсной программе, имела еще бОльший успех у публики, чем моя конкурсная работа – английская народная песня «Ярмарка Скарборо».

- Какими качествами нужно обладать, чтобы добиться успеха в Вашей профессии?

- Я, наверное, ничего нового не скажу, повторю то, что всем давным-давно известно. Для достижения успеха прежде всего необходимо трудолюбие. Это единственный критерий: если ты ховоевали первое место. Как Вы думаете, в чем секрет Вашего чешь работать, ты готов вставать раньше всех и ложиться позже всех. Но моя работа – это не только пение, это еще и организация концертов, фотосессии, съемки, записи. Все это требует хороших организаторских навыков. Если у вас нет родственников, которые возьмут на себя все административные функции, как, например, было у Селин Дион или Марии Каллас, вам придется взять это на

Вы никак не можете свыкнуться?

и никогда не проведешь. Зрители мгновенно чувствуют фальшь.

- Как Вы обычно работаете над концертной программой?

- Концертные программы обычно строятся с учетом того, куда я еду, и какой зритель меня ждет. Я стараюсь выяснять заранее, кто ми, и эти рассуждения про полноту оперных певиц меня никак не придет на мой концерт, возраст слушателей, кого больше, муж- касаются (смеется). За своей фигурой я слежу, занимаюсь фитнечин или женщин будет на выступлении, чтобы предложить что-то сом, люблю плавать.



конкретное данной аудитории. Хорошо, когда есть возможность драматический момент. В любом случае, я стараюсь отвечать на за- удается? бы отдача была по максимуму.

основу?

- Если бы я имела возможность заказать для себя либретто, то не - Илона, если бы профессий певицы и актрисы не существовастала бы выбирать оперу. Опера – это, как правило, печальный конец, если это не опера-буфф. Я бы заказала для себя музыкальный спектакль или мюзикл. Как произведение мне нравится «Золушсала свою собственную сказку и поставила по ней спектакль. Надеюсь, эта задумка когда-нибудь осуществится (улыбается)!

- Вы сейчас живете в Америке. Есть ли разница между публи- - Для достижения «плотности» голоса оперная певица должкой в России и тут? Что Вам здесь особенно нравится, и с чем на быть «в теле», один из примеров – Монтсеррат Кабалье. А вот перед камерой и на сцене излишняя полнота не привет-- На самом деле, публика везде одинакова. И австралийские, и аме- ствуется. Как Вам удается находить выход из положения?

риканские, и российские зрители одинаково хорошо реагируют, - Абсолютно не согласна с этим утверждением по поводу «плоткогда видят качественный продукт, красиво и интересно испол- ности» голоса. Не толщиной тела достигается красота и «плотненное произведение. Так же одинаково холодно они относятся, ность» голоса. Обратите внимание, что сегодня оперные певицы когда видят откровенно неинтересное зрелище. Публика в прин- уже выглядят совсем иначе. Публика стала больше уделять внимаципе очень восприимчива, и каждый зритель таков, что его нигде ния визуальному ряду, и оперные певицы «в теле» больше не являются звездами. Даже на кастингах выбирают достаточно субтильных и стройных оперных певиц с внешностью кинодив. Что касается меня, то я если и исполняю на сцене оперные арии, делаю это в более легкой манере по сравнению с настоящими оперница-



предварительно пообщаться с режиссером, который помогает вы- - Вы играючи совмещаете концерты и работу в студиях звукостроить концертную программу, уловить и донести до публики записи с семейной жизнью и воспитанием сына. Как Вам это

просы зрителей и предугадать их настроение, выбирая репертуар, - Мой сын уже достаточно взрослый, поэтому совмещать карьекоторый готовлю очень тщательно, отработав все номера так, что- ру и личную жизнь мне удается. Да и воспитывать мне его уже не нужно (улыбается). Он студент, учится в университете, правда, пока живет с нами. На самом деле, сейчас он помогает мне по мере - Если бы у Вас была возможность заказать для себя либрет- сил: например, решает множество бытовых вопросов, что дает то и поставить оперу, то какое бы произведение Вы взяли за мне возможность практически полностью посвящать себя работе.

ло в природе, в чем бы еще Вы могли реализоваться?

- Я уже реализовалась во многих сферах, занималась организацией мероприятий: конференций, тренингов, затем стала организовыка», но по этому сюжету постановки уже есть. Поэтому я бы напи- вать концерты и корпоративы. Больше менять в своей жизни ничего не хочется. Мне нравится то, чем я занимаюсь, и то, как на это реагирует публика, как принимают меня зрители. Мое единственное желание - продолжать развиваться в своей профессии!

Юлия Волкова вышла замуж

Экс-солистка группы t.А.Т.и. Юлия Волкова долго держала в секрете свой роман с неизвестным и не делилась подробностями личной жизни. Тем удивительнее стало ее фото в свадебном платье с букетом алых роз, размещенное певицей в социальных сетях. Юлия призналась, что верит в магию числа 08.08.2018 – именно этот день был выбран ей для свадьбы, - и знает теперь точно, что мечты сбываются! О свежеиспеченном муже Волкова рассказала, что он на удивление быстро подружился с ее дочерью Викой и сыном Самиром, и что она совершенно счастлива с ним. Что ж, со-



Алина Делисс выпустила детскую книгу



Вышла в свет книга-раскраска для детей «Как понять ребенка?», автором которой является писательница Алина Делисс. Эта книга представляет собой тесты-рисунки для детей в возрасте от 7 до 10 лет, позволяющие родителям лучше узнать своего ребенка, его интересы и желания. «Возраст 7-10 лет - это время, когда дети перестают чувствовать себя «малышами», - говорит Алина Делисс. - Они учатся в школе, выполняют новые обязанности, становятся более самостоятельными. Именно этот возраст по статистике является очень и очень непростым в психологическом плане. Ребенок, у которого не выстроены доверительные отношения с родителями, может скрывать достаточно серьезные вещи, начиная с проблем в отношениях со сверстниками и учителями, заканчивая участием в различных тайных сообществах в соцсетях, которые могут быть опасны и разрушительны как для психики ребёнка, так и для его жизни. Те небольшие, довольно простые задания, которые есть в этой книге, помогут вам сделать шаг навстречу тайному миру ваших детей. С помощью анализа цветов, которые ребенок выбирает для раскрашивания, размера и расположения рисунка, нажима карандаша и других деталей можно узнать, о чем думает ваш ребенок, чего он хочет, чего боится, а чему радуется!».

Телешоу «Дом-2» переезжает

Один из самых известных российских телепроектов «Дом-2» меняет свою дислокацию - согласно проекту властей Москвы на месте нынешней съемочной площадки реалити-шоу вблизи деревни Летово будет построена автомагистраль Марьино-Саларьево. Новый участок будет подобран в течение 2 месяцев. «Дом-2» выходит на телеканале ТНТ с 2004 года. Изначально концепция подразумевала строительство дома параллельно с созданием пар участниками и участницами. До 2012 года ведущей шоу была Ксения Собчак, в числе известных ведущих также Ксения Бородина, Ольга Бузова и Ольга Орлова. Общая площадь территории, где пока существует реалити-шоу, составляет 182 квадратных метра.







- О боже, почему в вашей машине так ужасно пахнет?
- Ну, а что вы хотите 120 лошадей!



- Как у тебя дела?
- В шоколаде! А у тебя?
- Hy... цвет, в общем-то, такой же...



Разговаривают два меломана:

- Чем отличается классическая музыка от современной?
- Классическую музыку всегда хочется сделать громче, современную тише.
 - **★★★**тор! Мне акула откуси
- Доктор, доктор! Мне акула откусила руку!
- Да, они это могут...

В город приехал цирк. Директор цирка показывает собравшимся горожанам слона и рассказывает:

- Это очень сильное и умное животное. Когда на новом месте нужно собрать шатер, он один работает за двадцать человек.

Голос из толпы:

- И вы считаете, что это от большого ума?!



Мужчина сидит в школьном коридоре и ждет свою дочь. Мимо проходит учительница:

- Ждете ребенка?
- Нет, я всегда такой толстый...

Получив на день рождения роликовые коньки, Алиса думала, что это лучший подарок на свете. Правда, уже через полчаса она поняла, что лучший подарок

— это новые передние зубы. ***

Водки не обещаю, но погуляем на славу. Иван Сусанин.



Раздвоение личности - это, конечно, печально. Однако, если нужно перенести диван, то вдвоем это сделать намного удобнее!





С 6 СЕНТЯБРЯ 2018 ГОДА

(«ШПИОН, КОТОРЫЙ МЕНЯ БРОСИЛ»)

Режиссер и автор сценария: Сюзанна Фогель

В ролях: Мила Кунис, Джастин Теру, Кейт Маккиннон

После внезапной ссоры с женихом Одри отправляется к нему за объяснениями, прихватив с собой в качестве моральной подержки лучшую подругу, - и находит бывшего возлюбленного убитым. Выясняется, что молодой человек, будучи секретным агентом, решил не подвергать любимую опасности и поэтому спровоцировал расставание с ней. Тем не менее, переступив порог его дома, девушки оказываются в эпицентре опасных шпионских интриг...

BOOK CLUB - DAS BESTE KOMMT NOCH («ЛИТЕРАТУРНЫЙ КЛУБ - ВСЕ ЛУЧШЕЕ ВПЕРЕДИ»)

Режиссер и автор сценария: Билл Холдермен

В ролях: Дайан Китон, Джейн Фонда, Кэндис Берген

Старинные подруги, выйдя на пенсию, воплотили в жизнь свою мечту и организовали литературный клуб. Теперь они могут проводить неограниченное количество времени за любимыми занятиями: чтением и обсуждением литературы! Но вот однажды в руки утонченных интеллектуалок попадает эротический бестселлер «Пятьдесят оттенков серого» - теперь их жизнь вряд ли будет прежней.

С 13 СЕНТЯБРЯ 2018 ГОДА

PREDATOR - UPGRADE

(«ХИЩНИК – ПОВЫШЕННАЯ ОПАСНОСТЬ»)

Режиссер: Шейн Блэк

Авторы сценария: Фред Деккер, Шейн Блэк, Джим Томас

Одно неосторожное действие ребенка случайно запускает механизм возвращения на Землю инопланетных Хищников, которые стали еще опаснее благодаря новым технологиям генетической модификации. Возможно ли остановить вторжение жестоких пришельцев?

С 20 СЕНТЯБРЯ 2018 ГОДА

SEARCHING

(«ПОИСК»)

Режиссер и автор сценария: Аниш Чаганти

В ролях: Джон Чо, Дебра Мессинг, Сара Сон

16-летняя Марго исчезает при загадочных обстоятельствах. Полиция в поисках девушки заходит в тупик, - и тогда безуспешный отец решает взломать ноутбук дочери, чтобы самому докопаться до ис-

С 27 СЕНТЯБРЯ 2018 ГОДА

THE EQUALIZER 2

(«ВЕЛИКИЙ УРАВНИТЕЛЬ-2»)

Режиссер: Антуан Фукуа

Авторы сценария: Майкл Слоун, Ричард Уэнк

В ролях: Дэнзел Вашингтон, Билл Пуллман, Мелисса Лео

Бывший агент ЦРУ Роберт Маккола, непоколебимо служивший делу справедливости и защищающий униженных и оскорбленных, решил было сложить оружие и отойти от дел. Но в свете последних событий ему все-таки предстоит вновь вернуться к своей непростой миссии.

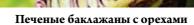












Начало осени - сезон овощей, фруктов, грибов и новых рецептов!

Парад овощей

Ингредиенты: 500 г баклажанов, 2 луковицы, 1 столовая ложка растительного масла, 100 г очищенных грецких орехов, 100 г зерен граната, молотый черный перец, соль по вкусу

Баклажаны запечь в духовке без добавления жира в течение 15 минут, затем снять с них кожицу, нарезать мелкой соломкой, посолить, поперчить. Нашинкованный лук спассеровать в разогретом масле, орехи слегка обжарить, растолочь.

Соединить баклажаны, лук, орехи, хорошо перемешать, при подаче посыпать зернами граната. Подавать можно как в горячем, так и в холодном виде.

Салат из лисичек с грушами

Ингредиенты: 250 г лисичек, 100 г салатных листьев, 2 спелые груши, 1 лук-шалот, 1 лимон, по 1 столовой ложке жидкого меда и оливкового масла, соль, перец по вкусу

Груши помыть, разрезать вдоль пополам, удалить семена, порезать крупными дольками и сбрызнуть лимонным соком половины лимона. Салат помыть и хорошо обсущить. Лисички хорошо промыть, обсушить, лук очистить, нарезать полукольцами. На сковороде разогреть масло и на среднем огне обжарить лук до мягкости и прозрачности 2-3 минуты, затем добавить лисички и жарить, помешивая, 7-10 минут. В конце посолить. Соединить сок из оставшейся половинки лимона, оливковое масло, мед и хорошо перемешать. На тарелки выложить салатные листья, дольки груш, обжаренные грибы, полить заправкой, перемешать и подать.



Ингредиенты: 300 г крекеров, 400 г жирного творога, 3 столовые ложки сливочного масла, 4 столовые ложки очищенных грецких орехов, 2 зубчика чеснока, 1 столовая ложка рубленой кинзы, молотый черный перец, соль по вкусу

Ядра грецких орехов слегка обжарить без добавления масла, измельчить. Чеснок растереть с солью. Сливочное масло растопить на водяной бане. Творог соединить с маслом, орехами, чесноком, перцем, перемешать до образования однородной массы. Разложить массу горками на крекеры, посыпать рубленой зеленью кинзы, подавать на большом блюде.

Суп-пюре из печеных перцев и цветной капусты

Ингредиенты: 4 средних красных болгарских перца, кочан цветной капусты, 2 столовые ложки масла, 1 среднего размера луковица, 3 зубчика чеснока, 4 чашки куриного бульона, 1 чайная ложка свежего рубленого тимьяна, соль и перец по вкусу

Разрезать перец пополам, положить лицевой стороной вниз на противень, застеленный пергаментной бумагой или фольгой. Туда же выложить капусту, разобранную на соцветия, и запекать около 15-20 минут. Разогреть масло в большой кастрюле, добавить нарезанные кубиками лук и чеснок. Обжарить на средней температуре до золотистого цвета. Добавить куриный бульон и приправы, перемешать, довести до кипения. Перец и капусту нарезать, добавить кастрюлю, варить суп на медленном огне в течение 10 минут. Блендировать суп, добавив по вкусу соль и пе-

Петербургский яблочный пудинг

9.2018

Ингредиенты: 10 яблок, 1,5 стакана сметаны, 5 яиц, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки сахара, 1 чайная ложка цедры лимона, 1 стакан абрикосового варенья, 1 столовая ложка сливочного масла

Яблоки промыть, удалить из них сердцевину, наполнить вареньем, сложить в смазанную маслом форму. Желтки отделить от белков, растереть с сахаром, натертой цедрой лимона, мукой и сметаной. Белки взбить в пену, соединить со сметанной массой, перемешивая сверху вниз, залить этой смесью яблоки. Пудинг запекать в духовке на слабом огне до загустения сметанно-яичной массы. Готовый пудинг вынуть их духовки, освободить от формы. При подаче нарезать кусками, не повредив яблоки. Подавать с абрикосовым вареньем или охлажденным кипяченым молоком.



АЗБУКА ВКУСА 27









ДОСКА ОБЪЯВЛЕНИЙ

Куплю/Продам

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

Недвижимость

Семейная пара снимет дачу на месяц или более в окрестностях Берлина, до 60 км. Перезвоню сам 0151 719 00 950

Предлагаю работу

Ищем работницу по дому и няню. Без проживания. Ребенок 7 месяцев. Районы Рудов, Бритц, Буков, Йоханнесталь. ел. 017661262787 звонить с 9:00 до 19:00.

Ищу работу

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

Женщина из Латвии ищет работу по уходу за больными людьми с проживанием, опыт мието за может и другие отнежаванием за может и другие отнимальные автомобилей и другие отнимальные

Тел. 0037128890784

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

Женщина из Украины ищет работу по уборке квартир и офисов. Стаж работы, ПМЖ Берлин.

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

Предлагаю услуги

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

Тел 0152 1,7696124

Предлагаем бесплатные курсы немецкого языка для женщин. Тел. 030 290 31 127 или 0176 724 730 83. Berlin-Wilmersdorf, Perpekt e V

Компания G.R.A.W. Vermittlungs- und Beratungsgesellschaft mbH предлагает услуги по супервыгодному страхованик автомобилей и другие оптимальные условия страхования по самым низким ценам! С нами вы экономите до 30% страховых взносов! Обращаться по телефону 030/688 377 129

Приму в подарок

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

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

Разное

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

Он, 54/184/92, разведен, работаю, без в/п. Жду звонка от милой, некурящей женщины. Тел. $0152\ 14673035$

Она, 54/175/84, ищет уставшего от одиночества порядочного мужчину до 55-56 лет. О себе: симпатичная, надежная, добрая, без в/п, без детей. Жду звонка от серьезных мужчин. Звонить в любое время, с 20:00 до 22:00 и по выходным не беспокоить.

Тел. 0176 39 56 48 51

Берлинец, 54/184/90, разведен, без в/п, работаю. Познакомлюсь с симпатичной, некурящей, не склонной к полноте девушкой. Тел. 0176 541 45 157. Он, 46 лет, без в/п, предлагает вступить в брак на взаимовыгодных условиях гражданке ЕС. Я из России.
Тел. 0152 110 33639. Олег

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

Автосалон

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

Билеты на концерты и спектакли

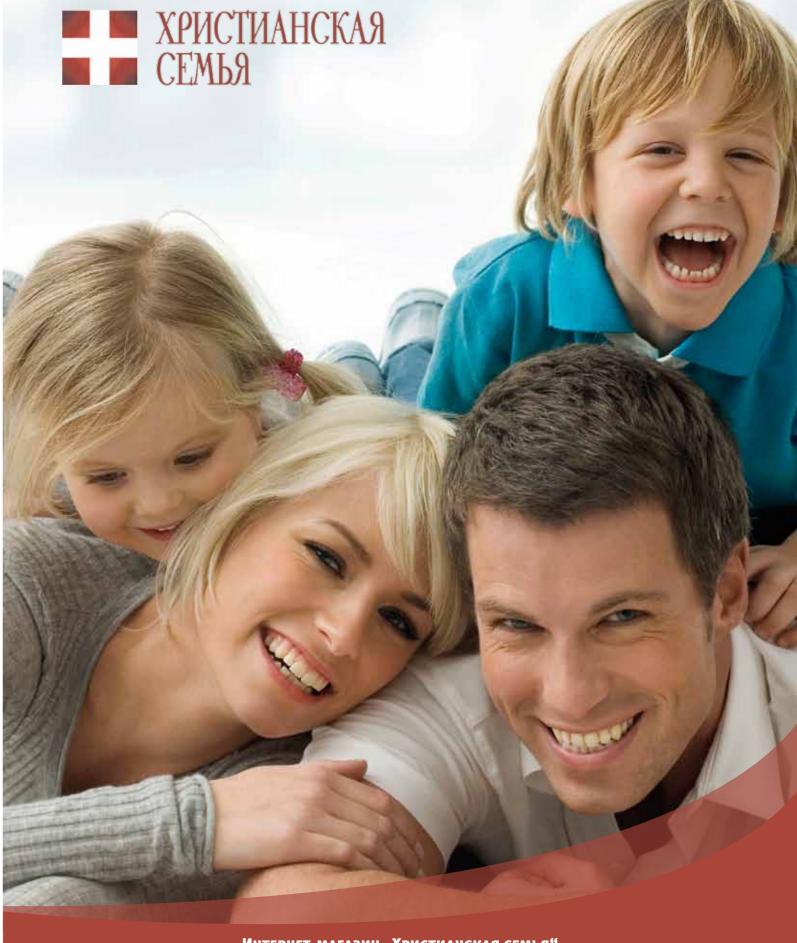
ВСЕГДА В ПРОДАЖЕ
КНИЖНЫЕ НОВИНКИ, DVD И CD
от ведущих российских производителей

Kugelfangtrift 134 • Am Mittelfelde 117 • Tel.: 0511 - 606 70 95

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

<mark>Пох</mark> выре:																			688 3	77 I <i>6</i>	57
Ky		₩т	екст с	бъяв	ления	І (толы	ко этот	г текст	будет	напеча	атан!):										
Бесплатные объявления (Количество публикаций: бесплатно до 3 раз платно раз х5 евро) Рубрики:									Платные объявления (стоимость I объявления — 10 еврс скидка 30% при 4 и большем количестве публикаций)												
куплю/продам подарю/приму в подарок								Рубрики:													
Сниму квартиру/ищу Nachmieter Поздравления/соболезнования								предлагаю работу													
шищу работу зооуголок									предлагаю услуги												
Ваши																					
КОНТАКТНЫЕ ДАННЫЕ Имя, фамилия/Vorname, Name: (не для публикации)								_			онтакт	ный т	елефо	н/ T ele	fon:						
(пе для пуоликации)									Адрес/Adresse: Дата, подпись/Datum, Unt							tersch	rift:				

Бесплатно публикуются только объявления частного характера. Объявления, поданные посредниками, представителями, рекламными агентами и лицами, занимающимися куплей-продажей различных товаров и услуг, считаются коммерческими и публикуются на условиях предоплаты (стоимость такого объявления 10 €). Редакция не осуществляет проверку информации, размещенной в рубрике «Доска объявлений», и не несет ответственности за ее содержание такой информации. Право обработки текстов объявлений остается неизменным. По вопросам публикации и размещения в альманахе «Время» этого и других видов рекламы обращайтесь по телефону: 030/ 688 377 161.



Интернет-магазин "Христианская семья" Более 1000 наименований духовной и художественной литературы, икон, ювелирных изделий и сувениров для каждого члена семьи!

ЗАКАЗЫВАЙТЕ ПО ТЕЛЕФОНУ, ПО ФАКСУ ИЛИ ПО ИНТЕРНЕТУ! ТЕЛ. 030 / 688 377 170, ФАКС 030 / 688 377 167 WWW. CHRIST-FAMILIE.EU



ОПТИМАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ СТРАХОВАНИЯ ПО САМЫМ ВЫГОДНЫМ ЦЕНАМ

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

