



Тимур Еремеев – актер театра «Миллениум» и звезда сериалов «Кухня», «Отель Элеон» и «Звоните ДиКаприо!», – об источниках вдохновения, спектакле «Хитрец по найму» и формуле семейного счастья.





CTP. 2

Афиша месяца

CTP. 4

Хронограф

А в это время, много лет назад...

CTP. 6

Для пользы тела

НЕ СМЕШИВАТЬ, ИЛИ НАМ ВМЕСТЕ БЫТЬ НЕЛЬЗЯ

Как и люди, далеко не все косметические средства «дружат» друг с другом.

CTP. 10

Тема

Люблю я макароны

Лучше всего прогоняеют тоску и наполняют душу радостью (а желудок – сложными углеводами и клетчаткой) макароны и прочие родственные им изделия.

CTP. 20

Гостиная

Тимур Еремеев: «Если любить жизнь, она непременно ответит взаимностью!»

Тимур Еремеев – актер театра «Миллениум» и звезда сериалов «Кухня», «Отель Элеон» и «Звоните ДиКаприо!»,

- об источниках вдохновения, спектакле «Хитрец по найму» и формуле семейного счастья.

CTP. 26

Кинозал

В феврале на экранах

CTP. 27

Азбука вкуса

Февральские тезисы

«Февраль. Достать чернил и плакать...» - можно последовать завету классика,

а можно вопроки ему порадовать себя и близких потрясающе оптимистичными и вкусными блюдами



Impressum

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЙ АЛЬМАНАХ | RUSSISCHSPRACHIGE ILLUSTRIERTE

UVP 2,50 EUR | Ausgabe: 1 mal monatlich



Herausgeber | Издатель: Veritas Beteiligung und Management GmbH | Ullsteinstraße 89 | 12109 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

extredaktion | Выпускающий редактор: Anna Kalmann | Анна Кальман

Die Redaktion übernimmt keine Haftung für den Werbeinhalt. Alle in dieser Zeitung veröffentlichen Beiträge unterliegen dem Urheberrecht und dürfen nur mit schriftlicher Genehmigung der Redaktion nachgedruckt sowie anders verwendet 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.



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



Справки по тел.: +49 (0) 30 688 377 155

■ ВСЕ ДЛЯ ТВОРЧЕСТВА

Заказывайте на сайте www.detiru.de



События

Сладкая жизнь

My Cake 2020

откроет свои двери Международная выставка дизайна тортов и творческой выпечки My Cake 2020, на которой будут представлены не только торты, пирожные и прочие кондитерские изделия, но и оборудование для пекарен и магазинов, холодильники и сопутствующая продукция, а также новые тенденции и технологии в «сладкой» области. Не обойдется и без конкурсов, победителями одного из которых, в частности, станет «Кондитер года», соз- тересных вещах, так или иначе связанных с отдыхом на море. давший самый вкусный и красивый торт . Не менее интересным станет и мастер-класс, в ходе которого можно будет онакомиться с выпечкой без сахара для больных диабетом 2 типа и лиц, контролирующих уровень потребления сахара. Жаль только, что продлится эта прекрасная выставка всего 2 дня...

По морям, по волнам

Kreuzfahrtwelt Hamburg 2020

Февраль начнется правильно: уже 1 февраля в Фридрихсхафене Все те, кто в разгар зимы мечтают о лете, а также путешественники и покорители водных просторов, - добро пожаловать на Международную специализированную выставку путешествий и круизов Kreuzfahrtwelt Hamburg 2020, которая пройдет с 5 по 9 февраля! Тут вы найдете самую полную информацию о путешествиях по водным просторам на плавучих дворцах, о грандиозных круизных лайнерах, о маршрутах вояжей и многих других, не менее ин-





















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

«Из всех искусств для нас важнейшим является кино!»

Berlin International Film Festival 2020 Berlinale

70-й международный кинофестиваль Berlinale, который пройдет в немецкой столице с 20 февраля по 1 марта, будет не совсем обычным. Для начала, со своего поста, который он занимал почти 20 лет, ушел его директор Дитер Косслик, уступив бразды правления художественному директору Карло Шатриану и исполнительному директору Мариетте Риссенбек (а как известно, новые метлы и метут по-новому, так что ждем сюрпризов!). Во-вторых, к традиционным конкурсным секциям в этом году добавлена программа Encounters, призванная поощрять смелые работы независимых режиссеров. В-третьих, достойна упоминания и специальная программа «On Transmission», участниками которой станут 7 известных режиссеров, каждый из которых привезет с собой по одному гостю. В-четвертых... лучше идите и смотрите сами! Скучно точно не будет, тем более, что ретроспектива Berlinale-2020 посвящена американскому режиссеру Кингу Видору, а «Золотой медведь за жизненные достижения» будет вручена британской актрисе-«оскароносице» Хелен Миррен.



Все изменения – к лучшему

LebensArt Lübeck 2020

Вы хотели что-то изменить в своей жизни в этом году? Начните с С 13 по 17 февраля в Берлине вот уже в 17-й раз пройдет Междудизайна интерьера своего жилья, сада или балкона! Наверняка вам придется по душе один из модных трендов (или что-то из классики жанра) которые будут представлены с 21 по 23 февраля на выставке садоводства, быта и стиля жизни LebensArt Lübeck 2020. Помимо богатейшего ассортимента идей и товаров для благоустройства интерьеров и озеленения открытых пространств, тут можно получить массу полезных советов и столько же – удовольствия.



Будьте здоровы!

Medizin 2020

Что может быть важнее здоровья? Ничего, считают участники и посетители специализированной выставки медицинского оборудования и материалов Medizin 2020, посвященной новинкам отрасли, - и не ошибаются. С 7 по 9 февраля Штутгартский выставочный центр станет местом встречи врачей и аптекарей, медицинских работников и сотрудников амбулаторных служб по уходу, а также студентов-медиков и интернов. Причина проста – именно тут можно узнать все о новых инновационных продуктах и услугах, получить возможность проанализировать свои достижения, обменяться опытом и познакомиться с интересными проектами, а также установить долгосрочные партнерские отношения.



Магия танца

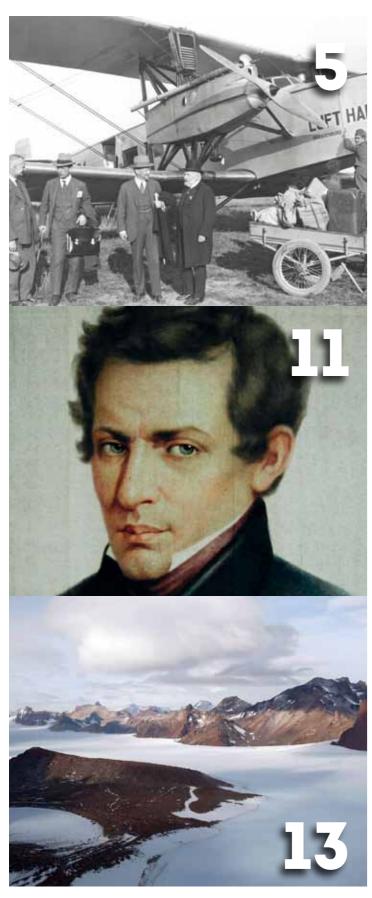
TANZOLYMP 2020

народный хореографический фестиваль-конкурс TANZOLYMP («Танцевальный Олимп»). Это уникальное в своем роде общественно-культурное явление, направленное на поддержку детского и юношеского танцевального творчества и международное сотрудничество подрастающего поколения с профессиональными деятелями культуры и сцены. В этом году покорять вершины «Танцевального Олимпа» будут профессиональные и любительские хореографические коллективы и солисты из 40 стран мира. Победители юбилейного конкурса, удостоившиеся уникальных призов, стипендий на обучение и полное обеспечение в лучшие хореографические школы мира и контрактов с ведущими труппами Германии, продемонстрируют свое мастерство на сцене столичного Schiller Theater 17 февраля на грандиозном галаконцерте. К ним присоединятся звезды мировой балетной сцены,



WREMJA.INFO n2 2020

А в это время, много лет назад...



2 февраля 1940 года

В Адлере был организован первый в РСФСР чайный совхоз, - началось производство знаменитого «краснодарского чая».

5 февраля 1919 года

Компания DLR (Deutsche Luft-Reederei) открыла первую в Европе пассажирскую авиалинию Берлин – Лейпциг - Веймар. Кстати, именно DLR ввела в практику принятое сегодня авиакомпаниями всего мира правило размещать на корпусе самолета свой логотип. Это был взмывающий в небо журавль, нынешний фирменный знак авиакомпании Lufthansa.

7 февраля 1795 года

По указу Екатерины II порт Хаджибей, как и другие причерноморские города с древнегреческими названиями, был переименован в Одессу.

11 февраля 1826 года

Русский математик Н. И. Лобачевский публично выступил с докладом, в котором впервые в мире говорилось о том, что две параллельные прямые могут пересекаться, положив таким образом начало новой, или неэвклидовой, геометрии.

13 февраля 1956 года

На берегу моря Дейвиса над станцией, получившей название «Мирный», был поднят советский флаг. С этого дня начались систематические исследования Антарктиды Советской антарктической экспедицией, которая в наши дни носит название Российская антарктическая экспедиция (РАЭ).

16 февраля 2005 года

Вступил в силу и обрел статус обязательного к исполнению соглашения принятый на конференции ООН в Киото (Япония) в 1997 году и ратифицированный 141 государством протокол к Конвенции ООН по климату. Подписавшие документ страны договорились о необходимости сокращения выбросов парниковых газов, которые вызывают глобальное потепление, а Страны Евросоюза в одностороннем порядке обязались сократить на 20% выбросы парниковых газов к 2020 году.

22 февраля 1788 года

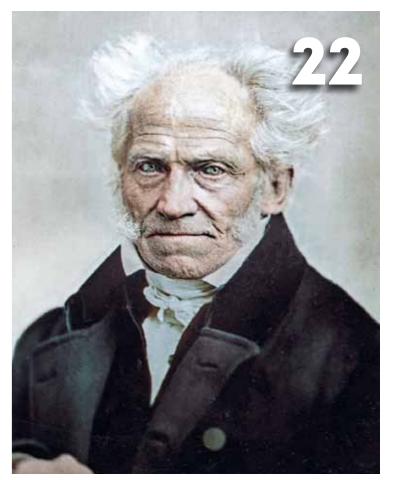
В Данциге появился на свет Артур Шопенгауэр, немецкий философ-иррационалист, представивший сущность мира и человека как бессознательную «волю к жизни». Он считал, что мировая история не имеет смысла, а существующий мир является «наихудшим из возможных».

25 февраля 1836 года

Сэмюэл Кольт получил первый патент на шестизарядный револьвер 45 калибра.

29 февраля 1288 года

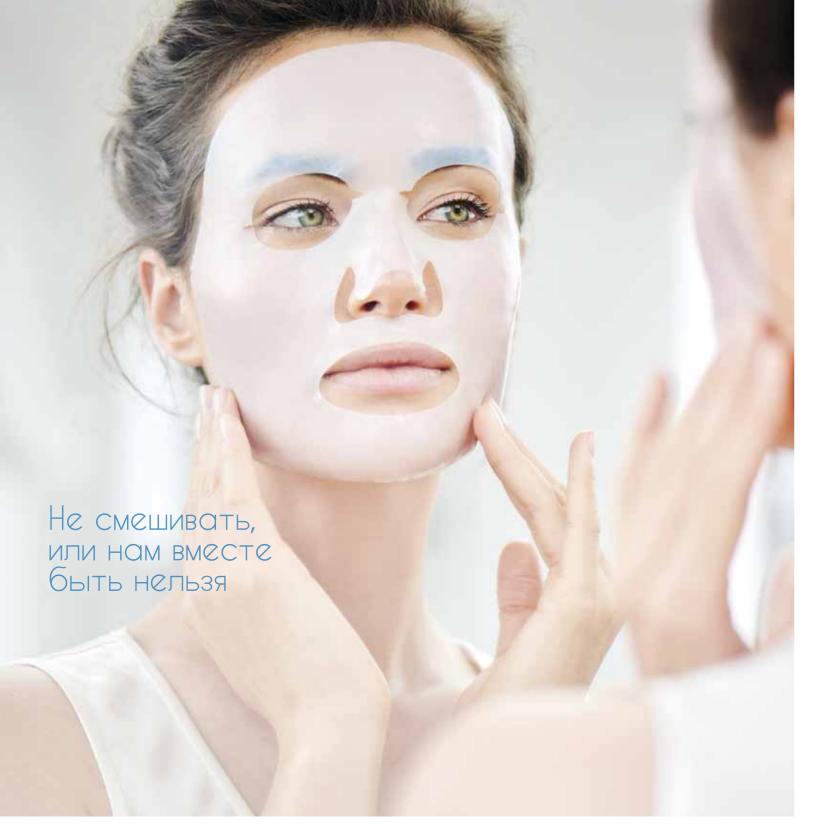
В Шотландии вышел закон, устанавливающий «лишний» день февраля день днем, когда женщина может предложить брак мужчине, а мужчина в случае отказа облагается штрафом.





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

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



Как и люди, далеко не все косметические средства «дружат» друг с другом. Поэтому лучше не увлекаться процессом и не смешивать несколько полезных продуктов для ухода за кожей, строго наоборот.

Еще один аргумент в пользу обязательного изучения этикетки на баночках с любимыми кремом, сывороткой и лосьоном - некоторые входящие в их состав ингредиенты при взаимодействии могут оказать негативное влияние на здоровье кожи. Каких же сочетаний лучше избегать?

Витамин А и эксфолианты

Витамин А, или ретинол, способен повышать способность кожи к регенерации и эффективно борется с морщинами и пигментными чтобы добиться двойного эффекта – все может получиться пятнами. Казалось бы, вот он, идеальный компонент антивозрастных уходовых средств! С одной стороны, да, с другой - тут необходимо проявлять осторожность (это касается в особенности тех, кто склонен к чрезмерному увлечению пилингами и скрабами)! Дело в том, что витамин А и эксфолианты в паре истончают и пересушивают кожу и приводят к ее покраснению, раздражению и повышению чувствительности. И уж точно не стоит пользоваться средствам с ретинолом после очищения кожи скрабом, но перед контактом с солнцем, - нарушение баланса важных для здоровья кожи компонентов в этом случае практически гарантировано.

Масла и маслосодержащие продукты и сыворотки

Тут как раз тот самый случай, когда кашу маслом можно испортить. Все дело в том, что барьер на коже, образованный маслом для лица, мешает впитыванию активных компонентов сыворотки и серума. Они просто не могут проникнуть сквозь пленку, образованную маслосодержащим продуктом, и желаемые результаты ет избегать использования этих ингредиентов в одно и то же вретак и останутся недостижимыми. Как итог: лишнее нежелатель- мя, но при этом вполне безопасно и эффективно применять средное (и совершенно бесполезное) воздействие на чувствительную кожу лица плюс выброшенные деньги за оказавшееся ненужным косметическое средство. Подсказка: если уж применять масло, то Эфирные масла и фруктовые кислоты как завершающий этапа увлажнения, после применения сывороток или серумов.

Маски из глины и средства, содержащие алкоголь

Маски, в состав которых входит глина, идеально подходят обладательницам жирной, пористой, склонной к образованию прыщей кожи: частички глины великолепно подсушивают ее и очищают забитые поры. Однако после их применения ни в коем случае нельзя пользоваться спиртосодержащими средствами, чтобы не пересушить кожу и, как следствие, заработать раздражение и неприятные микроповреждения.

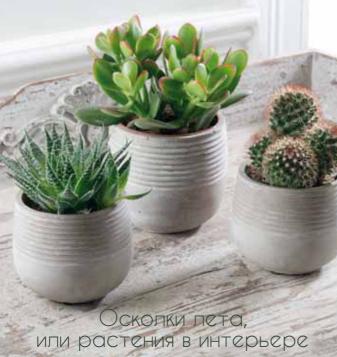
Витамин С и витамин А

Парадоксально, но факт: витамины С и А не очень «дружат»! Все потому, что витамин С активен при показателе кислотнощелочного баланса менее 3,5, тогда как ретинол лучше всего проявляется при его высоких показателях, от 5,5 до 6. Поэтому следуство с витамином С утром, а с витамином А — вечером.

Категорически несовместимы эфирные масла и фруктовые кислоты! Дело в том, что эфирные масла сильно (и, как правило, неравномерно) повышают впитывающую способность кожи, соотвественно становится невозможным контролировать глубину и равномерность воздействия на нее кислот. В результата вероятность получения ожога почти стопроцентная, - а это совсем не то, что было запланировано!









Даже самый изысканный и продуманный интерьер смотрит- дает заболеваниями иммунной системы и сердечно-сосудистыми ся уныло и аскетично без комнатных растений. И наоборот, недугами. Лавр незаменим также в затемненных и сырых помещес помощью цветов можно сделать любую обстановку наряд- ниях, так как способен в 8-10 раз уменьшать численность плесненее и уютнее. К тому же домашний сад обладает массой других вых грибков в воздухе. А вот помещения, где установлен компьюположительных качеств: растения поглощают пыль, очищают тер, просто-таки необходимо украшать кактусами. Эти растения воздух комнаты от углекислоты, где ее в десятки раз больше, не только убивают микробы, но и снижают вредную ионизацию чем под открытым небом, способствуют ионизации воздуха, а воздуха, защищая от электромагнитного излучения. Специалисты также благоприятно влияют на нервную систему обитателей по фен-шуй полагают, что кактусы нейтрализуют ярость и гнев, дома своей спокойной зеленой окраской и помогают спра- успокаивают обидчивых и не дают вынашивать планы мести, а таквиться с плохим настроением и стрессом. А еще «осколки же помогают не концентрироваться на переживаниях и подклю**лета» помогают создать в считанные секунды благоприятную** чать к эмоциям логику. энергетическую атмосферу и решить многие проблемы личного свойства, - если, конечно, они подобраны правильно....

комнатных растений в оформлении интерьера. А зря! Ведь цветы который хорош на кладбищах, в крайнем случае – в качестве элеобладают удивительной способностью преображать окружающее мента живой изгороди в саду, но ни в коем случае не в жилых помепространство – делать его светлее, объемнее, радостнее, или же, щениях. Дело в том, что кипарис приносит в дом тяжелую энергенапротив, резко ухудшать энергетику помещения. Но, прежде чем тику, и нахождение в той комнате, где стоит горшок с кипарисом, начинать работы по благоустройству уютного цветочного гнез- может повлечь за собой перепады настроения, беспричинную тодышка, нужно самым внимательным образом изучить особенности того или иного претендента на место в нем. И помнить, что тому же она ядовита, особенно опасны ее ягоды, и особенно в додалеко не все растения легко и непринужденно будут чувствовать мах, где есть дети, заводить тую категорически не рекомендуется. себя как дома в том или ином помещении, и не все будут подходить Плющ, несмотря на всю его декоративность, тоже лучше не дерсвоим хозяевам по биоэнергетическим параметрам.

всегда и при любых обстоятельствах излучают позитивную энер- мещении энергетического вампира). А еще его специфический, гию, помогая жить в радости и спокойствии. Например, обыкно- чуть уловимый, но крайне неполезный для человека аромат окавенная комнатная герань - оптимальное комнатное растение в пла- зывает отрицательное влияние на сон и аппетит, поэтому присутне красоты, эффектности и неприхотливости. Герань изгоняет из ствие плюща в квартире может ухудшить качество жизни ее обидома моль и вредных насекомых, зато на людей вырабатываемые тателей. Особенно подвержены негативному воздействию плющ ею соединения действуют самым положительным образом: они мужчины (не зря в народе плюз называют «мужегоном»!). успокаивают и устраняют стрессы и бессонницу, спасают от головной боли, снижают артериальное давление. Кроме того, счита- И еще: желательно разводить дома только те растения, которые воздух жилых комнат от токсинов (именно поэтому опытные цве- хорошо расти в обстановке антипатии. К тому же тогда с подоконходящих на улицу). Лавровое дерево, великолепно справляющееся положительная энергия, - а этого уж точно не хотелось бы! с вирусами и бактериями, необходимо приобрести тем, кто стра-

В то же время существуют такие растения, обращаться с которыми нужно с большой осторожностью, и от приобретения которых Как это не печально, многие люди склонны недооценивать роль лучше воздержаться. К ним относятся кипарис, «древо смерти», ску, ощущение безысходности... Аналогично воздействует туя, к жать дома. Считается, что он может быть особенно хорошим проводником для всяческих энерговампирических манипуляций (го-Есть, впрочем, и «универсальные» комнатные растения, которые ворят, что лоснящиеся листья плюща – признак присутствия в по-

ется, что герань выделяет вещества, которые защищают организм нравятся именно вам, а не знакомым или родственникам. Получив от злокачественных опухолей. Великолепными оздоравливающи- в подарок цветок, по каким-то причинам вызывающий негативные ми свойствами обладает также банальный фикус, который очищает эмоции, лучше передарить его, потому что он все равно не будет товоды рекомендуют ставить горшки с фикусами возле окон, вы- ника, где стоит горшок с этим растением, вряд ли будет излучаться

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



строенный по индивидуальному проекту и расположенный в тихом частном секторе.

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

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

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

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

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

Количество комнат ограничено!









них и пойдет разговор.

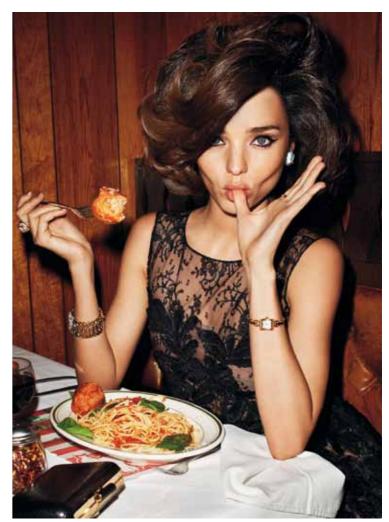
реводе с итальянского pasta означает «тесто»).

В мире насчитывают более 500 видов пасты: спагетти, каннелло- ки, способствующей правильной работе кишечника. ни, ротини, фузилли, пенне, мелкая вермишель, «бантики», «спи-

Когда еще поднимать себе настроение с помощью еды, как не ральки»... Это так называемая «открытая» паста, а есть еще и в феврале! А как известно, лучше всего прогоняют тоску и на- «закрытая» - равиоли, тортеллини и другие виды пасты с начинполняют душу радостью (а желудок – сложными углеводами и кой. Ей, кстати, может быть что угодно, от лосося до сыра, от трав клетчаткой) макароны и прочие родственные им изделия. О с орехами до мортаделлы. Именно многообразие форм пасты и сотни рецептов соусов к ней делают ее такой привлекательной, к тому же, как уже упоминалось, нет ничего проще, чем готовить па-Кто, где и когда придумал макароны, неизвестно. И, хотя право но- сту! Хотя стоп: чтобы паста получилась не только вкусной, но и сить гордое звание создателей этого столь же вкусного, столь и по- полезной, варить ее лучше на слабом огне в большом количестве лезного блюда издавна оспаривается итальянцами, китайцами и кипящей подсоленной воды и чуть меньше времени, чем написаарабами, скорее всего, согласие будет вряд ли достигнуто. Ведь по- но на упаковке! Идеальное ее состояние, - al dente, что значит «на добные изделия из теста в разных вариациях можно найти в кух- зубок». Дело в том, что полностью сваренная паста слишком нане практически любого народа, занимавшегося земледелием. Ну, сыщена водой и потому становится тяжелой для желудка, к тому а когда с развитием торговли и морских путей появилась нужда в же в переваренной пасте углеводы переходят в аморфную форму пище компактного размера, которую можно хранить длительное и гораздо быстрее усваиваются. А вот в чуть твердоватых макаровремя и готовить легко и быстро, макароны и вовсе стали бест- нах лучше сохраняются все полезные вещества, в том числе и анселлерами. С тех пор утекло немало воды, но популярность изде- тиоксиданты, способствующие выведению из организма свободлий из теста, нарезанного на тонкие пластинки, только увеличи- ных радикалов, ответственных за преждевременное старение, что лась. Кстати, о тесте – именно благодаря ему повелось называть отражается, прежде всего, на коже. Не говоря уже о витаминах В все виды макаронных изделий, какой бы формы они ни были (в пе- и Е, белках, микро- и макроэлементах и соединениях, способствующих выработке гормона радости серотонина, помогающего сохранять позитивный настрой и бороться со стрессами, и клетчатПомимо хорошего настронеия, паста хороша и для тонкой талии. Несмотря на бытующее мнение, в макаронных изделиях не так уж и много калорий, около 150-200 ккал на 150 граммов готового блюда, и практически нет жиров (менее 2%). Поэтому-то диетологи и относят пасту к продуктам, снижающим риск сердечно-сосудистых заболеваний и обладающим наряду с помидорами и соей противораковыми свойствами. Совсем не зря именно макароны являются основой средиземноморской диеты и одним из секретов красоты и долголетия. Внимание! Все это касается «пустых» макорон, без соусов, масла и подливок. Лучше всего выбирать пасту только из твердых сортов пшеницы и есть с ее овощами, зеленью или оливковым маслом. Вот, например, простой и вкусный вариант заправки, подходящий к любому без исключения виду пасты и так популярный в Италии: немного оливкового масла, перец чили, чеснок и пармезан.

Настоящие мастера пасты рекомендуют вынимать пасту из кипящей воды шумовкой и сразу выкладывать ее на блюдо, либо же откидывать ее на дуршлаг буквально на несколько минут, не промывая ее холодной водой. Перемешав макаронные изделия с овощами или соусом, нужно дать готовой пасте постоять пару минут для полного «объединения» ингредиентов.

... Итальянцы, тонкие знатоки и ценители макарон, твердо уверены: именно паста является залогом здоровья и долголетия, а также отличного настроения! С ними трудно не согласиться, особенно в феврале, когда на душе тоска, а за окном - безысходность. Так что вместо того, чтобы «достать чернил и плакать», сварите спагетти: вот увидите, сразу станет веселее!





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

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



чем принято думать.

быстро этот напиток вошел в обиход.

В это же время чай оказался распробован и оценен по достоин- рики. ству англичанами, очень быстро превратившись в национальный

Чай сыграл в истории человества гораздо более важную роль, напиток, распространенный во всех классах английского общества, а заодно и в источник доходов британской короны, поскольку его продажа облагалась особым налогом. К XVIII веку британ-В это трудно поверить, но чай, без чашки которого сложно пред- ская Ост-Индская компания, занимавшаяся управлением в Индии ставить себе повседневную жизнь, оказался одной из поворот- и торговлей с Востоком, вытеснила голландцев в качестве основных точек мировой истории! Появившись в далекой древности в ных поставщиков чая в Европу. Сложно сказать, насколько привы-Китае, чай со временем перекочевал и в Японию, а затем и в Цен- кание к танину и мягкому энергетическому эффекту, оказываемотральную Азию. Тем не менее его звездный час пришелся на XVII му чаем, играло здесь свою роль, однако население Англии уже не век, когда с ним познакомились европейцы (с учетом того, что мир могло без него обходиться. Это же касалось и североамериканских к тому времени становился все более европоцентричным, влияние колоний Англии. Бостонское чаепитие стало одной из важных акпривычек европейских народов оказывалось более значимым для ций протеста против британских колониальных властей и пролопоследующего хода истории). Первыми поставщиками чая в Ев- гом к началу Войны за независимость. Тогда группа поселенцев ропу стали голландцы, которые в XVII веке в значительной мере сбросила в море ящики с чаем, находившиеся на борту прибывших контролировали торговлю с Китаем. Однако особенности геогра- в бостонский порт кораблей Ост-Индской компании. Формально фии определили, что Россия познакомилась с этим товаром неза- это считалось протестом против чайного налога, введенного в ковисимо от развития европейской морской торговли, поскольку лониях без согласия их жителей. Однако фактически участники сама продвигалась к Китаю с севера через пространства Сибири. нападения уничтожали конкурентов: незадолго до этого британ-В 1638 году, когда у России и Китая уже появилась общая грани- ские власти разрешили Ост-Индской компании напрямую поставца, чай был получен в качестве подарка послом Василием Старко- лять чай в колонии на североамериканском побережье, и прибыввым во время переговоров в ответ на дары московского царя. Хотя ший чай мог быть продан по ценам значительно ниже, чем могли Старков хотел первоначально отказаться от неизвестной ему тра- позволить себе североамериканские контрабандисты. Так что вовы, в итоге тюки с чаем были доставлены в Москву, где довольно просы доступа к чаю сыграли свою роль в усилении трений между колониями и Британской метрополией, повлекших за собой Войну за независимость и образование Соединенных Штатов Аме-

Повышенный спрос на чай в Англии к XIX веку вызвал огромный дисбаланс в торговле с Китаем. Китай не проявлял большого интереса к британской продукции и требовал в уплату за чай серебро. В первой трети XIX века становилось заметно, что англичане буквально «пропивают» свои запасы серебра: чай уже прочно вошел в ежедневную привычку, его потребление постоянно росло. Фигурально можно говорить о том, что у привыкания англичан к чаю был свой наркотический механизм. А ответом на такое привыкание и дисбаланс в торговле стала массовая поставка в Китай безусловного наркотика: в стремлении вернуть часть серебра Ост-Индская компания стала нелегально завозить в Китай опиум, производившийся из выращиваемого в Бенгалии опийного мака. Дальнейшие споры о торговле и стремление Британии открыть китайские рынки привели к серии опиумных войн, в которых Китай был разбит и превратился в полузависимое от европейских держав государство, к тому же на долгие годы обязанный не препятствовать опиумной торговле. Так что роль чая (точнее, нежелание торговать им на основе принципов свободной торговли) в мировой истории не всегда выглядела изящно, - но разве есть в этой самой истории другие варианты развития событий?





огромная просьба заполнять и присылать в редакцию подписной КУПОН ПЕРЕД ТЕМ, КАК ОСУЩЕСТВЛЯТЬ АБОНЕНТСКИЙ ПЛАТЕЖ! В ПРОТИВНОМ ІЙОНЖОМЕОВ RЭТЭRЛВАТЭДЭЧП ЭН МОД АН МАВ АХАНАМАЛА АЯВАТЭОД

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

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



ПОЖАЛУЙСТА, ЗАПОЛНИТЕ КУПОН РАЗБОРЧИВО ЛАТИНСКИМИ БУКВАМИ, ВЫРЕЖЬТЕ И ОТПРАВЬТЕ ПО AДРЕСУ VERITAS BETEILIGUNG UND MANAGEMENT GMBH, ULLSTEINSTRAßE 89, 12109 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 «АВО WREMJA».

ИМЯ. ФАМИЛИЯ/VORNAME. NAME:

AMPEC/ADRESSE:

КОНТАКТНЫЙ ТЕЛЕФОН/TELEFON

ДАТА, ПОДПИСЬ/DATUM, UNTERSCHRIFT:



смотреть содержимое своего холодильника.

дуры. Главное, знать, какой же дожна быть эта самая еда!

благодаря уникальному витаминно-минеральному комплексу, раз- ряет обмен веществ. нообразным антиоксидантам, клетчатке и кислородосодержащещим производство коллагена, который придает коже гладкость и эластичность. То же самое можно сказать и о красном перце, который может помочь восстановить ткани кожи, сохранить ее влагу и но поводов, чтобы есть все эти чудо-овощи регулярно!

Не менее антиоксидантов в деле борьбы за красоту и здоровье ва- мы, - и никаких морщин! жен также белок, строительный материал для клеток, и аминокис-

Плохая новость: таблетки, помогающей волшебным образом лоты, жизненно необходимые для нормального функционироваразгладить кожу и вернуть ей упругость и сияние молодости, ния организма, в том числе и для кожи, чтобы ей было из чего синвсе еще не существует. Хорошая новость: чтобы сохранить тезировать новые клетки. Главный источник их – мясо (конечно, **здоровье и красоту на долгие годы, иногда достаточно пере**- аминокислоты также есть в яйцах, орехах, бобовых, но такого разнообразного набора, как в мясе, нет нигде!). Поэтому так важно включать в меню телятину, курицу, индейку, - хотя бы 2-3 раза в не-Путь через желудок лежит не только к сердцу мужчины, но и к кра- делю. Кроме стейков и гуляша, полезно готовить также и блюда из соте женщины (и мужчины, кстати, заодно), - это аксиома, не нуж- печени, оптимально - говяжья или куриной, ведь и в той, и в друдающаяся в доказательствах. Действительно, еда в деле сохране- гой рекордно много витамина В2, неизмеримо больше, чем в печения и приумножения здоровья кожи может быть такой же эффек- ни трески или фуа-гра. А важен В2 для кожи потому, что без него тивной, как хорошие косметические средства и салонные проце- она становится уязвимой, склонной к покраснениям и раздражениям, сухости и дерматитам.

И врачи, и косметологи сходятся во мнении, что красоты не быва- Морские водоросли входят в состав многих косметических ет без продуктов, содержащих антиоксиданты и полезные жиры. В средств, славящихся своей потрясающей эфффективностью. Попервую очередь – без авокадо, брокколи и красного болгарского нятно, почему, - в них более 60 минералов и витаминов и такое же перца. Регулярное употребление авокадо замедляет деятельность рекордное число белков и аминокислот, стимулирующих процесфермента, из-за которого коллагеновые волокна в ходе старения сы образования коллагена и эластина, снабжающих клетки кожи кожи начинают деформироваться и вызывать морщины, кроме строительными материалами и насыщающих их кислородом. А потого, олеиновая кислота, которой в авокадо очень много, способ- лисахариды, также входящие в состав водорослей, по своему соствует регенерации кожи и незаменима в возрасте, когда кожа те- ставу схожи с гиалуроновой кислотой – веществом, удерживаюряет сияние молодости. Брокколи, в свою очередь, является мощ- щим влагу в глубоких слоях кожи. Не говоря уже о внушительном нейшим противовоспалительным и омолаживающим средством количестве йода, который стимулирует работу щитовидки и уско-

му каротиноиду лютеину, входящим в его состав и стимулирую- Уже если речь у нас зашла о дарах моря, было бы непростительно не упомянуть рыбу, особенно представителей семейства лососевых - непревзойденный источник омега-3 жирных кислот, которые замедляют разрушение коллагена. Кроме того, от омега-3 зазащитить от вредных ультрафиолетовых лучей. В общем, достаточ- висит эластичность стенок клеток кожи. Одна 100-граммовая порция рыбы в день полностью покрывает суточную потребность в этом элементе. Как бонус - здоровье сердечно-сосудистой систеЧудеса в ампулах

Можно ли замедлить процесс старения кожи и поражать окружающих сиянием молодости, не прибегая к услугам салонов красоты? Можно, если заглянуть в Brillant Apotheke и приобрести там чудодейственную сыворот-

Что такое сыворотка в ампулах, и почему косметика от Ojesh действительно способна творить чудеса? Начнем с того, что это средство для ухода за кожей является по совместителству еще и лечебным, способным решить множество проблем. Тусклая кожа становится благодаря ему гладкой и упругой, сухая кожа – шелковистой и увлажненной, морщины выравниваются, воспаления и высыпания исчезают. Уникальная по своему составу и эффективности сыворотка в ампулах Ojesh отличается максимальной концентрацией полезных свойств. В ее основе - олиго-тип гиалуроновой кислоты с минимальным размером молекул. А чем меньше молекула, тем глубже она проникает внутрь кожи – в данном случае эффект сопоставим с медицинской иглой! Сыворотка

в ампулах Ojesh в 2 раза эффективнее увлажняет кожу, чем традиционная гиалуроновая кислота, воздействуя на глубокие ткани кожи, стимулируя кровообращение и улучшая питание клеток. Кроме этого, она включает в себя экстракт эдельвейса, известного своими сильными регенерирующими свойствами, повышающего эластичность и увлажненность и активирующего синтез коллагена. Невесомая текстура сыворотки в ампулах Ojesh дарит коже совершенно новое ощущение комфорта! А самое приятное – результат в полном смысле налицо уже после всего лишь нескольких нанесений продукта на кожу. Впрочем, чем сто раз прочитать, лучше один раз убедиться в преимуществах чудо-капсул на собственном опыте, - но не откладывайте визит в Brillant Apotheke надолго, ведь весна, а вместе с ней пора преображений, уже со-

Увлажняющая сыворотка в ампулах Ojesh, а также огромный ассортимент лекарственных препаратов и товаров для здоровья и красоты ждут Вас в Brillant Apotheke!





АКЦИЯ МЕСЯЦА В BRILLANT APOTHEKE - 10%НАЯ СКИДКА

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

НА СЫВОРОТКУ В АМПУЛАХ ОЈЕЅН!

WWW.BRILLANT-APOTHEKE.DE

ЧАСЫ РАБОТЫ: С ПН. ПО ПТ. С 8:30 ДО 20:00, CБ. 9:00-19:00

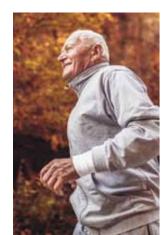




Не на здоровье

Как выяснилось в ходе недавних исследований, проведенных китайскими учеными, связи между употреблением небольших количеств алкоголя и снижением риска возникновения сердечнососудистых заболеваний у пожилых людей не существует. Иными словами, «бокальчик для здоровья» - всего лишь миф. У тех, кто пьет немного, риск смерти (общий или от сердечно-сосудистых болезней) таков же, как у злоупотребляющих алкоголем, хотя, разумеется, вероятность инсульта и прочих сбоев в работе сердечно-сосудистой системы увеличивается пропорционально количеству выпитого. Поэтому медики рекомендуют вовсе отказаться от алкоголя, либо же постараться свести его употребление к минимуму.





В движении – жизнь, и не только

В пользу занятий спортом (особенно это касается тех, кому за...) является еще и оздоровление мозга. Новая научная работа американских медиков доказывает, что у пожилых людей, ренулярно занимающихся спортом, мозг здоровее, чем у тех, кто пренебрегает физическими упражнениями. В частности, одной составляющей эксперимента была передача участникам исследования речевых сигналов на фоне шума, причем активность их мозга фиксировалась специальными аппаратами. Оказалось, что любители физкультуры существенно лучше различают речь на фоне шума. Отделы их мозга, ответственных за расшифровку речи, более чутко отвечают на раздражители. Интересно, что музыканты и танцоры также имеют улучшенную способность слышать входящие звуковые сигналы, однако это происходит путем усиления звука в их мозге.

Сахара не надо

Одной из причин классической возрастной бессонницы может оказаться еда, - содержание в рационе большого количества рафинированных углеводов вроде белого хлеба, газированных напитков, добавленных сахаров и очищенных злаков, увеличивает вероятность развития проблем со сном. Все дело в том, что, когда уровень сахара в крови быстро повышается, организм реагирует, вырабатывая инсулин, и в результате снижение уровня сахара в крови приводит к выбросу гормонов адреналина и кортизола, - основных «нарушителей» сна. Тем, кто не может представить вечер без сладкого, врачи советуют обратить внимание на фрукты. Они содержат сахар, но клетчатка в них замедляет скорость усвоения, что помогает предотвратить всплески сахара в крови и, соответственно, улучшает качество сна.



Не нервничайте, это заразно!

Мало того, что стресс «заразен» для окружающих, он еще и негативно влияет на мозг! В своем исследовании ученые из Медицинской школы Университета Калгари обнаружили, что стресс передается от других людей, то есть тревога, отчаяние и упадок сил могут быть получены «по цепочке», при этом они изменяют мозг на клеточном уровне точно так же, как это делает «собственный» стресс. Активация определенных «стрессовых» нейронов в мозге стимулирует химический сигнал - выработку так называемого «тревожного феромона», который оповещает окружающих. Именно благодаря восприятию этого сигнала симптомы стресса могут возникать у родственников, коллег и близких людей, испытывающих повышенные нервозность и волнение. Совет: не стоит поддаваться чужим настроениям!



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 Ullsteinstraße 89 12109 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



пьютер».

«Есть такой воспитательный закон: если родители не воспитывают своего ребенка, это не значит, что он не воспитывается. Прошколе, старшие товарищи во дворе, телевизор или компьютер.

Родители обязательно должны регламентировать и время нахожментируем чтение, знакомства своих детей. Ребенок, как правипри этом не затрачивая абсолютно никаких усилий со своей сто- быть и спорт, и творчество. роны. Организация каких-то развлечений в реальном мире требупредлагается устанавливать на домашние компьютеры специаль- ле и своим.» ные интернет-фильтры.

Главный редактор «Наследника», отец девятерых детей, про- В пост вообще можно запретить играть на компьютере. Но следутоиерей Максим Первозванский о проблеме «человек и ком- ет понимать, что когда у человека есть зависимость, что-то в его душе занимает большое место, это нужно замещать чем-то другим. Это касается и взрослых, и детей. Почему так сложно наркоманов, алкоголиков, игроманов вывести из этого состояния? Физическую зависимость снять легко, но в душе остается пустота, и если ее нисто его воспитывает что-то другое или кто-то другой: учителя в чем не заполнять, пристрастие легко возвращается. Это достаточно серьезная, долгая работа по заполнению образовавшейся или образующейся пустоты чем-то правильным, созидательным.

дения у компьютера, и характер компьютерных игр, как мы регла- Потому серьезным способом борьбы с компьютерной зависимостью — особенно если мы говорим не о взрослых, а о детях — явло, не способен сам остановиться в игре. Компьютер или телеви- ляется довольно жесткое ограничение времени и качества того, зор — это пассивное получение достаточно сильных эмоций. Че-чем занимается ребенок у компьютера, а самое главное — активловек испытывает какие-то переживания, получает информацию, ные созидательные формы совместной деятельности. Это может

ет усилий. Даже чтобы книгу читать, необходимо потрудиться, за- Конечно, очень важно, чтобы ребенок все-таки читал, и тогда те действовать воображение. А в компьютерной игре ничего не надо миры и фантазии, которые он будет черпать из мировой литеравоображать, тебе просто дается картинка, придуманная автором туры, для него будут все-таки интереснее и важней, чем то, что он игры или создателями фильма. Отдельная тема — безопасность в будет получать в телевизоре и компьютере. По крайней мере, буинтернете. Главная роль здесь принадлежит родителям, которым дет какое-то равновесие. Я это вижу по многим детям, в том чис-

СЕЗОН ПРАЗДНИКОВ

Сезон рождественско-новогодних праздников в резиденциях для пожилых людей «Nestwärme», «Glücksklee», «Sonnenhaus», «Sorglos Wohnen» и «Віепенwiese» подошел к концу, Но это не повод расстраиваться, - ведь сколько еще торжеств впереди! А пока можно еще раз с улыбкой вспомнить Снегурочку и Деда Мороза, которые подготовили для жильцов резиденций поздравления и подарки, нарядную елку, веселые конкурсы и викторины, песни и танцы и, конечно, массу приятных сюрпризов, - и пожелать нашим подопечным здоровья, долголетия и как можно больше поводов для радости!



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. Звоните нам, 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









- Тимур, когда Вы поняли, что хотите стать актером?

- Я даже не помню, что хотел стать кем-то другим. Выбор профессии произошел как-то постепенно, логично и органично, не было никакой вспышки, озарения. Я всегда мечтал о сцене и в момент, фессия вообще очень несправедливая, и все, кто в нее приходят, когда было нужно определиться, просто пошел на поводу у своей мечты.

- Что нужно, чтобы стать по-настоящему хорошим актером?

- Быть в нужное время в нужном месте! Талант и харизма, конечно, тоже немаловажны. Что касается работоспособности, лично я считаю, что она необходима, но при этом знаю много примеров ния они очень любимы публикой. Тем не менее, все вышеперечис- то, потому что дает энергию и очень увлекает.

ленные качества входят только в 10%, а 90% - это случай. Существует огромное количество прекрасных актеров, трудяг, которые посвящают всю жизнь профессии, но они не слишком заметны в публичном пространстве и не слишком успешны. Актерская продолжны это понимать.

- Вы считаете себя актером скорее театра или кино? Где Вы себя более комфортно чувствуете, на сцене или съемочной

- Знаете, мне вообще кажется, что тут вообще идет речь о двух разных профессиях, от которых я получаю огромное удовольпревосходных актеров, которые откровенные бездельники и лен- ствие. Если говорить о сцене, то это то место, где я максимально тяи. В другой сфере у них бы точно ничего не получилось, но в ак- свободен, где самые разные стороны моего «я» могут совершентерской профессии за счет харизмы, таланта и природного обая- но безнаказанно воплощаться в разных сюжетах. И это очень кру-



- Вы играете в спектакле «Хитрец по найму» в театре «Миллениум». Расскажите об этом театре, о коллегах!

- Процесс моей адаптации в театре прошел очень быстро и очень комфортно, даже несмотря на то, что из всех артистов «Миллениума» я был знаком только с Витей Логиновым, с которым мы работали в другой постановке. Я моментально нашел со всеми общий язык, ведь вокруг меня прекрасные актеры, профессионалы. К тому же, я давно мечтал поработать с режиссером Ниной Чусовой: смотрел ее спектакли до того, как с ней впервые встретиться. О театре «Миллениум» и о самой сцене ЦДКЖ я тоже был уже наслышан, что здесь идут хорошие постановки и играют отличные артисты. Поэтому, когда поступило предложение принять участие в «Хитреце», я, практически не раздумывая. Открою вам секрет: мы почти никогда не уходим в гримерку и из-за кулис наблюдаем друг за другом на сцене, на протяжении всего спектакля возникают какие-то импровизации, практически на ходу придумывается новый текст – это всегда очень весело и интересно. И если это так увлекает нас, что говорить о зрителях (улыбается)?

- Где Вы черпаете вдохновение?

- Я всеми силами его ищу, я для него открыт, и оно приходит. Я стараюсь видеть вокруг себя хорошее, то, что питает положительной энергией. Я не имею в виду сейчас метафизику, скорее жизненную энергию, настроение. Потому что во многом вдохновение – это и есть позитивное настроение.







ятельствах?

- Однозначно да. Я на физическом уровне чувствую неправду, фальшь, пошлость. Она может присутствовать в совершенно обычных вещах, необязательно в вульгарных. Пошлость может быть в отсутствии вку- счастья? са и чувства меры. Плюс есть и основополагающие принципы, в соответствии с которыми я живу и которые я стараюсь не переступать.

- Хватает ли у Вас времени на себя, на свои хобби?

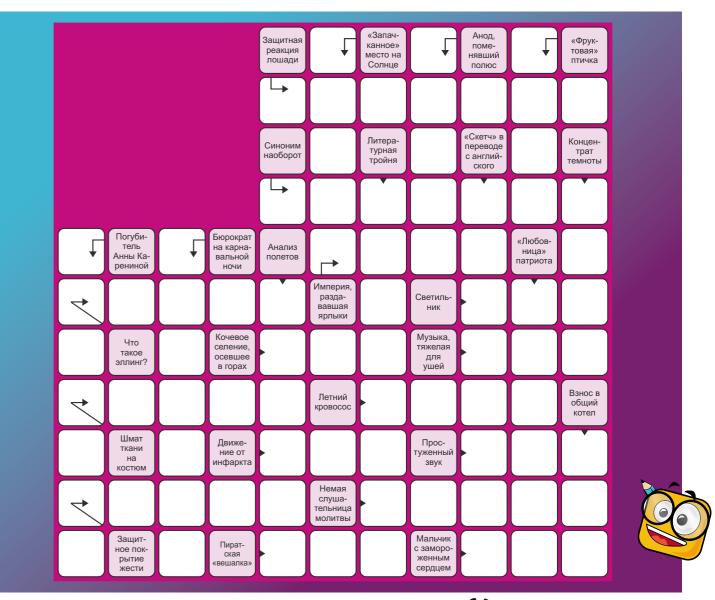
дить его вместе со своей семьей. Что касается хобби, то это в первую очередь футбол, пробежки на свежем воздухе, книги, музыка, могу поиграть в приставку. Иногда пишу музыку. Еще я очень люблю пу-

- Есть ли роли, которые Вы не станете играть ни при каких обстонем. Но при первой возможности стараюсь выезжать куда-либо.

- Вы всегда очень нежно отзываетесь о Вашей семье, супруге Ольге и дочке Нике. Можете сформулировать секрет семейного

- Верить друг другу и разговаривать. Любой конфликт и сложную ситуацию невозможно решить молча – обязательно нужен диалог. Это главное! И, конечно, очень важно стараться получать от жизни удовольствие и не мешать это делать другим. Жизнь, в том числе и семей-- Свободного времени на самом деле очень мало, я стараюсь прово- ная, проще, чем мы думаем. Не нужно ее усложнять, она и без нас это сделает. Надо относиться к ней легче, любить ее, и тогда она будет от-







Одноногий лесник, попав костылем в капкан, испытал дежавю.

- Здравствуйте, меня зовут Антон.
- Очень приятно.
- Это ненадолго.

**

У женщин приготовить что-нибудь невкусное называется разнообразием.

- ~ ~ ~
- Говорят, ты бросил пить...
- Я тебе больше скажу: нет.

Мяч еще летел в окно директора, а дети уже играли в прятки.

«Дорогая! Поздравляю с Днем рождения! Желаю тебе счастья, любви, здоровья, красоты, денег побольше, квартиры, интересной работы, верных друзей, ума, а все остальное у тебя уже есть!»

Не бойтесь танка. Достаточно его перевернуть — и он уже ничего вам не сделает.

- ***
- Почему ты не даришь мне цветы?
- Я дарю тебе весь мир! Иди нюхай цветы на улице.

Если девушка спрашивает, не толстая ли она, мало ответить «нет». Мужчина должен изобразить крайнее удивление, что такой вопрос вообще возможен. А если нужно, то и подпрыгнуть от неожиданности.

- Знаешь, а муж у тебя гуляет.
- Пусть гуляет. Он тепло одет.

Правительство не поддерживает добрая половина населения. А уж что говорить о злой ...

Перед операцией.

- Доктор! А я ногу не потеряю?
- Ну это смотря где вы ее будете хранить.







«Февраль. Достать чернил и плакать…» - можно последовать завету классика, а можно вопреки ему порадовать себя и близких потрясающе оптимистичными и вкусными блюдами. А там уж и весна.



С 6 февраля 2020 года

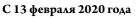
BLOODSHOT («НАЛИТЫЙ КРОВЬЮ»)

Режиссер: Дэйв Уилсон

Авторы сценария: Эрик Хайссерер, Джефф Уодлоу, Боб Лэйтон,

В ролях: Вин Дизель, Сэм Хьюэн, Гай Пирс

Профессиональный солдат Рей Гаррисон не мог даже предположить, что, погибнув, будет реанимирован и превращен в машину для убийств. Для этого ФБР стерло его память и с помощью нанотехнологий и запустило в кровь специальные микрокомпьютеры, которые ускоряют процессы регенерации и облегчают контроль за выполнением заданий. Но внезапно киберубийца перестает подчиняться своим работодателям – сезон охоты объявлен открытым.



NIGHTLIFE

(«НОЧНАЯ ЖИЗНЬ») Режиссер и автор сценария: Саймон Верховен

В ролях: Палина Рожински, Элиас Мбарек, Фредерик Лау

Жизнь Майло, бармена из ночного клуба, обретает новые краски после знакомства с красоткой Санни, вернее, после того, как девушка наконец назначает ему свидание. Но, когда рядом появляется лучший друг Майло, сорвиголова Ренцо, идеальный романтический вечер перестает быть томным...

FANTASY ISLAND

(«ОСТРОВ ФАНТАЗИЙ»)

Режиссер: Джефф Уодлоу

Авторы сценария: Джиллиан Джейкобс, Кристофер Роач, Джефф Уодлоу

В ролях: Майкл Пенья, Мэгги Кью, Люси Хейл

Бойтесь своих желаний, они могут осуществиться! Но кто задумывается об этом, получив предложение провести идеальный отпуск на тропическом острове, где становятся реальностью самые заветные мечты? Вот только за все приходится платить, и иногда цена вопроса – собственная жизнь...

С 20 февраля 2020 года

DER RUF DER WILDNIS («3OB ΠΡΕΔΚΟΒ»)

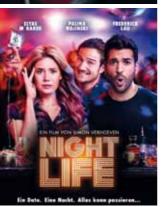
Режиссер: Крис Сандерс

Авторы сценария: Майкл Грин, Джек Лондон

В ролях: Харрисон Форд, Карен Гиллан, Кара Ги

Ласковый, избалованный пес Бэк по воле обстоятельств покидает хозяйский дом и попадает на Аляску, где начата добыча золота. Ему предстоит не только приспособиться к жизни в суровых краях дикого Севера, но и оказаться в самой гуще Золотой лихорадки, и узнать, что такое боль и предательство.









Сырные кексы с маслинами

Ингредиенты: 4 столовые ложки кукурузной муки, 200 г кефира, 2 яйца, 100 г тертого твердого сыра, 5-6 маслин, щепотка соды, пучок укропа, соль и перец по вкусу

Соединить муку, яйца, кефир и соду. Хорошо перемешать. Добавить тертый сыр, измельченный укроп и маслины. Перемешать до однородной массы. Переложить тесто в силиконовые формы для кексов и отправить в разогретую до 180 градусов духовку на 30 минут.

Икра из цуккини

Ингредиенты: 5 мелких цуккини, 5 помидоров, 1 луковица, 4 зубчика чеснока, 2 столовые ложки бальзамического уксуса, 4 столовые ложки томатного сока, оливковое масло, соль и молотый черный перец по вкусу

Залить помидоры на пару минут кипятком, очистить от кожицы, нарезать кубиками, залить соком и дать немного настояться. В это время очистить перцы от плодоножки и семян, нарезать кубиками не более 1х1 см, цуккини нарезать точно так же. Мелко нарубить лук и чеснок и потушить их в 1 столовой ложке масла с 5 столовыми ложками воды до мягкости. Добавить перцы, помешивая, тушить минут 5. После этого добавить помидоры и оставить тушить их их на 10 минут, затем - кабачки. Тушить с открытой крышкой минут 5. Посолить, поперчить, добавить уксус, накрыть крышкой и оставить на маленьком огне на 25 минут, периодически перемешивая. Снять с огня, дать остыть и поставить в холодное место настояться, приправить по вкусу рубленой зеленью.

Морковное рагу с фаршем

Ингредиенты: 500 г моркови, 1 столовая ложка масла, 1/2 л воды, 2-3 стебля лука-порея, 375 г фарша, пучок петрушки, соль, перец, измельченные лук и чеснок, вустерский соус по вкусу

Морковь вымыть, почистить, нарезать дольками, обжарить в масле и залить водой. Варить на медленном огне 10-15 минут, затем добавить в кастрюлю нарезанный кольцами лук и приправить по вкусу. Фарш обжарить с приправами и вустерским соусом, смешать с морковью и луком, добавить мелко нарезанную петрушку.

Куриные ножки с сухофруктами

Ингредиенты: 1 кг куриных ножек, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 8-10 штук сухофруктов (инжир, финики), 3 столовые ложки оливкового масла, 2 столовые ложки меда, 1 чайная ложка лимонного сока, веточка розмарина, соль, перец, петрушка по вкусу

Разогреть духовку до 200 градусов. Лук нарезать кольцами, обжарить ,посолить, поперчить. Курицу промыть и обсушить, посолить, поперчить. Раздавить чеснок, нарвать листики розмарина, мелко нарезать петрушку и смешать с маслом. Натереть курицу, запекать 45 минут. Залить сухофрукты кипятком, дать им постоять, затем нарезать дольками и смешать с медом и лимонным соком. Выложить получившуюся смесь на курицу, запекать еще 15 минут.

Морковный пирог без муки

Ингредиенты: 2 морковки, 300 г молотого миндаля, 200 г сахара, 4 яйца, 3 столовые ложки лимонной цедры, щепотка корицы

Морковь очистить и натереть на крупной терке, смешать с миндалем в большой глубокой миске. Яйца разделить на желтки и белки. Желтки взбить с половиной сахара (100 г), добавить щепотку корицы, цедру. Полученную массу соединить с морковью и миндалем. В отдельной чистой и сухой миске венчиком взбить белки с оставшимся сахаром в плотную пену и аккуратно лопаткой или деревянной ложкой вмешать ее в морковноореховое тесто. Тесто перелить в предварительно смазанную небольшим количеством растительного масла глубокую форму. Выпекать чуть меньше часа при температуре 180 градусов. Готовый пирог вынуть из духовки, остудить в течение 20-25 пяти минут и вынуть из формы. Нарезать на порции и сразу подавать.











OTOS: SXC

WREMJA.INFO 02.2020



ДОСКА ОБЪЯВЛЕНИЙ

Недвижимость

Продается дом в Краснодаре, Пашковский район, 181 кв.м. Дом новый, высокого качества, теплые полы, просторные, Красивая современная сауна, 5 минут до аэропорта, 500 м до Кропоткинского шоссе. Тел. 0176 203 87 912

Продаю хорошо идущий магазин Spätkauf с рентабельностью 25-30% в год в районе Neukölln, рядом с метро, площадь 60 кв.м. Звонить с 18 до 24 часов. Тел. 0173 9813693.

Предлагаю работу

В праксис домашнего врача на KuDamm требуется Arzthelferin/MFA. Знание немецкого и русского языков обязательны Резюме просьба присылать по адресу praxisinnere@t-online.de

Ищу работу

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

Женщина из Латвии ищет работу по уходу за больными людьми с проживанием, опыт имею. Тел. 0037128890784

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

Предлагаю услуги

Транспортные услуги, переезд и перевозка по Берлину и за его пределами от 25 евро (водитель и машина/1 час)! Также монтаж и демонтаж любой мебели и ремонтные работы, аккуратно, качественно и недорого. Жительница Берлина (61 год) ищет Тел. 0177 2667672 или umzugtd@gmail.com

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

Женщина с Украины ищет работу по уборке квартир. Быстро и качественно! ПМЖ, Берлин Тел. 0157 880 405 40

Компания G.R.A.W. Vermittlungs- und Beratungsgesellschaft mbH предлагает 0152/14293631. страхованию автомобилей и другие альные условия страхования по самым низким ценам! С нами вы

экономите до 30% страховых

030/688 377 129

Приму в подарок

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

одиноких людей до 65 лет для совместного проведения времени и взаимопомощи в трудных ситуациях. Буду очень благодарна Вашим откликам по электронной почте diehoffnungbleibt@yahoo.de

Молодой человек, 41 год, порядочный и верный, познакомится с девушкой из Берлина. Тел. 0176 20040416

Познакомлюсь с женщиной в возрасте, чтобы разделять наши возрастные особенности в лружбе. общении, путешествиях. Тел.:

Он, 58/172, в/о, будет рад приобрести подругу.

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

Автосапон

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

ВСЕГДА В ПРОДАЖЕ книжные новинки, DVD и CD Билеты на концерты и спектакли

nover 34 ● Am Mittelfelde 117 ● Tel.: 0511 - 606 70 95

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

Пожалуйста, заполните купон разборчиво печатными буквами, вырежьте и отправьте по адресу VeritasGroup, Ullsteinstraße 89, 12109 Berlin или по факсу 030/ 688 377 167																					
Ky	КУПОН Текст объявления (только этот текст будет напечатан!):																				
	атные с	6			maa 51/5				7 an 2			раз х	F canal				(
Рубрі		л вявл	ения (л	оличест	пво пус	ликаци	i. Oeciii	апно	00 3	uas III	іапіно	pas X	о евро)	Платные объявления (стоимость 1 объявления – 10 евро скидка 30% при 4 и большем количестве публикаций)							
	лю/про				_ [=		имувп						Рубрики:							
_	иму ква у рабо	,	ищу Na	achmie	ter [равлен голок	ния/соб	олезн	ования				☐ предлагаю работу ☐ предлагаю услуги							
	y paoo	ıy					TOTION							□автосалон							
Bai	Ваши												Пне	едвижи	имость						
	КОНТАКТНЫЕ ДАННЫЕ Имя, фамилия/Vorname, Na										ame:	Контактный телефон/Telefon:						fon:			
(не для публикации) ———————————————————————————————————												nterscl	nrift:								

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

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

WREMJA.INFO



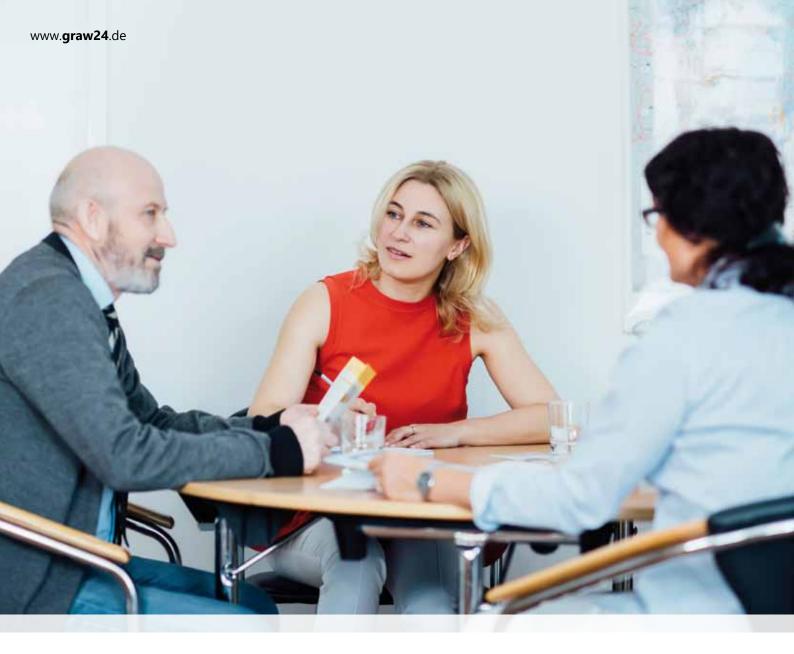
• Духовная и художественная литература

НАШИ ПАРТНЕРЫ

- Иконы и ювелирные изделия
 - Товары для детей
 - ... и многое другое

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

Заказывайте на сайте www.christ-familie.eu



ОПТИМАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ СТРАХОВАНИЯПО 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

