WREMJA.INFO ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЙ АЛЬМАНАХ | RUSSISCHSPRACHIGE ILLUSTRIERTE | AUSGABE FEBRUAR 2024

PDF Eraser Free

UVP 2,50 EUR | ISSN 2194-0746

ВРЕМЯ

Певец Петр Захаров, победитель шоу «Голос» рассказал, как творчество стало ключевым в жизни, как он сумел подружить призвание и стремления, о планах и мечтах и о том, во что инвестирует свое время.

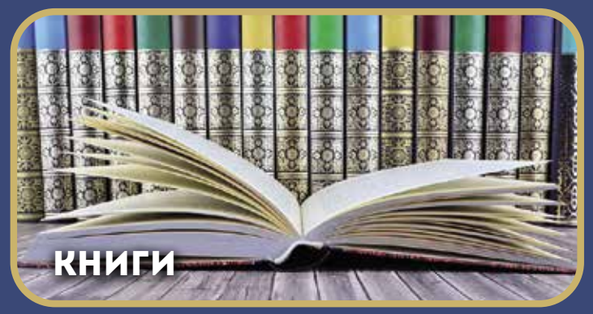
Петр Захаров

«Если уж быть певцом, то только спасателем!»

СТР. 20

PDF Eraser Free

ХРИСТИАНСКАЯ СЕМЬЯ



Большой выбор духовной и художественной литературы, икон, ювелирных изделий и сувениров для каждого члена вашей семьи!

Заказывайте на сайте

www.xc24.eu

Справки по телефону 030 688 377 155

В номере

СТР. 2
АФИША МЕСЯЦА

СТР. 4
ХРОНОГРАФ
А в это время, много лет назад...

СТР. 6
ЗАПАХ СЧАСТЬЯ
Как найти среди тысяч ярких флаконов, бутылочек и склянок свой запах счастья?

СТР. 12
ОЧЕВИДНОЕ, ВЕРОЯТНОЕ
День любящих сердец
Все самое интересное о дне святого Валентина, празднике всех влюбленных.

СТР. 14
ТЕМА
С новым счастьем, или пора за дело
Не только начать, но и прожить новый год по-новому? Нет ничего проще!

СТР. 18
ГОСТИНАЯ
Максим Первозванский: «Решить все проблемы с семейным насилием раз и навсегда не получится!»
Протоиерей Максим Первозванский, клирик храма во имя Сорока севастийских мучеников и отец девятерых детей – о проблеме домашнего насилия, а также о том, что такое «традиционная семья» и как ее возрождать.

СТР. 20
Петр Захаров: «Если уж быть певцом, то только спасателем!»
Певец Петр Захаров, победитель шоу «Голос», рассказал, как творчество стало ключевым в жизни, как он сумел подружить призвание и стремления, о планах и мечтах.

СТР. 26
КИНОЗАЛ
В феврале на экранах

СТР. 27
АЗБУКА ВКУСА
Ужин при свечах
Непременный атрибут Дня Святого Валентина – романтический ужин. Вот несколько рецептов блюд, которые гарантированно понравятся всем его участникам!

Impressum

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЙ АЛЬМАНАХ | RUSSISCHSPRACHIGE ILLUSTRIERTE
UVP 2,50 EUR | Ausgabe: 1 mal monatlich

veritas® GROUP
www.veritas-company.de

Herausgeber | Издатель: Veritas Beteiligung und Management GmbH | Ullsteinstraße 89 | 12109 Berlin | Tel. +49 30 688 377 166 | Fax +49 30 688 377 167 | www.wremja.info
Anzeigendisposition | Размещение рекламы: wremja@veritas-company.de
Geschäftsführer | Директор: Dipl.-Ing. Alexander Grün | Александр Грюн
Textredaktion | Выпускающий редактор: Anna Kalmann | Анна Кальман
Lektorat | Корректор: Alexandra Ungvari | Александра Унгвари

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.

PDF Eraser Free

Игра в классику

BREMEN CLASSIC MOTORSHOW 2024

Со 2 по 4 февраля в выставочном центре Бремена пройдет первый крупный автосалон года – Bremen Classic Motorshow-2024. Это уникальное мероприятие, словно магнитом притягивающее поклонников раритетных средств передвижения, включает в себя обширную экспозицию классических автомобилей, авторалли и несколько аукционов, а также консультации экспертов и презентации различных автоклубов. В этом году звездами Бременского автосалона станут автомобили-легенды из Италии, а точнее, Lancia Lambda и Astura, ставшие символами «золотых двадцатых», и послевоенные модели Aurelia и Flaminia.

Стройка века

BAUMESSE CHEMNITZ 2024

Вы интересуетесь вопросами строительства? Тогда поспешите в Хемнитц! Со 2 по 4 февраля местный выставочный центр превратится в своеобразный полигон новинок и идей строительной отрасли. В рамках Международной выставки-ярмарки строительства и инженерии Baumesse Chemnitz 2024 будут проводиться ставшие уже традиционными семинары и круглые столы по актуальным проблемам строительства, деловые встречи и переговоры, и, разумеется, представлен самый широкий ассортимент строительных и отделочных материалов. Для участников выставки и профессионалов Baumesse Chemnitz 2024 станет эффективным инструментом поиска новых клиентов, увеличения объема и расширения географии продаж строительных и отделочных материалов, а для нас с вами – возможностью приобрести все необходимое для ремонта, намеченного на ближайшее время.

Фрукты-овощи

FRUIT LOGISTICA 2024

7 февраля столичный выставочный комплекс распахнет свои двери Международной выставке Fruit Logistica 2024, ориентированной на производителей овощей и фруктов, оптовых и розничных продавцов, импортеров и экспортеров, упаковочные и транспортные компании и просто заинтересованные лица. В центре внимания выставки, которая продлится до 9 февраля, фрукты и овощи, сухофрукты, орехи, специи, цветы и растения, оборудование для упаковки и складского хранения, перевозки грузов и продажи и многое другое, что может касаться этой «растительной» темы.

Праздник кино

BERLINALE 2024

Второй (после Каннского фестиваля) по значению кинофестиваль Европы и главная витрина авторского и интеллектуального кинематографа, Berlinale 2024, отметит в этом году свой 74-й день рождения. Конкурсная программа нынешнего праздника кино, увы, будет сокращена в целях экономии. Уменьшится число фильмов (в этом году будет показано всего 200 кинолент, на 73-м фестивале их было 287), кроме того, не будет секций для молодых режиссеров Perspektive Deutsches Kino и Berlinale Series. С 15 по 25 февраля за статуэтки в виде медведей, – главные призы, – будут бороться фильмы со всего мира, чья мировая или европейская премьера проходит в Берлине. Председателем жюри Berlinale 2024 станет кенийская актриса Люпита Ньонго.

Ах, вернисаж

ART KARLSRUHE 2024

Внимание поклонникам прекрасного, любителям живописи, фотографии и скульптуры, а также всем находящимся в поиске идей и вдохновения! С 22 по 25 февраля в Карлсруэ на выставке-вернисаже современного искусства Art Karlsruhe 2024 можно будет увидеть массу необычных, вдохновляющих и нестандартных произведений искусства и творческих находок. А после встречи с арт-чудесами можно еще и погулять по живописным улочкам и старинным площадям – до встречи в Карлсруэ!

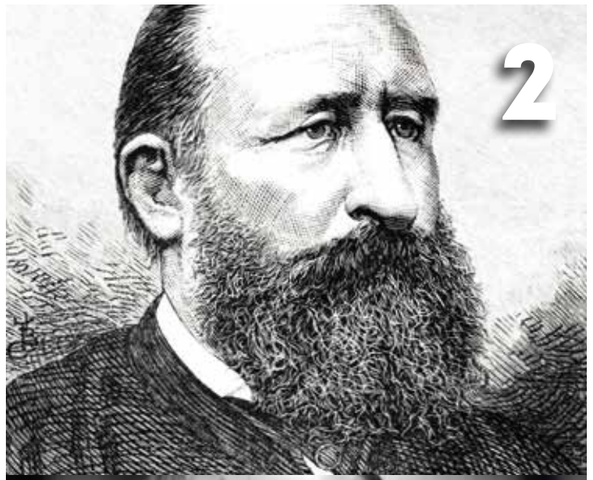
На вершине «Олимпа»

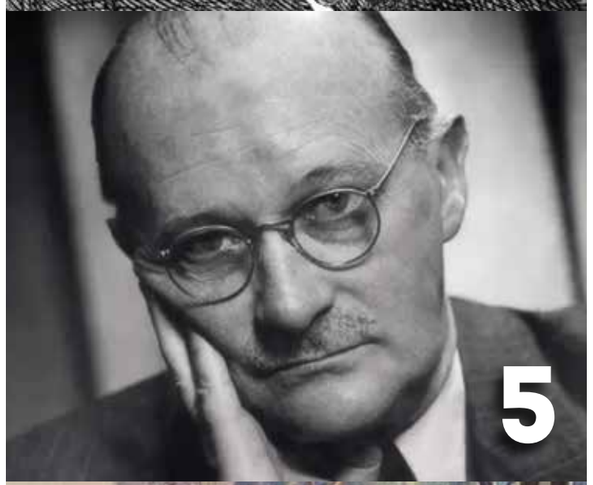
INTERNATIONAL DANCE FESTIVAL

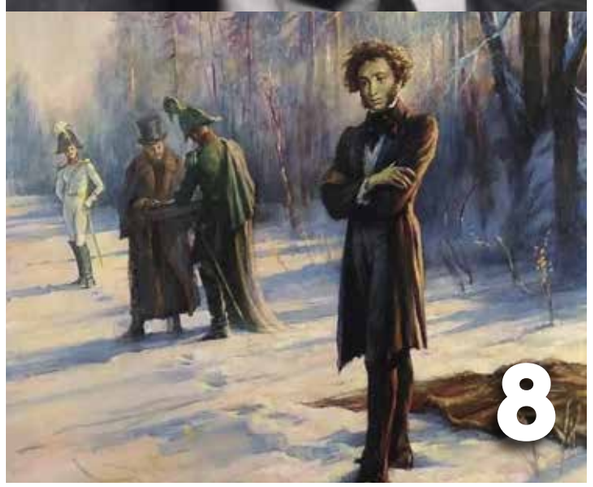
С 15 по 19 февраля в немецкой столице пройдет XXI Международный хореографический фестиваль-конкурс для молодежи «Танцевальный Олимп». Его основной целью является развитие, поддержка и популяризация хореографического искусства в мире, международный обмен творческими достижениями, а также выявление юных талантов и их трудоустройство. В рамках конкурсной программы право занять вершину «Олимпа» будут оспаривать коллективы, дуэты и солисты из профессиональных и любительских школ более чем из 40 стран. Определять достойнейших будет высокопрофессиональное и беспристрастное жюри, в состав которого входят признанные звезды мирового балета. Победителей ожидают не только медали, премии, гранты на обучение с полным обеспечением в лучших хореографических школах Европы и мира и контракты с лучшими театрами, но и участие в гала-концерте на престижной сцене Fontane Haus Berlin.

PDF Eraser Free

СОБЫТИЯ ФЕВРАЛЯ







2 ФЕВРАЛЯ 1829 ГОДА

В тюрингском городке Саксен-Веймар появился на свет будущий естествоиспытатель, натуралист и автор знаменитой и увлекательной «Жизни Животных» Альфред Брэм. Он был директором зоологического сада в Гамбурге и устроителем Берлинского Аквариума, знаменитым путешественником, зоологом и этнографом, но в историю Брэм вошел как создатель фундаментального научного труда «Жизнь животных», который до сих пор остается интереснейшей и познавательнейшей книгой для всех возрастов и поколений.

5 ФЕВРАЛЯ 1928 ГОДА

День рождения витамина D: немецкому химику Адольфу Виндаусу удалось синтезировать эту незаменимую часть рациона человека. Напомним, витамин D регулирует обмен кальция и фосфора, участвует в процессе всасывания кальция в кишечнике, поддерживает гормональный баланс и отвечает за кальцификацию костей. За свое открытие Виндаус был удостоен Нобелевской премии в области химии.

8 ФЕВРАЛЯ 1837 ГОДА

Состоялась печально знаменитая дуэль между великим русским поэтом Александром Сергеевичем Пушкиным и бароном Жоржем Шарлем де Геккерном Дантесом, спровоцированная анонимными письмами, намекавшими на неверность жены Пушкина.

11 ФЕВРАЛЯ1697 ГОДА

Был издан именной Указ Петра I о разрешении продажи табака «Продавать оный явно в светлицах при кабаках». Защитники здорового образа жизни до сих пор не могут простить этого указа Петру, утверждая, что именно с легкой руки царя-реформатора массово закурила вся Россия.

14 ФЕВРАЛЯ 1918 ГОДА

Принят декрет СНК РСФСР о переходе на григорианский календарь, в соответствии с которым была введена поправка в 13 суток. После 31 января 1918 года в России наступил день 14 февраля – в стране появился календарь нового стиля.

17 ФЕВРАЛЯ 1852 ГОДА

Состоялось торжественное открытие Нового Эрмитажа, одного из пяти связанных друг с другом зданий на Дворцовой набережной Санкт-Петербурга. Тогда же для публики был открыт и весь музей.

20 ФЕВРАЛЯ 1986 ГОДА

На земную орбиту была запущена советская научная станция «Мир», ставшая на полтора десятка лет единственной в мире пилотируемой космической лабораторией. За время ее существования на борту были выполнены 24 международные программы экспериментальных исследований, проведено более 16,5 тысяч экспериментов и установлены мировые рекорды по длительности орбитального полета, продолжительности пребывания в космосе и выходам в открытый космос.

FOTOS: SXC

22 ФЕВРАЛЯ 1714 ГОДА

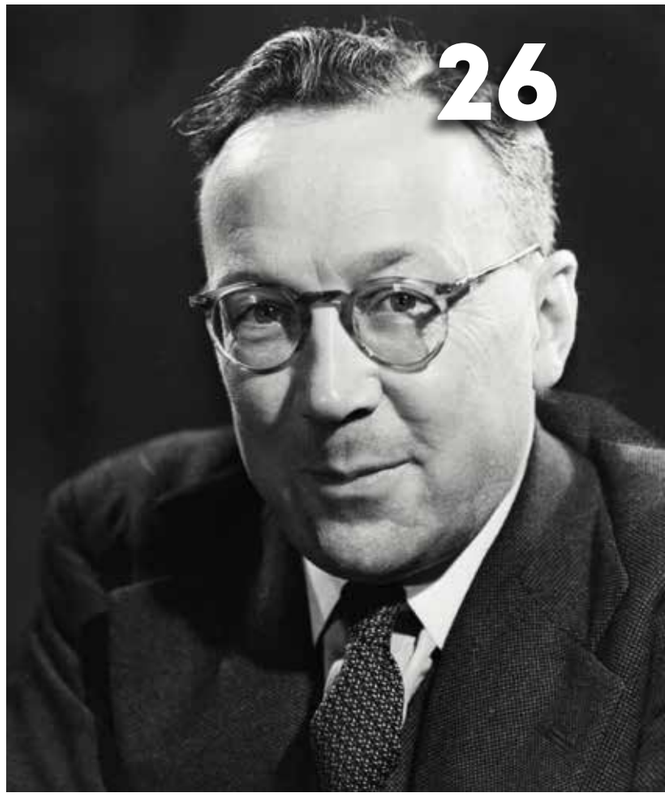
На острове Вороньем, расположенном вблизи Санкт-Петербурга, с научными, учебными и практическими целями был основан Аптекарский огород. Его главная цель состояла в разведении лекарственных трав. В 1823 году Аптекарский сад был реорганизован в Ботанический, а с 1934 года он стал научным отделением Ботанического института им. Комарова РАН.

26 ФЕВРАЛЯ 1935 ГОДА

Шотландский физик Роберт Уотсон-Уотт продемонстрировал первый радар, или устройство, предназначенное для радиолокации воздушных объектов. Открытие Уотсон-Уотта базировалось на методе, основанном на излучении радиоволн и регистрации их отражений от объектов.

27 ФЕВРАЛЯ 1900 ГОДА

Одиннадцать членов Мюнхенского гимнастического общества, в котором футболу не уделялось достаточного внимания, приняли решение основать новый футбольный клуб. Так появился легендарный клуб «Бавария» (нем. Fußball-Club Bayern München e.V.). Сегодня FC Bayern München является самым титулованным профессиональным футбольным клубом в немецком футболе и одним из самых титулованных клубов мира – на его счету 32 чемпионских титула, 20 Кубков Германии, 6 побед в Лиге чемпионов. Он относится к числу немногих клубов, выигравших Кубок европейских чемпионов три раза подряд.



СУДОКУ

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

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

PDF Eraser Free

Запах счастья

В нашем сознании многие события и люди ассоциируются не в последнюю очередь с сопровождающими их запахами. Как же найти среди тысяч ярких флаконов, бутылочек и склянок свой запах счастья?

FOTOS: SXC

Обоняние – один из важнейших каналов получения информации и не менее важный способ познания мира. Восприятие запахов всегда провоцирует возникновение тех или иных эмоций, в том числе и связанных с ассоциациями. При этом ассоциации могут быть как общими, так и индивидуальными. К примеру, существуют запахи, создающие абсолютно для всех атмосферу защищенности. К ним относятся ароматы корицы или свежей выпечки, которые могут очень существенно снизить ощущение беспокойства и тревоги, или запах свежескошенной травы, вызывающий практически у каждого воспоминания о лете и счастье, притаившемся за углом. А вот запах мяты, скажем, воспринимается очень индивидуально: кого-то он заставляет собраться и приступить к активным действиям, а кого-то, напротив, расслабляет.

Интересно, что один и тот же аромат раскрывается совершенно по-разному в зависимости от типа кожи, эмоционального и гормонального состояния и даже времени года. Все дело в индивидуальности химического состава кожного покрова, температуре последнего (чем она выше, тем дольше держится запах), а также психологической составляющей, когда при определенном эмоциональном состоянии нанесенный на кожу аромат изменяет оттенок своего букета. Гормоны страха (адреналин и норадреналин) придают запаху «кислинку», усталость – водянистость, а состояние влюбленности добавляет терпких и пряных акцентов. Ситуация осложняется еще и тем, что и сам парфюм состоит из множества различных субстанций, которые по-разному себя ведут на теле. Именно по этой причине одни и те же духи не только держатся у всех по-разному, но и даже могут приобретать несколько иной характер запаха.

Это означает, что при выборе аромата нужно нюхать не сами духи или туалетную воду, а себя в них – вступая во взаимодействие с кожей, запах меняется. Специалисты советуют, нанеся духи на кожу, подождать хотя бы десять минут и только после этого принимать решение. Дело в том, что только по истечении этого времени аромат раскрывается полностью, и можно ощутить все его нюансы. Которых, к слову сказать, немало! Ведь духи составляются по принципу пирамиды: в основании лежат ароматы конечной ноты, которые придают композиции стойкость (так называемый шлейф), срединные аккорды – сердце аромата, его основная тема, а вершина – легкие летучие запахи, благодаря которым можно получить первое представление о парфюме. Благодаря такому распределению ролей аромат не звучит какофонией ароматического концентрата, а раскрывается постепенно и гармонично.

Самый верный способ не ошибиться в выборе духов: если, вдохнув какой-то аромат, вы вдруг почувствовали, что у вас улучшилось настроение (и не испортилось через десять минут, когда аромат полностью раскрылся на коже), значит, это ваш запах! Считается, что выбором духов лучше заниматься в первой половине дня, так как обоняние особенно обостряется утром, а к вечеру притупляется.

Точно так же разным временам года соответствуют разные ароматы. Летом хороши цитрусовые, фруктовые и океанические ароматы, а для зимы лучше подходят теплые, обволакивающие, ориентальные композиции. При выборе парфюма имеет смысл подумать, в какое время суток вы намерены пользоваться этим ароматом. Если в ваши планы входит «надевать» его рано утром, собираясь на работу, следовательно, запах должен быть легким, свежим, бодрящим. Для вечернего выхода можно подобрать более теплые, пряные и стойкие ароматы.

Если возникает какое-либо неприятие отдельных нот или оттенков, то от аромата следует отказаться. Никогда не употребляйте ароматы, от которых вам хоть чуть-чуть не по себе! Иначе в лучшем случае вы достаточно скоро ощутите моральный дискомфорт, а в худшем – головную боль или даже аллергию. Вообще, в выборе аромата ориентируйтесь, прежде всего, на свой вкус. Только вам известно, чем для вас пахнет счастье!

PDF Eraser Free

FOTOS: SXC

Персик, салат и слива

Главные цвета 2024 года по версии Института цвета Pantone – нежно-персиковый Peach Fuzz, загадочный светло-зеленый Watercress и насыщенный фиолетово-синий Midnight Plum, то есть персиковый, салатный и сливовый.

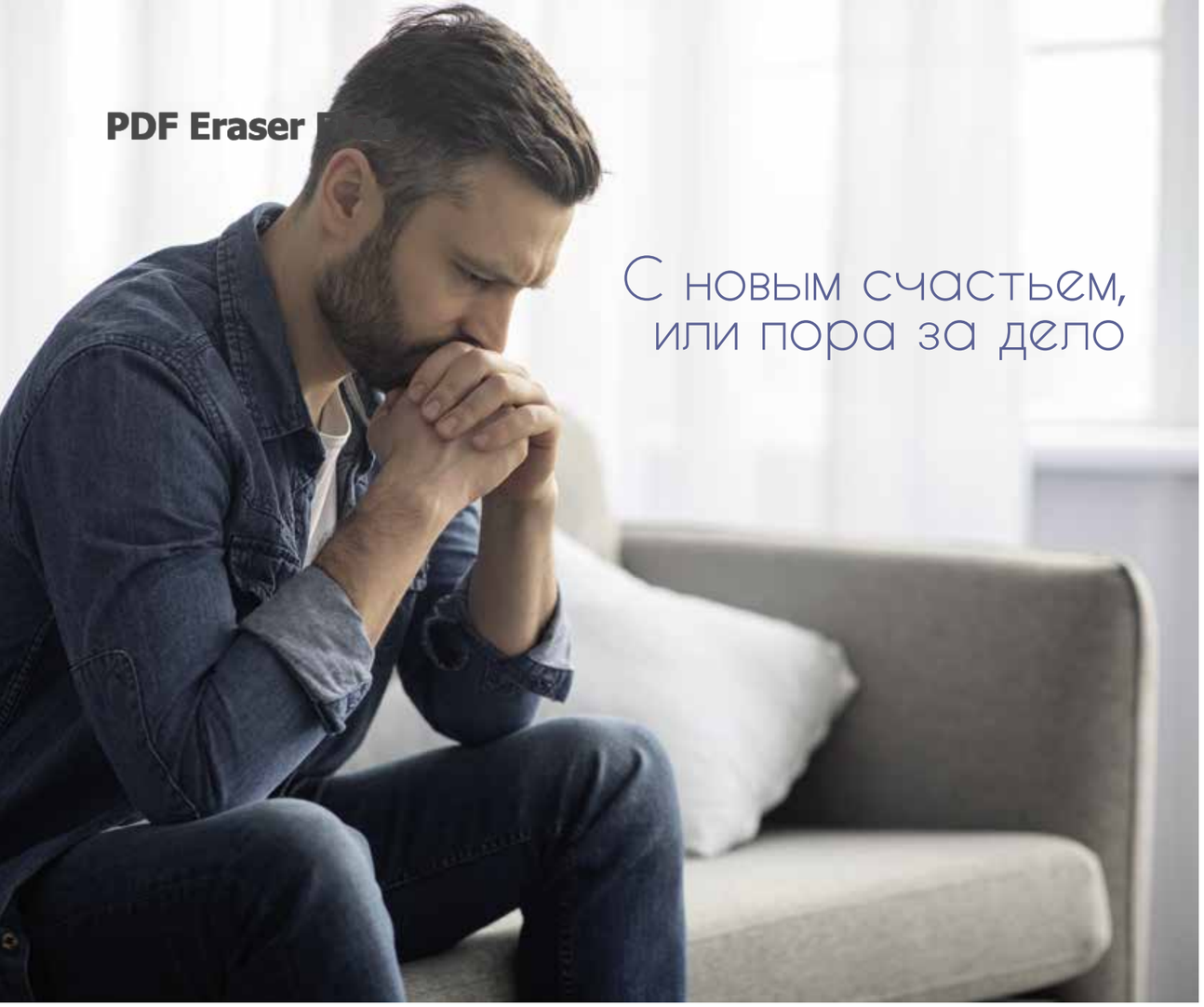
Каждый год... нет, не мы с друзьями ходим в баню, а всемирно известная организация Институт цвета Pantone, исследующая влияние цвета на психологию человека и прогнозирующая актуальные тенденции, выбирает цвет года. Под этим понятием понимаются оттенки, которые будут превалировать в ближайшие месяцы в таких сферах, как мода, архитектура, интерьер, промышленность, в том числе автомобильная, дизайн и реклама, косметика и гастрономия. В течение полугода сотрудники Pantone пристально следят за тем, какие оттенки в мире используют чаще всего – неважно, идет ли речь о выставках и арт-проектах или о том, какие цвета в одежде выбирают жители крупнейших мировых городов (особенное внимание уделяются Милану, Парижу и Лондону). Впрочем, модой и живописью дело не ограничивается: в Институте цвета отсматривают новые фильмы самых влиятельных режиссеров – чтобы понять, какие оттенки доминируют на экране, – и отслеживают новинки техники. После анализа собранной информации в последних числах уходящего года Pantone объявляет результаты.
Итак, в 2024 году на пике популярности будут сразу три цвета, которые способны просто и эффективно обновить интерьер и придать ему стильную законченность: нежно-персиковый Peach Fuzz, загадочный светло-зеленый Watercress и насыщенный фиолетово-синий Midnight Plum.

Оптимистичный розово-оранжевый Peach Fuzz (персиковый пух) станет ключевым цветом сезона осень-зима 23/24. Он обостряет чувство эмпатии, символизирует человеческое сострадание и врожденное стремление к близости, а также отражает желание заботиться о себе и других. Еще Peach Fuzz вызывает ассоциации с вкусными и полезными персиками и апельсинами, плодами, богатыми витаминами и антиоксидантами и любимыми почти всеми. Поэтому неважно, как именно главный цвет 2024 года будет присутствовать в интерьере, в качестве ли акцентов или вообще одной детали, его важной особенностью является абсолютная универсальность. Peach Fuzz великолепно впишется в интерьер любой комнаты, вне зависимости от ее размера, освещенности или функциональной принадлежности. Гостиная, кухня, детская или спальня, все они только выигрывают от вкраплений абрикосового цвета. И кстати, он великолепно сочетается практически со всеми цветами. Союз Peach Fuzz с белым цветом визуально увеличивает пространство и радует свежим контрастом, в дуэте с черным и серо-стальным он добавляет в интерьер изысканности. А его альянс с оттенками зеленого и синего, в том числе с другими цветами-2024, прозрачным Watercress (кресс-салат) и интенсивным Midnight Plum (полночная слива), является просто-таки торжеством стиля! Их союз добавит пространству индивидуальности, сгладит углы и неровности и создаст атмосферу великолепия. Тем же, для кого эти сочетания чересчур авангардны, могут попробовать дополнить цвет персикового пуха песочными оттенками, ванильным или кремово-серым. Такие цветовые пары вызывают чувство расслабленности, снимают внутреннее напряжение, создают ощущение свободы и легкости. Это великолепная база и для неярких этнических мотивов, – скандинавского стиля, прованса, – и для классического интерьера.

Все цвета 2024 года – и персиковый пух, и кресс-салат, и полночная слива, – в интерьере можно использовать по-разному: можно покрасить в них стены, можно украсить окна новыми занавесками, можно решиться и на монохромный вариант. А можно ограничиться и акцентами. Пушистый розово-оранжевый плед, несколько уютных подушек нежно-салатового цвета или мягкий темно-лиловый коврик украсят собой любое помещение и придадут ему нотки уюта и тепла и волшебным способом преобразят самый обыденный интерьер, свидетельствуя о позитивном настрое его владельца.

Словом, спасибо Институту цвета Pantone – в этом году выбраны прекрасные цвета для создания неповторимой интерьерной изюминки!

PDF Eraser



С новым счастьем, или пора за дело

Не только начать, но и прожить новый год по-новому? Нет ничего проще!

Чтобы 2024 год стал счастливым, удачным и вообще приятным во всех отношениях, одних лишь добрых намерений и искренних пожеланий недостаточно. Лучшее подтверждение тому – минувший январь. Тут не обойтись без решительных действий. Каких именно? Сейчас расскажем.

МИНУС ВСЕ НЕНУЖНОЕ

Периодически избавляться от всего лишнего совершенно необходимо, так как это не только освобождение пространства, но и очистка души. На самом деле, в чисто убранном доме или офисе и мысли текут как-то иначе, более упорядоченно и спокойно, и светлые идеи чаще приходят в голову, и даже настроение улучшается! А еще организация пространства вокруг себя – первый шаг на пути к переменам (разумеется, к лучшему!). Поэтому выбросьте все ненужное, и пусть на смену придет что-то новое. Вместе с новым счастьем.

ПЛЮС РЕЖИМ

Вы страдаете от хронической усталости? И эту ситуацию можно исправить. Перво-наперво посчитайте, сколько сна вам необходимо, чтобы точно высыпаться, и постарайтесь перекроить свой распорядок дня таким образом, чтобы на сон было достаточно времени. Подумайте, какие именно дела мешают вам лечь спать пораньше! Может быть, есть смысл отказаться от просмотра нового сериала после долгого дня в пользу отдыха, или просто уменьшить количество серий? Наверняка, поразмыслив, вы сможете выиграть дополнительное время для сна, не отказываясь от любимых удовольствий.

МАКСИМУМ ДВИЖЕНИЯ

Физические нагрузки хороши и для тела, и для души. Всего несколько минут упражнений могут сотворить настоящие чудеса! Помимо того, что регулярные занятия спортом – это не только стройность и красивый мышечный рельеф, это еще и здоровое сердце, хороший тонус сосудов и крепкие суставы, во время и после физической нагрузки в организме вырабатывается натуральный серотонин – гормон радости. Поэтому активные люди реже страдают от психоэмоциональных расстройств. А еще занятия спортом повышают уверенность в себе, что тоже позитивно влияет на настроение и самоощущение. И кстати, вовсе не обязательно сразу записываться в спортивную секцию или покупать абонемент в фитнес-клуб. Можно начать с малого – например, каждое утро делать самую простую зарядку.

FOTOS: SXC

ВСЕ В САД!

Отличная альтернатива занятиям спортом – регулярные прогулки на свежем воздухе. Что, если каждый день перед сном совершать 20-минутный променад? Это поможет забыть о дневных заботах, успокоить нервы и насытить организм перед сном кислородом. Конечно, гулять можно и утром, и после обеда! Главное, движение на свежем воздухе, а когда именно оно будет происходить, непринципиально.

ЖИТЬ ИГРАЮЧИ

Когда вы в последний раз играли, только не в компьютерные игры, а в настольные? А ведь игры формируют нейронные связи в коре головного мозга, снижают уровень стресса и поднимают настроение. Доказано, что если играть вместе всей семьей или в кругу друзей, можно узнать друг друга с новой стороны и получить новые знания и навыки. Причем характер игр особенной роли, как ни странно, не играет. И классическая «Монополия», и новинки сезона помогают расслабиться и повеселиться одинаково хорошо. Главное, чтобы это были не электронные, а настоящие настольные игры.

Я ТО, ЧТО Я ЕМ

Правильное питание – залог здоровья, а вместе с ним и счастья. Поэтому очень важно следить за поддержанием суточного баланса белков (не менее 70 г), жиров (60-80 г) и углеводов (не более 80 г). Еще очень важно добавлять в рацион клетчатку. Овощи, фрукты, салаты, отруби – содержащиеся в них пищевые волокна плохо перевариваются, зато помогают всасыванию всех ценных микроэлементов. И, конечно, не забывайте о воде! Правило восьми стаканов в день действует и зимой, и летом. Если у вас не получается выпивать достаточное количество жидкости, попробуйте поставить в пределах видимости бутылку с водой и, как только вы взглянете на нее, сделайте пару глотков.

Вот и все, ничего сложного. Счастливого года вам!

PDF Eraser Free

День любящих сердец

Что ни говори, а февраль – замечательный месяц! Хотя бы потому, что под занавес зимы (да-да, весна уже совсем скоро!) мы наконец-то научились одеваться по погоде, радоваться мелочам и бороться с сезонными тоской и сплином... Но у февраля есть и другие достоинства. В частности, День святого Валентина, праздник всех влюбленных.

Все началось давным-давно, еще в начале нашей эры, когда римский император Юлий Клавдий II запретил бракосочетания всем юношам. Он полагал, что мысли о женах и детях мешают мужчинам достойно воевать. Поэтому никто не смел проводить обряды венчания. Но, несмотря ни на что, некий священник Валентин, которому были небезразличны судьбы влюбленных, проводил венчания вопреки императорскому указу. За это его посадили в тюрьму, а позже и казнили. Прошло всего каких-то 200 лет, и Папа Римский провозгласил его Святым всех влюбленных. А, начиная с XIII века, день казни непокорного священника – 14 февраля – стали отмечать как День всех влюбленных. В память о письме, написанном Валентином своей возлюбленной, в этот день принято дарить друг другу поздравительные открытки «валентинки» в виде сердечек, с наилучшими пожеланиями, признаниями в любви, предложениями руки и сердца или просто шутками.

Впрочем, некоторые полагают, что дело обстояло вовсе не так – Валентин был вовсе не священником, а христианским проповедником, и в тюрьму его посадили именно за веру. Будучи в заточении, Валентин влюбился в слепую дочь своего палача и исцелил ее. Перед казнью он оставил ей нежную прощальную записку с подписью «Твой Валентин»... Есть и другая версия происхождения праздника – День святого Валентина когда-то называли «Птичьей свадьбой», так как считалось, что именно в этот день, 14 февраля, птицы выбирают себе пару. Что ж, тоже вполне романтичный повод!

Но, каковы бы ни были корни Дня всех влюбленных, он быстро стал одним из самых популярных праздников во всем мире. При этом в каждой стране есть свои традиции и особенности «Дня любящих сердец». Так, во Франции 14 февраля считается праздником не только двух любящих людей, но и всех, кого любят. То есть поздравления, «валентинки» (кстати, именно французы претендуют на право «введения» первыми у себя открыток с любовными посланиями-четверостишиями), розы и прочие знаки внимания в этот день получают и влюбленные, и их родители, бабушки, дедушки, друзья и знакомые. В Италии этот день получил негласное название «сладкий», потому как итальянцы считают своим долгом подарить своей половинке сладости.

FOTOS: SXC

В Дании люди посылают друг другу засушенные белые цветы и «валентинки» без подписи. В Англии тоже принято обмениваться подарками и открытками, кроме того, незамужние английские девушки бросают в миску с водой свернутые листки бумаги с написанными на них мужскими именами. То имя, что написано на всплывшем первом листке, и будет носить будущий жених. Но, пожалуй, самое оригинальное празднование Дня святого Валентина в Японии. В этом день подарки дарят в основном мужчинам. Это происходит не только в молодежной среде, но и в более солидной возрастной категории. Шоколадки дарят не только любимому, но и, исходя из чувства долга. Такие шоколадки называются «гири чоко». Мужчины не остаются в долгу и дарят дамам опять-таки шоколад, но только месяц спустя, 14 марта. Причем не просто шоколад, а белый, поэтому 14 марта именуется «Белым днем».

Так или иначе, если бы этого замечательного праздника, Дня любящих сердец, не существовало, его стоило бы в срочном порядке придумать. Потому что в этот день вполне официально можно поведать всему миру о своих чувствах и лишний раз поговорить о самом прекрасном, что есть на свете – о любви.

ВРЕМЯ
МИР БЕЗ ПОЛИТИКИ

УВАЖАЕМЫЕ ПОДПИСЧИКИ!
ОГРОМНАЯ ПРОСЬБА ЗАПОЛНЯТЬ И ПРИСЫЛАТЬ В РЕДАКЦИЮ ПОДПИСНОЙ КУПОН ПЕРЕД ТЕМ, КАК ОСУЩЕСТВЛЯТЬ АБОНЕНТСКИЙ ПЛАТЕЖ! В ПРОТИВНОМ СЛУЧАЕ ДОСТАВКА АЛЬМАНАХА ВАМ НА ДОМ НЕ ПРЕДСТАВЛЯЕТСЯ ВОЗМОЖНОЙ!
ИСКРЕННЕ ВАШИ, СОТРУДНИКИ РЕДАКЦИИ

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, ULLSTEINSTRAßE 89, 12109 BERLIN ИЛИ ПО ФАКСУ 030/ 688 377 167, ПРИЛОЖИВ К НЕМУ ПОДТВЕРЖДЕНИЕ О 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 WREMJA».

ИМЯ, ФАМИЛИЯ/VORNAME, NAME: .....

АДРЕС/ADRESSE: .....

КОНТАКТНЫЙ ТЕЛЕФОН/TELEFON: .....

ДАТА, ПОДПИСЬ/DATUM, UNTERSCHRIFT: .....

PDF Eraser Free

Простудные мифы

Простуда – вещь загадочная: она возникает часто из ниоткуда, но в самое неподходящее время. Наверное, оттого-то с ней и связано столько заблуждений, которые на самом деле не имеют под собой никакого основания, но очень мешают скорейшему выздоровлению.

Простуду вызывает холод – неправда! То есть, конечно, какая-то доля истины в этом высказывании присутствует, но незначительная. Ведь если бы это было так, то все бы простужались только зимой. Несомненно, переохлаждение, да еще на фоне ослабленного иммунитета и стресса, в любое время года здоровья не прибавляет, но обычно причиной простуды все-таки являются вирусы, а не замерзшие ноги. Холод как таковой вносит лишь косвенный вклад в статистику инфекций и простуд, потому что чем ниже температура за окном, тем больше времени мы проводим в помещениях с закрытыми окнами и включенным отоплением. А именно в этих условиях вирусы становятся более активными, легко распространяются и заражают максимальное количество людей.

Закаленным людям простуда не страшна: к сожалению, далеко не всегда. Закаливание организма не имеет почти никакого отношения к лечению вирусных заболеваний, каковыми чаще всего являются простуды. А вот укрепление иммунитета всеми силами – залог того, что организм выйдет из схватки с любой болезнью победителем.

«Зараза к заразе не пристает», говорят некоторые беспечные смельчаки, и продолжают общение с чихающими и сморкающимися коллегами и родственниками. Еще как пристает! Причем процесс передачи простудных вирусов протекает быстрее, чем можно себе представить. Заразиться можно через рукопожатие, поцелуй, даже через общие предметы быта. Так что делайте выводы.

От простуды нельзя вылечиться быстрее, чем за неделю, – а вот это действительно так. Простуде, а вернее, организму, который вступает с ней в противоборство, нужно дать время: ведь, пытаясь остановить распространение инфекции, тело человека развивает так называемый иммунный ответ. Это означает, что активизируются пирогенные реакции (повышается температура), начинают активно продуцироваться лимфоциты (специальные защитные клетки в нашей крови), возникают воспалительные процессы (покраснение горла) как защитная реакция на проникновение в организм чужеродных вирусных частиц. Если подавлять эту реакцию, то иммунитет может дать сбой и вовсе прекратить борьбу с вирусами. И не только простудными! Поэтому лучше взять на работе больничный и пересидеть «сопливый период» дома, всячески стимулируя иммунную систему и повышая защитные силы организма ударными дозами витаминов и многочасовым сном.

Кстати, о стимуляции иммунной системы: в борьбе с инфекциями просто незаменимы витамины и микроэлементы. Овощи, фрукты, соки, салаты – вот основа «простудного рациона», вместе с жирными сортами рыбы, – ведь лучшим витамином при простуде является рыбий жир, богатый полиненасыщенными жирными кислотами. Они нормализуют обменные процессы и являются лучшей профилактикой атеросклероза и снижения иммунитета.

А вот с чем нужно проявлять осторожность, так это с выбором медикаментов. Ни в коем случае не стоит заниматься самолечением и самостоятельно назначать себе антибиотики. Дело в том, что адено- и гриппозные вирусы к антибиотикам нечувствительны, поэтому их прием не принесет организму облегчения. Так что при простуде лучше обойтись без радикальных средств. Но, конечно, если их выписал врач, это совсем другая история.

FOTOS: SXC

Сказка в подарок

Иногда для счастья нужно нечто большее, чем хороший уход и отличная медицинская помощь. Например, яркие эмоции и заряд отличного настроения, которые дарят жильцам наших резиденций для пожилых людей «Nestwärme», «Sonnenhaus», «Glücksklee», «Bienenwiese» и «Sorglos Wohnen» воспитанники находящегося по соседству детского сада «Теремок». Выступления маленьких артистов – всегда настоящий праздник. Вот и в этот раз малыши, которые всегда с удовольствием навещают своих подшефных бабушек и дедушек, подготовили развлекательную программу, превратившую серые будни в чудесную сказку! Такая теплая, дружелюбная, семейная атмосфера царит в наших резиденциях постоянно: мы делаем все возможное, чтобы жизнь наших подопечных была всегда солнечной, позитивной и яркой!

Звоните, мы будем рады ответить на все Ваши вопросы!
Елена Пауль (патронажная служба Veritas, консультации на русском языке)
0163 688 60 55

Sorglos SW Wohnen В КООПЕРАЦИИ С veritas® Ihr ambulanter Pflegedienst

PDF Eraser Free

Только не зимой!

Медики предупреждают: тем, чей возраст перевалил за отметку 60, сейчас лучше отказаться от сладкого. Хотя на первый взгляд может показаться, что зимой можно вполне заслуженно побаловать себя десертом, ведь в это время года мы особенно нуждаемся в дополнительной энергии, важно понимать, что повышенное употребление сахара снижает иммунитет. Из-за этого мы подвергаем себя большему риску появления и развития многих заболеваний. Поэтому в холодное время года необходимо сократить количество сахара в рационе, отдавая предпочтение фруктам и ягодам, чтобы получать необходимую порцию сладости. А вместе с ней витамины и антиоксиданты, которые помогают иммунитету справляться с атаками вирусов.

Брокколи – и никакого артрита!

На сегодняшний день, увы, пока не существует лекарств от артрита (есть только болеутоляющие средства). Но, согласно результатам исследований медиков из Университета Восточной Англии, очень вероятно, что ключ к лечению этого заболевания уже подобран, и находится он в брокколи. Растительный компонент сульфорафан, содержащийся в этом овоще, может помочь предотвратить большинство форм артрита или облегчить течение болезни. Все дело в том, что сульфорафан блокирует ферменты, вызывающие разрушение суставов и изменяет к лучшему метаболизм в суставных тканях. Те, в чей рацион входят брокколи и другие овощи семейства крестоцветных (в том числе брюссельская и белокочанная капуста), практически никогда не страдают остеоартритом. А те, кто на различных стадиях болезни обогащает свое ежедневное меню этими чудо-дарами природы и, соответственно, сульфорафаном, замечает стремительное улучшение своего состояния. И, скорее всего, недалек тот час, когда ученые создадут универсальное средство для борьбы с артритом на основе брокколи...

Да здравствует мыло душистое

Вокруг необходимости частого мытья головы много мифов, в которые пора перестать верить. Специалисты советуют тем, кому за 60, очищать кожу головы по мере ее загрязнения, даже если она требует ежедневного очищения. Недостаточно частое мытье мешает здоровому росту волос, что может привести к их выпадению и ломкости. Главное, подобрать эффективный и подходящий тому или иному типу волос и кожи головы шампунь. Так, обладателям жирных волос рекомендованы балансирующие составы, для ухода за сухими волосами и чувствительной кожей головы подойдут мягкие успокаивающие шампуни. Ну, а для окрашенных волос оптимальны безсульфатные шампуни, которые бережно очищают волосы, минимально вымывая при этом искусственный пигмент.

ANZEIGE

veritas®
Ihr ambulanter Pflegedienst

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!

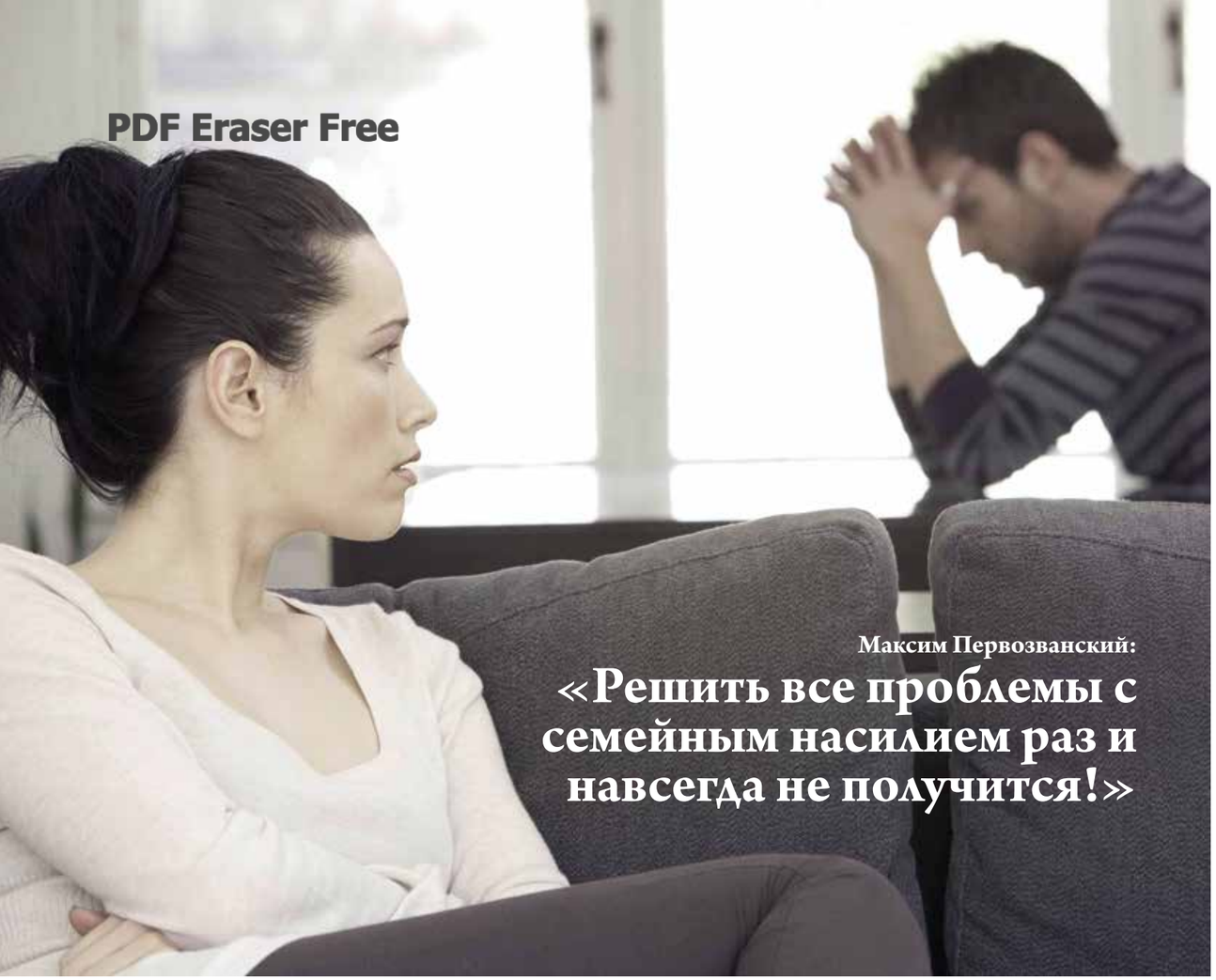
VERITAS Pflegedienst Berlin GmbH
Geschäftsstelle Charlottenburg
Sophie-Charlotten-Straße 30
14059 Berlin
Tel. 030 - 688 377 133

VERITAS Pflegedienst Berlin Ost GmbH
Geschäftsstelle Marzahn
Marzahner Promenade 12
12679 Berlin
Tel. 030-992 731 59

VERITAS Pflegedienst Berlin Süd GmbH
Geschäftsstelle Wilmersdorf
Breite Str. 20
14199 Berlin
Tel. 030-688 377 150

www.veritas24.info

PDF Eraser Free



Максим Первозванский:

«Решить все проблемы с семейным насилием раз и навсегда не получится!»

Муж бьет жену. Что делать? Можно ли исправить ситуацию, и как предотвратить подобное? Об этом, а также о том, что такое «традиционная семья» и как ее возрождать – протоиерей Максим Первозванский.

Ситуация однозначно зависит от конкретики. Недавно я разговаривал с одним мужчиной, который ударил свою жену первый раз в жизни и рассказывал мне об этом. Он – ветеран боевых действий, поэтому психику его точно нельзя считать идеальной. И вот они с другом выпили, причем немного. «Больше я ничего не помню – возможно, алкоголь был контрафактный», – рассказывал он мне, при этом, не оправдывая себя. С утра он обнаружил, что жены и детей дома нет. Когда он стал звонить и выяснять, ему объяснили, что он пришел домой и начал бить всех, включая жену. На мой взгляд, уехав, жена повела себя абсолютно адекватно. Хочется надеяться, что она вернется, разобравшись в ситуации. И он сделает серьезные выводы. Это одна ситуация, несистемная, ведь этот мужчина никогда не вел себя подобным образом и не отдавал себе отчет в происходящем (хотя я его нисколько не оправдываю).

Но очень часто ситуации складываются годами, и женщина принимает их. Это ни в коем случае не обвинение, но не говорить об этом тоже не следует. Где-то мужчина повел себя грубо, где-то позволил себе обозвать ее, где-то еще что-то. Это все выясняется сначала в добрачных отношениях, потом в брачных. Как женщина реагировала на эту грубость? Вот муж сказал, что придет через час, а пришел через три. На вопрос: «Милый, где ты был?» – слышит ответ: «Не твое дело». Что она делает в этой ситуации? Просто улыбается, говорит: «Хорошо, иди ужинай»? В большинстве случаев есть множество мелких нюансов, которые предшествуют непосредственному рукоприкладству. Вот о них и надо говорить прежде, а не о том, что делать женщине, когда ее ударил мужчина. Это уже запущенная ситуация. Опять же, надо разбираться. Нет общего ответа. Нужно разбираться в нюансах их взаимоотношений. У нас получается акцент на физическом рукоприкладстве. Но если рассмотреть этот вопрос не с точки зрения современных правовых и нравственных норм, а с христианской точки зрения, то он второстепенный. Гораздо страшнее, чем непосредственное рукоприкладство, то, что люди унижают и уничтожают друг друга, личность друг в друге в семейной жизни. Причем страшное унижение возможно и без рукоприкладства. Мы все время говорим о физическом насилии – оно просто более заметно, его крайние проявления внешне ужасны. Но разве менее ужасно психологическое, духовное насилие над личностью, то, которое осуществляется многочисленными манипуляторами, и люди уничтожают личности друг друга во вполне православных семьях? И в крайних проявлениях здесь могут быть тоже трагические ситуации. Но об этом говорится почему-то реже. Я глубоко убежден, что, к счастью, наше общество дозрело до понимания того, что насилие – как унижение другого человека, его личности – недопустимо.

Тем не менее, вообще решить все проблемы с семейным насилием раз и навсегда не получится. Либо мы вводим тоталитарный контроль над жизнью каждого, как не раз писалось в антиутопиях. Тогда мы приходим к ужасным вещам, но, с другой стороны, сможем предотвратить преступления. Либо мы понимаем, что всегда будут сумасшедшие. Всегда будут дуры. Всегда будут сексуальные извращенцы. Всегда будут педофилы и гомосексуалисты. И ничего ты с этим не сделаешь. Поэтому, слава Богу, мы находим какую-то золотую середину в настоящий момент, что да, мы не даем соответствующего срока за гомосексуализм, но и пытаемся не пустить его в публичное поле.

Государство должно в этой ситуации заниматься рамочными вещами. Угроза жизни и здоровью – здесь все понятно. А нам в Церкви, наверное, нужно больше говорить не о том, как строить традиционную семью, а о построении христианской семьи. Если серьезно, то в христианской семье есть одна ценность – любовь. Бог есть любовь, и пребывающий в любви пребывает в Боге, и Бог в нем (1 Ин. 4:16) Это касается и отношений между супругами, и отношений со старшими поколениями, с детьми, взаимодействия с обществом, образа жизни: городского, сельского и так далее. А вот как построить семью, чтобы в ней была любовь – это большой, в том числе и теоретический вопрос.

Возвращаясь к тому, что называют «семейным насилием» – помощь, в том числе священника, здесь возможна, но она всегда очень индивидуальна. Другое дело, что не всегда у священника есть возможность подобные процессы наблюдать. Мужчина не будет в этом каяться в большинстве случаев, если он идет по этому пути. Он просто не понимает, что делает что-то неправильно, он уверен, что это по-христиански – ломать жену об колено. И женщина не говорит, ей тоже кажется, что она по-христиански смирилась. Как правило, все всплывает уже в достаточно запущенных стадиях. И тогда можно помочь семье, если оба супруга захотят изменить ситуацию. Не всегда можно нормализовать отношения. В некоторых случаях единственный выход – развод. Потому что главной целью брака, как и всей нашей жизни, является спасение души. Конечно, очень сложно понять грань между смирением, которое действительно помогает спасать душу, и наоборот – уничтожением, когда душа гибнет от этой ситуации. Но, бывает, эту грань можно разглядеть.

Если женщине категорически не нравится, что ее бьют и унижают, и она не уходит и продолжает терпеть, все-таки это ее выбор. Иногда ее держит благословение. Понятно, что она боится, говорит, что уходить некуда. Но «совсем некуда» бывает редко, разве когда вокруг тайга, и выбор – между тем, чтобы терпеть отношение деспота-мужа или быть съеденной в лесу медведями. Человек всегда делает выбор, с которым он что-то приобретает и что-то теряет. Когда он женится или выходит замуж, он теряет собственную свободу, меняя ее на ответственность. Если человек принимает решение родить ребенка, он понимает, что на ближайшие 20 лет впрягается в определенные обязанности. Он идет на это или не идет на это. Это его выбор. Он не всегда полностью осознанный, но человек сам делает этот выбор. Его могут подталкивать, благословлять, уговаривать или отговаривать, но все равно у него есть уши, есть глаза, есть ум. Поэтому если женщину бьют, унижают, а она это терпит, не уходит, значит, она считает это допустимым.
Я уже говорил и еще раз скажу, что никого ни в чем не обвиняю. Я понимаю, что все мы бедные и несчастные дураки, живем в первый и единственный раз на этом свете с совестью, умом и всем остальным, пораженным первородным грехом. Но все равно это твоя жизнь и никто, кроме тебя, ее не проживет. И ты сама или сам принимаешь решение, как тебе ее прожить.

ANZEIGE

PDF Eraser Free

Петр Захаров

«ЕСЛИ УЖ БЫТЬ ПЕВЦОМ, ТО ТОЛЬКО СПАСАТЕЛЕМ!»

Певец Петр Захаров, победитель шоу «Голос» рассказал, как творчество стало ключевым в жизни, как он сумел подружить призвание и стремления, о планах и мечтах и о том, во что инвестирует свое время.

- Петр, расскажите немного о себе и Вашей карьере в шоу-бизнесе, – с чего все начиналось, с какими трудностями Вам пришлось столкнуться на пути к успеху?

- Я считаю, что карьера в шоу-бизнесе у меня пока не началась. В искусстве – немного есть, но все самое лучшее еще впереди. Началось все с детства, с отцовских занятий музыкой, с маминых колыбельных, с настоящих учителей в хоровом училище и консерватории... И с большой любви к нашей песне, с горячего желания посвятить ей всю жизнь.

- Вы родились в творческой семье, с ранних лет занимались музыкой. То есть сомнений в выборе жизненного пути у Вас не было, все было предопределено?

- У меня сомнения были всегда. С голосом не получалось, людей боялся, себя стеснялся... Но глубокую любовь к музыке разглядели родители, и они ежовыми рукавицами смогли удержать меня на этом пути. Потом были педагоги, которые тоже верили в меня больше, чем я сам. А в какой-то момент, когда я в очередной раз захотел бросить «бесполезную музыку» и решил приносить пользу, став спасателем, все расставила по местам моя мама. Она сказала: «Будешь хорошо петь – будешь спасателем!». Тем и живу сегодня.

- Чем сегодняшний Петр Захаров отличается от того, каким он был в начале своей карьеры?

- Думаю, только более трезвым знанием себя и своих возможностей. Больше узнал о своем голосе, о том, что и как с его помощью можно выразить, высказать... А так – и направление творчества, и желание, и любовь – все те же.

- Вы стали победителем главного вокального конкурса «Голос» на Первом канале. Чему Вы научились на этом проекте? Что самое главное поняли о себе?

- Понял одно – я способен на большее, чем ожидал. Когда, казалось, отданы все силы до дна, а тебе вдруг вместо отдыха нужно интервью дать или еще что-то спеть или рассказать на камеру, вот тут открываются какие-то резервы и, оказывается, еще что-то можешь.

- В самом начале «Голоса», после «слепого прослушивания», Вы выбрали команду Константина Меладзе. По каким именно причинам?

- Я классик, другого не умею, мой язык общения уже найден. В других командах я совершенно точно не смог бы раскрыться.

PDF Eraser Free

- Продолжение сотрудничества с Меладзе последует?
- Нет, мы в период пандемии приостановили наш контракт, а в сегодняшних реалиях сотрудничество уже невозможно.

- Как проходит отбор Вашего репертуара? Вы сами выступаете в роли композитора и автора текстов?
- Нет, ни в коем случае! Предпочитаю доверить это профессионалам. Я очень строго подхожу к тому, что не могу не взять в репертуар. Жадно ищу преемников великих авторов прошлых лет. Не готов идти на компромиссы и брать что-то кое-как ни о чем написанное, чего, к сожалению, сейчас очень много... Если уж быть певцом, то только спасателем, иначе не получается.

- Тема творческих союзов с другими исполнителями для Вас открыта?
- Да, открыта. Мне даже интересно, что это может быть?

- Расскажите о Вашей «Школе Голоса».
- Мой опыт преодоления голосовой инвалидности и социофобии вылился в авторскую систему. В период пандемии и после него я довольно активно проводил консультации и тренинги по голосу и публичным выступлениям для руководителей, бизнесменов и просто людей, испытывающих какие-то затруднения в этой сфере. Сейчас времени на это уже нет, но особо страждущим всегда смогу дать рабочие инструменты в помощь.

- Насколько я знаю, Вы пробовали себя в разных профессиях, у Вас даже есть диплом тренера. Как получается совмещать спорт и музыку?
- Я тренируюсь без перерывов лет с 13, наверное. Сначала это были различные единоборства, от бокса до боевого самбо и ММА, потом остались только тяжелые железки. Профессией это не стало, но как образ жизни – осталось навсегда. Без этой активности не могу, она и на сцене помогает – для пения в моем жанре требуется много сил и закалки.

- Над чем Вы сейчас работаете? Собираетесь записывать новый альбом?
- Сейчас я, прежде всего, работаю над сольными программами, а также постоянно пробую записывать песни, о которых давно мечтаю. Новые произведения тоже ищу, отбираю и записываю, без этого никак.

- Какие качества Вам помогают, а какие – мешают в жизни?
- Однозначно, мой перфекционизм! Мешает он тем, что не дает уверенности в себе, мне кажется, что все, что я делаю, недостойно публичности. А помогает тем, что, когда успокоишься и раскладываешь недостатки по полочкам, то многое оказывается преодолимым и можно спокойно и планомерно расти в качестве.

- Чем Вы предпочитаете заниматься в свободные минуты? Есть ли у Вас какие-то увлечения, хобби?
- Свободное время у меня расписано на тренировки и занятия вокалом. Вот такая вот стабильность. За едой могу смотреть какие-нибудь передачи, исторические сериалы или умные подкасты, а потом – снова за работу.

- Что Вы пожелали себе на Новый год? Каким он станет, как Вы думаете?
- Я бы хотел, чтобы голос еще больше окреп, и я смог бы записать те произведения, о которых мечтаю с момента, когда впервые запел! Я очень надеюсь, что Новый Год принесет новые возможности быть нужным и сказать еще больше и глубже то, о чем не могу не сказать.

- Петр, если бы Вам повстречалась волшебная фея и предложила выполнить самое заветное Ваше желание, Вы бы попросили у нее...
- Совершенного голоса и крепчайшего здоровья. Остальное сделаю сам!

СУДОКУ

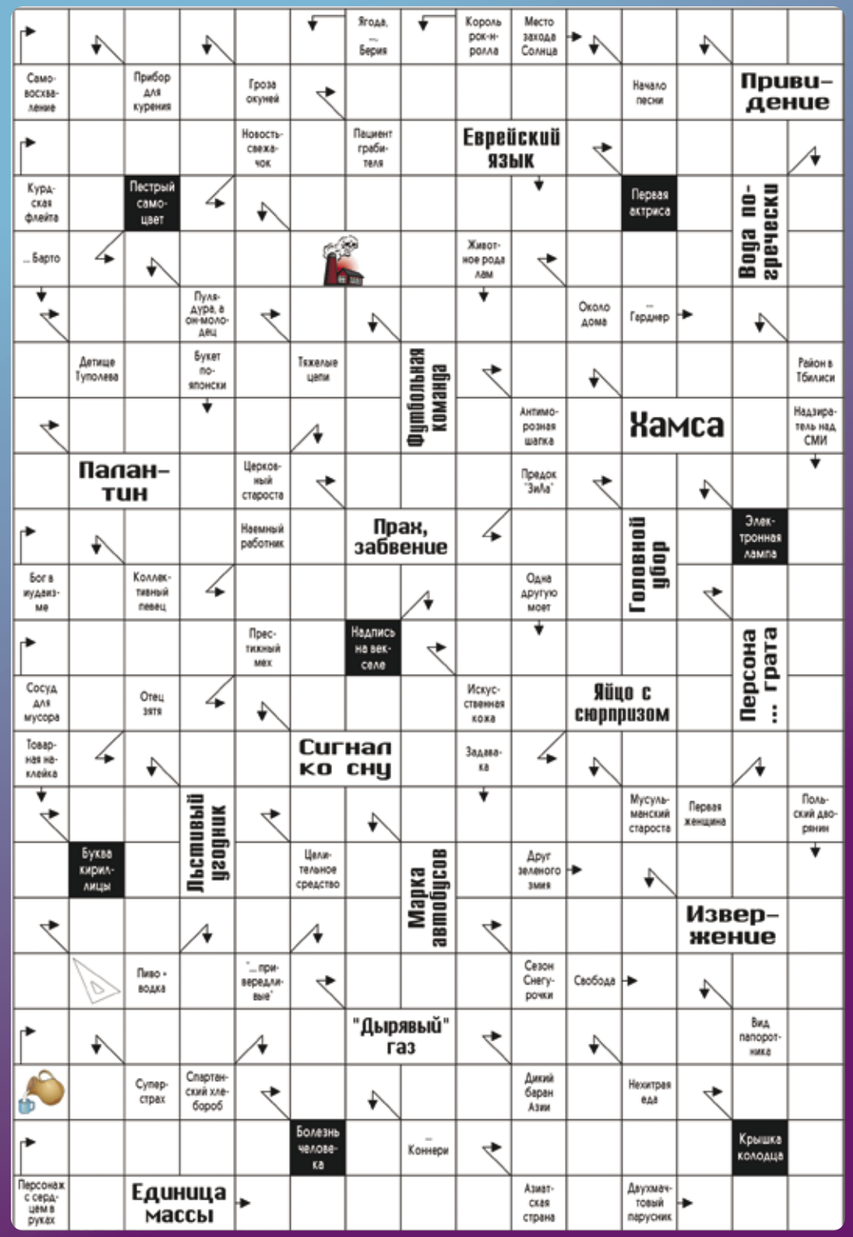
	1	4	2	9	6	8		
	2	9	7	4				6
6			5	1			4	9
		1	6	8				5
4	3	8			5	9	6	
2		6		3	4	1		7
	8	5		6	9		2	
		7			1		5	8
3		2				6		1

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

PDF Eraser Free

СКАНВОРД

Злая ирония
Сгустившийся туман
Движение воды
Борьба без правил
Монгольская пустыня
Разновидность, тип
Персидская монета
Лошадиный аллюр
Японский нож
Болотное топливо
Подземный ключ
Перекусыватель
... Ричардс
Старая кляча
Кормовое растение
Камень для кладки
Джонни ...
Вязкая мера
Красная утка
Любовь Тиля
Результат
Скисшее вино
Болотная трава
Орудийная пальба
"Подруга" павлина
Гряда
Биограф Робинзона
Якутия по-якутски
Стык реки с морем
Этап конкурса
Сильное негодование
Ящик фараона
Носатая обезьяна
Накидка на лицо
Русский дрессировщик
Срочнее не бывает
Клей
Боевой друг Арамиса
Маленький фильм
Узкое место реки
Соединение с кислородом
Пухлый малыш
Режиссер-сказочник
Царские апартаменты
Сельдь
Будущие мышеловы
Опухший блин
"Толстая" птица
Охотничья сумка
Летняя передышка
Войско, рать
Звук из-под копыт
Мастер красноречия
Все дело в папке
Желтозем
Часть акта в драме
Кто-то
Нефтяной продукт
Супер-некрасавец
Фруктовый "огород"
Китайская крапива
Защита
Вид
... Павлиашвили
Итальянский фюрер
Укрытие пехотинца
Деньги Японии



АНЕКДОТЫ

Вероятность крупного выигрыша в лотерею всегда одинакова и не зависит от того, купили вы лотерейный билет или нет.

★★★

У самолета не выпускается шасси. Стюардесса объявляет:
— Дамы и господа, у всех вас под ногами находится небольшой люк. Поверните два красных рычажка, вытолкните люк и выставьте ноги! Так, спасибо… А теперь побежали, побежали, побежали!

★★★

Мальчик Петя ударил молотком по пальцам трудовика и получил пять. По крайней мере, ему так послышалось.

★★★

— А правда, что если женишься в пятницу, то будешь несчастным всю жизнь?
— Правда. Почему пятница должна быть исключением?

★★★

Если вы заблудились в лесу, не паникуйте, а лучше посмотрите на мох. Зеленый цвет успокаивает.

★★★

— С днем рождения! Желаю детей – послушных, жену – любящую, родителей – здоровых…
— Спасибо! А этих куда девать?

★★★

Ученые доказали, что у левшей деньги обычно лежат в правом внутреннем кармане, а у правшей – в левом. Если же у человека развиты оба полушария, то его деньги лежат в швейцарском банке.

★★★

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

★★★

Труднее всего после вуза приходится химикам. Они знают, как взорвать или отравить любого человека, но держатся.

★★★

Дешевое вино справляется со стрессом лучше дорогого, потому что ты не переживаешь о потраченных деньгах.

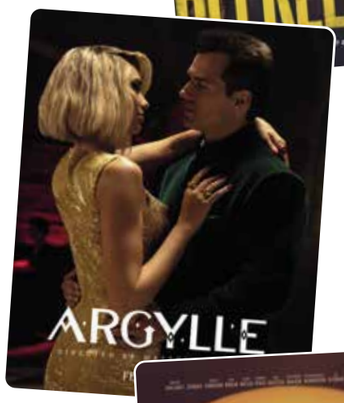
PDF Eraser Free

В ФЕВРАЛЕ НА ЭКРАНАХ

THE BEEKEEPER
(«ПЧЕЛОВОД»)

Режиссер: Дэвид Эйер
Автор сценария: Курт Уиммер
В ролях: Джейсон Стэйтем, Джереми Айронс, Джош Хатчерсон

После выхода на пенсию Адам Клей, бывший суперагент, занялся разведением пчел. Все шло хорошо до тех пор, пока однажды, придя на работу, он не обнаружил бездыханное тело своей начальницы, которой очень симпатизировал. Движимый неутолимой жаждой справедливости, Адам решил призвать к ответу виновных за свои действия.



ARGYLLE
(«АРГАЙЛ»)

Режиссер: Мэттью Вон
Автор сценария: Джейсон Фукс
В ролях: Генри Кавилл, София Бутелла, Кэтрин О'Хара

Элли Конвей – известная писательница, автор захватывающих шпионских романов. Она ведет замкнутый образ жизни и редко покидает свой дом. Но в один прекрасный день она попадает в реальный мир шпионажа, когда сюжеты ее книг становятся зеркальным отражением настоящих дел зловещего подпольного синдиката.

DUNE: PART TWO
(«ДЮНА: ПРОДОЛЖЕНИЕ»)

Режиссер и автор сценария: Дени Вильнев
В ролях: Ребекка Фергюсон, Хавьер Бардем, Тимоти Шаламе

По приказу императора Пол Атрейдес и его семья отправляются на Арракис, планету, сплошь покрытую песчаными морями, из-за чего ее называют Дюной. Пол, как и его мать, обладает сверхъестественными способностями – он умеет гипнотизировать и подчинять себе людей силой мысли. Объединившись с жителями пустыни, наследник Атрейдесов попытается отомстить заговорщикам, взявшим в плен его отца.

A GREAT PLACE TO CALL HOME
(«ЛУЧШЕЕ МЕСТО ДЛЯ ЗВОНКА ДОМОЙ»)

Режиссер: Марк Туртелтауб
Автор сценария: Гэвин Стеклер
В ролях: Бен Кингсли, Джейд Куонн, Хэрриэт Сэнсом Харрис

Пенсионер Милтон Робинсон ежедневно испытывает на прочность городской совет своего города назойливыми выступлениями и предостережениями. И, когда он начинает жаловаться на летающую тарелку, угробившую его азалии и кормушку для птиц, никто не обращает на него внимание. Зря, ведь в сад Милтона действительно упал НЛО, и его пассажир, андрогинный гуманоид, пытается рисунками объяснить, что ему необходимо для возвращения на Альфа-Центавру.

Ужин при свечах

Непременный атрибут Дня Святого Валентина – романтический ужин. Вот несколько рецептов блюд, которые гарантированно понравятся всем его участникам!

ЛОДОЧКИ ИЗ АВОКАДО С КРЕВЕТКАМИ

Ингредиенты: *2 авокадо, 250-300 г креветок, 1,5 столовые ложки сока лайма или лимона, 1 столовая ложка майонеза, соль, перец по вкусу*

Разрезать авокадо пополам, вынуть косточку и ложкой извлечь мякоть на блюдо, не повредив кожуру (она потом исполнит роль лодочек). К мякоти авокадо добавить отварные креветки. Смешать сок лайма и майонез, посолить, поперчить. Заправить авокадо с креветками соусом и разложить по лодочкам.

САЛАТ С КРАБОВЫМИ ПАЛОЧКАМИ И ХУРМОЙ

Ингредиенты: *горсть руколы, 150 г крабовых палочек, 2 спелые хурмы, 1 зубчик чеснока, 1 столовая ложка муки, оливковое масло, 1 чайная ложка бальзамического уксуса, 10 оливок, соль, перец по вкусу*

В сковороде разогреть оливковое масло с зубчиком чеснока (чеснок потом вынуть). Крабовые палочки обвалять в муке и обжарить до золотистой корочки. Выложить на бумажное полотенце. Хурму нарезать тонкими дольками. В салатную тарелку положить руколу, дольки хурмы, оливки, жареные крабовые палочки. Смешать масло с бальзамическим уксусом, солью и перцем. Заправить салат.

ЛОСОСЬ В МАРИНАДЕ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ

Ингредиенты: *500 г лосося, 3 апельсина, 1 чайная ложка горчицы, смесь прованских трав, кунжут, перец и соль по вкусу*

Выжать сок из двух апельсинов, добавить в него горчицу, перец, соль, прованские травы. Оставшийся апельсин нарезать кружочками и выложить дно посуды для запекания. Сверху положить нарезанный порционными кусками лосось и полить сверху маринадом. Отставить форму на 30 минут – для пропитки. Посыпать рыбу кунжутом и отправить ее в разогретую до 190 градусов духовку на 15-20 минут.

КРЕМ-БРЮЛЕ С ЙОГУРТОМ

Ингредиенты: *1 стакан молока, 2 чайные ложки желатина, 3 чайные ложки сахара, полстакана ванильного йогурта, ягоды по вкусу*

Залить желатин теплым молоком на 15 минут. Подготовить формочки, в которых будет застывать желе. Добавить к желатину с молоком сахар и йогурт. Перемешать до однородности и разлить по формочкам. Отправить формочки в холодильник до полного застывания. Готовое желе украсить ягодами.

FOTOS: SXC

АЛЛО, МЫ ИЩЕМ ТАЛАНТЫ! KOLLEGEN DRINGEND GESUCHT!

PDF Eraser Free

ОФИС-МЕНЕДЖЕР, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИЙСЯ НА УПРАВЛЕНИИ КОРПОРАТИВНЫМ АВТОПАРКОМ

Динамично развивающаяся компании приглашает на постоянную работу офис-менеджера!

Обязанности:

✔ Общие административные задачи (подготовка, оформление деловой корреспонденции, внутренней документации)
✔ Управление корпоративным автопарком
✔ Работа с претензиями

Требования:

- Законченное коммерческое профессиональное образование
- Желателен профессиональный опыт работы в страховой отрасли
- Уверенное владение программами MS Office
- Владение немецким языком на разговорном и письменном уровне, желательно знание русского языка
- Позитивное и внимательное отношение к клиентам и коллегам

Мы будем рады получить Вашу подробную заявку с указанием ожидаемой заработной платы и максимально возможной даты начала работы по электронной почте:
job@veritas-company.de

BÜROKRAFT MIT SCHWERPUNKT KFZ-VERWALTUNG

Für unser weiterwachsendes Unternehmen suchen wir ab sofort zur nächstmöglichen Einstellung eine/n engagierte/n Bürokraft mit Schwerpunkt KFZ-Verwaltung (m/w/d).

Ihre Aufgaben umfassen u.a.:

✔ Allgemeine Verwaltungsaufgaben
✔ Verwaltung von Dienstfahrzeugen
✔ Schadenmanagement

Voraussetzungen:

- Abgeschlossene kaufmännische Berufsausbildung
- Berufserfahrung im Versicherungswesen ist wünschenswert
- Sicherer Umgang mit MS-Office Programmen
- Deutsch in Wort und Schrift, Russische Sprachkenntnisse sind wünschenswert

Wir freuen uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung mit Angabe Ihrer Gehaltsvorstellung und Ihrem frühestmöglichen Eintrittstermin per E-Mail: job@veritas-company.de

Отдам в подарок книги (детективы, энциклопедия для детей), CD (классика, джаз) и DVD (советские и русские фильмы). Тел. 0157 865 822 26

Пожалуйста, заполните купон разборчиво печатными буквами,
вырежьте и отправьте по адресу VeritasGroup, Ullsteinstraße 89, 12109 Berlin или по факсу 030/ 688 377 167

КУПОН **Текст объявления** (только этот текст будет напечатан!):

Бесплатные объявления *(Количество публикаций: бесплатно ☐ до 3 раз платно ☐ раз x5 евро)*

Рубрики:
☐ куплю/продам
☐ сниму квартиру/ищу Nachmieter
☐ ищу работу
☐ подарю/приму в подарок
☐ поздравления/соболезнования
☐ зооуголок

Платные объявления *(стоимость 1 объявления – 10 евро, скидка 30% при 4 и большем количестве публикаций)*

Рубрики:
☐ предлагаю работу
☐ предлагаю услуги
☐ автосалон
☐ недвижимость

Ваши контактные данные (не для публикации)

Имя, фамилия/Vorname, Name: .....

Контактный телефон/Telefon: .....

Адрес/Adresse: .....

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

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.
Право обработки текстов объявлений остается неизменным.
По вопросам публикации и размещения в альманахе «Время» этого и других видов рекламы обращайтесь по телефону: 030-688377160.

ХРИСТИАНСКАЯ СЕМЬЯ

ПАСХАЛЬНЫЕ ПОДАРКИ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ В КАТАЛОГЕ «ХРИСТИАНСКАЯ СЕМЬЯ»!

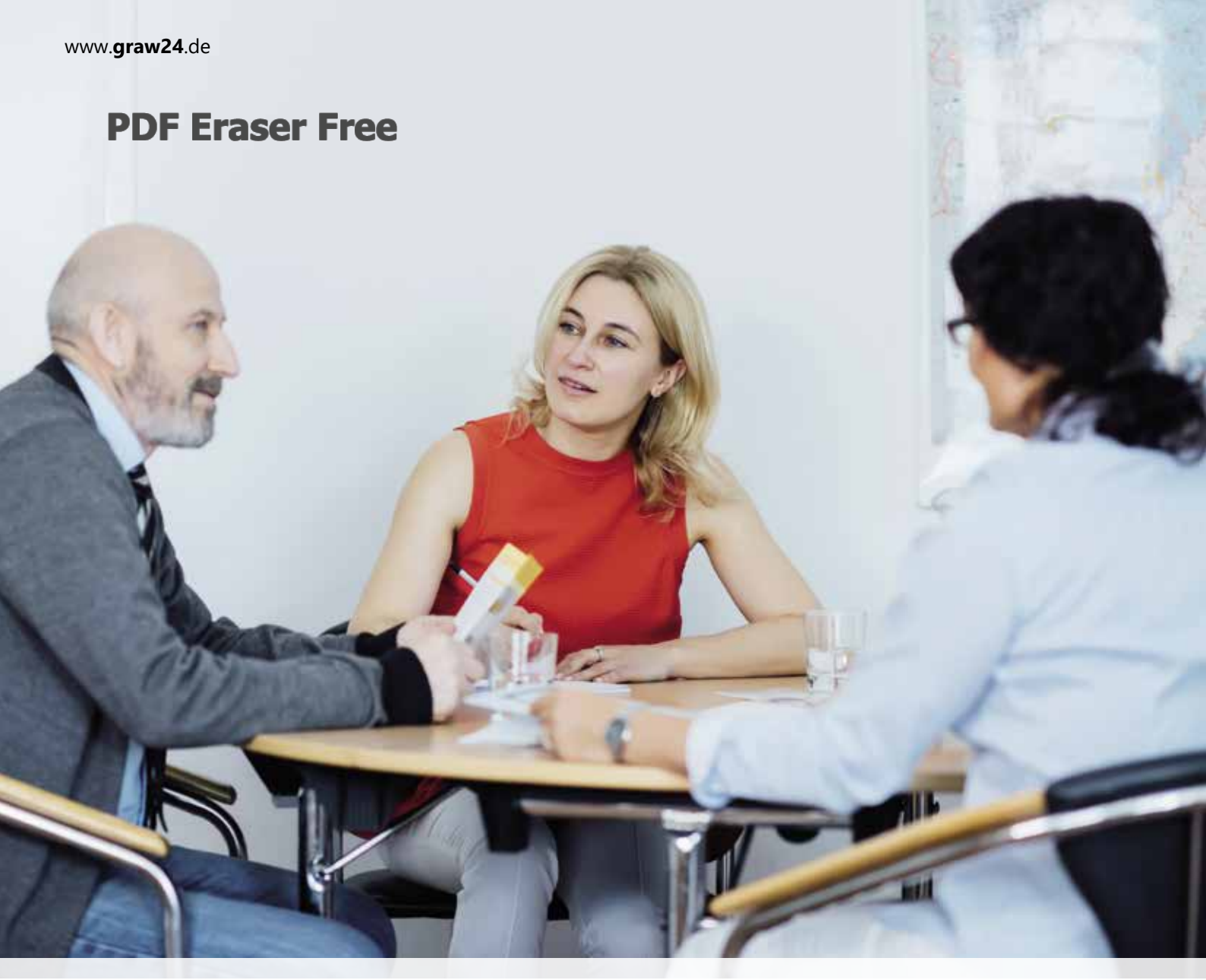
ВСЕ ДЛЯ СВЕТЛОГО ПРАЗДНИКА ПАСХИ В ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИНЕ «ХРИСТИАНСКАЯ СЕМЬЯ»!

Наборы для росписи яиц, пасхальные открытки и магниты, свечи, книги, ювелирные изделия и многое другое – огромный ассортимент уникальных товаров, быстрая доставка, низкие цены!

Заказывайте на сайте **www.xc24.eu**
или по телефону 030 688 377 155

www.graw24.de

PDF Eraser Free



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

G.r.a.w.

НАША КОМПЕТЕНЦИЯ - ЗАЛОГ ВАШЕГО УСПЕХА!

G.R.A.W. Vermittlungs- und Beratungsgesellschaft mbH
Ullsteinstraße 89 | 12109 Berlin | Тел. 030-688377129 | Факс 030-688377130 | e-mail info@graw24.de