MONTHLY RUSSIAN NEWSPAPER OF MINNESOTA * ADVERTISING REVIEW

Северная звезда

North STAR

РЕКЛАМНОЕ ОБОЗРЕНИЕ

WWW.ZERKALOMN.COM

233 Март/March 2017

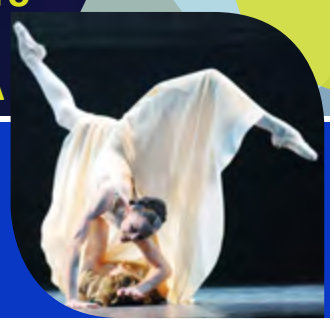
ZERKALO, INC.
8 Nathan Lane. N.
Plymouth, MN 55441

PRSRT STD
U.S. POSTAGE
PAID
TWIN CITIES MN
PERMIT NO. 90895

CHANGE SERVICE REQUESTED

Спектакль Санкт-Петербургского ТЕАТРА БАЛЕТА БОРИСА ЭЙФМАНА

ПОДРОБНОСТИ НА СТР. 22-23



Jump-start your career in government!

ENGLISH FOR HERITAGE LANGUAGE SPEAKERS

EHLS Professional English New Opportunities

Details on p. 7!

RAJMN Russian-American Jews in Minnesota

ПРАЗДНОВАНИЕ ПУРИМА С RAJMN
ЧИТАЙТЕ НА СТР. 3

ПРАЗДНОВАНИЕ ДНЯ НЕЗАВИСИМОСТИ ИЗРАИЛЯ
ЧИТАЙТЕ НА СТР. 14 И НА ВЕБ-САЙТЕ ZERKALOMN.COM

ISRAEL INDEPENDENCE DAY FESTIVITIES

Sunday, May 7, 2017
3 – 5 PM
St. Paul JCC
FREE FOR ALL AGES

EVENT HIGHLIGHTS
- Israeli DJ and dance party
- Climb Masada on the giant inflatable

САМЫЕ ДЕШЕВЫЕ БИЛЕТЫ

БЮРО ПУТЕШЕСТВИЙ

Gabriel Travel

БЕСПЛАТНЫЙ ТЕЛЕФОН

1-888-505-4196

24/7 Звоните в любое время

EDGELINE REALTY.com

Равиль Ахметшин
Realtor Broker Owner
Cell: 952-250-1742
www.ravil.com

Office: 952-402-9246

16 успешных лет в бизнесе

СПЕЦИАЛИСТ ПО НЕДВИЖИМОСТИ стр.5

В США ПРОШЛИ ДЕМОНСТРАЦИИ В ПОДДЕРЖКУ ТРАМПА

В ряде штатов США в субботу, 4 марта, прошли выступления в поддержку президента Дональда Трампа, пишет USA Today.

Акция носила название March 4 Trump — «Марш за Трампа», также в этой фразе обыгрывается дата проведения мероприятия, 4 марта.

Тысячи сторонников президента собрались в Нью-Йорке у резиденции Трампа — Trump Tower, возле Монумента Вашингтона в столице, а также в десятках других городов по всей стране.

В ряде населенных пунктов сторонники Трампа столкнулись с противодействием граждан, не поддерживающих политику новой администрации. Наиболее острым был

Продолжение на стр. 4

METIS Financial
Tax & Accounting Professionals

TAX - TAX - TAX

ОФОРМЛЕНИЕ ВСЕХ ВИДОВ НАЛОГОВЫХ ДЕКЛАРАЦИЙ

sergey@cityinsuranceMN.com

- ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ TAX
- БИЗНЕС TAX
- БЕСПЛАТНОЕ ОФОРМЛЕНИЕ 1099
- ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД

Sergey Kenigsberg
(612)-310-7739
Fax:(763)-582-1887

3030 Harbor Lane, Suite 205
Plymouth, MN 55447

с 2008 года

За время работы нашими пациентами стали тысячи человек!

Advancia Dental
FAMILY, COSMETIC & IMPLANTS DENTISTRY

Phone: (651) 340-0772

CEREC TECHNOLOGY - НОВАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ПРОТЕЗИРОВАНИЯ ЗУБОВ

позволит вам без особого дискомфорта стать обладателем красивой улыбки за один визит. CEREC technology получила высокие отзывы пациентов.

БЕСПЛАТНЫЙ X-RAY И КОНСУЛЬТАЦИЯ ПО ИМПЛАНТАТАМ!

Широкий спектр стоматологических услуг:
от чистки и отбеливания до сложных операций

Dr. Medhat Hussein

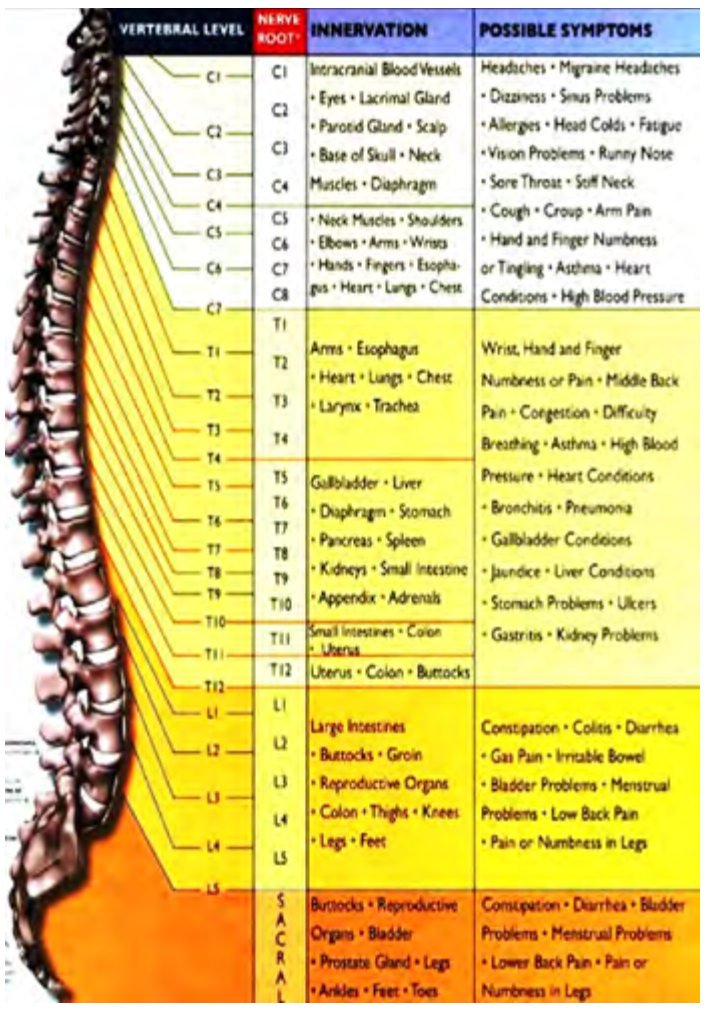
Более 22 лет опыта работы. Обучался в США, Италии и Франции. В 2014 г. получил степень магистра в Oral Implantology в Университете Франкфурта, Германия

1625 Radio Drive, Suite 170
Woodbury, MN 55125

ASSIAT WELLNESS CENTER P.A.

Dr. Assiat Boke, DC
Chiropractor
(говорю по-русски)

* АВАРИИ
* СПОРТИВНЫЕ ТРАВМЫ
* ТРАВМЫ НА РАБОТЕ
* ГОЛОВНЫЕ БОЛИ
* БОЛИ В ПОЯСНИЦЕ
* ПОХУДЕНИЯ



Оказываем эффективную помощь в лечении острых и хронических заболеваний шейного и спинного отдела позвоночника, суставов рук, ног и тазобедренного аппарата, а также ущемление седалищного нерва. Методы лечения включают: современное оборудование, методы мануальной терапии, массажа и реабилитационные упражнения.

Две удобные клиники

Assiat Wellness Center P.A.
6480 Wayzata Blvd.
Golden Valley, MN 55426
952-220-9250

Assiat Wellness Center P.A.
2929 Pleasant Ave.
Minneapolis, MN 55408
952-220-9250

Часы приема по записи. Также принимаем по выходным и в вечернее время по звонку.

ПРАЗДНУЕМ ПУРИМ ВМЕСТЕ с RAJMN!

ПРАЗДНИКУ ПУРИМ БОЛЕЕ 2400 ЛЕТ. ОН ВОЗНИК В РЕЗУЛЬТАТЕ ИСТОРИИ, СЛУЧИВШЕЙСЯ В ПЕРСИДСКОМ ЦАРСТВЕ ВО ВРЕМЕНА ПРАВЛЕНИЯ ЦАРЯ АХАШВЕРОША. ИЗ-ЗА ЗЛОГО УМЫСЛА СВОЕГО СОВЕТНИКА АМАНА ЦАРЬ ИЗДАЛ УКАЗ ОБ ИСТРЕБЛЕНИИ ЕВРЕЕВ. НО БЛАГОДАРЯ СМЕКАЛКЕ, САМООТВЕРЖЕННОСТИ, БЛАГОРОДСТВУ И ДОБРОТЕ ЖЕНЫ АХАШВЕРОША ЭСТЕР, И МОРДЕХАЯ, ЕЕ РОДСТВЕННИКА, ЕВРЕЙСКИЙ НАРОД ИЗБЕЖАЛ ТРАГИЧЕСКОЙ УЧАСТИ И ПОЛУЧИЛ ЗАКОННОЕ ПРАВО НА ЗАЩИТУ СВОИХ ЖИЗНЕЙ.

С тех далеких времен отмечается Пурим не только в Израиле, но и в еврейских общинах по всему миру. Празднуется он и у нас – в этом году руководитель проекта RAJMN Илана Володарская провела Пурим в City Center Marriot 12 марта.
«Программа праздника меняется из года в год, - рассказывает Илана Володарская. – В этот раз он прошел в виде карнавала. Ребятишки пришли в карнавальных костюмах – таких красочных, красивых, с удовольствием и интересом рассматривали маски и наряды друг друга. Было очень весело, шумно, дружно – на праздник пришли 250 человек!»

Волонтерами-организаторами развлечений на Пуриме вновь выступили подростки из Teen Fellowship Project – годовой программы, успешно запущенной и работающей в рамках RAJMN. Ребята подготовили несколько станций, где гостям предлагались самые разнообразные развлечения: можно было своими руками смастерить карнавальную маску или погремушку, соорудить смешную прическу на голове, украсить праздничные печенья, доверить свое лицо мастерам face painting, сделать на память фотографии в фотобудке и узнать о своей судьбе у предсказательницы. Студия Pinot's Palette дала возможность почувствовать себя настоящими художниками - ребята рисовали акварельными красками на канве. Клара Спониц была ведущей многочисленных веселых конкурсов для детей. А пока ребята соревновались и играли, мамочки имели возможность ознакомиться с выставкой-коллекцией одежды от Fashion Fruit Boutique.
А еще на празднике играл DJ, умело создававший музыкой дополнительное радостно-приподнятое настроение.
Всех ребятишек, кто пришел в карнавальных костюмах, ждали призы. Замечательная идея! Впрочем, у Иланы Володарской их всегда великое множество. Не верите? Приходите на один из праздников RAJMN – и убедитесь сами!

Илана Володарская:

- Дорогие друзья! Огромное спасибо, что отпраздновали Пурим с RAJMN! Так радостно и приятно было видеть детей в карнавальных костюмах, наблюдать, с каким азартом и желанием они участвуют в конкурсах и развлечениях! Я впечатлена замечательной работой команды из RAJMN Teen Fellowship! И как порадовало гостей их представление Пурим Шпиль, сделанное экспромтом! Отдельное спасибо лагерю Herzl Camp и его работникам за вклад в организацию праздника! Также хочется выразить большую благодарность Инне Гендлер за украшение зала! Спасибо нашим замечательным волонтерам Саше Гернеру, Эдику Володарскому и Фаине Каниветской! Благодарю наших спонсоров – художественную студию Pinot's Palette из Сент-Луис Парка.
Спасибо Славе и Кларе Спониц (C&S Enterntaiment) – ребята, всегда большое удовольствие работать с вами! Спасибо Элле и Диане Бейгельман за kleizmer music. Виталий Катасонов и Алла Кристич – спасибо вам, друзья, за фотографии! А Саше Гофтарш - за фотоальбом.
От проекта RAJMN и от себя лично благодарю всех спонсоров и всех волонтеров – за ваш вклад и желание помочь. Без вас, дорогие друзья, помощники, волонтеры, гости, этот праздник бы не состоялся!

Окончание. Начало на стр. 1

конфликт в калифорнийском Беркли — там произошло несколько стычек между единомышленники и противниками президента. Около 10 человек были арестованы, еще около десятка получили в столкновениях травмы. В Колумбусе, штат Огайо, протестующие выкрикивали «Нет Трампу, нет ку-клукс-клану, нет фашистским США!», их пытались перекричать сторонники главы государства возгласами «США!»

В Нэшвилле, штат Теннесси, один человек был арестован за кражу двух футболок с изображением Трампа. Еще одного задержали за попытку спровоцировать массовые беспорядки. Кроме того, аресты прошли в городе Сент-Поле, где шесть человек зажгли пиротехнику в здании заксобрания штата,

В начале февраля в Беркли прошли массовые протесты в Калифорнийском университете, преподаватели и студенты которого известны своими либеральными взглядами. В преддверии выступления блогера и редактора ультраправого сайта Breitbart Майло Яннопулоса перед членами студенческого союза 1 февраля сотни демонстрантов попытались прорваться внутрь здания, где должно было пройти выступление. Полиция их остановила, после чего в окна полетели камни и куски металлических заграждений. Также протестующие подожгли электрогенератор перед входом, выкрикивая лозунги против Трампа.

Как отмечает ABC News, стычки в ходе митингов начинались после появления там противников Трампа. Оппоненты обменивались оскорблениями, некоторые вступали в драки, разнимать которые приходилось полиции. Участники антитрамповского движения приходили с плакатами "Нет фашизму в США" и "Ваш голос - преступление".

Издание приводит слова одной из участниц демонстрации в поддержку президента в Огайо, которая заявила, что всерьез опасается начала гражданской войны.

Акции прошли примерно в 50 городах, включая Нью-Йорк, Нэшвилл, Бостон, Денвер и Майами. Тем не менее, ABC News констатирует, что в большинстве городов акции прошли мирно.

СЫН ЭКС-НАПАРНИКА КЛИНТОН НА ВЫБОРАХ ЗАКЛЮЧЕН ПОД СТРАЖУ ПОСЛЕ АКЦИИ ЗА ТРАМПА

Сын бывшего кандидата в вице-президенты США от Демократической партии, сенатора Тима Кейна был задержан полицией после акции в поддержку президента США Дональда Трампа. 24-летний Линвуд Майкл Кейн подозревается в участии в беспорядках, сообщил телеканал Fox News.

По его данным, инцидент произошел 4 марта во время демонстрации March 4 Trump у здания законодательной ассамблеи штата Миннесота в городе Сент- Пол. Кейн-младший и еще четверо человек ввязались в стычку с активистами-сторонниками демократов, подожгли петарды на ступенях здания ассамблеи и скрылись. Полиция настигла их в квартале от места событий, задержав по подозрению в участии в беспорядках.

Как уточнил Fox News, сотрудникам правоохранительных органов пришлось "применить силу" во время задержания. Полиция выясняет степень вины Кейна-младшего и его единомышленников. Сын сенатора был освобожден во вторник, 14 марта, из тюрьмы округа Рэмси, обвинения ему не предъявлены до завершения расследования инцидента.

Бывший напарник по предвыборной кампании экс- госсекретаря Хиллари Клинтон сделал по этому поводу краткое заявление. "Нам нравится, что у наших трех детей есть собственные взгляды и поводы для беспокойства в отношении нынешних политических проблем. Они (дети) полностью отдают себе отчет в том, что они несут ответственность за выражение своих взглядов исключительно мирным путем", - заметил сенатор.

После поражения Клинтон на президентских выборах в ноябре прошлого года Тим Кейн заявил, что он намерен сосредоточиться на работе в Сенате Конгресса США и более не планирует участвовать в президентских выборах.

УТВЕРЖДЕН ПРОЕКТ ПО МОДЕРНИЗАЦИИ И РАСШИРЕНИЮ КЛИНИКА МЕЙО

Клиники Мейо начнет крупное строительство по расширению своего кампуса Святой Мэри в Рочестере. Стоимость долгосрочного проекта, рассчитанного на пять лет, составит $217 млн

Об этом напрошлой недели сообщили представители Мейо. В плане – надстройка трех дополнительных этаже в Основном здании, усовершенствование кандиохирургичесокго отделения, а также расширение интенсивной терапии для новорожденных и детской реанимации.

Также будет увеличено числа частных палат наряду с уменьшением количества койкомест в общих палатах.

Строительство, по сообщению представителя клиники, начнется уже в этом году.

Клиника Мейо — один из крупнейших частных медицинских центров мира. При больнице действует престижное медицинское училище. Лечебные учреждения под эгидой Mayo Clinic работают в 70 городах США, наиболее крупные подразделения — в Финиксе и Джексонвилле. В состав Mayo Clinic входят общественные клиники многопрофильного уровня и научно-исследовательские институты и лаборатории. аждый год в системе «Мейо» проходят лечение более полумиллиона пациентов. Особенностями оказания медицинских услуг Mayo Clinic является соответствие мировым стандартам, применение высоких инновационных, доказавших свою эффективность технологий, а также новых разработок, берущих за основу персонифицированную медицинскую помощь.

ДОХОДЫ ОТ ТУРИЗМА В МИННЕСОТЕ МОГУТ СНИЗИТЬСЯ ИЗ-ЗА ИММИГРАЦИОННОЙ ПОЛИТИКИ ТРАМПА?

Доходы от туризма в Миннесоте резко снизятся, считают некоторые эксперты, в результате иммиграционной политики Дональда Трампа. Эксперты в области труизма предсказывают, что в этом году количество иностранных туристов в США снизится на 4 миллиона, что принесет туристической отрасли более 7 миллиардов убытков. В 2015 году Mall of America посетили 2 миллиона иностранных туристов.

К слову, зарубежные гости тратят на шоппинг порядка 2 тысяч долларов за поездку, в то время как американские туристы из других штатов – около 300 долларов. Тем не менее администрация МОА прилагает все усилия, чтобы привлечь как можно больше иностранных покупателей. К примеру, веб-сайт шоппинг-центра имеет версию на 7 языках.

Основную массу иностранных покупателей, посещающих Mall Of America, составляют канадцы и китайцы. Однако в связи с последними визовыми ужесточениями количество туристов из Поднебесной резко снизилось.

Ситуацию усугубляют отдельные истории в масс-медиа, когда даже американские граждане иногда задерживаются при прохождении визового контроля.

Иммиграционный адвокат Эстебан Ривера:

“Люди сейчас неохотно едут в США, и предпочитают путешествовать в другие страны из-за обращения, которому они подвергаются на таможне”.

Часть экспертов считает, что подобные негативные предсказания ни на чем не основаны и являются очередным нагнетанием обстановки, которое уже стало нормой после вступления Трампа в должность. Отдельный случай, растиражированный американскими СМИ, когда сын Моххамеда Али был задержан на таможне, не может расцениваться как норма. И часть специалистов считает, что главный урон туризму может быть нанесен из-за негативного освещения в СМИ каждого шага президента и его администрации, что безусловно дестабилизирует ситуацию и наносит урон стране в целом в глазах иностранных туристов.

РЕМОНТ НА INTERSTATE-94 ОБОЙДЕТСЯ В $46 МЛН

Массивное дорожное строительство началось на прошлой неделе на Interstate 94 – на шоссе, соединяющем Миннеаполис и Бруклин Центр.

Департамент Дорожного строительства Миннесоты сообщает, что количество линий движения от Shingle Creek Parkway to Highway 252 будет сокращено до двух. Другие отрезки пути

будут также перекрываться в зависимости от этапов ремонта.

Ремонтно-дорожные работы, стоимость которых составит свыше 46 миллионов долларов, будут закончены к концу июля 2018 года. А пока водителям, следующим по этому пути, следует подготовиться к автозаторам и набраться терпения.

НОВОСТИ ОТ «НАШЕЙ ШКОЛЫ»

Наступление весны в стенах Нашей Школы было отмечено двумя радостными событиями – празднованием Масленицы и Концертом «Наши таланты». Вот уже третий год подряд школа отмечает традиционный праздник Масленицы. В течение недели учащиеся знакомятся с традициями и символикой этого древнего праздника, рисуют декорации и разыгрывают мини-представление, в котором принимает участие вся школа. В этот раз мы опять отпраздновали праздник веселыми эстафетами и играми. Ребята драматизировали сказку-шутку Усачева «Живот-животок». Кульминацией праздника, конечно, были блины. А их в этом году наши мамы напекли особенно много – побаловали детей!

10 марта в школе прошел ежегодный концерт, посвященный мамам, а также Шоу Талантов. (фотографии Григория Гитцовича, Accent Photography and Framing, с концерта можно увидеть на сайте Facebook - Charter School of Russian Language and Culture «Nasha Shkola»). В программе прозвучали песни русских и американских авторов, музыка, были показаны танцы и гимнастические выступления. Программу подготовила учитель музыки Элла Гербуз. Мы благодарны детям, родителям и учителям, принявшим участие в организации и проведении нашего праздника.

В июле 2017 года школа переезжает в новое помещение. Комитет по релокации рассматривает здание в Бруклин Парке около Технического Колледжа Хеннепин. Окончательное решение будет принято о новом адресе школы в ближайшие дни.

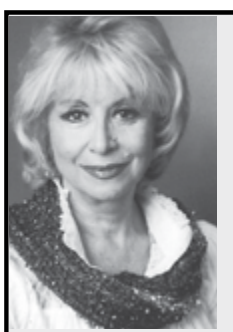
Наша Школа активно работает на улучшением качества обучения в школе. В начале июня 2017 в школе пройдет годовое собрание совета директоров, на котором состоятся выборы в совет школы. Совет ищет членов русскоговорящий общины, которые хотели бы посвятить своё время и таланты на благо укрепления и становления Нашей Школы. Нам нужны специалисты в маркетинге, образовании, финансах, культуре.

Одна из инициатив школы – привлечение учителей, говорящих на английском и русском языках. Нашей Школе нужны наши учителя! Обращайтесь к нам, если у вас есть педагогическое образование, учительская лицензия или вы работаете над получением лицензии.

И, конечно, приходите к нам учиться!

В школе ведется набор документов на 2017-2018 учебный год с подготовительного по девятый класс. Приходите к нам в гости – посмотреть на школу, встретиться с завучем, узнать, что делает Нашу Школу уникальной и замечательной школой для Ваших детей.

Записать ребенка в школу Вы также можете на сайте школы:
www.nashashkolamn.org
Наш адрес:
3500 Williston Road, Minnetonka, MN 55245
Тел: 952-746-1880,
info@nashashkolamn.org



EVALUATION SERVICE
ИЗМЕНИТЕ СВОЮ ЖИЗНЬ
ЛЕГАЛИЗУЙТЕ СВОЙ ДИПЛОМ
МЫ ПЕРЕВЕДЕМ ВАШЕ ОБРАЗОВАНИЕ В АМЕРИКАНСКОЕ:
ПОДТВЕРДИТЕ СВОЮ СТЕПЕНЬ БАКАЛАВРА, МАГИСТРА, ДОКТОРА НАУК ДЛЯ УСТРОЙСТВА НА РАБОТУ, ДЛЯ ДАЛЬНЕЙШЕЙ УЧЕБЫ, В ИММИГРАЦИОННЫХ ЦЕЛЯХ.
БЫСТРО, ПРОФЕССИОНАЛЬНО, НАДЕЖНО
Роза Харт
UNIVERSAL TRANSLATION & EVALUATION SERVICES
14520 Dickens Street, Suite 111, Sherman Oaks, CA 91403
Tel.: (818) 522-5800
Fax: (818) 990-5776
www.universalevaluation.com
rosevhart@hotmail.com

БЕЛЫЙ ДОМ РАСКРЫЛ СОДЕРЖАНИЕ ТЕЛЕФОННОГО РАЗГОВОРА ТРАМПА И АББАСА

В ходе телефонного разговора президент Дональд Трамп и глава Палестинской национальной администрации Махмуд Аббас обсудили ближневосточное урегулирование. Американский лидер также высказал палестинскому коллеге свою точку зрения, согласно которой пришло время для сделки по данному вопросу. «Президент подчеркнул, что подобная сделка не только даст израильтянам и палестинцам мир и безопасность, которой они заслуживают, но также позитивно скажется на регионе и на всем мире», — сообщили в Белом доме.

При этом Трамп подчеркнул, что мирное соглашение должно быть заключено в результате прямых переговоров двух сторон и США намерены плотно взаимодействовать в палестинскими и израильскими лидерами для достижения прогресса в данной теме. «Президент отметил, что США не могут навязать решение израильтянам и палестинцам, а также что ни одна сторона не может навязывать решение другой», — отметили в администрации.

Ранее сообщалось, что Трамп пригласил Аббаса «в ближайшее время» приехать в Белый дом. По словам президента США, главной темой будущих переговоров станет урегулирование палестино-израильской проблемы.

ТРАМП ПОДПИСАЛ УКАЗ О РЕОРГАНИЗАЦИИ ИСПОЛНИТЕЛЬНОЙ ВЛАСТИ В США

Президент США Дональд Трамп подписал в понедельник новый исполнительный указ, озаглавленный «Всеобъемлющий план реорганизации исполнительной ветви власти». Документ нацелен на существенную перестройку деятельности правительства США в целях экономии средств.

“Мы сформировали один из величайших кабинетов в нашей истории, - сказал хозяин Белого дома при подписании указа. - И мы хотим дать (членам кабинета) возможность сделать их ведомства как можно более компактными и эффективными. Они знают, как этого достичь». «Сегодня у нас кругом царят дублирование функций и излишества, - продолжал Трамп. - Миллиарды долларов пускаются на ветер».

“Сегодня у нас кругом царят дублирование функций и излишества, - продолжал Трамп. - Миллиарды долларов пускаются на ветер”.

Ранее пресс-секретарь Белого дома Шон Спайсер объяснил журналистам, что указ требует от каждого министерства и ведомства внимательно изучить, где деньги расходуются понапрасну, как можно улучшить работу и действительно ли финансируемые программы служат американскому народу.

На церемонии подписания президент страны подтвердил такую установку и сообщил, что следить за ее выполнением поручено руководителю Административного бюджетного управления (АБУ) в аппарате Белого дома. Он добавил, что глава АБУ обязан будет консультироваться с экспертами в самом правительстве и вне его, а также с представителями общественности. Как пишет сетевое издание Washington Examiner, чуть ли не впервые в истории подобных инициатив рядовым американцам предложено вносить предложения о том, что и как исправить в деятельности властей.

“На основании полученной информации мы составим подробный план для того, чтобы улучшить работу федерального правительства путем реорганизации, консолидации, а где потребуется - и упразднения” излишков, сказал Трамп. В результате, по его убеждению, «федеральное правительство США станет более эффективным и весьма, весьма рентабельным».

Президент подчеркнул, что план будет представлен Конгрессу США и станет воплощаться в жизнь совместными усилиями исполнительной и законодательной власти.

Ранее в понедельник газета «Вашингтон пост» сообщила, что уже проект федерального бюджета на 2018 финансовый год, начинающийся 1 октября, предусматривает самое значительное единовременное сокращение правительства США со времен Второй мировой войны.

Согласно публикации, расходы федеральных властей США в 2018 финансовому году составят $4,091 трлн. Около двух третей этой суммы должно уйти на программы социального страхования, а также оказания медицинской помощи малоимущим и престарелым Medicaid и Medicare, обслуживание госдолга и некоторые другие обязательные расходные статьи.

Из оставшейся трети новая администрация США чуть больше половины суммы хотела бы направить на оборону, увеличив бюджет Пентагона в 2018 году на $54 млрд. При этом финансирование Госдепартамента США и входящего в его структуру Агентства международного развития намечается сократить на 37%, Министерства жилищного строительства и городского развития - на 14%, Минторга - на 18%, федерального Агентства по охране окружающей среды - примерно на 20-25%.

В ООН ЗАЯВИЛИ О КРУПНЕЙШЕМ С 1945 ГОДА ГУМАНИТАРНОМ КРИЗИСЕ

Гуманитарный кризис в четырех странах — Йемене, Нигерии, Сомали и Южном Судане — стал самым значительным с момента создания Организации Объединенных Наций в 1945 году. Об этом 10 марта заявил заместитель генерального секретаря ООН по гуманитарным вопросам Стивен О Брайен на заседании Совета безопасности всемирной организации.

По его словам, мир находится на критическом этапе истории. «В самом начале года мы столкнулись с крупнейшим гуманитарным кризисом с момента создания ООН. В настоящий момент более чем 20 миллионам человек в четырех странах угрожает голод. Без коллективных и скоординированных глобальных усилий люди просто умрут от голода, многие другие будут страдать и погибнут от болезней», — цитирует его выступление агентство.

О Брайен заявил, что если международное сообщество оставит происходящее без внимания, то планете грозит новая волна беженцев, которая может быть чревата появлением еще большей нестабильности в целых регионах.

Замгенсека ООН сообщил, что у всемирной организации есть план проведения гуманитарных операций в упомянутых странах, на его реализацию в течение ближайших пяти месяцев понадобится 4,4 миллиарда долларов.

Стивен О Брайен добавил, что оказанию помощи препятствуют боевые действия и нежелание враждующих сторон взаимодействовать с гуманитарными миссиями. Он попросил членов Совбеза ООН добиться обеспечения доступа к населению в пострадавших районах и убедить участников конфликта прекратить боестолкновения.

В свою очередь, заместитель постоянного представителя РФ при ООН Владимир Сафронков выразил обеспокоенность гуманитарной ситуацией в упомянутых странах. Он подчеркнул, что «остро стоит задача объединения усилий на региональном и международном уровнях». «Только в рамках коллективной работы мы сможем выработать адекватные ответы», — подчеркнул дипломат.

CNN: ГЕНПРОКУРОР НЬЮ-ЙОРКА ОБВИНИЛ EXXON В СОКРЫТИИ ДАННЫХ ОБ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОЧТЕ ТИЛЛЕРСОНА

Генеральный прокурор штата Нью-Йорк Эрик Шнайдерман, проводящий расследование в отношении деятельности ExxonMobil, которую подозревают в утаивании данных об экологических рисках, обвинил нефтяную корпорацию в сокрытии информации о секретной электронной почте ее экс-главы Рекса Тиллерсона, занимающего в настоящее время должность госсекретаря США. Об этом говорится в ходатайстве, направленном офисом генпрокурора в федеральный суд, сообщила во вторник телекомпания CNN.

Как указывается в ходатайстве, представители ведомства выяснили, что Тиллерсон, возглавлявший ExxonMobil с 2006 года по январь текущего года, использовал, помимо основного рабочего адреса электронной почты, дополнительный аккаунт, который зарегистрировал под псевдонимом Wayne Tracker (Уэйн Трэкер). С его помощью Тиллерсон отправлял и получал различную документацию, в том числе касающуюся вопросов изменения климата и глобального потепления, а также вел деловую переписку на эти темы, указали в офисе генпрокурора. Там отметили, что корпорация не поставила в известность власти, проводящие расследование о предполагаемых нарушениях ExxonMobil, о наличии такого аккаунта, а также не предоставила в их распоряжение осуществлявшуюся с помощью него переписку.

В дополнение к этому свыше 30 топменеджеров ExxonMobil, как выяснилось, также использовали для деловой переписки сторонние электронные почтовые ящики, зарегистрированные с использованием вымышленных имен, сообщили в офисе генпрокурора. Информация о таких аккаунтах и пересылаемые с их помощью документы также не были предоставлены для расследования, отметили в ведомстве. В связи с этим Шнайдерман просит суд обязать ExxonMobil раскрыть все документы, которые могут иметь отношение к данному делу.

О расследовании в отношении американского нефтегазового гиганта в прошлом году объявили прокуратуры около 20 штатов, в том числе Нью-Йорка и Калифорнии. Власти утверждают, что ExxonMobil на протяжении десятилетий утаивала от своих акционеров и общественности информацию о влиянии деятельности корпорации, в том числе сжигания топлива, на экологию.

Два года назад свыше 40 ведущих общественных организаций США по защите окружающей среды направили совместное письмо в министерство юстиции страны с требованием проведения федерального расследования деятельности компании. Как в нем указывалось, специалисты ExxonMobil еще в 1970-х годах обнаружили, что ее деятельность оказывает негативное влияние на климат, однако ExxonMobil якобы финансировала информационную кампанию, которая отрицала существование проблемы глобального потепления. В ExxonMobil отвергли обвинения, подчеркнув, что корпорация неоднократно спонсировала исследования по изменению климата и открыто публиковала их результаты.

В 2016 ГОДУ ПРОКУРОРЫ ВЫЯВИЛИ В РФ СВЫШЕ 5 МЛН НАРУШЕНИЙ ЗАКОНА

Российские прокуроры в 2016 году выявили свыше 5 млн нарушений закона. Об этом сообщил на расширенной коллегии Генпрокуратуры по итогам работы за прошлый год генеральный прокурор РФ Юрий Чайка.

“В 2016 году только в сфере исполнения законов, соблюдения прав и свобод человека и гражданина прокурорами выявлено более 5 млн нарушений, - сообщил он. - По результатам рассмотрения мер реагирования в дисциплинарном и административном порядке наказано почти 1 млн виновных лиц. Возбуждено (по материалам прокуратуры) 23 тыс. уголовных дел».

Как говорится в материалах к коллегии Генпрокуратуры, в 2016 году прокурорами внесено 400 тыс. протестов на незаконные правовые акты, в суды направлено 690 тыс. исков, по материалам прокуратуры возбуждено 23,3 тыс. уголовных дел.

Кроме того, 92 тыс. должностных лиц предупреждены о недопустимости нарушения закона, внесено 767 тыс. представлений должностным лицам. К дисциплинарной ответственности в минувшем году привлечено 650 тыс., а к административной - 279 тыс. виновных лиц.

"Причем в последние годы в работе следователей наблюдается тенденция роста этого показателя, - отметил Генпрокурор России Чайка. - Еще более обострилась проблема длительности нахождения обвиняемых под стражей. В сравнении с 2015 годом число арестованных по неоконченным делам следователей МВД и СК России увеличилось на 4% и составило почти 26 тыс. человек. Из них 1 тыс. 300 (рост на 69%) содержится в следственных изоляторах уже более года".

Он отметил и проблемы прокурорского надзора - «порой они проявляются по делам о преступлениях, отнесенных к числу общественно значимых».

"Например, доля возвращенных судом прокурору дел для устранения препятствий к их рассмотрению о преступлениях в сфере ЖКХ в истекшем году превысила среднестатистические значения в 6 раз. Наибольшее их число в Удмуртской Республике, Волгоградской и Новосибирской областях", - сказал Чайка.

Более 1 млн нарушений в 2016 году было выявлено в различных отраслях экономики, также сообщил Чайка.

"Традиционное внимание в прошедшем году придавалось надзору за соблюдением законов в различных отраслях экономики, где выявлено и пресечено более 1 млн нарушений законов", - сказал он.

Чайка сообщил, что в рамках межведомственного взаимодействия продолжены мероприятия по противодействию правонарушениям при госзакупках, использовании бюджетных средств, федерального имущества и земель.

Также, по словам Чайки, количество нарушений в сфере долевого строительства жилья выросло в 2016 году вдвое.

Семь процентов от причиненного коррупционными преступлениями ущерба возмещено в 2016 году, всего возмещено 19% от причиненного ущерба, заявил Чайка.

"К проблемам расследования преступлений следует отнести незначительный удельный вес возмещенного ущерба - всего 19%. А по делам коррупционной направленности в прошедшем году он составил менее 7% от причиненного», - сказал он.

Чайка также отметил, что растет число выявленных прокурорами нарушений непосредственно при производстве предварительного расследования. «Несмотря на снижение следственной нагрузки по направленным в суд делам, на дополнительное расследование следователям всех ведомств их возвращено прокурорами свыше 19 тыс. Многие - в связи с нарушением прав потерпевшего или обвиняемого», - отметил генпрокурор.

VOLKSWAGEN ПРИЗНАЛ СЕБЯ ВИНОВНЫМ В СУДЕ США ПО «ДИЗЕЛЬНОМУ СКАНДАЛУ»

Автоконцерн Volkswagen AG на слушаниях в федеральном суде в Детройте признал себя виновным по уголовному обвинению в рамках «дизельного скандала» с фальсификацией показаний вредных выбросов автомобилей.

Продолжение на стр. 8

Окончание. Начало на стр. 7

Как пишет Wall Street Journal, Volkswagen также не стал отрицать своей вины в сговоре с целью обмана властей США, мошенничестве, нарушении экологического закона, создании препятствий следствию и нарушении правил импорта, передает РИА «Новости».

«Преступления Volkswagen очень-очень-очень серьезные. Я просто хочу больше времени, чтобы изучить их и поразмышлять», — заявил окружной судья Шон Кокс, отложивший оглашение приговора до 21 апреля.

После вынесения вердикта суда Volkswagen должен будет уплатить штраф в размере $4,3 млрд. Также в компании будет назначен независимый наблюдатель, который будет следить за соблюдением закона и решений суда.

ФИЙОНУ ПРЕДЪЯВЛЕНЫ ОФИЦИАЛЬНЫЕ ОБВИНЕНИЯ В ПРИСВОЕНИИ ГОССРЕДСТВ

Кандидату в президенты Франции Франсуа Фийону предъявлены официальные обвинения в присвоении государственных средств по делу о предполагаемом фиктивном трудоустройстве его супруги. Об этом сообщило агентство AFP со ссылкой на его адвоката Антонена Леви.

"Предъявление обвинений состоялось сегодня утром, слушание было отложено, с тем чтобы оно прошло в спокойных условиях", - цитирует агентство слова адвоката.

Представители французской прокуратуры подтвердили факт выдвижения обвинений в адрес Фийона, передает агентство Reuters.

Скандал вокруг кандидата в президенты Франции от правоцентристской партии «Республиканцы» Франсуа Фийона и его супруги Пенелопы разгорелся в конце января после разоблачительных публикаций газеты Le Canard Enchaine. По сведениям издания, Пенелопа Фийон на протяжении нескольких лет числилась в качестве помощника в парламентском аппарате своего супруга и получала за это соответствующее жалованье, но при этом «не выполняла никакой конкретной работы». Как утверждает газета, за это время она получила из казны в общей сложности около 900 тыс.

По информации издания, политик во время работы в Сенате в период с 2005 по 2007 годы зачислил в свой парламентский аппарат собственных детей. В общей сложности им было выплачено вознаграждение в размере 84 тыс., утверждает Le Canard Enchaine.

Выборы президента Франции пройдут в два тура 23 апреля и 7 мая. На сегодняшний день Франсуа Фийон в опросах общественного мнения занимает третье место, уступая в борьбе за выход во второй круг главе «Национального фронта» Марин Ле Пен и лидеру внепартийного движения «На марше» Эммануэлю Макрону.

Источники:
Голос Америки, Лента.ру, data24.co.il. newsru.com, news.mail.ru, rbk.ru, а также данные информационных агентств РИА Новости, Итар Тасс и France Press, BBC runyweb.com, rtvi.com, ИА REGNUM

ST. PANTELEIMON RUSSIAN ORTHODOX CHURCH

ВЕРБНОЕ ВОСКРЕСЕНИЕ
суббота, 8 апреля - 18:00 - Всенощное бдение
воскресение, 9 апреля - 9:40 - Часы и Литургия

ВЕЛИКИЙ ЧЕТВЕРГ (13 АПРЕЛЯ)
ВОСПОМИНАНИЕ ТАЙНОЙ ВЕЧЕРИ
9:00 - Часы, Изобразительные, Вечерня с Литургией
18:30 - 12 Страстных Евагелий

ВЕЛИКИЙ ПЯТОК (14 АПРЕЛЯ)
14:00 - Вечерня с Выносом Плащаницы
18:30 - Утреня с Крестным ходом

ВЕЛИКАЯ СУББОТА (15 АПРЕЛЯ)
9:00 - Часы и Великая Вечерня с Литургией,
ПЕРВОЕ ОСВЯЩЕНИЕ КУЛИЧЕЙ И КОРЗИН
22:00 - Чтение Деяний Апостолов

ВОСКРЕСЕНИЕ ХРИСТОВО - ПАСХА
полночь - Крестный ход, Пасхальные Заутреня,
Часы и Литургия
ВТОРОЕ ОСВЯЩЕНИЕ КУЛИЧЕЙ И КОРЗИН

14:00 - ПАСХАЛЬНАЯ ВЕЧЕРНЯ
ДЕТСКИЙ ПРАЗДНИК (ИГРЫ, БАТУТ, ЗАБАВЫ И УГОЩЕНИЕ)

2210 Franklin Ave SE, Minneapolis, MN 55414
(612) 379-7335

СТЕРВЯТНИК С УОЛЛ-СТРИТ

ПРЕЗИДЕНТ США ДОНАЛЬД ТРАМП ПОДОБРАЛ КАБИНЕТ ПОД СТАТЬ СЕБЕ. ДОБРАЯ ТРЕТЬ ВСЕХ МИНИСТРОВ, СОВЕТНИКОВ И ДРУГИХ СПЕЦИАЛИСТОВ В НОВОЙ АДМИНИСТРАЦИИ (А В ЭКОНОМИЧЕСКОМ СЕКТОРЕ — БОЛЬШИНСТВО) — ПРЕДСТАВИТЕЛИ КРУПНОГО БИЗНЕСА, РАНЕЕ НЕ ИМЕВШИЕ НИЧЕГО ОБЩЕГО С ПОЛИТИКОЙ. ДОСТАТОЧНО ВСПОМНИТЬ ГЛАВУ ГОСДЕПА РЕКСА ТИЛЛЕРСОНА И МИНИСТРА ФИНАНСОВ СТИВЕНА МНУЧИНА. ОЧЕРЕДНЫМ ТАКИМ ЧИНОВНИКОМ-КАПИТАЛИСТОМ СТАЛ РУКОВОДИТЕЛЬ МИНИСТЕРСТВА ТОРГОВЛИ, МИЛЛИАРДЕР УИЛБУР РОСС, ВХОДЯЩИЙ В ЧИСЛО 500 БОГАТЕЙШИХ ЛЮДЕЙ МИРА ПО ВЕРСИИ FORTUNE И ПРОЗВАННЫЙ СТЕРВЯТНИКОМ ИЛИ КОРОЛЕМ БАНКРОТСТВ.

Росс получил поддержку сената (72 голоса при 27 против), несмотря на усиленное противодействие со стороны лидера демократического меньшинства Чака Шумера. У республиканцев в верхней палате Конгресса сейчас большинство, так что администрация Трампа могла бы провести своего кандидата даже при условии согласованного сопротивления демократов. Тем не менее часть оппозиционеров все же предпочла поддержать кандидатуру Белого дома.

СОВЕТНИК РОТШИЛЬДОВ

Самое интересное, что в прошлом Уилбур Росс стабильно был донором демократов, регулярно выдавая им десятки и сотни тысяч долларов на предвыборные кампании. Более того, он сотрудничал с администрацией Билла Клинтона. И все же, как только Дональд Трамп изъявил желание поучаствовать в президентских выборах, Росс тут же предложил ему свою поддержку.

Два миллиардера (а капитал Росса, согласно Bloomberg, составляет 2,9 миллиарда долларов) знакомы давно. В начале 1990-х Уилбур Росс, тогда инвестиционный банкир у Ротшильдов, был назначен антикризисным менеджером в компанию, объединявшую казино Трампа. Игровые заведения находились в состоянии дефолта, и Россу удалось разрешить ситуацию, не допустив полного банкротства.

В конце 1990-х Росс создал собственный фонд, став в большей степени инвестором, чем кризисным советником. На рубеже тысячелетий лопнул пузырь доткомов (интернет-компаний). На рынке было множество компаний в плохом финансовом состоянии, но с потенциалом для выживания и развития. Огромный опыт, накопленный у Ротшильдов, позволил бизнесмену выискивать именно такие фирмы среди терпящих бедствие. В следующие несколько лет он провел несколько крупных реструктуризаций, после чего эти компании продал. Бизнесы вновь заработали, а Уилбур Росс приумножил свое состояние. Тогда же недоброжелатели и прозвали его стервятником — за интерес к умирающим компаниям.

Новые возможности Росс обнаружил и в европейском долговом кризисе начала второй декады XXI века. На грани краха оказались уже многие европейские активы, в том числе и банковские. Фонд Росса активно участвовал в скупке обесценившихся финансовых структур, в частности Bank of Ireland, британского Northern Rock, а также Bank of Cyprus.

Активы Росса на Британских островах довольно быстро стали приносить прибыль. Скажем, на Bank of Ireland он заработал около 500 миллионов евро. С кипрской кредитной организацией вышло сложнее: она до сих пор не может вернуться к былым уровням капитализации. Так или иначе, но участие в Bank of Cyprus породило новую волну спекуляций о связях администрации Трампа с Россией, ведь другой акционер банка — российский миллиардер Виктор Вексельберг. Кабинет президента и сам Росс, естественно, какие-либо связи с Россией отрицают. Министр торговли намерен продать свою долю в банке, хотя это и принесет ему убытки.

Буквально на днях разразился еще один мини-скандал, связанный с Кипром. Британские СМИ припомнили фразу Росса, брошенную им на Кипре в декабре, о том, что Brexit — отличная возможность для Кипра перевезти к себе компании, которые уедут из Лондона после выхода Великобритании из ЕС. Дескать, Трамп приветствует Brexit и говорит об укреплении связей с Великобританией, а его человек номер один по торговым делам советует киприотам погреть руки на бедствиях Соединенного Королевства, вызванных разрывом с ЕС.

Продолжение на стр. 10

763-545-1600

www.LifeMedical.US

МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

LIFE 1992-2017 MEDICAL

СУББОТНИЕ ЧАСЫ ПРИЕМА

РЕГИСТРАТУРА: 952-933-8900
ФАКС: 952-945-9536

LIFE/MN MEDICAL

4201 EXCELSIOR BLVD
ST. LOUIS PARK, MN 55416

ЛЕЧЕНИЕ АВТОМОБИЛЬНЫХ И РАБОЧИХ ТРАВМ
ИММИГРАЦИОННЫЕ ОСМОТРЫ

МЕДИЦИНСКИЕ УСЛУГИ:
ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ ОСМОТР
АМБУЛАТОРНАЯ ХИРУРГИЯ
ПРОГРАММА ПОХУДЕНИЯ
ПРИВИЛЕГИИ В БОЛЬНИЦАХ

РЕАБИЛИТАЦИОННАЯ ТЕРАПИЯ:
ХИРОПРАКТОР
ФИЗИОТЕРАПИЯ
ИГЛОУКАЛЫВАНИЕ

СПЕЦИАЛИСТЫ:
PHYSICAL MEDICINE AND REHAB
PAIN MANAGEMENT
ХИРУРГ
ДИЕТОЛОГ
ПСИХОЛОГИ

НОВЕЙШЕЕ ОБОРУДОВАНИЕ
ЛАЗЕРНАЯ ТЕРАПИЯ
СПИРОМЕТРИЯ
РЕНТГЕН / ЛАБОРАТОРИЯ
ДИАГНОСТИКА ЗАБОЛЕВАНИЙ
С ПОМОЩЬЮ УЗИ

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ УСЛУГИ:
МЕДОСМОТР ДЛЯ ВОДИТЕЛЕЙ, КООРДИНАТОР
ПО СОЦИАЛЬНЫМ НУЖДАМ, АЛЬТЕРНАТИВНАЯ МЕДИЦИНА

ПРИНИМАЕМ ВСЕ МЕДИЦИНСКИЕ СТРАХОВКИ.
ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ БЕЗ СТРАХОВКИ – УМЕРЕННЫЕ ЦЕНЫ

Окончание. Начало на стр. 9

ЗА ЧЕСТНУЮ ТОРГОВЛЮ

Деловая хватка Росса сомнений ни у кого не вызывает. Однако многие задаются вопросом, сможет ли инвестиционный банкир без политического опыта справиться с работой на посту министра торговли. Ведь эта работа связана с финансовым сектором лишь опосредованно. А широкомасштабные планы Трампа по пересмотру торговых соглашений практически со всем миром общеизвестны.

Впрочем, Росс имел дело с многочисленными предприятиями промышленного «ржавого пояса» США, в том числе с металлургическими заводами. Именно их он реструктурировал в начале 2000-х. Понимание процессов, происходящих в промышленности США, важно для проведения эффективной экономической политики (а Трамп позиционирует себя как защитник традиционного американского класса трудящихся и намерен бороться с теми иностранцами, которые лишают страну рабочих мест).

Уилбур Росс разделяет позицию Трампа по большинству вопросов, связанных с внешней торговлей США. Он пояснял, что не выступает против свободной торговли, поскольку она в интересах американских рабочих, но неоднократно подчеркивал, что торговля должна быть разумной. «Государству необходимо предоставлять доступ на американский рынок компаниям, которые играют честно и соблюдают правила», — заявил он, параллельно осудив тех, кто этой гостеприимностью злоупотребляет (например, использует те или иные формы демпинга).

Примечательно, что сперва Росс поддерживал Транстихоокеанское партнерство, но когда внимательно ознакомился с соглашением, пришел к выводу, что оно противоречит интересам Соединенных Штатов. Решение Трампа ликвидировать договоренности он полностью поддержал.

Что касается другого больного для американского бизнеса вопроса — Североамериканского соглашения о свободной торговле (NAFTA), то тут новый министр выступает за пересмотр тех положений, что противоречат американским интересам. И это гарантирует как минимум сложные отношения с партнерами по NAFTA — Канадой и Мексикой.

В целом Росс считает, что поддержка американского производителя должна заключаться не столько в сокращении импорта, сколько в развитии и поощрении экспорта. США уже многие десятилетия живут с отрицательным торговым балансом, закупая многое из того, что могли бы производить сами. Для этого есть все: и деньги, и технологии, и высококвалифицированная рабочая сила. Так было не всегда. После Второй мировой войны США обеспечивали своими товарами большую часть мира.

Одна из главных задач Росса — вернуть то прекрасное время. Задача, мягко говоря, не из простых. Но в Вашингтоне уверены, что решить ее можно.

БЕСПЛАТНАЯ ПЕРЕСЫЛКА ПРИ ЗАКАЗЕ СВЫШЕ $100

Натуральный, свежайший,
НЕФИЛЬТРОВАННЫЙ МЕД с семейной пасеки!
Собран с любовью и большим опытом.
Звоните: **920-217-7544**, Рита, Сергей
FoxHoneyFarm.com

ТРАВМИРОВАНЫ?
АДВОКАТСКАЯ ФИРМА
GRIFFEL DORSHOW JOHNSON

Предлагаем свои услуги по защите ваших интересов при:

ПЕРВАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ БЕСПЛАТНО

- автомобильных авариях
- производственных травмах
- любых видах серьезных телесных повреждений
- дискриминации на службе
- медицинских ошибках
- несчастных случаях со смертельным исходом
- травмах, полученных из-за дефекта изделий

МЫ ГОВОРИМ ПО-РУССКИ
(Обращайтесь к адвокату Брайсу Джонсону)

никакой оплаты до успешного окончания дела

612 529-3333

2000 Plymouth Rd. Suite 222
Minnetonka, MN 55305

Aksana Travel & Vacations
ОСУЩЕСТВИМ ВАШУ МЕЧТУ ВМЕСТЕ!

ВСЕ ВИДЫ ОТДЫХА,
МЕЖДУНАРОДНЫЕ
АВИАБИЛЕТЫ,
ТУРЫ

AKSANA

ОТЛИЧНЫЙ ОТДЫХ НА ЛЮБОЙ БЮДЖЕТ В МЕКСИКЕ, НА КАРИБАХ, ГАВАЙЯХ, В ЕВРОПЕ.
ОТДЫХ С ДЕТЬМИ, РОМАНТИЧЕСКИЙ ОТДЫХ, ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ТУРЫ, СВАДЕБНЫЕ ПУТЕШЕСТВИЯ.

ИНТЕРЕСНЕЙШИЕ
И НЕДОРОГИЕ ТУРЫ ПО
АРГЕНТИНЕ,ИЗРАИЛЮ,ИТАЛИИ.
ЛЕЧЕНИЕ В КАРЛОВЫХ ВАРАХ И ИТАЛИИ

(651)-251-9383 • 1-800-494-7568 EXT 32
info@aksanatravel.us
aksana05@hotmail.com • www.aksanatravel.us

ДОНА - новый препарат от АРТРИТА!

Если у вас боли в суставах - принимайте европейский препарат ДОНА!

Артрит - загадочная болезнь. Он может начаться исподволь, незаметно и в течение нескольких суток перейти в острую форму даже у совершенно здорового человека. Медики пока не могут дать определенный ответ на вопрос, что же вызывает **артрит**? Но лечение его сложное, и далеко не всегда результат удовлетворителен. Врачи обычно прописывают болеутоляющие и противовоспалительные лекарства, но все они имеют противопоказания, а также побочные эффекты, которые негативно воздействуют на почки, кровь, мозг, повышают давление и пр.

Артрит и его разновидность - остеоартроз поражают крупные суставы - коленный, тазобедренный, голеностопный, локтевой, а также мелкие суставы, включая позвоночник. В процесс вовлекается хрящ, покрывающий суставную поверхность сочленяющихся костей, который постепенно разрушается и истончается, что вызывает боли и скованность в движении сустава.

Существует множество средств от артрита, которые уменьшают боли и воздействуют на воспалительные процессы. Но ни одно из средств не восстанавливает поврежденный или разрушенный суставной хрящ.

В этом революционность **ДОНА,** его принципиальное отличие от всех других препаратов от **артрита**.

ДОНА - это чистый глюкозамина сульфат, созданный европейскими учеными (Rotta Farm, Ирландия). Он не только обладает обезболивающим и противовоспалительным действием, но - самое главное - поможет в борьбе с артритом и его разновидностью - остеоартрозом, восстановит поврежденную суставную и хрящевую ткани.

ДОНА - это "строительный материал", который необходим для восстановления хряща. Функции сустава нормализуются, улучшается метаболизм в хряще, боли прекращаются, затруднение в движении сустава исчезает.

ДОНА - натуральный препарат абсолютно **БЕЗОПАСЕН**, не имеет противопоказаний, кроме обычного для любого препарата противопоказания - повышенная чувствительность к препарату. Чем раньше вы захватите начинающуюся болезнь сустава, тем быстрее ее вылечите. Почувствовав боли в суставе, сразу закажите и принимайте **ДОНА.** Даже при запущенном остеоартрозе **ДОНА** прекращает боли, увеличивает двигательную активность и восстанавливает здоровье суставного хряща. **ДОНА** настолько эффективен, что получил быстрое распространение в Европе и более чем в 40 странах мира.

Минимальный рекомендованный курс: 9-12 недель (в зависимости от состояния поврежденного суставного хряща). Обычно эффект вы почувствуете через 6-8 недель.

Закажите и принимайте препарат **ДОНА**! Вы избавитесь от боли и восстановите здоровье сустава! Принимайте **ДОНА** даже при небольших и проходящих болях в суставе, чтобы предотвратить развитие болезни!

СПОСОБ ПРИЕМА: 2 таблетки (или капсулы) (1 порошок) принимают один раз в день утром перед завтраком

ПОМНИТЕ: ДОНА - это строительный материал, который нужен организму для восстановления повреждений в суставе, где вы чувствуете боль

1 упаковка (60 таблеток) - всего.... $36.95
- за "ремонт" поврежденного сустава и избавление от боли.
1 упаковка (60 капсул)..... $36.95
1 упаковка (30 порошков..... $34.95
Стоимость пересылки $5.50
При заказе полного курса - 3 упаковок и более - пересылка **БЕСПЛАТНАЯ.**

КОМПАНИЯ **HERBHEALER**
718-333-0732

The Wisdom of Nature & The Power of Science
HERBHEALER.com

АПТЕКА ПОЧТОЙ
НАТУРАЛЬНЫЕ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ПРЕПАРАТЫ

НЕРВНЫЕ РАССТРОЙСТВА

Валерианы Настойка	25мл	2.95
Валерианы экстракт	50тб	3.80
Ландыш-Валерьяновая Настойка	25мл	3.00
Ново-пассит в Таблетках	10тб	8.00
Ново-пассит настойка	100мл	12.00
Чай Успокоительный	20шт	4.50

СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Валидол	10тб	2.00
Боярышника плоды	50гр	3.50
Боярышника Настойка	25мл	2.95
Фито-Валокордин	50мл	14.50
Пустырника Настойка	25мл	3.50

СЛАБИТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА

Сенаде	20тб	6.00
Крушины кора	100гр	6.00
Чай «Слабительный»	20шт	4.50
Трава Сены	50гр	3.50
Морская Капуста Трава	100гр	7.50

ПОВЫШЕННОЕ КРОВЯНОЕ ДАВЛЕНИЕ

Боярышника Плоды	50гр	3.50
Адельфан (от Давления)	10тб	4.00
Пастушьей Сумки трава	50гр	3.50
Раунатин (от Давления)	20тб	7.50
Чай Давление-Норма	20шт	4.50

МАЗИ

Бальзам Звездочка	4гр	2.00
Мазь Вишневского	40гр	7.45
Мазь Гепариновая	25гр	7.50
Мазь Календулы	30гр	4.50
Мазь Вольтарен	20гр	17.00
Мазь Камфорная	25гр	4.50
Мазь Синтомициновая	25гр	7.50
Мазь Прополис-Гомеопат	30гр	4.50
Мазь Троксевазиновая	40гр	12.00
Доктор Вен	75гр	9.95
Бальзам Чага для Вен	75гр	9.95
Бальзам "Спасатель"	30гр	7.95

КАМНИ И ВОСПАЛЕНИЕ ПОЧЕК

Марена Красильная Трава	50гр	4.50
Ортосифон Тычиночный Трава	50гр	6.00
Толокнянки лист (медв. ушки)	75гр	5.50
Фитолизин	100гр	21.50
Сбор «От камней в Почках»	50гр	4.50
Чай «Почечный»	20шт	4.50

ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖЕЛУДКА И КИШЕЧНИКА

Чай «Желудочный-Кишечный"	20шт	4.50
Мезим Форте	20тб	6.50
Фестал	10тб	4.00
Бесалол	6тб	3.95
Золототысячник	50гр	3.50
Ноготки (Календула) цветы	35гр	3.50
Сок подорожника	100мл	12.00
Но Шпа	100тб	25.00

ЗАБОЛЕВАНИЯ ПЕЧЕНИ И ЖЕЛЧНОГО ПУЗЫРЯ

ЛИВ-52	100тб	19.00
Карсил	80др	11.90
Эссенциале Форте	30кпс	23.50
Чай «Печеночный»	20шт	4.50
Кукурузы рыльца	35гр	4.00
Чай "Расторопша"	20шт	5.50

ЗАБОЛЕВАНИЯ КОСТЕЙ И СУСТАВОВ

Бальзам Дикуля-Радикулитный	75гр	12.95
Бальзам Дикуля-Артритный	75гр	14.95
Сабельник Болотный Трава	50гр	5.50
Софья - Мазь Артритная	75гр	9.95

СВЕЧИ ГЕМОРРОИДАЛЬНЫЕ

Свечи Облепиховые	10 шт	6.95
Свечи с Прополисом	10шт	6.95
Свечи с Красавкой	10шт	6.95
Свечи с экстрактом Мумие	10шт	7.50
Свечи Женские\Маслом Ч. Дер	10шт	9.25

Для заказа вышлите Money Order
или чек на имя компании Herbhealer.:
по адресу:
Herbhealer -SZ
PO Box 245 147
Brooklyn NY 11224
В заказе обязательно укажите свой
адрес, телефон, название товара, цену, стоимость пересылки
заказ до **$25 -** пересылка **$5.95,**
заказ до **$110-** пересылка **$9.50,**
свыше **$110-** пересылка **БЕСПЛАТНО**
Заказ по кредитной карте и информация о наличии продукции по телефону
(718) 333-0732
Пон. - пят. 10am-5pm EST
Полный каталог продукции на сайте
www.Herbhealer.com

Компания HerbHealer специализируется на реализации натуральных препаратов. В нашем ассортименте более 100 трав, 50 настоек, 30 мазей, различные лечебные чаи, а также натуральная косметика из Израиля, России, Франции, Италии и тд.

763-545-1600

"Автомобиль не роскошь, а средство передвижения" - особенно в Миннесоте

Борис Сонкин

RUDY LUTHER TOYOTA

ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА И ВЫСОКИЙ УРОВЕНЬ ОБСЛУЖИВАНИЯ

TOYOTA Sales Society GOLD

Понед.: 1-9
Вторн.:1-9
Среда: 9-5
Четверг: off
(by appointment)
Пятница: 9-6
Суббота: 9-6

Встретимся на дорогах Миннесоты...

8805 Wayzata Blvd, Golden Valley, MN 55426

Дорогие друзья!
Мы с удовольствием поможем вам приобрести автомобиль, исходя из вашего желания и финансовых возможностей.

Новые и "used" автомобили.
У нас более тридцати лет опыта работы в Car Business!

Office: 763-222-2020

Boris Sonkin
Cell: 763 458-2627
boris.sonkin@rudyluthertoyota.com

БРЕКСИТ: ПРОЦЕСС ЗАПУЩЕН

ЧТО ОЗНАЧАЕТ ДЛЯ БРИТАНИИ ВВЕДЕНИЕ В ДЕЙСТВИЕ СТАТЬИ 50?

ПРЕМЬЕР-МИНИСТР ВЕЛИКОБРИТАНИИ ТЕРЕЗА МЭЙ ОБЕЩАЕТ ПОДАТЬ УВЕДОМЛЕНИЕ ПО СТАТЬЕ 50 ЛИССАБОНСКОГО ДОГОВОРА О ВЫХОДЕ ИЗ ЕС ДО КОНЦА МАРТА.

ЧТО ТАКОЕ СТАТЬЯ 50?

Договор о Европейском союзе, более известный как Лиссабонский договор, включает в себя и статью 50, в которой допускается возможность выхода из Евросоюза. Договор был подписан всеми странами - членами ЕС и вступил в силу в 2009 году. До этого не было предусмотрено формального механизма выхода из ЕС.

В статье говорится, что соглашение о выходе должно быть одобрено квалифицированным большинством: то есть, решение должно быть принято 72% остающихся стран-членов, представляющими 65% населения. Также это решение должно быть поддержано депутатами Европарламента. В последнем, пятом абзаце предусматривается возможность вновь стать членом ЕС, но на общих основаниях, описанных в статье 49.

Статью 50 написал британский дипломат, ныне беспартийный шотландский пэр, лорд Керр Кинлохардский. По его словам, в теории предполагалось ее использование в случае государственного переворота в одной из стран-членов, но он не мог себе представить, что статью применят для «брексита».

ЧТО КОНКРЕТНО ПРЕДУСМАТРИВАЕТ ЭТА СТАТЬЯ?

Статья 50 достаточно краткая, всего пять абзацев. В ней говорится, что каждый член Евросоюза вправе принять решение покинуть его. Для этого необходимо формально уведомить об этом решении Европейский совет и начать процесс переговоров.

Процедура согласования может занять до двух лет, после чего членство автоматически прекращается, но этот срок может быть продлен по обоюдному решению договаривающихся сторон. Покидающая ЕС страна не имеет права участвовать в обсуждениях своего решения другими членами союза.

КОГДА СТАТЬЮ ПРИВЕДУТ В ДЕЙСТВИЕ?

После проведенного в прошлом году референдума, на котором победили сторонники «брексита», Великобритания должна решить, когда именно она формально уведомит Европейский совет о выходе из ЕС.

Премьер-министр Тереза Мэй еще в октябре прошлого года впервые упомянула о планах подать уведомление до конца марта 2017, отметив, что не хочет торопиться с процедурой выхода до тех пор, пока не будут согласованы все условия, выдвинутые Великобританией.

Правительство предполагало, что оно может ввести в действие 50-ю статью на основании так называемой «королевской прерогативы» - права осуществлять власть от имени королевы, в том числе заключать и расторгать все международные договоры. Однако это решение было оспорено в Верховном суде страны, который принял решение в пользу истцов. Постановление гласило, что парламент должен принять отдельный закон, уполномочивающий правительство начать процесс выхода из ЕС.

Палата общин приняла этот законопроект в третьем чтении с минимальными поправками. Но после этого он поступил в палату лордов. Лорды добавили две неприемлемые для правительства поправки, закон вернулся в палату общин, и теоретически мог начаться так называемый «парламентский пинг-понг". Однако лорды, памятуя о том, что эта палата никем не избирается, уступили.

Теперь дело - за одобрением этого закона королевой. Обычно это формальность, поэтому ожидается, что законопроект вступит в силу в самое ближайшее время.

ЧТО ПРОИЗОЙДЕТ ДАЛЬШЕ?

Ниже представлен возможный ход событий:

Конец марта - Великобритания приводит в действие статью 50

Апрель - ожидается, что глава Европейского совета Дональд Туск созовет лидеров и глав правительств 27 стран-членов ЕС (без Великобритании) на саммит с тем, чтобы выдать мандат Европейской комиссии на ведение переговоров по «брекситу».

После саммита 27-ми - Европейская комиссия обнародует рекомендации по ведению переговоров на основании мандата, выданного на саммите. Возможно, будет указано на необходимость ведения параллельных переговоров по заключению торгового договора между ЕС и Великобританией.

Апрель-май 2017 - начало переговоров

23 апреля и 7 мая - два тура президентских выборов во Франции

24 сентября - парламентские выборы в Германии

Осень 2017 года - британское правительство приводит в действие законодательство о выходе из ЕС и принимает отдельный закон, интегрирующий в британское законодательство все нормативные акты, принятые в период членства страны в ЕС (предполагается, что в дальнейшем эти законодательные акты будут изменяться или отменяться парламентом по мере необходимости).

Октябрь 2018 года - окончание переговоров (согласно статье 50 переговоры могут быть продолжены, однако это подлежит одобрению всех 27 членов Евросоюза).

Октябрь 2018 -март 2019 года - обе палаты парламента, Европарламент и Европейский совет проводят голосование по поводу заключаемого соглашения.

Март 2019 год - Великобритания формально выходит из состава ЕС.

ЧТО ЯВЛЯЕТСЯ ПРЕДМЕТОМ ПЕРЕГОВОРОВ О «БРЕКСИТЕ»?

Это пока неясно: Британия настаивает на том, чтобы торговый договор был частью этих переговоров, представители ЕС выступают за разведение переговоров по соглашению об условиях выхода и по торговому договору.

Великобритания хочет как можно скорее заключить соглашение, чтобы гарантировать права граждан ЕС, проживающих на ее территории, и британцев, проживающих в Евросоюзе.

Другие вопросы, которые могут стать предметом переговоров, включают пограничную безопасность, европейский ордер на арест, вывод органов Евросоюза со штаб-квартирой в Великобритании за ее пределы, пенсионные отчисления для сотрудников учреждений Евросоюза. Все это является частью «бракоразводного урегулирования» стоимостью, по неко-

торым подсчетам, до 50 млрд фунтов стерлингов (более 60 млрд долл).
До референдума 23 июня 2016 года британское правительство опубликовало доклад о процессе выхода из состава ЕС, в котором наметило ряд тем предстоящих переговоров:
Судьба денежных средств, выделенных, но не потраченных Евросоюзом в качестве помощи британским фермерам и регионам
Сотрудничество в проведении внешней политики, включая международные санкции
Доступ к учреждениям Евросоюза, имеющим влияние на внутреннее британское законодательство, таким как, например, Европейское агентство по лекарственным средствам
Переходные договоренности. заменяющие соглашения о свободной торговле ЕС с третьими странами
Доступность Европейской карты медицинского страхования для британских граждан
Права британских рыбаков на промысел за пределами британских территориальных вод, включая часть Северного моря
Обязательства Британии в области охраны окружающей среды, взятые на себя Евросоюзом в рамках различных конвенций ООН
Представитель Европейской комиссии заявил Би-би-си, что его организация не комментирует предмет переговоров, которые начнутся только после формального введения в действие статьи 50.

КТО ВЕДЕТ ПЕРЕГОВОРЫ?

Европейская комиссия, орган исполнительной власти ЕС, создала рабочую группу, которую возглавил Мишель Барнье: он возглавит переговорный процесс с Великобританией.
Со стороны Британии ответственность за переговоры по «брекситу» лежит на плечах премьер-министра при поддержке министра по выходу Великобритании из Европейского союза, которым назначен Дэвид Дэвис.
Как долго все продлится?
Переговорный период, оговоренный статьей 50, составляет два года, но он может быть продлен единогласным решением всех членов ЕС.
Насколько реально договориться обо всех аспектах «брексита» за два года? Британские официальные лица неоднократно публично заявляли, что это возможно, но некоторые специалисты настаивают, что процесс может затянуться от пяти лет до десятилетия.
Если по истечении двухлетнего периода не будет заключено соглашения и не будет единогласно решено продлить перговоры, Британия автоматически покинет ЕС и все существующие договоренности в его рамках - включая доступ к единому рынку. Это означает, что торговые взаимоотношения Британии с ЕС будут регулироваться правилами Всемирной торговой организации.

ДАДУТ ЛИ СЛОВО ПАРЛАМЕНТУ?

В статье 50 говорится о необходимости одобрения соглашения Европарламентом, но ничего не сказано о правах парламента страны, покидающей ЕС.
Вначале премьер-министр Тереза Мэй была против голосования в парламенте по поводу окончательного варианта соглашения по «брекситу», однако в январе она заявила, что согласна на его проведение в обеих палатах. В парламенте будут также обсуждать деятельность правительства по организации «брексита», создавать рабочие группы и голосовать по сопутствующему законодательству.

МОЖЕТ ЛИ ВЕЛИКОБРИТАНИЯ «ПЕРЕДУМАТЬ» ПОСЛЕ ВВЕДЕНИЯ В ДЕЙСТВИЕ СТАТЬИ 50?

Статья 50 никогда ранее не применялась, и на этот вопрос трудно ответить, поскольку в самой статье об этом прямо не говорится. Но человек, лично ответственный за ее появление, лорд Керр, считает, что передумать можно - но в ходе переговорного процесса.
“Другое дело, что все воспримут это весьма негативно из-за потерянного времени, - говорит он. - ЕС может извлечь политические выгоды, но юридически не может настаивать на выходе”.
Правительство заверяет, что не повернет вспять процесс, начатый приведением в действие статьи 50. Но в качестве последней инстанции этот вопрос должен решать Европейский суд.

БУДЕТ ЛИ БРИТАНИЯ ПРИНИМАТЬ ПОЛНОПРАВНОЕ УЧАСТИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЕС В ПРОЦЕССЕ ВЫХОДА?

Британия останется членом ЕС и общего рынка, на ее территории будут действовать законы и правила Евросоюза, включая право на свободное передвижение, но Британия отказалась от президентства в Европейском совете, которое по ротации выпадает ей на вторую половину 2017 года - чтобы, как было указано, сосредоточиться на переговорах по «брекситу».
Юридически не существует препятствий для того, чтобы Британия в ходе переговоров взяла на себя исполнение законодательных актов ЕС, не имеющих прямого отношения к «брекситу». Однако Великобритания не может участвовать в процессе принятия решений в Европейском совете, касающихся ее решения покинуть ЕС.

МОЖЕТ ЛИ БРИТАНИЯ УЖЕ СЕЙЧАС ЗАКЛЮЧАТЬ ДОГОВОРЫ С ДРУГИМИ СТРАНАМИ?

Не может. Пока страна формально входит в состав ЕС, она не может самостоятельно вести переговоры по поводу каких бы то ни было международных торговых соглашений со странами, не входящими в блок, это было бы нарушением законодательства ЕС. Но она может обсуждать торговлю в неформальном порядке.
Тем не менее потенциальные торговые партнеры Великобритании наверняка хотели бы заранее знать условия выхода страны из ЕС и единого экономического пространства.

КОРОЛЕВА БРИТАНИИ ПОДПИСАЛА ЗАКОН О ВЫХОДЕ СТРАНЫ ИЗ ЕС

Королева Великобритании Елизавета II подписала законопроект о начале процедуры выхода страны из Евросоюза.
Ранее на этой неделе законопроект о приведении в действие Статьи 50 Лиссабонского договора был окончательно одобрен обеими палатами британского парламента.
Согласно Статье 50 Лиссабонского договора, каждая страна-член Евросоюза вправе принять решение покинуть его. Для этого необходимо формально уведомить об этом решении Европейский совет и начать процесс переговоров, на который отводится два года.
Премьер-министр Тереза Мэй говорила, что намерена запустить процесс «брексита» до конца марта.
Это вряд ли произойдет на следующей неделе, когда пройдет неформальный саммит стран ЕС. Он приурочен к 60-летию Римского договора, который заложил основу для Европейского экономического сообщества - предшественника Евросоюза.
Формат предстоящих переговоров о «брексите» пока не ясен: Лондон настаивает на том, чтобы их частью был торговый договор, но Брюссель выступает за разведение переговоров по соглашению об условиях выхода и по торговому договору.
Великобритания хочет как можно скорее заключить соглашение, чтобы гарантировать права граждан ЕС, проживающих на ее территории, и британцев, проживающих в Евросоюзе.

ПРОЕЗД ПО «УКРАИНЕ» СДЕЛАЛИ ПЛАТНЫМ ДО 2109 ГОДА

Правительство России сделало платным проезд по 70-километровому участку трассы М3 «Украина» в Калужской области до 1 мая 2109 года. Соответствующее распоряжение за подписью премьер-министра Дмитрия Медведева опубликовано в пятницу, 10 марта, на официальном интернет-портале правовой информации.

Платный режим будет действовать на участке от 124-го до 194-го километра. В качестве бесплатной альтернативы правительство предлагает воспользоваться трассами А130 и Р132, а также дорогами общего пользования регионального значения.

Пункты взимания платы заработают на М3 в Калужской области с 20 марта, пишет ТАСС.

Реконструируемый 70-километровый участок проходит по Малоярославецкому, Дзержинскому районам Калужской области и территории городского округа Калуга. Работы по обновлению трассы ведутся с 2014 года. Из федерального бюджета на эти цели выделено более 17 миллиардов рублей.

В УЗБЕКИСТАНЕ ДЕСЯТКИ ДЕТСАДОВ ПРЕВРАТИЛИ В БОРДЕЛИ

В Сурхандарьинской области Узбекистана обнаружено 23 детских сада, в которых в ночное время оказывались интим-услуги. Об этом сообщает радио «Озодлик» со ссылкой на областную прокуратуру.

«Когда проверили 23 детсада из имеющихся в области 290 дошкольных учреждений, было установлено, что все они использовались в качестве „борделей“, а сотрудники занимались сводничеством», — сказал представитель областной прокуратуры на условиях анонимности. По его словам, эти факты обнаружены в детских садах в Денауском, Ангарском, Джаркурганском, Шерабадском, Музрабадском и Кумкурганском районах, а также в городе Термезе.

Работник надзорного ведомства отметил, что 20 заведующих детскими садами, где работали притоны, уволились по собственному желанию, двое — находятся на больничном, а одна покинуть свою должность отказалась. Кроме того, по собственной инициативе освобожден от занимаемого поста заведующий отделом народного образования Денауского района.

В мае 2016 года проститутки соседнего Казахстана написали президенту страны Нурсултану Назарбаеву открытое письмо. В обращении отмечалось, что из-за падения цен на нефть «сжимается рынок коммерческого секса». «Клиентура беднеет. Нам все чаще приходится работать в антисанитарных условиях, в подъездах и машинах!» — отметили работницы секс-индустрии.

Также они пожаловались на «дикую конкуренцию со стороны девочек из Узбекистана, Киргизии и Украины, работающих нелегально», которые, по их словам, усугубляют ситуацию с венерическими заболеваниями в республике.

МВД БЕЛОРУССИИ СООБЩИЛО О ЗАПРЕТЕ НА ВЪЕЗД В СТРАНУ 300 ТЫСЯЧАМ УКРАИНЦЕВ

В списке лиц, которым запрещен въезд в Белоруссию и Россию, находятся 300 тысяч граждан Украины. Об этом сообщил глава МВД Белоруссии Игорь Шуневич, сообщает TUT.BY.

По данным ведомства, всего в данном перечне значатся 1,7 миллиона человек, 1,5 миллиона из которых внесены по инициативе России.

Как уточняет издание, Минск и Москва ратифицировали соглашение об объединении списков так называемых невъездных лиц в конце 2015 года. Его заключили, чтобы иностранцы не могли воспользоваться открытой границей между Белоруссией и Россией для въезда в страну, где их сочли нежелательными гостями.

15 февраля пресс-секретарь Министерства иностранных дел Белоруссии Дмитрий Мирончик сообщил, что срок безвизового пребывания иностранцев в республике может быть продлен с пяти до 12-14 дней. Однако конкретного решения по этому поводу пока нет. «Направление движения понятно, но двигаться мы будем с присущей нам осторожностью и поступательностью», — отметил он.

Ранее в том же месяце в Белоруссии начал действовать безвизовый режим с 80 странами — в республику без оформления соответствующих разрешений через минский аэропорт могут попасть жители европейских государств, а также граждане США, Японии, Бразилии и Индонезии.

В конце января руководство ФСБ РФ приказало ввести на российско-белорусских рубежах пограничную зону. Президент Белоруссии Александр Лукашенко раскритиковал этот шаг, заявив, что Россия таким образом нарушает межгосударственный договор.

Лукашенко подписал указ о введении безвизового режима 9 января.

РЕПАТРИАНТОВ С УКРАИНЫ ЛИШАТ УКРАИНСКОГО ГРАЖДАНСТВА?

Президент Украины Петр Порошенко внес на рассмотрение Верховной рады законопроект, предусматривающий отмену двойного гражданства.

Это следует из пояснительной записки к законопроекту, опубликованной на сайте Верховной рады.

"Закон Украины "О гражданстве Украины" предусматривает, что гражданин Украины, который имеет иностранное гражданство, в правовых отношениях с Украиной признается лишь гражданином Украины (статья 2). Однако пребывание граждан Украины также и в гражданстве иностранного государства, в частности тех, которые находятся на государственной службе, создает определенные риски для национальной безопасности Украины.

Учитывая изложенное, существует настоятельная потребность в законодательном совершенствовании механизма прекращения гражданства Украины в случае добровольного приобретения гражданином Украины гражданства другого государства, а также предотвращении случаев двойного гражданства лиц, приобретающих гражданство Украины", — говорится в документе.

Согласно логике законодателя, "гражданин Украины, добровольно получивший гражданство другого государства, считается добровольно заявившим о смене гражданства и давшим согласие на прекращение гражданства Украины".

Президентскому законопроекту присвоен статус "неотложный".

The only Russian language media in Minnesota. Since 1991.
ZERKALO

YOM HA'ATZMAUT
ISRAEL INDEPENDENCE DAY FESTIVITIES

Sunday, May 7, 2017
3 – 5 PM
St. Paul JCC
FREE FOR ALL AGES

EVENT HIGHLIGHTS
- Israeli DJ and dance party
- Climb Masada on the giant inflatable
- Birthday party game room for kids - Israeli style
- Relax and watch some of Israel's favorite TV shows
- Take a dip at our Tel Aviv beach party open swim
- Ride through the Israel National Trail on spin bikes
- Food for purchase. Eat some of Israel's favorite treats
- And so much more!

Hang with your friends and celebrate Israel with your community!

YOM HAZIKARON
Israeli Memorial Day

Sunday, April 30 at 5 PM
St. Paul @ Mt. Zion • Minneapolis @ Sabes JCC
Please join us for an evening of remembering Israel's fallen soldiers and victims of terrorism.

For more information, please contact
Alyssa Golob: agolob@stpauljcc.org

Proudly presented by:
St. Paul JCC, Sabes JCC, Minneapolis Jewish Federation, and Jewish Federation of Greater St. Paul, RAJMN and Genesis Philanthropy Group

sabes jcc · St. Paul JCC · Jewish Federation of Greater St. Paul · Minneapolis Jewish Federation · GENESIS Philanthropy Group · RAJMN Russian-American Jews in Minnesota
presented in partnership

ВЗЛОМ И ПОСАДКА

ПРОШЛЫЙ ГОД СТАЛ ЗНАКОВЫМ ДЛЯ БОРЦОВ С КИБЕРПРЕСТУПНИКАМИ В РОССИИ: ПОЛИЦЕЙСКИМ ВПЕРВЫЕ УДАЛОСЬ НЕ ПРОСТО ВЫЧИСЛИТЬ ОТДЕЛЬНЫХ ХАКЕРОВ, А РАСКРЫТЬ ДВА ПРЕСТУПНЫХ СООБЩЕСТВА, ДЕЙСТВОВАВШИХ В СЕТИ. ВОЗНИКНОВЕНИЕ ТАКИХ КРИМИНАЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ — ЛИШЬ ОДНА ИЗ ТЕНДЕНЦИЙ ДАРКНЕТА. КАКИМИ УЛОВКАМИ ПОЛЬЗУЮТСЯ ЖУЛИКИ В СФЕРЕ ВЫСОКИХ ТЕХНОЛОГИЙ И ЧЕМ ИМ ОТВЕЧАЮТ ПОЛИЦЕЙСКИЕ, РАССКАЗАЛ ПРЕДСТАВИТЕЛЬ УПРАВЛЕНИЯ «К» МВД РОССИИ АЛЕКСАНДР ВУРАСКО.

ГАДЖЕТЫ ПОД ПРИЦЕЛОМ КИБЕРПРЕСТУПНИКОВ

«По итогам минувших двух-трех лет очевидно, что хакеры очень активно развивают вредоносные программы для ОС Android, позволяющие похищать средства с чужих счетов. Выбор платформы неслучаен — под управлением этой ОС работает большинство смартфонов и планшетов. Раньше при помощи вирусов-троянов злоумышленники получали удаленный доступ к гаджетам — а затем вручную похищали с них данные или переводили деньги. Сегодня трояны действуют иначе: после того как пользователь запускает программу-загрузчик, ссылка на которую пришла на почту или в смс-сообщении, она получает права доступа и скачивает троян, который в автоматическом режиме рассылает смс на сервисные номера нескольких крупнейших российских банков. Так вирусы узнают, где у жертвы есть счета. Если счета обнаруживаются — троян сам переводит с них деньги, после чего зачастую удаляется без следа», — рассказывает Александр Вураско.

Любопытно, что при таком подходе преступники даже не знают, у кого воруют деньги. Более того, разрабатывающие трояны хакеры не используют их самостоятельно — они сдают «вредоносы» в аренду и даже заключают лицензионные соглашения. Совершать преступления при такой схеме психологически проще, ведь прямого контакта с жертвами нет. По словам собеседника «Ленты.ру», минимизировать шансы встречи с троянами можно очень просто — нужно избегать ссылок в подозрительных электронных письмах и смс.

«Вторая тенденция — бурное развитие криптолокеров. Это крайне неприятные программы. Оказавшись на компьютере, они шифруют там все потенциально ценные для пользователя файлы — фотографии, видеозаписи и документы. Соответственно, для их разблокировки нужен ключ, который есть у хакеров и который они готовы предоставить за умеренную (или не очень) плату. Бывают и более экзотичные условия: к примеру, зарази несколько компьютеров — и получи ключ. Тут два нюанса: во-первых, нет никакой гарантии что пользователь, заплатив вымогателям, действительно получит ключ. Не исключено, что злоумышленники продолжат тянуть из него деньги дальше. Кроме того, не все из тех, кто создает криптолокеры, отличаются профессионализмом — зашифровать файлы они в состоянии, а вот вернуть в первозданный вид не могут. Поэтому я советую хранить копии файлов на съемном носителе, не подключенном к основному компьютеру».

ПЕДОФИЛЫ ЗАЛЕГЛИ НА ДНО

«Детской порнографии в сети больше не становится, но ситуация с ней меняется. Изготовители такого контента закапываются в интернете все глубже и глубже, используя самые современные методы шифрования. В прошлом году мы пресекли деятельность, пожалуй, крупнейшего в России форума изготовителей детской порнографии, который существовал много лет. Правоохранительные органы вели расследование не один год, причем очень аккуратно: если бы злоумышленников спугнули, они удалили бы весь противоправный контент, усложнив следствие», — рассказывает Вураско.

В итоге операция стражам порядка удалась. Были задержаны несколько десятков непосредственных изготовителей детской порнографии из разных регионов России. Они общались в законспирированном интернет-форуме, попасть туда можно было лишь по рекомендации как минимум двух участников. Еще одно условие — предоставление собственного уникального контента.

«Педофилам не помогла конспирация, хотя они в ней в последние годы изрядно поднаторели. На их ресурсах можно найти специальные разделы со множеством советов: от обеспечения анонимности в сети до правил поведения при обысках. Главная причина такой бдительности распространителей детского порно — прогресс в работе полиции. Еще 10-15 лет назад этот контент был в открытом доступе, а те, кто его изготавливал, свободно общались в сети. Педофилы к стражам порядка относились снисходительно: мол, да что полиция! Что они в интернете найдут... Оказалось, находят».

ОПАСНЫЕ И ВЕЗДЕСУЩИЕ

Во многих странах сложился стереотип: хакеры из России — самые опасные и коварные в мире. Так ли это на самом деле?

«Я бы скорее боялся хакеров из стран Азии. Сегодня они берут количеством, низкой стоимостью и неплохим качеством работы. Грубо говоря, демпингуют. Что касается хакеров отечественных, то тех, кто хорошо разбирается в IT-сфере, не так много: реально хороших писателей вирусов на всю страну наберется десятка полтора. Еще несколько десятков, может, сотня человек способна проанализировать код программы и что-то с ним сделать. А так — среди киберпреступников преобладают безрукие. Это обычно мужчины 25-40 лет, очень разные: и предприниматели, и безработные, и ранее судимые...Естественно, мало кого из них можно назвать хакером. В преступных схемах, завязанных на интернете, участвуют даже маргиналы — обналичивают деньги в банкоматах. А операционистки в банках и менеджеры сотовых операторов выступают в качестве инсайдеров, предоставляя преступникам информацию», — объясняет Вураско.

Эксперт отмечает, что Россия сегодня находится в авангарде киберпреступности во многом потому, что в стране очень бурно развивается электронный банкинг и предоставление всевозможных услуг в электронном виде. По некоторым параметрам мы обошли даже США. Но когда на рынке появляется какое-либо техническое новшество, быстро находятся те, кто начинает спекулировать на его уязвимостях — программных, аппаратных... Или на человеческом факторе.

ОДИНОЧКИ ИЗ ДАРКНЕТА

«Настоящий киберпреступник никогда не будет общаться с журналистами. Такие люди сидят очень тихо и буквально боятся чихнуть. Они прекрасно понимают, что каждое лишнее слово, сказанное ими, — это потенциальная зацепка для полиции. Кроме того, хакеры боятся конкурентов и не слишком дружны между собой, ведь их деятельность — это бизнес. Разработка очередного вируса зачастую обходится в десятки тысяч долларов, то, как он устроен — это секрет фирмы, раскрытие которого неизбежно приводит к потере дохода», — объясняет наш гость.

По словам Александра Вураско, нередко бывает и так, что одни злоумышленники в интернете подставляют других. К примеру, в сети «кидают» педофилов или тех, кто пытается купить оружие — в полицию они точно не пойдут. Хотя за рубежом случалось, что «особо одаренные» обитатели даркнета пытались пожаловаться в полицию на то, что не получили свой... кокаин.

ВСЕ УПИРАЕТСЯ В БАНКОМАТЫ

Сотрудники управления «К» хорошо знают простой принцип охоты на киберпреступников: хочешь выйти на таких людей — следуй за деньгами. Дело в том, что как бы аккуратно ни были похищены средства в сети, их все равно придется рано или поздно оттуда выводить. А используются для этого обычные банкоматы, к которым приходят низшие звенья ОПГ из интернета — обнальщики (или дропы, как их называют на сленге). С них стражи порядка нередко и начинают раскручивать всю преступную цепочку. Впрочем, эти аппараты сами становятся мишенью для преступников.

РЕЧЬ О ХИЩЕНИЯХ ПОСРЕДСТВОМ СКИММИНГОВЫХ УСТРОЙСТВ

«Любопытно, что об этом оборудовании зачастую имеют весьма смутное представление даже инкассаторы, которые ежедневно сталкиваются с десятками банковских терминалов. Чтобы обезопасить себя от скиммеров, нужно прежде всего осмотреть банкомат. На устройстве не должно быть никаких зазоров, щелей, следов клея или изоленты. Если вы видите на банкомате какую-нибудь странную выпирающую деталь — не бойтесь ничего поломать, потрогайте ее, пошевелите. И если деталь отвалится, отклеится или поведет себя еще как-то подозрительно — звоните в банк. Если же вы заметили скиммер сразу после операции в банкомате — опять же звоните в банк и блокируйте карту», — рассказывает Александр Вураско.

Конечно, защититься от скимминга на сто процентов все равно не получится — технику преступников, установленную на банкомате, не всякий заметит. Кроме того, у терминала может быть заражено программное обеспечение. Причем преступники не обходят стороной даже терминалы в офисах банков, считающиеся наиболее безопасными. Установка скиммера не требует много времени, а уследить за десятками камер наблюдения охрана порой просто не в состоянии... Но есть и хорошая новость: популярная система бесконтактных платежей PayPass до сих пор не скомпрометирована — хакеры не сумели найти к ней подход. Это, однако, не мешает некоторым гражданам надевать на свои банковские карты чехольчики и верить, что теперь их сбережениям ничто не угрожает.

763-545-1600

ТРЕТИЙ ПОЛ - ТЕПЕРЬ УКРАИНЦЫ МОГУТ УКАЗАТЬ СВОЮ ПРИНАДЛЕЖНОСТЬ К НЕМУ

Бланк декларации о выборе врача, опубликованный Министерством здравоохранения Украины, теперь содержит еще один пункт: в графе выбора пола можно указать третий пол.

Документ появился на официальном сайте Всеукраинской ассоциации клинической химии и лабораторной медицины. Бланк пока согласовывается Минздравом в рамках программы по внедрению семейной медицины в Украине.

По версии журналиста Ореста Сохара, документ одобрен исполняющей обязанности министра здравоохранения Ульяной Супрун. Журналист негативно отнесся к подобным нововведениям, согласно его мнению, в украинской медицине есть проблемы более актуальные, чем введение соответствующей графы в бланках для трансгендеров.

СПЕЦИАЛЬНАЯ ДИЕТА ДЛЯ ДИАБЕТИКОВ ВОССТАНАВЛИВАЕТ ФУНКЦИЮ ПОДЖЕЛУДОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Поджелудочная железа может самовосстанавливаться специальной диетой. Об этом сообщили исследователи Университета Южной Калифорнии.

Восстановление функции поджелудочной железы — эффект эксперимента, проводившегося на животных, больных диабетом. По мнению специалистов, данный режим питания похож на диету во время поста. Общая калорийность такого рациона составляет от 800 до 1100 калорий в день.

У подопытных грызунов, содержавшихся на таком режиме питания, нормализовался уровень сахара в крови. Диета весьма напоминает питание вегетарианца, богатое орехами и супами. Отличительные особенности такого пищевого режима: низкое содержание углеводов и белка, но достаточное содержание ненасыщенных жиров. Эксперименты показали, что при соблюдении этого режима питания в поджелудочной железе животных начинали регенерировать бета-клетки.

Именно бета-клетки обнаруживают в крови сахар и высвобождают инсулин, если уровень глюкозы становится слишком высоким. Низкокалорийный рацион как бы «перепрограммирует» ту часть органа, которая больше не функционирует, сообщил автор исследования доктор Вальтер Лонго.

ВИТАМИН D В ТАБЛЕТКАХ - ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ОТ ГРИППА И ПРОСТУДЫ

Витаминные добавки в виде витамина D могут уберечь порядка трех миллионов человек от гриппа, сообщили исследователи Общественной организации здравоохранения (Великобритания).

Анализ, опубликованный в British Medical Journal, показывает, что пища должна быть обогащена витамином D. Этот солнечный витамин имеет жизненно важное значение для здоровья костей, но также важен и для иммунной системы. Руководящие органы здравоохранения Великобритании пока не считают результаты исследования окончательными, но факт пользы витамина D очевиден.

Иммунная система использует витамин D, чтобы выработать антимикробные соединения, отражающие атаки бактерий и вирусов. Зимой степень выработки витамина D снижается из-за меньшего количества солнца, попадающего на кожу.

ДЛИТЕЛЬНЫЙ ПРИЕМ АНАЛЬГЕТИКОВ ВРЕДЕН ДЛЯ СЛУХА

Женщины, которые длительное время принимают анальгетики парацетамол и ибупрофен, чаще жалуются на проблемы со слухом. Таковы результаты исследования, проведенного в США.

Речь идет о лечении обезболивающими препаратами на протяжении шести лет и более.

Детали работы публикуются на страницах American Journal of Epidemiology.

Руководителем проекта выступал авторитетный бостонский врач Гэри Карен, профессор Гарвардской школы медицины.

«Хотя риск ухудшения слуха весьма скромный, с учетом колоссальной популярности данного класса препаратов скромный риск может иметь глобальные последствия», - говорит профессор Карен, сотрудник Женской больницы Бригхэма в Бостоне.

В Соединенных Штатах аспирин и нестероидные противовоспалительные средства (НПВС) продолжают набирать популярность, их продажи постоянно увеличиваются. Вероятно, это связано со старением населения и распространением таких возрастных заболеваний, как остеоартрит.

В 2010 году 43 миллиона, или 19% взрослых жителей США регулярно принимали аспирин. Более 29 миллионов, или 12,1% американцев регулярно пользовались различными НПВС. Эти цифры соответственно на 57% и 41% превышают аналогичные показатели 2005 года.

При этом 2/3 американских женщин пожилого возраста в той или иной мере страдают потерей слуха.

Ознакомившись с данными о связи нестероидных противовоспалительных средств и глухоты у мужчин, бостонские ученые решили проверить наличие подобной связи у женской половины населения.

Напомним, в марте 2010 журнал The American Journal of Medicine сообщал, что длительный прием НПВС увеличивает риск проблем со слухом у мужчин на 16-33%, в зависимости от возраста.

Теперь сотрудники Женской больницы Бригхэма включили в анализ 55 850 участниц проекта Nurses' Health Study – самого масштабного в Америке исследования женского здоровья. Авторы пытались найти связь между нарушениями слуха и приемом ибупрофена, парацетамола, аспирина.

Результаты анализа подтвердили худшие предположения.

Длительный прием анальгетиков ибупрофена и парацетамола увеличивает риск нарушений слуха на 10% и 9% соответственно.

Тем не менее, аспирин был полностью оправдан.

Ученые не обнаружили никакой связи между обычными терапевтическими дозами аспирина и нарушениями слуха у женщин.

«Результаты нашей работы дополняют растущую базу доказательств связи НПВС и парацетамола с потерей слуха. К сожалению, биологический механизм этой связи непонятен», - сказал Карен.

ЭЛЕКТРОННЫЕ СИГАРЕТЫ ВРЕДНЫ ДЛЯ ДЕСЕН

Электронные сигареты повреждают десна точно так же, как и традиционные сигареты.

Результаты лабораторных опытов на культуре тканей, проведенных в Рочестерском университете (Нью-Йорк), свидетельствуют о серьезном вреде паров от е-сигарет для слизистой оболочки десен.

Об этом сообщается в последнем номере журнала Oncotarget.

Если данные подтвердятся, то у противников вейпа появится очередной серьезный аргумент.

С другой стороны, большинство людей уже в курсе, что е-сигареты – это вовсе не здоровая альтернатива.

«Мы продемонстрировали, что пары от электронных сигарет заставляют клетки высвобождать воспалительные протеины. Это приводит к нарастающему повреждению остальных клеток слизистой и предрасполагает к развитию различных заболеваний десен», - поясняет руководитель исследования Ифран Рахман (Irfan Rahman).

Насколько сильно вейп влияет на здоровье десен – вопрос открытый.

Ученые полагают, что в повреждении клеток играют роль ароматические вещества, используемые в е-сигаретах.

«Было установлено, что при нагревании ароматических субстанций выделяются химически активные частицы, которые усугубляют ситуацию. Одни больше, другие меньше. Также следует помнить, что е-сигареты содержат никотин, а он является причиной развития тяжелых заболеваний десен», - прокомментировал Фавад Джавед (Fawad Javed).

Доктор Джавед, соавтор работы, работает в Институте здоровья полости рта при Рочестерском университете.

Ученые призвали производителей электронных сигарет раскрыть детальную информацию о материалах и химических добавках, которые применяются в их продукции. Это помогло бы потребителям лучше понять потенциальные риски.

АРТРОЗ, ПОГОДИ! КАК ЗАМЕДЛИТЬ РАЗВИТИЕ БОЛЕЗНИ

ТРАВМЫ, НЕАДЕКВАТНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ НАГРУЗКА, НЕУДОБНАЯ ОБУВЬ... ПРИЧИН, ПО КОТОРЫМ ПРОИСХОДИТ ПРЕЖДЕВРЕМЕННОЕ РАЗВИТИЕ ОСТЕОАРТРОЗА СУСТАВОВ У СОВСЕМ ЕЩЁ МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ, НЕМАЛО.

Специалисты утверждают: чтобы не стать ранней жертвой этого заболевания, нужно не только знать причины его возникновения, но и вовремя заняться его профилактикой.

ГРУППА РИСКА

При остеоартрозе, при котором происходит разрушение ткани хряща, покрывающего поверхность сустава, а также окружающих его тканей, в первую очередь страдают опорные суставы: тазобедренный, коленный, суставы позвоночника, а также суставы кистей и первого пальца стоп.

В группе риска те, чья работа связана с повышенными физическими нагрузками (особенно с выполнением стереотипных движений, поднятием тяжестей) или, наоборот, представители «сидячих» профессий (клерки, программисты), целыми днями пребывающие в неудобной позе. И конечно, нередко ранний артроз бывает у профессиональных спортсменов. Для развития болезни подчас бывает достаточно даже небольшого растяжения связки или ушиба сустава.

Серьёзную нагрузку (в прямом смысле слова) испытывают суставы и у людей с избыточной массой тела, при которой риск развития остеоартроза возрастает аж в 4 раза. Свою лепту в развитие остеоартроза вносит плоскостопие, при котором не только нарушается осанка, но и происходит неравномерная нагрузка на суставы – коленный, голеностопный, тазобедренный. Если же при этом человек ещё и ходит в неудобной обуви...

ГДЕ ХРУСТИТ?

Принято считать, что остеоартроз заявляет о себе болью в суставах. Но это не всегда так. На первых порах поражённые болезнью суставы могут просто... хрустеть, что свидетельствует об изношенности межсуставного хряща и образовании костных наростов – остеофитов, которыми обрастают лишённые естественной амортизации суставные поверхности.

На проблемы с суставами может указывать и утренняя скованность, длящаяся не более 30 минут и быстро исчезающая после их активизации. Увы, на этот первый «звоночек» остеоартроза многие молодые люди часто не обращают внимания. Пойти к врачу их заставляют лишь сильные, нестерпимые боли в поражённых суставах, пики интенсивности которой приходятся на периоды наибольшей физической нагрузки и на конец дня.

Характерны для остеоартроза и так называемые стартовые боли, возникающие в начале физической нагрузки и исчезающие, когда человек расходится.

НЕ УПУСТИТЬ МОМЕНТ

Специалисты выделяют четыре стадии остеоартроза, который прежде всего проявляется болью и нарушением функции суставов. При остеоартрозе 1-й степени поверхностные слои хряща теряют упругость, в результате чего становятся рыхлыми и мягкими.

При остеоартрозе 2-й степени значительно истончается поверхностный слой суставного хряща, проявляются микротрещины хрящевой ткани.

3-я степень остеоартроза характеризуется эрозийным изменением хряща, образованием глубоких трещин и костных разрастаний.

При 4-й степени остеоартроза, когда происходит деформация всех слоёв и фактически разрушение суставного хряща, единственным спасением остаётся эндопротезирование (замена разрушенного сустава искусственным). Чтобы этого избежать, нужно как можно раньше начать профилактику.

ГРАМОТНЫЙ ПОДХОД

Главная цель терапии начальной степени остеоартроза – остановить процесс разрушения суставного хряща, ликвидировать дистрофические процессы, минимизировать симптомы заболевания и улучшить качество жизни страдающего им человека.

Методы профилактики остеоартроза включают в себя:

коррекцию веса, занятия плаванием и лечебной физкультурой (желательно под руководством опытного инструктора);

ношение удобной (при необходимости ортопедической, с использованием стелек-вкладышей, супинаторов, фиксаторов суставов) обуви;

длительный приём хондропротекторов, которые приостанавливают разрушительные процессы в хрящевой ткани, а также способствуют лучшему питанию хряща, безопасно устраняют болевой синдром и воспаление.

А вот приёмом гормональных и обезболивающих средств, пагубно влияющих на слизистую желудка и сердечно-сосудистую систему, лучше не увлекаться.

RAMG Marketing & Desogn

от А

Анализа существующих маркетинговых элементов до создания интерактивного веб-сайта

Мы оказываем весь спектр услуг в широком диапазоне маркетинговых задач:

от разработки успешных потребительских, корпоративных и ритейл-брендов до дизайна упаковки и разработки новых продуктов и сервисов.

Мы предлагаем:

Полную разработку бренда, как с нуля, так и развитие с учетом уже существующих компонентов - нейминг, фирменный стиль, создание и обслуживание веб-сайтов.
Цельную коллекцию рекламных элементов: дизайн рекламы для печатных и электронных СМИ, брошюры, визитки, календари, магниты и прочие рекламные компоненты.

Мы предоставляем:

Бесплатные высококачественные фотографии (при определенных условиях)
Особые скидки на типографские услуги

Мы поможем выстроить четкий и притягательный образ вашего бизнеса, донеся его до потребителя

763.545.1600

Я

УЧЕНЫЕ ВЫЯСНИЛИ, КАК НАШИ МЫСЛИ СПОСОБНЫ ВЫЗЫВАТЬ МОЛЕКУЛЯРНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ В ГЕНАХ

Научно доказано, что тренировки мозга и стимулирование его определенных участков может благотворно сказаться на здоровье. Ученые попытались понять, как именно эти практики влияют на наше тело.

Новое исследование, которое провели ученые Висконсина, Испании и Франции, несет в себе первые доказательства специфических молекулярных изменений в организме, которые наступают после интенсивной медитации ясного ума.

Исследование изучило результаты применения медитации ясного ума в группе опытных медитирующих и сравнило эффект с группой не тренированных субъектов, которые были вовлечены в тихую, не медитативную деятельность. Через 8 часов медитации ясного ума у медитирующих были обнаружены генетические и молекулярные изменения, включая изменение уровня генного регулирования и сокращение уровней провоспалительных генов, которые отвечают за физическое восстановление в стрессовой ситуации.

«Насколько нам известно, эта работа впервые демонстрирует быстрые изменения в экспрессии генов среди субъектов, практикующих медитацию ясного ума» — говорит автор исследования Ричард Дж. Дэвидсон, основатель Центра исследований здорового ума и профессор психологии и психиатрии в университете Висконсина-Мэдисона.

«Самое интересное, что изменения наблюдаются в генах, которые в настоящее время являются объектом для противовоспалительных лекарств и анальгетиков» — говорит Перла Калиман, первый автор статьи и исследователь в Институте медико-биологических исследований (IIBB-CSIC-IDIBAPS) в Барселоне, где был проведен молекулярный анализ.

Исследование было опубликовано в журнале Психонейроэндокринологии.

Обнаружено, что медитация ясного ума положительно влияет на воспалительные заболевания и одобрена Американской Ассоциацией сердца как профилактическое вмешательство. Новые результаты исследований могут продемонстрировать биологический механизм ее терапевтического эффекта.

Генная активность может меняться в зависимости от восприятия

По словам доктора Брюса Липтона, активность гена может быть изменена на основании ежедневных тренировок. Если ваше восприятие отражается на химических процессах в вашем теле и ваша нервная система считывает и интерпретирует окружающую среду и затем контролирует химию крови, вы можете буквально изменить судьбу ваших клеток, изменив свои мысли.

На самом деле, исследование доктора Липтона наглядно показывает, что, меняя ваше восприятие, мозг способен менять активность генов и создавать более тридцати тысяч вариаций продуктов из каждого гена. Ученый также

утверждает, что генные программы содержатся внутри ядра клетки, и вы можете переписать эти генетические программы, меняя химию крови.

Проще говоря, это значит, что для лечения рака нам нужно сначала изменить способ нашего мышления.

«Функция нашего ума – в том, чтобы согласовывать наши убеждения и реально пережитый опыт» — говорит доктор Липтон. «Это означает, что ваш мозг будет регулировать биологию вашего организма и ваше поведение в соответствии с вашими убеждениями. Если вам сказали, что вы умрете в течение шести месяцев и ваш мозг поверил в это, то, скорее всего, вы действительно умрете в течение этого времени. Это называется **«эффект ноцебо», результат отрицательных мыслей, противоположный эффекту плацебо.»**

Эффект Ноцебо указывает на систему из трех частей. Здесь часть тебя, которая клянется, что не хочет умирать (сознание), проигрывает части, которая верит, что умрет (прогноз доктора, опосредованный подсознанием), затем происходит химическая реакция (реинтерпретированная химией мозга), которая должна доказать, что тело соответствует доминирующему убеждению.

НЕВРОЛОГИЯ ПРИЗНАЛА, ЧТО 95 ПРОЦЕНТАМИ НАШЕЙ ЖИЗНИ УПРАВЛЯЕТ ИМЕННО ПОДСОЗНАНИЕ.

Теперь вернемся к той части, которая не хочет умирать, то есть к сознанию. Разве оно не влияет химию организма? Доктор Липтон заявил, что все сводится к тому, подсознание, которое содержит наши глубочайшие убеждения, было запрограммировано. В конечном счете, именно эти убеждения становятся приоритетными.

«Это сложная ситуация» — говорит доктор Липтон.

«Люди запрограммированы верить в то, что они жертвы, и что у них нет контроля над ситуацией. Они запрограммированы с самого начала верованиями своих родителей. Так, например, когда мы болеем, родители говорят нам, что нужно идти к доктору, потому что доктор является авторитетом, который заботится о нашем здоровье. Мы еще в детстве получаем от родителей сообщение, что врачи отвечают за наше здоровье, и что мы жертвы внешних сил, которые мы не способны контролировать сами. Забавно, что людям становится лучше уже на пути к врачу. Вот когда врожденная способность к самовосстановлению умирает, еще один пример эффекта плацебо.»

Медитация ясного ума влияет на регуляторные пути

Результаты исследований Дэвидсона демонстрируют понижающую регуляцию генов, участвующих в воспалении. Пораженные гены включают в себя про-воспалительные гены RIPK2 и COX2, а также деацетилазы гистонов (HDAC), которые эпигенетически регулируют активность других генов. Более того, снижение экспрессии этих генов оказалось связано с более быстрым физическим восстановлением организма после выброса гормона кортизола в ситуации социального стресса.

На протяжении многих лет биологи подозревали, что на клеточном уровне происходит что-то вроде эпигенетической наследственности.

Различные виды клеток нашего тела подтверждают этот пример. Клетки кожи и мозга наделены разными формами и функциями, хотя их ДНК идентично. Таким образом, должны быть другие механизмы, помимо ДНК, доказывающие, что клетки кожи остаются клетками кожи, когда делятся.

Вот что удивительно: по словам ученых, в генах каждой из исследуемых групп до практик не было никаких различий. Вышеописанные эффекты были отмечены только в группе, практикующей медитацию ясного ума.

Поскольку несколько других ДНК-модифицированных генов не обнаружили никаких различий между группами, предполагается, что практика медитации ясного ума влияет лишь на некоторые специфические регуляторные пути.

Ключевым результатом исследований стало то, что в группе медитаторов, практикующих медитацию ясного ума, произошли генетические изменения, которых не было обнаружено в другой группе, даже несмотря на то, что люди в ней так же занимались спокойной деятельностью. Результат обследования доказывает принцип: практики медитации ясного ума могут привести к эпигенетическим изменениям генома.

Предыдущие исследования на грызунах и людях показали быструю (в течение нескольких часов) эпигенетическую реакцию на такие воздействия, как стресс, диета или упражнения.

«Наши гены достаточно динамичны в своем выражении и эти результаты говорят о том, что спокойствие нашего разума может влиять на их выражение» — говорит Дэвидсон.

«Полученные результаты могут быть базой для исследования возможности применения медитативных практик при терапии хронических воспалительных заболеваний» — говорит Калиман.

Бессознательные убеждения это ключ

Многие практикующие позитивное мышление знают, что хорошие мысли и постоянное повторение аффирмаций не всегда приносит тот эффект, который обещают книги на данную тему. С этой точкой зрения не спорит и доктор Липтон, который утверждает, что позитивные мысли приходят из сознания, тогда как негативные мысли обычно программируются более сильным подсознанием.

«Главная проблема в том, что люди осознают свои сознательные убеждения и поведение и не осознают бессознательные посылы и поведение. Многие люди даже не осознают, что всем управляет подсознание, в миллион раз более сильная сфера, чем сознание. От 95 до 99 процентов нашей жизни управляются подсознательными программами».

«Ваши подсознательные убеждения работают на вас или против вас, но правда в том, что вы не контролируете свою жизнь, потому что подсознание заменяет сознательный контроль. Так что когда вы стараетесь излечиться благодаря повторению позитивных аффирмаций, возможно, этому мешает невидимая подсознательная программа».

Сила подсознания хорошо заметна на людях, страдающих раздвоением личности. К примеру когда «у руля» находится одна из личностей, человек может страдать серьезной аллергией на клубнику. В то же самое время стоит личности смениться — и тот же самый человек способен есть клубнику без каких-либо последствий.

Новая наука эпигенетика открывает перед нами отличные перспективы, суть которых в том, что каждый человек на планете сможет максимально раскрыть свой потенциал и получить контроль над происходящими событиями. Возможно, исследования приведут к тому, что мы будем жить совсем в новом обществе, где найдена вакцина против рака и установлен мир во всем мире.

763-545-1600

ТАИЛАНД ПЕРЕСТАНЕТ БЕСПЛАТНО ВЫДАВАТЬ РОССИЯНАМ ТУРИСТИЧЕСКИЕ ВИЗЫ

Власти Таиланда изменили программу бесплатной выдачи однократных туристических виз. Теперь под ее действие попадают только граждане 21 страны. Россияне в данный список не входят. Об этом в четверг, 2 марта, сообщает Ассоциация туроператоров России (АТОР).

Теперь с начала марта и до 31 августа включительно плата за визы не будет взиматься с граждан Болгарии, Китая, Эфиопии, Индии, Казахстана, Румынии, Украины, Узбекистана и ряда других государств. Как уточняет АТОР, соответствующий приказ МВД Таиланда опубликовало 28 февраля.

Ранее в том же месяце сообщалось, что Таиланд до конца августа будет бесплатно выдавать туристические визы всем без исключения иностранцам. Впервые власти азиатской страны ввели такой режим посещения королевства в декабре 2016 года, а затем решили его продлить.

Россияне могут приезжать в Таиланд без визы с туристической целью на срок до 30 дней. Если они планируют оставаться в стране дольше этого срока, им потребуется разрешение на въезд.

ТУРИСТЫ НАЗВАЛИ ПУТЕШЕСТВИЯ ОДНИМ ИЗ ФАКТОРОВ УСПЕХА В ЖИЗНИ

Туристы из разных стран мира считают, что путешествия способствуют успеху в личной жизни и работе. Об этом говорится в пресс-релизе сервиса бронирования отелей Booking.com, поступившем в «Ленту.ру» в четверг, 2 марта.

В ходе опроса специалистами компании 15 тысяч человек из 20 государств (в том числе и России) 45 процентов участников заявили, что знания и навыки, полученные в путешествиях, помогают в личной жизни и карьере.

Так, 13 процентов респондентов, вдохновленные впечатлениями от поездок, нашли новую работу, примерно такое же число туристов улучшили свои отношения с партнером. Еще 21 процент опрошенных сменил место жительства.

По словам 65 процентов туристов, посещение новой страны или города помогает им повысить уверенность в себе. Респонденты также выразили мнение, что люди, побывавшие в разных местах, интереснее тех, кто путешествует мало. Так считает 61 процент.

В ноябре 2016 года в ходе аналогичного опроса его участники рассказали, что путешествия приносят им больше радости, чем любовь, дети, работа и материальные блага.

CONDE NAST TRAVELLER ПЕРЕЧИСЛИЛ ЛУЧШИЕ БЮДЖЕТНЫЕ ОТЕЛИ МИРА

В число лучших бюджетных отелей мира по версии журнала для путешественников Conde Nast Traveller попала мини-гостиница Le Riad Berbere в городе Марракеш (Марокко). Об этом пишет Daily Mail.

К числу дешевых журналисты отнесли объекты размещения с номерами не дороже 150 фунтов стерлингов (около 11 тысяч рублей).

В датированном XVII веком здании Le Riad Berbere оборудовано пять номеров, а на крыше есть терраса. Отель предлагает домашнюю марокканскую еду, уроки йоги и массаж.

В список также вошел отель The Dreamcatcher с 12 номерами, расположенный в столице Пуэрто-Рико Сан-Хуане. Каждое помещение для гостей в нем имеет свое название и декорировано берберскими коврами, обоями в стиле ретро и светильниками 1970-х годов.

Кроме того, журналисты включили в перечень отель Sir Savigny в Берлине с 44 номерами, который предлагает постояльцам гамбургеры с трюфелями, а также гостиницу Plantation в Пномпене (Камбоджа). В здании 1930 года постройки есть бассейн на открытом воздухе длиной 20 метров, бар, ресторан и спа-центр.

В шестерку также попали отели Citizen M в Лондоне и Rooms Hotel в Тбилиси.

Полный список бюджетных гостиниц мира будет опубликован в апрельском выпуске Conde Nast Traveller. В настоящее время его можно скачать бесплатно в электронном виде на iPad и iPhone.

В январе лучшим в мире отелем по версии турсервиса TripAdvisor признали венгерский Aria Hotel Budapest. Среди российских гостиниц лидером стала расположенная в Адлере Citrus.

В ИНТЕРНЕТЕ ПОЯВИЛСЯ СЕРВИС ПО ПРОКАТУ ОДЕЖДЫ ДЛЯ ТУРИСТОВ

В интернете запустили сервис по прокату одежды для путешественников Dress n' Go. Об этом в среду, 1 марта, сообщает сетевое издание 34travel.

Данное приложение для смартфонов пока работает в режиме бета-тестирования. Оно дает возможность туристам взять одежду напрокат там, куда они прибудут на отдых. При этом путешественников не будут обязывать стирать вещи перед возвратом.

Жители городов, где заработает Dress n' Go, смогут, в свою очередь, предоставлять свою одежду во временное пользование. Первое время сервис будет доступен только в США. О том, какие цены установят для пользователей Dress n' Go, пока неизвестно.

В феврале сообщалось о созданном австралийцами «пальто-чемодане» для авиапассажиров, в карманах которого можно пронести предметы общим весом до 15 килограммов.

НАЗВАНА СТРАНА-РЕКОРДСМЕН ПО КОЛИЧЕСТВУ ИНЦИДЕНТОВ С РОССИЙСКИМИ ТУРИСТАМИ

Российский союз туриндустрии (РСТ) составил список стран, в которых за 2016 год произошло наибольшее количество инцидентов с путешественниками из России. Об этом в среду, 1 марта, сообщает ТАСС.

Лидером рейтинга оказалась Россия, в которой за 2016 год эксперты РСТ насчитали 26 происшествий.

На втором месте расположился Таиланд. Там в 2016 году произошло 23 ЧП с россиянами. Замыкает тройку лидеров Доминиканская Республика, где произошло восемь инцидентов.

По информации РСТ, в общей сложности в 2016 году стало известно о 79 происшествиях с российскими туристами на родине и за рубежом (на три меньше, чем годом ранее). При этом 47 человек погибли, остальные заболели или получили травмы и ранения. Россияне, в частности, попадали в ДТП, с ними происходили несчастные случаи на воде, при полетах с парапланом и прыжках с парашютом. Туристы также страдали от нападений преступников и диких животных.

«Разумеется, по этим цифрам не стоит делать вывод об опасности отдыха в нашей или в какой-либо из названных стран. По отношению к общему числу туристов количество трагедий во всех случаях ничтожно, если это слово здесь уместно», — подчеркнули представители организации.

В конце февраля сообщалось, что наиболее распространенными проблемами со здоровьем у путешествующих по стране россиян оказались заболевания дыхательной системы и различные травмы.

В ноябре эксперты компаний International SOS и Control Risks отнесли Россию к странам со средним уровнем угрозы для туристов, передает Национальная служба новостей (НСН). В эту же группу попали, в частности, Казахстан, Индия и Бразилия.

СУЗДАЛЬ ВКЛЮЧИЛИ В ТОП-5 ГОРОДОВ ЕВРОПЫ С ЛУЧШИМИ ОТЕЛЯМИ

Суздаль попал в пятерку городов Европы с лучшими отелями по соотношению цена/качество. Об этом сообщается в пресс-релизе сервиса поиска гостиниц Trivago, поступившем в «Ленту.ру» в понедельник, 27 февраля.

В рейтинге из 100 европейских направлений город во Владимирской области, входящий в Золотое кольцо России, занял четвертую позицию. Средняя стоимость проживания в местных отелях составляет 47 евро в сутки. В список также были включены Калининград (13-е место), Казань (18-е), Санкт-Петербург (35-е) и Москва (83-е).

Лидером топ-100 стал город Мостар в Боснии и Герцеговине. Здесь номер в гостинице обойдется туристам примерно в 43 евро. На втором месте — сербский населенный пункт Нови-Сад на берегу Дуная. Замкнул тройку город Велико-Тырново в Болгарии. Пятая позиция досталась украинскому Львову.

Данный рейтинг составлялся с учетом средней стоимости суточного проживания в двухместном номере. Также принимались во внимание отзывы туристов на Trivago.

Ранее в феврале Калининград вошел в десятку городов с лучшими в мире отелями.

С нашими возможностями у Вас не будет предела желаний !

Персональные медицинские консультации, массаж,парафиновые аппликации, салон красоты и физиопроцедуры

Сбалансированное питание ,разработанное профессором -диетологом

Уроки английского языка, экскурсии в музеи,прогулки в парки и поездки по магазинам...

Heartland Adult Day Care

В бизнесе с 2005 года

Люби себя, будь с нами!

763-546-8766

4949 Olson Memorial Highway
Golden Valley, MN 55422

Millennium
Adult Day Care
Центр Общения, Отдыха и Здоровья
Тел.: 952-930-2168
10937 Bren Rd E. Minnetonka MN, 55343
Приходите и посмотрите,
погуляйте и поиграйте,
пообедайте и отдохните!
И вы захотите прийти снова!
С теплом, заботой, любовью
и пониманием мы вас всегда ждем.
Мы всегда вам рады! Приходите и убедитесь сами!

Northrop presents
Нортроп представляет

Спектакль Санкт-Петербургского ТЕАТРА БАЛЕТА БОРИСА ЭЙФМАНА

Среда 17 мая 2017 г. в 19:30

Красная Жизель

Этот балет Б. Эйфмана на электризующую музыку Чайковского и Бизе посвящен трагической судьбе русской прима-балерины Ольги Спесивцевой и её погружению в безумие.

Группам по 10 чел. и более предоставляется скидка 15–25%.
Для заказа билетов связываться с Бриджет по адресу эл. почты **bsreddan@umn.edu** или по тел. 612-625-1758.

Новое: $30 тем, кто моложе 30!
Зрители 18 – 30 лет смогут приобрести до двух билетов по 30 долларов и получить бесплатный купон на коктейль. Льготные билеты продаются с 17-го апреля.

Имеются и другие скидки.

Билеты по адресу эл. почты bsreddan@umn.edu, по тел. 612-625-1758, или в кассе Нортропа.

Нортроп, Университет Миннесоты
84 Church Street SE
Minneapolis, MN 55455

UNIVERSITY OF MINNESOTA
Driven to Discover℠

northrop.umn.edu

Eifman Ballet in *Red Giselle*. Photo © Matveev Evgeny.

ЛЕГЕНДАРНАЯ «КРАСНАЯ ЖИЗЕЛЬ» БОРИСА ЭЙФМАНА – НА СЦЕНЕ **NORTHROP**

Балет Эйфмана вновь возвращается на сцену Northrop. На этот раз зрители увидят легендарную «Красную Жизель», которую талантливейший хореограф вновь включил в программу. В основу постановки положена история великой русской балерины Ольги Спесивцевой.

В начале XX века Ольга Спесивцева была примой Мариинского театра. Петербург носил ее на руках. У ног юной балерины были сотни поклонников и влюбленных мужчин, среди которых Шостакович, Мандельштам, Гумилев, Чуковский. Ей посвящали стихи и музыку: композитор Богданов-Березовский называл Спесивцеву Stella montis — Высокая звезда, художник Владимир Дмитриев хотел из-за нее стреляться.

Но грянула революция, и через какое-то время по состоянию здоровья Спесивцевой пришлось уехать во Францию. Там, вдали от Родины, она танцевала главные партии в Гранд-опера, но ей все не нравилось: огромная неудобная сцена, чужая страна, другая культура, непонятный ей язык, - все было не по душе. Спесивцева страдала от безответной любви, от отсутствия поддержки, и через какое-то время непередаваемое одиночество и напряженная работа довели ее до полного истощения и тяжелой депрессии. Последующие 20 лет своей жизни она провела в психиатрической лечебнице, забытая друзьями и поклонниками, и скончалась в пансионате Толстой под Нью-Йорком в 1991 году.

Трагическая судьба великой балерины произвела на Бориса Эйфмана неизгладимое впечатление, и он написал сценарий «Красной Жизели». Впервые публика увидела его постановку в начале 90-х.

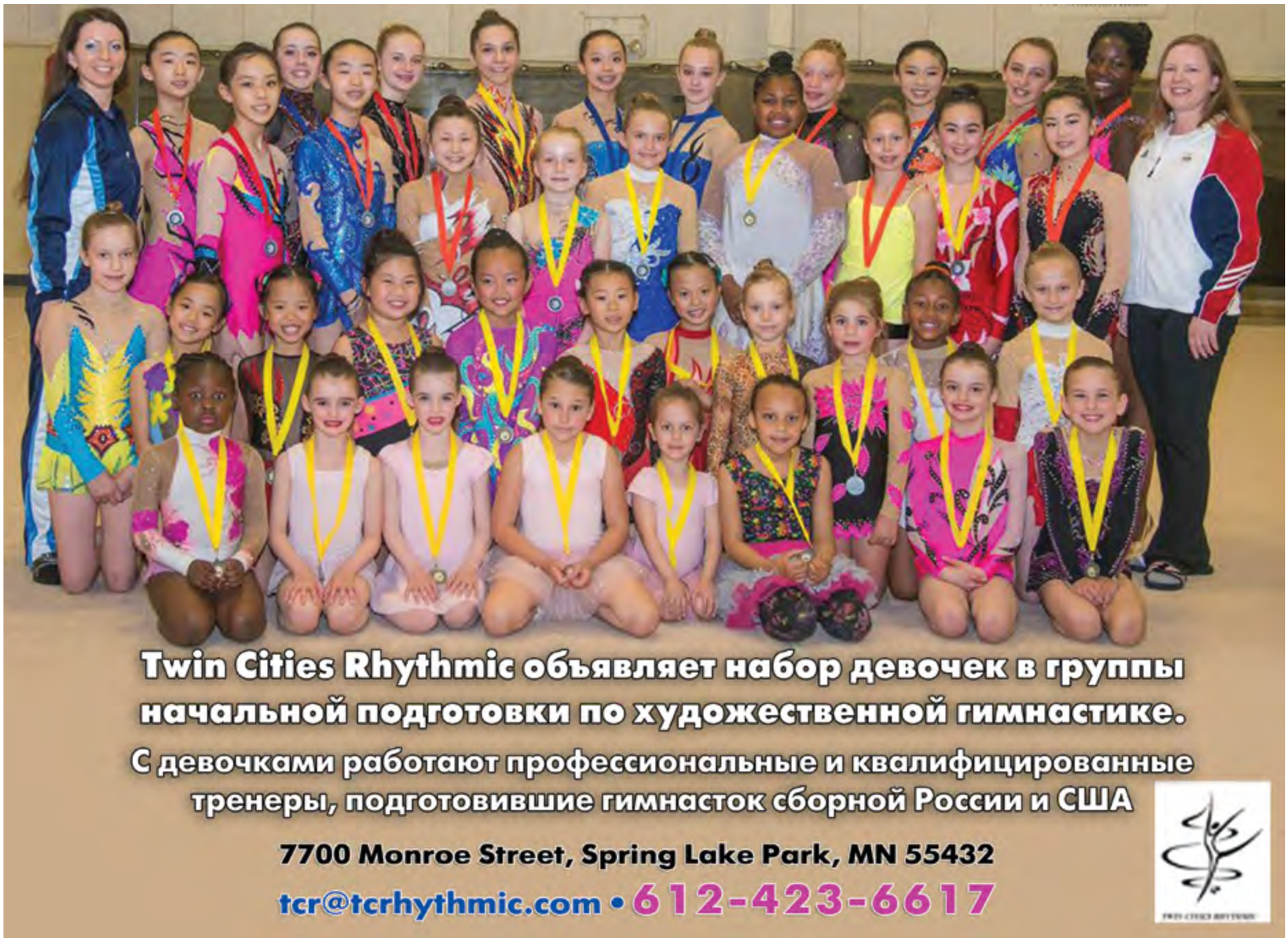
За десятилетия своего существования балет и сам мастер изменились, а потому много лет спустя хореограф решил представить публике новое прочтение балета. По словам Бориса Эйфмана, пришлось переделать балет, чтобы он соответствовал времени, сегодняшнему уровню танцоров и современным возможностям технического оснащения сцены.

Олег Габышев, танцевавший еще в первой «Красной Жизели», рассказывает, что был ошеломлен новой редакцией – настолько Эйфман изменил сценарий. Артисту, по его словам, было трудно привыкать к совершенно неожиданным идеям автора. «Все должно быть по-новому» - такова была цель Эйфмана.

И вновь живая, полная драматизма и эмоционального напряжения «Красная Жизель» произвела настоящий фурор. Критики были восхищены энергетическим напором балета, неожиданными новыми решениями, трагичностью судьбы величайшей русской балерины, которую хореографу удалось передать на сцене сквозь страшные события красного террора и заставить зрителя пройти через боль, отчаяние, одиночество, любовь и надежду. Борис Эйфман в очередной раз доказал актуальность современного балета и вызвал восторг западной прессы, отойдя от канонов классической русской балетной школы.

Обновленная версия легендарного балета состоится в Миннесоте на сцене Northrop 17 мая. Спешите купить билеты, - на Эйфмана они расходятся быстро.

Елена Пинкоске


Twin Cities Rhythmic объявляет набор девочек в группы начальной подготовки по художественной гимнастике.
С девочками работают профессиональные и квалифицированные тренеры, подготовившие гимнасток сборной России и США
7700 Monroe Street, Spring Lake Park, MN 55432
tcr@tcrhythmic.com • 612-423-6617

1886
The International School
of Minnesota
Age 3 - Grade 12 private school welcoming local and international students - over 45 nationalities represented
Daily world language instruction in French, Spanish, or Chinese
College preparedness through weekly advising classes with a 100% college acceptance rate
Leadership and volunteerism promoted through Student Life Organization
Rolling Admissions
"The boys' experiences have been paved with great opportunities. We love that the teachers and students kow our children, they're not just a number."
-ISM Parent
Education for a changing world.
Member of the SABIS Network
SCHEDULE A TOUR!
6385 Beach Road, Eden Prairie
InternationalSchoolMN.com
admissions@ism-sabis.net 952 918 1840

Посетите Музей Русского Искусства!

5500 Stevens Avenue South
Minneapolis, MN 55419

763- 545-1600

ВЫСТАВКА «БЛОКАДА ЛЕНИНГРАДА»
18 ФЕВРАЛЯ 2017 Г. – 4 ИЮНЯ 2017 Г.

Выставка «Блокада Ленинграда» погрузит вас в одно из самых трагических событий Второй мировой войны – 900-дневную блокаду Ленинграда 1941-1944 гг. Через фотографии, фильмы, карты и истории военного периода выставка расскажет о борьбе и выживании советского народа, еще раз напомнит о страшной войне и подвиге ленинградцев, переживших ужасное испытание.

Выставка организована совместно с Государственным музеем истории Санкт-Петербурга, Россия. Мультимедийная выставка позволит посетителям погрузиться в атмосферу войны и узнать о ее малоизвестных историях.

РОЖДЕННЫЕ В СССР:
КАРТИНЫ ДЕТСТВА И ЮНОСТИ
4 МАРТА 2017 Г. - 10 СЕНТЯБРЯ 2017 Г.

На выставке «Рожденные в СССР: картины детства и юности» представлены около шестидесяти работ, созданных советскими художниками во второй половине XX века. Портреты школьников в школьной форме, юные пионеры с красными галстуками, работающие дети, - картины являют собой визуальную презентацию жизни детей и молодежи в СССР.

SMALL TRAVEL AGENCY – 11 УСПЕШНЫХ ЛЕТ В СФЕРЕ ТУРИЗМА

Интервью с Александром Мостовым, владельцем компании

- Александр, расскажите нашим читателям о том, чем вы занимаетесь.

- Я владелец туристического агентства SMALL TRAVEL AGENCY.

- Как давно вы открыли SMALL TRAVEL AGENCY?

- Мы работаем в туризме с 2006 года. За эти годы индустрия сильно изменилась, прежде всего благодаря интернету. Если ты идешь в ногу со временем и меняешься в соответствии с новыми тенденциями на рынке – ты останешься в бизнесе. Те, кто не смог этого сделать, из бизнеса ушли.

Вот я сейчас вспомнил, кстати, что одним из наших первых клиентов был ваш издатель – Леонид Гричнер.

- Что вы можете отнести к успехам за время существования SMALL TRAVEL AGENCY?

- Главным успехом я считаю то, что многие мои клиенты обращаются ко мне снова и снова. Люди ценят, когда работа сделана хорошо, все их пожелания услышаны и учтены.

- Почему вы решили работать именно в этой сфере?

- Как-то пришлось помочь приятелям резервировать отпуск на Карибском море. Мне надо было позвонить в агентство и уточнить какие-то детали, и в разговоре с представителем мне предложили попробовать заниматься этим на профессиональном уровне. Видимо, их впечатлила моя "въедливость" (смеется.). Внимание к деталям на самом деле очень ценное качество для турагента.

- Кто ваш основной клиент?

- Подавляющее большинство – около восьмидесяти процентов - это выходцы из бывшего СССР, возрастная группа клиентов - от 20 до 85 лет. Иногда начинаешь работать с бабушками и дедушками, а потом уже звонят и их дети, и внуки. Так что разброс в возрасте очень большой – и мы знаем, что популярно у каждой взрастной группы.

Часто обращаются бизнесмены – им некогда планировать свой тур, отслеживать лучшие цены в интернете, бронировать автомобиль, заниматься приобретением страховки и так далее. А потом, если человек доволен своим отпуском, который мы для него организовали, то в следующий раз он обращается к нам снова.

- Какой спектр услуг SMALL TRAVEL AGENCY предоставляет своим клиентам?

- Перечень довольно большой. Мы занимаемся резервированием авиабилетов по всему миру; круизов по Карибскому морю, Аляске, по Европе; пакетов "всё включено" в Мексике, Доминиканской Республике, Ямайке, Коста-Рике; резервированием свадебных церемоний на курортах Карибского бассейна; персонально разработанных маршрутов по Европе, включая маршруты для "медового месяца".

Мы также занимаемся арендой автомобилей в отпуске, бронированием отелей, страхованием туристических поездок, бронированием экскурсий в круизах и в местах отдыха. Одним словом – полный спектр услуг в области туризма.

- Вы уже столько лет успешно работаете в сфере туризма. В чем, на ваш взгляд, специфика этого бизнеса? Есть ли у него сезонность и как вы проходите «мертвые» сезоны?

- Специфика моего бизнеса - это сочетание возможностей профессионального агента и компьютерных систем резервирования, позволяющего находить наилучшие варианты отдыха по самым лучшим ценам.

Я бы не сказал, что в туристическом бизнесе есть "мёртвые сезоны". Зимой люди больше едут на курорты и в Карибские круизы, а летом на Аляску, в Европу и в Средиземноморские круизы.

Так что работа есть всегда! (улыбается.)

- Какие туристические направления пользуются особой популярностью у наших соотечественников?

- Две трети моих клиентов отдыхают по пакетам "всё включено". На втором месте по востребованности круизы.

- Как вам удается выдерживать конкуренцию?

- Главный конкурент - это интернет. Поэтому я всегда сверяю цены с ценами интернета. В большинстве случаев моим клиентам предлагаются цены ниже, чем онлайн.

- Чтобы вы отнесли к плюсам и минусам бизнеса лично для вас?

- Плюсы туристического бизнеса - это постоянное общение с людьми, и если я нашел то, что клиенты хотели, и они довольны, это самое большое удовлетворение от проделанной работы.

Но если вдруг авиалиния переносит или отменяет рейс, или отель либо курорт не оправдал ожиданий клиентов, то агенту приходится принимать все необходимые усилия, чтобы этот конфликт уладить. Я бы это отнёс к минусам нашего бизнеса.

К счастью, у меня такие ситуации редкость. Я стараюсь побольше пообщаться с человеком, понять его и уровень его ожиданий – с тем, чтобы найти самый лучший тур для него. Ведь если клиент доволен – он вернется в наше агентство еще и еще.

- Сами где предпочитаете отдыхать?

- Я предпочитаю зимний отдых на Карибском море. Хочется убежать хоть ненадолго от миннесотской зимы, а летом и нас у жарко!

- Как вы считаете, что самое важное в бизнесе? Почему у кого-то получается, а у других нет?

- Главное в бизнесе - это лояльность своим клиентам.

Мои рабочие часы с 8 утра до 8 вечера, 7 дней в неделю, но если мои клиенты звонят в неурочное время, я всегда отвечаю на телефон. Если ты любишь свою работу и с удовольствием ее выполняешь, клиенты это чувствуют. В этом, пожалуй, и состоит весь секрет успеха.

Елена Пинкоске

«Эти знания наполняли голову, как чердак»

Почему советское образование нельзя считать «лучшим в мире»

МИНИСТР ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ОЛЬГА ВАСИЛЬЕВА СЧИТАЕТ, ЧТО РОССИЙСКИМ ШКОЛАМ НЕОБХОДИМО ВЕРНУТЬСЯ К ЛУЧШИМ ТРАДИЦИЯМ СОВЕТСКОГО ОБУЧЕНИЯ — «ЛУЧШЕГО В МИРЕ». ПО ЕЕ

СЛОВАМ, ОБРАЗОВАНИЕ МНОГОЕ ПОТЕРЯЛО ЗА ПОСЛЕДНИЕ ГОДЫ, ОТКАЗАВШИСЬ ОТ КОНСЕРВАТИВНОЙ ЛИНИИ ПОВЕДЕНИЯ. НА ЕЕ ПРИЗЫВ ОТКЛИКНУЛИСЬ УЧИТЕЛЯ ИЗ ЕКАТЕРИНБУРГА. ТАМ РАЗРАБОТАЛИ ПРОЕКТ, СОГЛАСНО КОТОРОМУ В ШКОЛЫ НЕОБХОДИМО ВЕРНУТЬ КЛАССИЧЕСКУЮ СОВЕТСКУЮ МЕТОДИКУ ПРЕПОДАВАНИЯ, А ТАКЖЕ «ПРОВЕРЕННЫЕ ГОДАМИ» СОВЕТСКИЕ УЧЕБНИКИ. О ТОМ, НАСКОЛЬКО ХОРОШО УЧИЛИ ШКОЛЬНИКОВ ВО ВРЕМЕНА СССР И СТОИТ ЛИ НАМ СЕГОДНЯ РАВНЯТЬСЯ НА СОВЕТСКУЮ ШКОЛУ, «ЛЕНТЕ.РУ» РАССКАЗАЛ СОТРУДНИК ОТДЕЛА РЕДКИХ КНИГ И РУКОПИСЕЙ НАУЧНОЙ БИБЛИОТЕКИ МГУ, ИСТОРИК РОССИЙСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ, РУКОВОДИТЕЛЬ ГУМАНИТАРНОЙ МАГИСТРАТУРЫ УНИВЕРСИТЕТА ДМИТРИЯ ПОЖАРСКОГО АЛЕКСЕЙ ЛЮБЖИН.

Правда ли, что советское образование было самым лучшим, как и все в СССР?

Любжин: Не заметил я этого. Если бы мнение о превосходстве советского образования было хоть сколько-нибудь близко к действительности, логично предположить, что страны Запада должны были бы устроить у себя образовательную реформу по примеру СССР. Но ни одно из европейских государств — ни Франция, ни Англия, ни Италия — никогда не думало заимствовать советские модели. Поскольку они их невысоко ценили.

Как же Финляндия? Говорят, что в свое время она заимствовала свои методики у нас. При этом считается, что сегодня по школьному обучению равных этой стране нет.

Я не могу согласиться, что Финляндия вне конкуренции. Это связано с особенностями местного образования, которое рассчитано не на высокие результаты отдельных индивидуумов, а на то, чтобы поднять средний уровень образованности каждого гражданина. Им это действительно удается. Во-первых, Финляндия — маленькая страна. То есть там все легче организовать. А во-вторых, в учителя там идет очень доброкачественный народ. Так что вытянуть ребят финнам удается за счет сильных преподавателей, а вовсе не за счет хорошей программы. Но при этом там серьезно проседает высшая школа.

Многие считают, что устройство советского образования уходит своими корнями в образовательную систему царской России. Много ли мы взяли оттуда?

Ровно наоборот — советское образование полный антипод имперского. До революции в России существовало много типов школ: классическая гимназия, реальное училище, кадетский корпус, духовная семинария, коммерческие училища и т.д. Учиться мог практически каждый, кто к этому стремился. Была «своя» школа для любых способностей. После 1917 года вместо образовательной многоукладности стал внедряться единый тип школ.

Финляндия, Турку. Урок английского языка в школе Waeinoe Aaltosen

Еще в 1870 году в книге русского историка Афанасия Прокопьевича Щапова «Социально-педагогические условия умственного развития русского народа» была высказана мысль, что школа должна быть единой для всех и что она должна основываться на естественных науках. Что большевики и осуществили. Наступил всеобуч.

Это плохо?

В концепцию всеобуча хорошо укладывалась именно начальная школа, где учили начальной грамотности. Она была в СССР организована на уровне. Все, что шло дальше, — уже фикция. Программа средней школы предлагала всем один и тот же набор предметов, не считаясь ни со способностями, ни с интересами ребят. Для одаренных детей планка была слишком низкой, им было не интересно, школа им только мешала. А отстающие, наоборот, с нагрузкой не справлялись. По качеству подготовки выпускник средней советской школы равнялся выпускнику императорского высшего начального училища. До революции в России были такие школы. Обучение в них опиралось на начальную школу (от 4 до 6 лет, в зависимости от школы) и продолжалось четыре года. Но это считалось примитивным уровнем образования. И диплом высшего начального училища не давал доступа в университеты.

Санкт-Петербург, 1911 год. Ученики 3-й гимназии на занятиях по военному делу.

Уровень знаний недотягивал?

Главные умения выпускника высшего начального дореволюционного училища: чтение, письмо, счет. Кроме того, ребята могли нахвататься зачатков разных наук — физики, географии... Иностранных языков там не было, потому что составители программ понимали, что это будет фикция.

Подготовка выпускника советской школы была примерно такой же. Советский старшеклассник владел письмом, счетом и отрывочными сведениями по другим предметам. Но эти знания наполняли его голову, как чердак. И в принципе человек, интересующийся предметом, мог самостоятельно усвоить эту информацию за день-два. Иностранные языки хоть и преподавались, но выпускники их практически не знали. Одна из вечных печалей советской школы — то, что знания, полученные в рамках одной дисциплины, ученики не умели применить к другой.

Как тогда получилось, что «чердачные» советские люди изобрели космическую ракету, вели разработки в атомной отрасли?

Все разработки, прославившие Советский Союз, принадлежат ученым еще с тем, дореволюционным образованием. Ни Курчатов, ни Королев никогда не учились в советской школе. И их коллеги-ровесники тоже никогда не учились в советской школе либо учились у получивших дореволюционное образование профессоров. Когда инерция ослабела, запас прочности истощился, то все и посыпалось. Собственных ресурсов в нашей системе образования не было тогда, не появилось и сегодня.

Вы сказали, что главное достижение советской школы — это началка. Но многие говорят, что в СССР было достойно организовано математическое образование. Это не так?

Это так. Математика — единственный предмет в школах Советского Союза, который соответствовал требованиям императорской средней школы.

Почему именно она?

У государства была потребность делать оружие. Кроме того, математика была как отдушина. Ею занимались люди, которым было противно в других научных областях из-за идеологии. Только математика и физика могли спрятать от марксизма-ленинизма. Поэтому и получилось, что интеллектуальный потенциал страны постепенно искусственно смещался в сторону технических наук. Гуманитарные науки в советское время вообще не котировались. В результате Советский Союз развалился из-за неумения работать с гуманитарными технологиями, что-то объяснять населению, договариваться. Мы и сейчас видим, насколько чудовищно низок уровень гуманитарной дискуссии в стране.

Можно ли сказать, что имперское дореволюционное образование соответствовало международным нормам?

Мы были интегрированы в мировую

1954 год. На экзамене по химии в 10 классе средней школы №312 города Москвы.

систему образования. Выпускницы гимназии Софьи Фишер (основательница частной женской классической гимназии) без экзаменов принимались в любой немецкий университет. У нас было очень много учеников, которые учились в Швейцарии, Германии. При этом они были далеко не самые состоятельные, иногда наоборот. Это еще и фактор национального богатства. Если брать низшие слои населения, уровень жизни в императорской России немного превосходил английский, немного уступал американскому и был вровень с европейским. Средние зарплаты меньше, но жизнь здесь была дешевле.

А сегодня?

По уровню образования, по уровню знаний россияне неконкурентоспособны в мире. Но «отставание» было и во время СССР. Историк Сергей Владимирович Волков отмечает, что в отличие от других стран советская элита обладала худшим образованием среди интеллигентных слоев. Она уступала не только академическим кругам, но и любым, где было нужно высшее образование. В отличие от Запада, где странами управляли выпускники лучших университетов. А после распада СССР модель советского всеобуча перестала иметь смысл. Если ученику не интересно, поскольку предметы преподавались поверхностно и ради галочки — нужно какое-то социальное давление, чтобы дети все же учились. В раннее советское время сама обстановка в стране заставляла человека становиться лояльным членом социума. А потом давление ослабло. Шкала требований поползла вниз. Чтобы не иметь дела со второгодниками, учителям приходилось заниматься чистым рисованием оценок, и дети могли совершенно спокойно ничего не учить. То есть образование не гарантирует карьеры. В других странах такого практически нет.

У меня, как у мамы четвероклассницы, складывается ощущение, что сегодня по сравнению с советским периодом в школе вообще не учат. Ребенок приходит домой после занятий — и начинается «вторая смена». Не просто домашнее задание делаем, а изучаем материал, который вроде бы должны усвоить на уроке. У знакомых та же картина. Неужели программа настолько усложнилась?

Просто школа перешла от нормального обучения к контролирующему. В 1990-е годы это был вынужденный шаг со стороны педагогического сообщества. Тогда учителей оставили в полной нищете. И метод «не учить, но спрашивать» для них стал единственным способом гарантированного заработка. За репетиторскими услугами своего ученика отправляли к коллеге. А тот соответственно поступал так же. Но когда в той же Москве преподавательские зарплаты выросли, учителя уже не смогли и не захотели избавиться от этой методики. По-видимому, вернуть их к прежним принципам образования уже и не получится.

Я по опыту своего племянника вижу, что его в школе ничему не учат и ничему не научили, но аккуратно про все спрашивают. В школах распространено репетиторство с пятого класса, чего не было в советской школе. Поэтому, когда проверяют школу и говорят: результаты хорошие, то верить этому особо нельзя. У нас уже в принципе нельзя вычленить школьную и репетиторскую работу.

После распада СССР в России едва ли не каждый год идут реформы по улучшению образования. Неужели никаких положительных сдвигов не случилось?

Копья ломались вокруг важных вопросов, но второго порядка. Система проверки знаний очень важна. Но гораздо важнее — программа и набор предметов для изучения. А мы сейчас думаем над тем, что ужесточение экзаменов может улучшить обучение. Никоим образом. В результате у сложного ЕГЭ есть только два пути: либо мы должны снизить планку, чтобы практически все смогли получить аттестат. Либо экзамен просто превратится в фикцию. То есть мы опять возвращаемся к концепции всеобуча — чтобы исключительно все смогли получить среднее образование. А так ли уж оно необходимо для всех? Среднее образование в полноценном объеме способно освоить примерно 40 процентов населения. Ориентиром для меня служит императорская школа. Если мы хотим охватить «знаниями» всех — уровень обучения, естественно, будет низким.

Почему тогда в мире необходимость всеобщего среднего образования не только не подвергается сомнению, но даже появился новый тренд — всеобщее высшее для всех?

Конец 1990-х. Ученики московской школы

Это уже издержки демократии. Если мы простые вещи назовем высшим образованием — почему бы и нет? Можно дворника назвать менеджером по клинингу, сделать его оператором сверхсложной метлы на колесиках. Но скорее всего не будет разницы — проучится он где-то пять лет или сразу на месте начнет учиться обращаться с пультом этой метлы. Формально Институт стран Азии и Африки и Урюпинский сталелитейный университет дают одни и те же права. И тот и другой предоставляет корочки о высшем образовании. Но реально на некоторые работы одного выпускника возьмут, а другого — нет.

Родителям что делать, если они хотят нормально выучить ребенка? Куда бежать, какую школу искать?

Нужно понять, что нет сейчас сегрегации школ по программам. Сегрегация существует по тому, что в школе есть — бассейн или лошадь. У нас есть 100 лучших школ, которые всегда на первых местах в образовательных рейтингах. Сегодня они замещают собой отсутствующую систему среднего образования, поскольку доказывают на олимпиадах свое преимущество. Но нужно понимать, что учиться там непросто. Туда как раз всех не берут. Я не думаю, что с сегодняшней образовательной системой в России можно что-то сделать. Сегодня российское образование — это больной, нуждающийся в очень тяжелой операции. Но на самом деле его состояние столь фатально, что никаких вмешательств он просто не перенесет.

763-545-1600

«ТЫЖЕМАТЬ!»: КОМУ И ЧТО ОНА ВСЕ ВРЕМЯ ДОЛЖНА?

СОВСЕМ НЕДАВНО НА ПРОЕКТЕ «ДЕТИ MAIL.RU» ЧИТАТЕЛИ БУРНО ОБСУЖДАЛИ ТЕКСТ О ТАК НАЗЫВАЕМЫХ «ЯЖЕМАТЕРЯХ» – ЖЕНЩИНАХ, КОТОРЫЕ ПОСЛЕ РОЖДЕНИЯ РЕБЕНКА ВДРУГ РЕШИЛИ, ЧТО ИМ ТЕПЕРЬ ВСЕ ДОЛЖНЫ. ЭТОТ МАТЕРИАЛ ПОЛУЧИЛ НЕОДНОЗНАЧНЫЕ ОТЗЫВЫ: КТО-ТО СЧЕЛ, ЧТО МЫ ПРЕДВЗЯТО И ИЗЛИШНЕ СТРОГО ОТНЕСЛИСЬ К МАМАМ, КТО-ТО СОГЛАСИЛСЯ С АВТОРОМ ТЕКСТА... НА ЭТОТ РАЗ МЫ РЕШИЛИ ВЗГЛЯНУТЬ НА ОТНОШЕНИЕ К МАТЕРИНСТВУ С ДРУГОЙ СТОРОНЫ – ГЛАЗАМИ ЖЕНЩИН, КОТОРЫЕ, СТАВ МАМАМИ, ОКАЗАЛИСЬ В ЛОВУШКЕ ОБЩЕСТВЕННОГО ПЕРФЕКЦИОНИЗМА. ИТАК, ЧТО ЖЕ ДОЛЖНА МИРУ И ОКРУЖАЮЩИМ НОВОИСПЕЧЕННАЯ МАТЬ?

ВСЕ УСПЕВАТЬ, ПРИЧЕМ - БЕЗ ПОСТОРОННЕЙ ПОМОЩИ

Иногда складывается впечатление, что хорошая мама – это гибрид Железного человека с многорукой богиней из индийской мифологии. А как еще можно успеть в первый год жизни малыша соблюдать идеальную чистоту и порядок в доме, готовить мужу завтраки, обеды с собой и затейливые ужины, а еще вернуть фигуру, которая была до беременности, и выглядеть не хуже, чем 20-летняя секретарша, недавно вернувшаяся из Таиланда? Тут пригодятся не меньше восьми рук, способность останавливать время или как минимум десятикратное ускорение. Увы, законы физики и биологии не на стороне современной мамы – в сутках по-прежнему 24 часа, а руки у нее только две.

Не менее важными требованиями под возгласом «Тыжемать!» являются: грудное вскармливание (минимум год-полтора) и только по требованию, исключительно совместный сон, укачивание на руках при первом плаче ребенка. Как себя при этом всем чувствует мама, никому и в голову не придет спросить, родила – значит, обязана!

Мой муж еще до рождения сына заявил, что никогда не позволит мне оставить ребенка с няней. "Тыжемать!, – говорил он, – как ты можешь доверить сына чужому человеку? Мало ли что случится?" Я соглашалась с ним, но мне становилось все труднее выдерживать этот "день сурка", состоящий из уборки, готовки, укачиваний, сцеживаний, плача, болей в спине, претензий мужа, который все чаще был чем-то недоволен. Через год мы были близки к разводу. Хорошо, что приехала моя мама и помогла все наладить. Очень жалею, что не настояла на няне и не уделяла время себе.

Алена (23 года, г. Тверь)

Мнение психолога: Даже если роды прошли идеально и физически мама чувствует себя прекрасно, ей все равно необходимо время «для себя» (минимум 1-2 раза в неделю по 40-60 минут). Чем она будет заниматься в это время, решать только ей. Это может быть поход в салон красоты, просто сон или чтение любимой книжки. Увы, во многих российских семьях это считается ненормальным. «Раз я зарабатываю деньги, ты должна себя полностью посвятить детям», – приходится слышать от мужчин. Другая их любимая фраза: «Я не буду тебе помогать. Я устал и вообще – не мужское это дело» – в корне неправильная позиция, которая рано или поздно приведет к развитию комплекса вины у матери и скандалам в семье.

ВЫГЛЯДЕТЬ НА ВСЕ 100%

Прошли те времена, когда новоиспеченной матери разрешалось носить дома халат, набрать 5-6 лишних килограммов и появляться на людях без маникюра. Сегодня соцсети пестрят фотографиями фитнес-моделей, которые через 2 недели после родов хвастаются идеально плоским животом и готовы в любой момент сниматься для обложки журнала. «Просто не надо лениться», «Меньше ешь, больше двигайся», «Ты себя распустила», «Сама виновата, что муж на тебя не смотрит» – эти и многие другие обидные фразы приходится слышать мамам от подруг, родственников и любимых мужей.

Я всегда была миниатюрной, но во время беременности сильно поправилась. Поначалу меня забавляли прозвища "колобок" и "бегемотик", но постепенно из милой шутки это превратилось в обиду. Я мечтала, чтобы муж снова смотрел на меня влюбленными глазами и старалась изо всех сил. Через полтора года сумела вернуть форму, но обида в душе осталась. Ведь стоит мне располнеть, любимый муж начинает заглядываться на других женщин...

Кристина (36 лет, г. Самара)

Мнение психолога: Любой психологически зрелый мужчина понимает, что сразу после родов женщина не может и не должна выглядеть идеально. Счастливые отношения в семье обычно не строятся на физической красоте и привлекательности женщины. К таким запросам склонны инфантильные эгоцентричные мужчины, от которых я бы не советовала рожать детей.

ВО ВСЕМ СЛУШАТЬ БАБУШКУ

Конечно, бабушка уже родила и воспитала ребенка, может, даже не одного. Но это не делает ее экспертом в развитии, воспитании и здоровье вашего ребенка. Увы, иногда это бывает сложно объяснить мужу и самой бабушке.

После рождения первого ребенка свекровь буквально замучила меня своими советами. Особенно удручало то, что муж всегда был на ее стороне. Из-за "добрых намерений" бабушки у меня пропало молоко, ребенок практически перестал спать по ночам. Я близка к тому, чтобы запретить ей приходить к нам в гости.

Анжелика (38 лет, г. Москва)

Мнение психолога: Проблема с вмешательством свекрови или других членов семьи в вашу жизнь связана с нарушением личных границ. Многие женщины даже не в курсе, что их можно и нужно уметь отстаивать, а такие качества как послушность и кротость не всегда являются положительными. Бабушку стоит поблагодарить за ее опыт и рассказать о том, что современные дети сильно отличаются от малышей, рожденных 30-40 лет назад. Если раньше наблюдалась акселерация (в 5-6 лет дети были готовы к школе), то теперь процесс пошел вспять. В 7 и даже в 8 лет мы видим интеллектуально развитых, но психически совершенно не готовых к школе детей. Нормы развития, принятые при СССР, неприменимы к сегодняшним малышам.

ВСЕГДА БЫТЬ РАДОСТНОЙ И СЧАСТЛИВОЙ

Если маме каким-то чудом удается исполнять вышеперечисленные обязанности, ее подстерегает самое последнее и самое сложное – при любых обстоятельствах выглядеть довольной, радостной и улыбчивой. Не ныть, не жаловаться на жизнь, не плакать и ничего не требовать от окружающих. Она же – мать, а значит, должна быть счастлива просто от присутствия ребенка в ее жизни. Все нормальные матери счастливы только по этой причине.

Сразу после родов все пошло не так, как я себе представляла. Мне делали экстренное кесарево, грудью я кормить не смогла, дочка заболела пневмонией. Каково же было мое удивление, когда вместо того чтобы поддержать, муж заявил, что у меня негативное мышление и что это из-за моих истерик ребенок часто болеет.

Сафина (25 лет, г. Казань)

Мнение психолога: От послеродовой депрессии не помогают фразы: «Соберись!», «Хватить ныть!» или «Слезами горю не поможешь». Это серьезное расстройство, которое требует психотерапии, а иногда и медикаментозного лечения. В любом случае мама нуждается не в нравоучениях и упреках, а в поддержке, внимании и любви. Родив малыша, женщина не дает клятву «отныне и навеки испытывать только положительные эмоции». К сожалению, в нашей культуре переживать горе и плакать считается проявлением слабости, а не нормальным поведением живого человека.

КАК ПОМОЧЬ МАМЕ?

В первую очередь спросите ее саму: «Как тебе помочь?» Одной маме нужно 30 минут побыть наедине с собой, другая мечтает о чашке какао из кафе за углом, третья будет рада, если вы помоете дома пол. Главное – помогать не так, как вам кажется правильным, а так, как хочет сама женщина.

Ни при каких обстоятельствах не сравнивайте новоиспеченную маму с кем бы то ни было. Каждый опыт материнства уникален и является неповторимым подвигом.

Не обвиняйте и не упрекайте маму за то, что с ней, с ее домом или с ребенком что-то не так. Просто предложите поддержку и помощь.

ФАНТАСТИЧЕСКАЯ ЧЕТВЕРКА

ЛЮДИ СО СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННЫМИ СПОСОБНОСТЯМИ ПОМОГУТ УЧЕНЫМ ПОБЕДИТЬ БОЛЕЗНИ

СУПЕРСИЛА БЫВАЕТ НЕ ТОЛЬКО У ГЕРОЕВ КОМИКСОВ MARVEL. НЕСКОЛЬКО ДНЕЙ НАЗАД БРИТАНСКИЕ ТЕЛЕЗРИТЕЛИ УВИДЕЛИ ПЕРВЫЙ ЭПИЗОД ДОКУМЕНТАЛЬНОГО СЕРИАЛА «НЕВЕРОЯТНАЯ МЕДИЦИНА». ЖУРНАЛИСТЫ ОТЫСКАЛИ НЕОБЫЧНЫХ ЛЮДЕЙ, КОТОРЫХ НЕ БЕРУТ НИ ХОЛОД, НИ ЗМЕИНЫЕ УКУСЫ, НИ ОТСУТСТВИЕ КИСЛОРОДА.

ЯДОВИТЫЙ КОКТЕЙЛЬ

Калифорнийский музыкант Стивен Людвин обожает змеиный яд. «Для меня он как кофе, — говорит американец. — Дает мне заряд энергии». У него дома живут 17 змей, и все они, кроме пары древесных питонов, смертельно ядовиты. Людвина это не смущает. Он делает себе ядовитые инъекции почти тридцать лет.

Все началось в детстве, когда отец отвел его в серпентарий Майами. Директор учреждения изготавливал противоядия и заодно колол яд себе, чтобы выработать иммунитет

Стив Людвин

от укусов. Это произвело на мальчика неизгладимое впечатление. «Он утверждал, что никогда не болеет, и в итоге дожил до ста лет, — рассказывает музыкант. — Я навсегда это запомнил».

В 1987 году Людвин переехал в Лондон и устроился там в фирму, торгующую кобрами и гремучими змеями. Именно тогда он сделал себе первый ядовитый укол. С тех пор так и колется, и ни разу об этом не пожалел. Хотя однажды чуть не погиб: в 2008 году он по ошибке смешал слишком мощный коктейль из ядов гремучей змеи, гадюки и центральноамериканского ботропса.

Людвин считает, что инъекции помогают ему сохранять молодость. Он 13 лет не болел гриппом и в свои 50 выглядит максимум на 35. «Я в самом деле верю, что натолкнулся на что-то интересное», — говорит он.

В отличие от Людвина, ученые из Копенгагенского университета не просто верят — они это знают. Людвин, вернее, его кровь — вот что по-настоящему очень интересно. Скорее всего, второго человека, который с таким упорством накачивает свои вены змеиным ядом, на земле нет. Исследователей крайне волнуют его антитела. Не исключено, что из них удастся получить новые перспективные противоядия.

По просьбе медиков Людвин третий год тщательно документирует тип и количество впрыскиваемого яда. Кроме того, четыре раза в год он летает в Копенгаген, чтобы сдать кровь и образцы костного мозга. Когда у ученых наберется достаточно биоматериала, они попытаются изолировать вырабатываемые Людвином антитела и испытают их реакцию на различные яды.

ЗАПАХ НЕДУГА

Однажды гражданка Великобритании Джой Милн заметила, что ее супруг стал пахнуть немного иначе. Она не придала этому значения и заподозрила неладное лишь много лет спустя, когда мужу поставили диагноз: болезнь Паркинсона. В благотворительной организации, которая помогает тем, кто страдает этим не-

Джой Милн

дугом, Милн встретила других людей с тем же запахом, и они тоже были больны.

Но никто ничего не чувствовал и не верил в реальность этого запаха. В 2012 году Милн пришла на лекцию нейробиолога Тила Куната. Дождавшись окончания, она сообщила ему, что способна унюхать людей, болеющих Паркинсоном еще до диагноза. Нейробиолог тоже не воспринял ее слова всерьез.

Но после беседы с коллегой изменил свое мнение. Он отыскал Милн, показал ей двенадцать маек и попросил определить, какие носили люди, страдающие болезнью Паркинсона. Она без труда отобрала семь маек с хорошо знакомым ей запахом. Это произвело впечатление: она ошиблась только с одной майкой.

А через год выяснилось, что и там ошибки не было: у владельца седьмой майки тоже нашли болезнь Паркинсона. Милн поставила диагноз раньше, чем врачи. Как ей это удалось?

Исследователи выяснили, что сильнее всего запах болезни ощущается не в области подмышек, а на воротнике. Предположили, что его источник — сальные железы. О том, что болезнь Паркинсона влияет на выделение кожного сала, медики узнали почти век назад. О накапливающемся в коже больных белке альфа-синуклеине, который мог вызывать запах, медики тоже знали, но никому не приходило в голову связать эти факты.

Теперь ученые пытаются превратить уникальную способность Милн в технологию диагностики болезни Паркинсона. Если это удастся, врачи смогут начинать лечение на самых ранних стадиях, когда симптомы недуга еще не проявились.

ЛЕДЯНОЙ ЧЕЛОВЕК

Голландец Вим Хоф в 17 лет увидел замерзшее озеро и почувствовал непреодолимое желание окунуться в ледяную воду. Он так и сделал, обнаружив, что холод ему совсем не страшен. С тех пор миновало сорок лет, но Хоф продолжает демонстрировать поразительную морозоустойчивость.

В 2007 году голландец отправился за Полярный круг, разулся и босиком пробежал 21 километр по снегу, температура которого составляла минус 35 градусов. Спустя два года

Вим Хоф

он в одних шортах забрался на вершину горы Килиманджаро. Затем решил повторить свой арктический марафон и пробежал 42 километра при двадцатиградусном морозе. А в 2011 году провел почти 113 минут в резервуаре, доверху набитом льдом. Достижение занесли в Книгу рекордов Гиннесса.

Голландец считает, что сумел развить врожденные способности при помощи дыхательной техники Тумо, которую изобрели тибетские йоги. Книга Хофа «Стать ледяным человеком» полна эзотерическими рассуждениями и отсылками к Бхагавад-гите. «Если вы способны научиться использовать свой разум, возможно все», — пишет он.

Как ни странно, ученые считают, что в этом суждении есть доля правды. Исследователи из Неймегенского университета поставили эксперимент: ввели морозоустойчивому голландцу токсин, вырабатываемый кишечной палочкой. Обычно он вызывает симптомы, напоминающие грипп: повышенная температура, озноб, головная боль. У Хофа все это почти не проявилось.

Затем опыт повторили на добровольцах. После обучения методу Хофа они легче переносили токсин, чем контрольная группа. Авторы исследования склоняются к выводу, что предложенные голландцем дыхательные упражнения позволяют управлять иммунной реакцией организма.

ПОСЛЕДНИЙ КИСЛОРОД

В марте 2016 года фридайвер Бранко Петрович из Сербии поставил мировой рекорд: он задержал дыхание, нырнул под воду и провел там 10 минут 14 секунд. Обычному человеку без воздуха трудно продержаться и 30 секунд, но Петрович — не обычный. Он учился нырять и задерживать дыхание с пяти лет. В 16 занялся подводной охотой и бросил ее только ради того, чтобы стать профессиональным спортсменом.

Ученых давно интересует, как ныряльщикам удается столь долго обходиться без кислорода. В общих чертах механизм ясен давно. В холодной воде сердцебиение у человека замедляется, сосуды сужаются, а кровь из конечностей перенаправляется к мозгу и сердцу.

Увы, энергии и кислорода, которые удается сберечь таким образом, на десять минут никак не хватит. За это время мозг ныряльщика должен был бы получить непоправимые повреждения, но этого не происходит. Почему? Ответ на этот вопрос пытается найти профессор физиологии из Сплитского университета Жейко Дуйич.

Он обнаружил, что при недостатке

Фридайверы из Германии и Бразилии борются за новый мировой рекорд

кислорода у ныряльщиков наблюдаются непроизвольные спазмы наружных межреберных мышц и диафрагмы, сначала слабые и редкие, затем все более сильные и частые. Это позволяет организму добраться до остатков воздуха, еще оставшегося в легких.

Дуйич надеется, что существует способ запустить этот защитный механизм в других ситуациях — например, при сердечном приступе. Это могло бы сохранить жизнь миллионам человек.

ИЩЕТЕ РАБОТУ?
ХОТИТЕ УЗНАТЬ НОВОСТИ МИННЕСОТЫ?
ЗАХОДИТЕ НА РУССКОЯЗЫЧНЫЙ ИНФОРМАЦИОННЫЙ ПОРТАЛ
WWW.ZERKALOMN.COM

ВЫБОР ВОДЯНОГО ПОДОГРЕВАТЕЛЯ

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ВОДЯНОГО ПОДОГРЕВАТЕЛЯ ХАРАКТЕРИЗУЕТСЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИМ ФАКТОРОМ (ENERGY FACTOR – EF).

Энергетический фактор (energy factor – EF) – это комплексный показатель, который отражает восстановительную способность водоподогревателя, потери энергии на поддержание заданной температуры, а также затраты энергии в течении рабочего цикла. Чем выше величина энергетического фактора, тем более энергетически эффективным является водяной подогреватель.

Электрические водоподогреватели имеют энергетический фактор от 0.7 до 0.95 условных единиц. Энергетический фактор обычных газовых водоподогревателей находится в диапозоне от 0.5 до 0.6. Отдельные модели газовых водоподогревателей, наиболее современные, с принудительной подачей воздуха для горения и принудительным выбросом уходящих газов, имеют энергетический фактор до 0.8. Водяные подогреватели, работающие на жидком топливе, имеют энергетический фактор от 0.7 до 0.85. Водяные подогреватели, работающие по принципу теплового насоса, имеют наивысший показатель энергетического фактора от 1.5 до 2.0.

Всё вышеперечисленное указывает на необходимость выбора водяного подогревателя с наивысшим уровнем энергетического показателя для достижения наименьших затрат на горячее водоснабжение. К сожалению, водяные подогреватели, работающие по принципу теплового насоса, неэффективны в климатических условиях с холодной и продолжительной зимой, к которым относится штат Миннесота.

Очень важно при покупке водяного подогревателя обращать внимание на толщину тепловой изоляции ёмкости. Минимальная толщина должна быть 1 дюймов.

В США все водяные подогреватели продаются с этикеткой, на которой обязательно находится информация, характеризующая энергетическую эффективность продаваемого подогревателя. Эта этикетка называется “Energy Guide Label”, она обычно желтого цвета и приклеена на лицевой стороне подогревателя. На ней находится следующая информация: а) стоимость эксплуатационных расходов продаваемой модели на год продажи; б)стоимости эксплуатационных расходов у водоподогревателя с наивысшим показателем EF и с наименьшим показателем EF в данном классе подогревателей. Сравнивая эти показатели, Вы определяете, насколько эффективен конкретный подогреватель по сравнению с другими в своём классе.

Очень распространен подход к покупке водяного подогревателя по его номинальной ёмкости, т.е. по размеру бака. “Energy Guide Label”, или этикетка с энергетической информацией, предоставляет более важный показатель, чем просто размер бака. Этот показатель называется FHR (First Hour Rating) - дословно это показатель первого часа, а по смыслу это количество горячей воды, которое водоподогреватель в состоянии произвести в течение первого часа работы, т.е. в момент пиковой нагрузки.

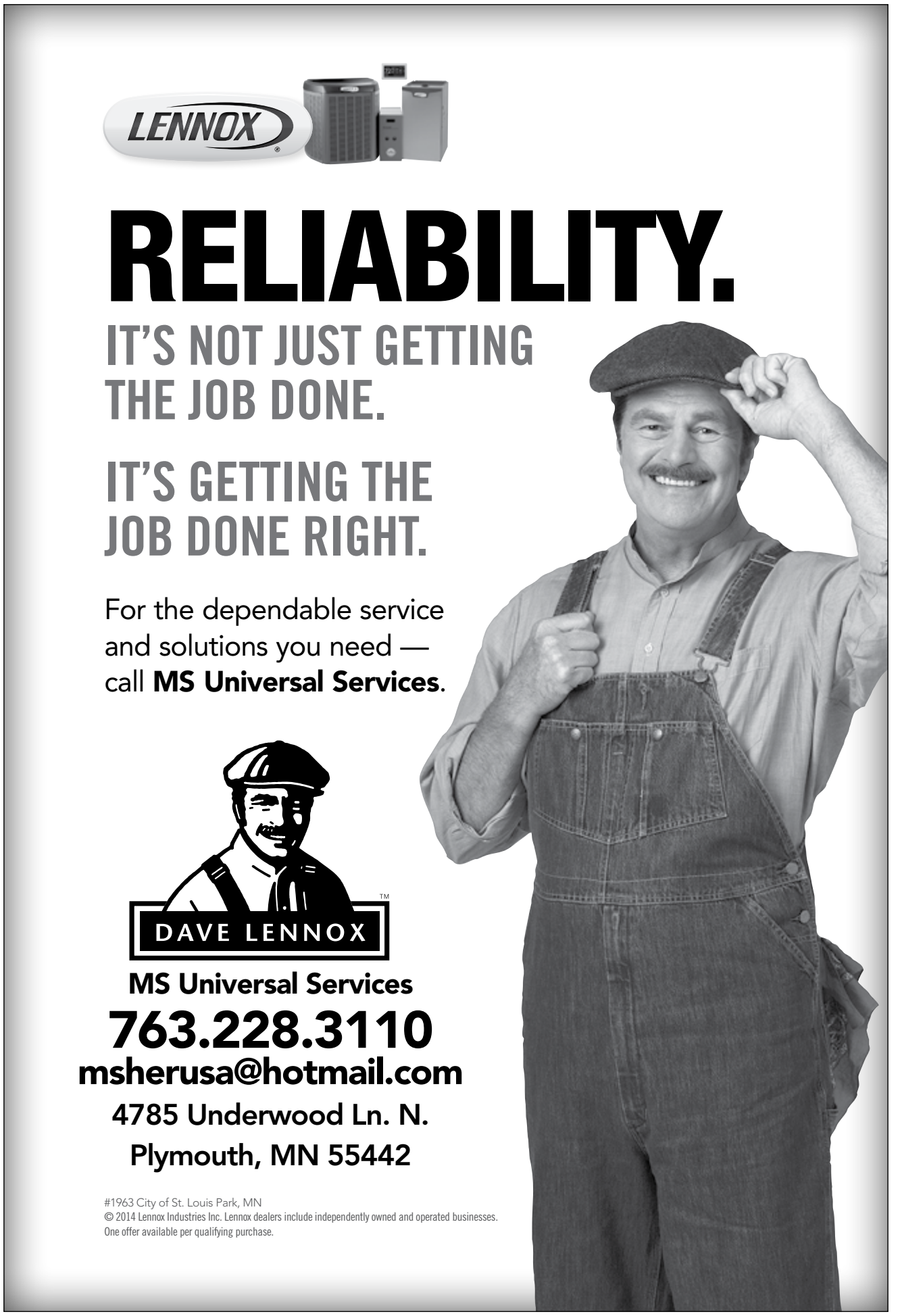
Таким образом до момента покупки водяного подогревателя необходимо определить пиковую нагрузку горячего водоснабжения вашей семьи, учитывая время, когда все члены семьи одновременно используют горячую воду (например утром – все принимают душ). Определяя, какой водоподогреватель Вас устраивает, необходимо знать пиковую

нагрузку Вашей семьи и сравнить её с FHR (количество горячей воды в момент пиковой нагрузки) выбранного водоподогревателя.

Альтернативой ёмкостным водоподогревателям являются скоростные подогреватели горячей воды (TANKLESS COIL WATER HEATERS). Скоростные водоподогреватели могут быть отдельностоящие, а также могут быть частью единого отопительного оборудования, т.е. совмещены с отопительным оборудованием. Очень часто встречается совмещенное оборудование при использовании жидкого вида топлива в качестве источника тепла. Среди разных видов водоподогревателей экономически малоэффективными являются именно скоростные водоподогреватели.

С точки зрения безопасности и экономической эффективности наиболее привлекательными являются Водяные Подогреватели с Герметически закрытой Камерой Сгорания и Принудительной Подачей Воздуха для горения с Принудительным Выбросом Уходящих Газов (SEALED COMBUSTION with POWER VENTING). Этот тип водоподогревателя является и самым безопасным, и самым эффективным экономически.

В завершение статьи - ещё одна очень важная рекомендация. Старайтесь избегать установки водоподогревателей в неотапливаемых помещениях. Также по возможности старайтесь минимизировать длину труб к вашим ванным комнатам и на кухню. Тепловая изоляция труб горячего водоснабжения - также очень эффективный способ уменьшить Ваши расходы.



МИХАИЛ ЛАБКОВСКИЙ:

«ЖЕНЩИНА МОЖЕТ СКАЗАТЬ МУЖЧИНЕ УТРОМ: «НУ, ТЫ ЗВОНИ, НЕ ПРОПАДАЙ!»

«ЛЮБОВЬ — ЭТО ПЕРЕЖИВАНИЕ ДЕТСКИХ ЭМОЦИЙ И НИЧЕГО БОЛЕЕ, — УВЕРЯЕТ ПСИХОЛОГ, ВЕДУЩИЙ АВТОРСКОЙ ПРОГРАММЫ НА РАДИО МИХАИЛ ЛАБКОВСКИЙ. — ХАРАКТЕР, ВОЗРАСТ, ВНЕШНОСТЬ ДЛЯ УСПЕХА В ЛИЧНОЙ ЖИЗНИ РОЛИ НЕ ИГРАЮТ. ТЕМ, КТО СОМНЕВАЕТСЯ, СОВЕТУЮ ПОСМОТРЕТЬ НА ЙОКО ОНО, НЫНЕШНЮЮ СУПРУГУ ВУДИ АЛЛЕНА, ЖЕНУ ПИРСА БРОСНАНА. СПИСОК МОЖНО ПРОДОЛЖАТЬ».

— Люди любят винить в своих сегодняшних проблемах родителей. Например, недавно к вам в программу звонила 50-летняя женщина, которая связывает несложившуюся личную жизнь с тем, что в три года их с мамой оставил отец. Насколько на самом деле важны детские впечатления?

— Важны, конечно, но я не любитель психоанализа — предпочитаю решать проблему здесь и сейчас. Не все так однозначно. Предположим, папа в детстве тушил о вас окурки, а мама загоняла иголки под ногти, но невротиком вы стали вовсе не поэтому. Просто в два месяца вас на три дня отправили со стафилококком в стационар, и там вы оказались в закрытом боксе среди посторонних людей. Это и стало психотравмой, повлиявшей на ваши дальнейшие психические реакции. У меня, кстати, была история похлеще. На одной из моих лекций-консультаций об отношениях родителей и детей женщина из зала рассказала: «Да, мать тушила об меня сигареты». Потом я привожу пример про ребенка в стационаре, и она же встает и уточняет: «Мне не два месяца было, а три, но провела я там неделю и до сих пор помню то детское ощущение ужаса». В конце она добила весь зал и меня в том числе, рассказав, как, будучи беременной, она ждала скорую помощь — открылось кровотечение, — а мать не открывала дверь врачам, говоря, что такие, как она, не должны жить. Вот у человека действительно были сложные отношения с мамой.

Родители могут оказать сильное влияние на вас, но этого может и не произойти. Мы знаем благополучные полные семьи, в которых ребенок вырастает агрессивным, или инфантильным, или невротиком и так далее. Да замучаешься искать факторы в его прошлом и пытаться найти в них корни сегодняшних проблем.

Если у вас не складываются отношения с противоположным полом или вы не можете реализовывать себя, годами торчите на нелюбимой работе, родители тут ни при чем. Я скажу больше. До тех пор пока вы считаете их или других людей причастными к вашим проблемам, вы, условно, не можете перерасти свой пятилетний возраст. Будучи взрослым, ведете себя как ребенок. Любому человеку нужно взять ответственность за свою жизнь на себя и примириться с родителями. Во всяком случае я советую так поступить. Не принимая их, вы не принимаете себя.

— В психотерапевты зачастую идут люди, пытающиеся разобраться с собственными проблемами. Какие решали вы?

— У меня была болезнь, называемая СДВГ — синдром дефицита внимания и гиперактивности. Я еще в школе ни на чем не мог сконцентрироваться, был практически необучаем: я не мог предложение до конца написать, вникнуть в условие задачи по математике и так далее. Со временем это породило страх: что же будет дальше, если я ничего не способен довести до логического завершения? Лузером быть точно не хотелось. С помощью психологии и соответствующих таблеток я эту проблему в принципе решил.

У меня богатая трудовая биография — работать я начал с 14 лет. Первым местом стал зоопарк. Тетка очень хотела меня куда-нибудь пристроить на лето, так как, повторюсь, я был неуправляемым. Сначала я пришел на тарно-бондарный комбинат, который выпускает бочки для пива, но туда меня не взяли — подросток все-таки. А вот в зоопарк приняли. Там я должен был присматривать за кенгуру и грызунами, которых скармливали большим животным. Нас там четверо подростков работало: три мальчика и одна девочка. Один из парней устроился, чтобы заработать денег своей девочке на аборт. Операция тогда стоила 50 рублей, а мы зарабатывали 72 рубля. Так представьте, мы играли в карты на деньги, и он проиграл свою зарплату. Но мы сбросились и отдали ему необходимые 50 рублей.

В студенческие времена дворником подрабатывал. В детском саду для детей сотрудников КГБ. Он находился на первом этаже жилого дома, туда на пятидневку комитетчики отдавали своих чад. Как те кричали, мама дорогая! Порой вылетала воспитательница на порог и орала какой-нибудь мамаше: «Вы хоть возьмите ребенка на руки!» А та сурово отвечала: «Некогда, много работы».

Психологом я стал позже, и сначала брать меня на работу по специальности не спешили, потому что я еврей. Помню, как устраивался учителем в знаменитую 67-ю школу, из нее вышли многие известные люди. О ней в советское время канал Би-би-си делал программу. Когда я туда пришел, заведующая РОНО при мне звонила директору и говорила в трубку, что квота по евреям в школах Киевского района уже выполнена, поэтому принять меня никак нельзя. В итоге я оказался в гимназии, где таких, как я, не трогали, потому что ее директор был евреем. Я говорю о 43-й школе (сейчас гимназия № 1543. — Прим. «ТН»). Там были жесткие требования к учащимся, железная дисциплина, но при этом практически сто процентов выпускников поступали в вузы. В моем классе, например, учился сын известного ученого культуролога Сергея Аверинцева — мальчик с первого класса успешно изучал шесть языков, включая латынь. Там с детьми особых проблем не было. Позже я поехал учиться в Израиль и какое-то время работал с подростками, попавшими в колонии для несовершеннолетних. В Израиле же я впервые начал практиковать как семейный психолог. Сейчас тоже веду частные приемы, но самому мне больше интересны публичные консультации.

— И на ваших лекциях, и в радиоэфире люди часто жалуются на нелюбимую работу и страх ее потерять. Немудрено: очередной кризис на дворе, кто-то вообще без работы. Возможно, это действительно не лучшее время что-то менять?

— Поверьте, вокруг масса людей, у которых все прекрасно. Я так точно не жалуюсь. В смутные времена предприимчивые люди просто меняют стратегию, успешные бизнесмены чувствуют, что нужно людям конкретно сейчас, и предлагают им это. Я живу в районе Бронной и могу сказать, что количество дорогих ресторанов вокруг уменьшилось. Зато открылось много китайских забегаловок, закусочных, бургерных — демократичных по ценам. Люди приспосабливаются к конкретной экономической ситуации. А кто-то лишь разводит руками и рвет на себе волосы. Если вы смогли однажды заработать деньги, сколотить капитал, вы всегда сможете сделать это вновь. Это как с велосипедом: научившись кататься однажды, не разучитесь до конца жизни.

Но вы говорите про наемных работников, лучшие из которых — тревожные люди. Из тех, что всегда переживают за результат, все по десять раз перепроверяют, сдают отчеты раньше времени и никогда не уйдут от своего работодателя, даже если что-то им давно не нравится. Потому что у них заниженная самооценка, страх не найти новую работу и остаться без денег. Такие люди могут всю жизнь обслуживать свои страхи.

Что касается страдающих на нелюбимой работе, то это люди, которые в принципе привыкли страдать. Список тревог у них бесконечный: они переживают из-за нелюбимого мужа, из-за отношений с женатым мужчиной, наконец, из-за того, что кругом негодяи, подонки и так далее. Вот в чем разница между здоровыми людьми и невротиками? Первые тоже беспокоятся, испытывают негативные эмоции, но это всегда реакция на реальные жизненные ситуации. А невротики сами у себя формируют чувство тревоги, начиная бояться смерти, болезни, развода, потери работы, денег и прочего. Ничего подобного с ними в реальности не происходит, но они заранее боятся. Конечно, работа может быть нелюбимой. Ну так вы ее поменяйте! Нет, эта мысль не приходит в голову страдальцу. Другая работа будет еще хуже! Вообще для меня работы еще не придумали! Нужен лишь повод для того, чтобы пострадать. Поверьте, существует дело, которое доставляет удовольствие и за которое хорошо платят.

— А если, к примеру, человек любит свое дело, работает за себя и за того парня, а начальство не спешит поощрять материально, как намекнуть на прибавку к жалованию?

— Очень просто: приходите к начальнику и озвучиваете сумму, которую хотите получать. А дальше молчите. Как правило, люди тут же бросаются объяснять, почему им нужно прибавить зарплату: «Я у вас 20 лет работаю, на мне обязанности нескольких человек, у меня ипотека...» — и так далее. Все эти объяснения превращаются в оправдания и жалобы, за которые никто гроша ломаного не даст. Не нужно этого делать. На вопросы начальника отвечайте: «Я считаю, что достоин этих денег», то есть говорите честно. Но вы должны быть готовы уйти с этой работы, если на ваши условия не согласятся, иначе во второй раз в ваше топанье ногой никто не поверит. У меня одна девушка на лекции рассказывала, что она таким макаром хотела добиться увеличения зарплаты на 30 процентов, а в итоге ей прибавили 50.

— У вас есть лекция-консультация под названием «Как сделать детей счастливыми». Все хотят знать этот секрет. А что самое важное в этом непростом процессе?

— Секретов не существует. Самое важное — принимать детей такими, какие они есть. Это вообще одно из понятий любви — принятие человека целиком. Вы радуетесь тому, что у вас есть ребенок, и не требуете от него, чтобы он оправдывал ваши ожидания. Когда ребенка любят за то, что он принес пятерку, а в случае двойки не любят, у него появляется уверенность: любовь родителей нужно заслужить. У нас большинство граждан искренне думают, что любовь можно заслужить. Нет, нельзя. Многие чуть ли не из роддома норовят отдать ребенка в конно-спортивно-бальный клуб, и чтобы с пеленок на английском и французском говорил, хотя ученые давно доказали бесполезность раннего развития. Не нужно заставлять детей делать то, чего они не хотят. И не стоит, чуть что, водить по психологам — сначала со своей головой разберитесь. Сделать детей счастливыми можно, только решив свои психологические проблемы.

Ко мне как-то давно родители привели на прием 16-летнего сына-наркомана. До серьезных наркотиков там дело еще не дошло, но подросток начал чем-то баловаться. Я отправил родителей погулять и решил поговорить с ним с глазу на глаз. Спрашиваю: кто, мол, оплатил твой приход сюда? Он: «Родители, я же школьник. Откуда у меня деньги, дядя?» А я понимаю: от того, что его сюда за ручку будут приводить мама с папой, толку не будет никакого. Если человек сам не осознает своих проблем, все бесполезно. Я говорю парню, что не буду с ним работать: не хочу, чтобы за него платили. Он в недоумении уходит. Вернулся через несколько месяцев с мешком железной мелочи, которую сам насобирал! И тогда проблема стала решаться. У меня, правда, тогда еще консультации были дешевле, чем сегодня. (Смеется.)

— Как вы собственную дочь воспитывали? Неужели всегда были идеальным отцом?

— Я не горжусь тем, как ее воспитывал. И я не всегда был таким нормальным. (Смеется.) Признаю, что часто вел себя неправильно: чего-то требовал, придирался, настаивал и так далее. Я в принципе в свое время был нетерпимым человеком: мне казалось, что все вокруг, условно, ненормальные, с ними что-то не так. На самом деле, когда человек кого-то не принимает, он в первую очередь не принимает себя. Когда решаешь эту проблему, меня-

ется отношение к людям. Дочь я обожал, при этом вел себя порой странно. Наши отношения изменились, когда ей исполнилось 25 лет (сейчас ей 30). Я начал принимать ее такой, какая она есть. Единственное, до сих пор не могу свыкнуться с тем, что она часто меняет цвет волос — может выкраситься в какой угодно! Но это уже мелочи. Дочерью я горжусь — она ко всему прочему служила в израильской армии, Даша — старший сержант полевой разведки. Когда ей было 18, у нас произошел конфликт: я не видел, что она хотела чем-то заниматься. То есть днем сидела дома, вечером у нее были встречи с друзьями, развлечения. В какой-то момент я жестко сказал: ты или учишься, или идешь работать, без вариантов. И тут дочь получила повестку в армию, которой и помахала у папы перед носом! Отправилась служить. Было забавно, когда я ей звонил и слышал в трубке страшный грохот: «Пап, сейчас бомбить закончим, и я перезвоню». Я больше волновался, когда она вернулась в Москву и ночью бесстрашно гуляла по улицам. Вот тут папе было страшновато. Сейчас дочь вышла замуж. Надеюсь, скоро внуки будут.

— Хорошо ей: есть папа, который знает ответы на большинство вопросов. Мне кажется, что люди порой принимают психологов за волшебников. Ведь так хочется, чтобы кто-то другой решил за тебя все проблемы…

Раньше я бы с вами согласился, но сейчас я действительно предлагаю методику, которая способна изменить жизнь. Это шесть правил, и если человек их использует, у него меняются психические реакции на одни и те же ситуации. Уже неважно, какие психотравмы были в детстве, — человек учится реагировать на жизненные ситуации по-другому. Правила следующие: делать только то, что хочется; не делать того, что не хочешь; сразу говорить о том, что не нравится; не отвечать, когда не спрашивают; отвечать только на вопрос в свой адрес; выясняя отношения, говорить исключительно о себе.

— Я так понимаю, первое правило вызывает больше всего нареканий? Сложно представить, что будет, если люди начнут делать исключительно то, что им хочется. Как минимум многие бы перестали работать.

— Да, люди попросту не всегда понимают смысл первого правила. И часто спрашивают: «То есть если я хочу поубивать всех вокруг, мне можно ни в чем себе не отказывать?» Товарищи, если вы хотите всех расстрелять, у вас психические отклонения — вам к психиатру нужно, но это уже не моя епархия, я психолог. Правило же говорит о другом: даже когда вы стоите перед бытовым выбором, что надеть, что съесть, выходить ли замуж за этого мужчину, всегда нужно честно спрашивать у себя, чего я хочу на самом деле. Не как будет лучше для кого-то, полезнее, целесообразнее и так далее, а чего хочется мне. Возьмем примитивный пример. Многие женщины хотят похудеть и при этом любят поесть. Вот встает она с утра и заваривает ненавистную овсянку кипятком — объясняя себе, что ее нужно есть, чтобы похудеть, чтобы понравиться кому-то и выйти замуж. Да это обычный мазохизм и рассуждения жертвы. Нет, если вы убедите себя в том, что вы обожаете есть овсянку на воде, ради Бога. Но мое правило учит взрослого человека делать то, что он хочет. Внешность, вес, возраст не имеют никакого значения для успеха в личной жизни.

— А что имеет? Почему у нас так много женщин с неустроенной личной жизнью? Симпатичные, успешные девушки с активной жизненной позицией, а любимого мужчины нет. И, кстати, стоит ли его искать?

— Давайте по порядку. Почему женщина одинока? Возможно, потому что она мужчин в принципе не любит. С одной стороны, хочет отношений, потому что вроде как надо, все подружки замуж выходят, но, если в реальности молодой человек на улице заинтересованно посмотрит на нее, она в ответ тут же отворачивается или корчит такую гримасу, что бедный мужик в ужасе отшатывается! А мужчина подходит к женщине только тогда, когда читает одобрение в ее глазах. Мужики, как дети, все считывают. Поэтому одна из причин того, что не складывается личная жизнь, — проблемы с коммуникацией. Есть еще девушки, которые хотят, чтобы люди в первую очередь оценили их богатый внутренний мир. Это история из серии «меня никто не понимает, всем им нужно только одно»! Как правило, проблемы с общением у таких барышень со школы, а то и с детства... Наконец, еще одна категория женщин, которым трудно выйти замуж, — это проблемные женщины. Это когда барышня на первом свидании рассказывает о том, как ей трудно живется, как она устала в одиночку воспитывать ребенка и как ждет, что мужчина разделит ее заботы. А для мужчины брак — всегда ответственный шаг, на который нужно решиться. Поэтому не ищите того, кто бы помог вам с вашими проблемами. Сначала разберитесь с ними самостоятельно, а потом выходите замуж.

Если копнуть глубже и удариться в психоанализ, то не исключено, что еще в детстве у этой девушки были непростые отношения с отцом или он вообще отсутствовал. А, как следствие, результат один: отношения с мужчиной во взрослой жизни в каком-то смысле всегда повторяют отношения с родителями... Да много причин на самом деле. Есть женщины, которые отвлеченно хотят выйти замуж. Не за конкретного любимого мужчину, а просто замуж — потому что так надо! Другие годами вязнут в невротических отношениях или убивают время с женатыми. Если хотите выйти замуж, завязывайте с такими встречаться. Сначала будет тяжело, как наркоману во время ломки, потом отпустит. Человек, который вас отвергает, не должен вызывать у вас желания быть с ним рядом. Это признак невротических отношений. Вы здоровы, когда вам интересны мужчины, которым интересны вы.

— Часто, рассказывая, как выйти из этих самых невротических отношений, вы приводите в пример историю того, как спустя 37 лет бросили курить. Это корректное сравнение?

— Да, ведь имеет место одна и та же зависимость: в одном случае — от человека, в другом — от никотина. Откуда растут ноги невротических отношений, в которых один человек или сразу оба страдают? Часто такие люди испытывали нехватку родительской любви в детстве. Страдали, когда их, к примеру, отправляли на все лето в лагерь, или родители уезжали в другой город на заработки, или попросту мама с папой были холодными людьми. То есть у ребенка сформировалась жесткая связка: любовь есть страдание, переживание. И дальше ребенок растет и начинает бессознательно искать партнера, который также доставляет ему страдания. Ему кажется, что это и есть любовь. Например, когда мужчина изменяет женщине, издевается над ней, говорит, что она толстая и прочее, а та его любит и уверена, что это и есть настоящий мужчина. Избиваемые алкоголиками жены любят рассказывать, что когда мужик не пьет, он золотой: и с детьми поиграет, и полку прибьет... У меня как-то на приеме была женщина, которой муж на свадьбе руку сломал. Она уверяла, что в принципе он был нормальным, она его очень любила. Если же такой женщине встречается мужчина, который носит ее сумки из магазина и заботливо укрывает ночью одеялком, ей с ним скучно, он ее раздражает: «Как баба!»

Первое, что нужно сделать, если вы оказались в невротических отношениях, — это признать, что есть зависимость. Не любовь, а зависимость от человека. Точка. Я курил 37 лет, меня ничего не пугало, хотя уже начались проблемы со здоровьем. Когда я понял, что не люблю курить, но есть зависимость от никотина, через месяц бросил. И с тех пор ни разу не закурил и прекрасно себя чувствую в компании дымящих.

Когда вы выйдете из подобных отношений, начнется ломка. Вам будет не хватать привычных эмоций, начнете вспоминать только хорошее — это нормальная реакция. Как действовать дальше? Приучить себя сразу говорить о том, что не устраивает. Как только почувствовали, что в поведении мужчины что-то не нравится — неважно, что именно: не сдержал обещание, голос повысил, пальто не подал, — сразу говорите об этом. Причем только один раз: мол, если такое еще раз повторится, мы разойдемся. Ситуация произошла вновь? Не нужно больше ничего объяснять — принимайте решение и уходите. Если научитесь себя так вести, вас со временем перестанет тянуть к мужчинам, заставляющим страдать.

И всегда нужно быть самим собой. Любая попытка прогнуться, насильно понравиться кому-то, включающаяся в себя, не дай Бог, походы к пластическому хирургу, чтобы изменить внешность, обречена на провал и лишь говорит о вашей неуверенности в себе. Никого еще не любили за то, что он пытается стать кем-то другим. Вас обязательно полюбят за то, какая вы есть, просто потому, что кому-то вы подсознательно будете напоминать его маму. В этом смысле так природа распорядилась, чтобы каждый мог найти себе пару. Любовь — это переживание детских эмоций и больше ничего. А характер, возраст, внешность тут никакой роли не играют. Тем, кто сомневается, советую посмотреть на вдову Джона Леннона Йоко Оно, нынешнюю супругу Вуди Аллена, жену Пирса Броснана или Мелани Гриффит, бывшую жену Антонио Бандераса, — список можно продолжать. По-моему, без слез не взглянешь.

— А сами вы не женаты?

— Так я был женат. Да, брак закончился разводом, неудачей, но, конечно, я вполне могу представить себя женатым вновь. Другое дело, что я достиг состояния, при котором могу жить вместе с женщиной, а могу быть один — и мне хорошо и так, и так. Ведь одиночество — это не отсутствие жены или мужа, это когда человек неинтересен самому себе. Часто это проявляется уже в детстве, когда ребенок не может занять себя самостоятельно и без конца тянется за маминой юбкой. Потом ребенок вырастает и не может жить один: его что-то тяготит, ему скучно, некомфортно. И, будучи в браке, такие люди тоже могут быть очень одиноки. Поэтому еще раз хочется повторить: не нужно использовать брак, отношения как способ решить свои проблемы. Сначала разберитесь с тем, что у вас в голове, а потом выходите замуж или женитесь.

— Мужчинам в этом смысле проще. И в пятьдесят, и в семьдесят можно завести ребенка, развестись с ровесницей и жениться на спутнице в два раза моложе… В народе еще говорят: седина в бороду, бес в ребро.

— Никто не разводится из-за того, что ему стукнуло пятьдесят и он вдруг захотел жениться на молодой. Это значит, что изначально были ущербные отношения, которые подошли к своему завершению. Залог семейного счастья — не пресловутые компромиссы, из-за которых люди нередко попадают к кардиологам и онкологам, а стабильная психика. При ее наличии человек всю жизнь может любить одного партнера и быть с ним счастлив. А если психика нестабильна, то сегодня он любит одну, а завтра другую. С мужчинами, которые уходят к молодым, другая история. Это страх возраста и несостоятельности, своего рода попытка вернуть ускользающую молодость за счет спутницы в два раза моложе.

Кстати, моя бывшая жена, когда ей было около пятидесяти, вышла замуж в третий раз. Даже советовалась со мной, кого из претендентов выбрать, — правда, все равно в итоге решила по-своему. (Улыбается.) А знаменитая Элизабет Тейлор, которая одиннадцать раз была замужем? Кто-то ходит под венец регулярно, а кто-то ни разу там не был — все от человека зависит, а не от пола и возраста.

— Какие лично у вас были комплексы в общении с женщинами?

— По молодости считал неудачей, если первое свидание не заканчивалось сексом. Думал, что меня отвергают таким образом, что со мной что-то не так. Друзья крутили пальцем возле виска: мол, ты чего, никто тебе ничего не должен! Но вот у меня был такой пунктик. С возрастом прошло. Ирония судьбы в том, что сейчас я в качестве психолога объясняю женщинам, что сексом можно заниматься тогда, когда вам хочется. Девушки, уверенные в себе, не мучаются вопросом: стоит ли соглашаться на близость на первом свидании, а вдруг он меня после этого бросит? Если вы мужчине не нравитесь, он и после десятого свидания вас оставит. Но если вы при этом преследуете цель десять раз поужинать за его счет, дело ваше, можете тянуть время.

— Есть женщины, которые переживают, если мужчина не перезванивает им после первого свидания — значит, не зацепила. Разве не так?

— Вспоминается, как мама певицы Шер сказала дочери: «Тебе нужно найти обеспеченного, сильного, состоявшегося мужика». На что Шер ответила: «Мама, этот мужик — я». Что за психология жертвы: «Если не перезвонил, значит, я не понравилась»? Вы ведь тоже утром можете сказать мужчине: «Старик, все было хорошо, ты звони, не пропадай! Если у меня будет время, встретимся!» Знаете, я пересмотрел свои взгляды на жизнь: нет завоевателей и охотников. Люди просто должны друг другу нравиться и делать то, что хотят. И неважно, на каком свидании это произошло.

— В судьбу вы верите? Может, все в определенной степени уже предопределено?

— Нет, я считаю, что люди могут поменять свою жизнь, причем в любое время. Просто с точки зрения кармы то, что они поменяли, тоже есть часть их жизни, только они об этом еще не знают. У меня есть любимая история на эту тему. Одна девочка получила пятерку и шла домой, гордо задрав голову, — в итоге упала и сломала ногу. А другая получила двойку и шла, опустив глаза в пол, — и нашла кошелек с деньгами. Никто не знает, что на самом деле будет лучше для вас и что вас ждет завтра.

МИХАИЛ ЛАБКОВСКИЙ

Родился: 17 июня 1961 года в Москве

Семья: дочь — Дарья (30 лет), журналист

Образование: окончил психологический факультет Московского педагогического института (специализация «общая, семейная и возрастная психология»), курс Family Mediation Service в Израиле (специальность «семейный посредник», специалист в области семейного права)

Карьера: работал учителем и школьным психологом в Москве. В мэрии Иерусалима — с трудными подростками, попавшими в колонию для несовершеннолетних, затем в качестве семейного посредника занимался переговорами между супругами в состоянии развода. Ведет авторскую программу «Взрослым о взрослых» на радиостанции «Серебряный дождь»

5 ПОСЛОВИЦ И ПОГОВОРОК, СМЫСЛ КОТОРЫХ МЫ ВСЕГДА ПОНИМАЛИ НЕПРАВИЛЬНО

ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ ИСТИННЫЕ ЗНАЧЕНИЯ ПОСЛОВИЦ И ПОГОВОРОК, КОТОРЫЕ МЫ ЧАСТЕНЬКО ИСПОЛЬЗУЕМ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ? НАПРИМЕР, «ДЕЛУ — ВРЕМЯ, А ПОТЕХЕ — ЧАС»? МЫ ПООБЩАЛИСЬ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ РУССКОГО ЯЗЫКА И КУЛЬТУРЫ РЕЧИ ЕВГЕНИЕЙ БОРИСОВНОЙ ЯЛЫМОВОЙ И ВЫЯСНИЛИ, КАКОЙ СМЫСЛ НА САМОМ ДЕЛЕ ВКЛАДЫВАЛИ В СОВРЕМЕННЫЕ КРЫЛАТЫЕ ВЫРАЖЕНИЯ НАШИ ПРЕДКИ.

«Первый блин комом»

«Первый блин комом» — говорим мы, когда что-то не получается с первого раза. Оказывается, такой смысл пословица получила только с течением времени: изначально фраза звучала совсем по-другому: «Первый блин — комам, блин второй — знакомым, третий блин — дальней родне, а четвертый — мне». «Ком» у древних славян — это медведь, и именно ему, по обычаю, должны были отдать первый блин, рассказывает Евгения Борисовна.

Есть пословицы, которые теперь употребляются не полностью: мы используем только их часть, соответственно, сужая смысл. «Первый блин комом» — хороший пример сужения смысла за счет сокращения фразы. Изначально в пословице говорилось о том, как человек должен себя вести по отношению к гостям, к близким, к обществу. Сейчас же мы говорим не о традициях поведения, а о неудаче, которая может постичь человека, когда он начинает какое-то дело.

«Кто старое помянет - тому глаз вон»

Еще одна пословица, которая в сокращенном виде обрела новый смысл. Нынешнее значение изречения заключается в том, что не надо напоминать другим об их промахах. Однако вот какой пословица была изначально: «Кто старое помянет — тому глаз вон, а кто забудет — тому оба».

«Изначально смысл пословицы был в том, что не надо человека упрекать за прежние проступки, но не надо и предавать прошлое забвению», — комментирует Евгения Борисовна.

«В здоровом теле - здоровый дух»

Все любители здорового образа жизни хорошо знают это крылатое выражение. «В здоровом теле — здоровый дух», — произносим мы, подразумевая, что, сохраняя тело в отличной форме, человек бережет и душевное здоровье. Предки были более скептически настроены: говорили, что «хорошо бы, чтобы в здоровом теле и дух был здоровый». Другими словами, второе вовсе не следует из первого, но, если бы в человеке все было прекрасно, было бы куда лучше.

Мы перевернули значение крылатого выражения, придав ему прямо противоположное. На самом деле автор изречения имел в виду вот что: в римском обществе (а изречение пришло к нам из той эпохи) придавалось большое значение физической культуре, и увлечение ею было столь велико, что, по мнению автора, человек мало внимания обращал на развитие души. То есть ценилась только красота тела. Но автор выражения считал необходимым гармонию и тела, и души.

«На злобу дня»

Выражение, которое мы произносим, когда что-то сказано или сделано в нужный момент, позаимствовано из Библии. Изначально слово «злоба» обозначало «забота». «В Библии говорится, что «каждому дню довлеет его злоба», то есть каждому дню достаточно его забот», — говорит Евгения Борисовна.

Некоторые крылатые выражения, пословицы и поговорки, пришедшие к нам из Библии или из латыни, меняют смысл из-за того, что с развитием языка меняется значение того или иного слова.

«Делу - время, а потехе - час»

Помните, как часто в детстве мы слышали: «Делу — время, а потехе — час». Подразумевали взрослые, произнося это, что важному делу нужно уделять больше времени, чем развлечениям. Однако первоначальный смысл изречения был прямо противоположным. Во времена царя Алексея Михайловича, когда пословица только появилась, люди, употребляя ее, подразумевали, что необходимо, конечно, работать, но и об отдыхе забывать не стоит. Говорили: «Делу — время и потехе — час».

Язык меняется. И нет ничего странного в том, что иногда люди выбирают нечто более подходящее для современного человека: тот смысл, который наиболее востребован. Но когда мы произносим то или иное выражение, лучше знать, что имелось в виду первоначально.

Мария Солтыс

MICT MEEST

MEEST CORPORATION INC.

Since 1989

ДОСТАВКА ПОСЫЛОК

Украина, Россия, Беларусь, Молдова, Литва, Латвия, Эстония, Грузия, Узбекистан, Казахстан, Кыргызстан

Забираем посылки из Миннеаполиса два раза в месяц

Еженедельная отправка контейнеров из Чикаго

Отслеживание посылок на WWW.MEEST.NET или по бесплатному телефону: 1800-361-7345

Доставка цветов и подарков по Украине
Заказывайте любой товар из нашего каталога с доставкой

Отправляем морем и авиа | Лучшие расценки | 400 представителей в США и Канаде | 500 000 посылок в год | 28 лет на рынке перевозок

PARADISE MARKET
1309 E Hwy 13, Burnsville
Tel: 952-882-6574

ARKADY'S MARKET
3435 Hwy 169 N, Plymouth
Tel: 763-544-9000

IRINA MARTYNENKO
Andover
Tel: 763-213-0141

MINSK MARKET
3922 Cedar Grove Pkwy, Eagan
Tel: 651-209-0564

Детали уточняйте на WWW.MEEST.NET или по бесплатному телефону: 1800-361-7345

763-545-1600

ЖЕСТОКИЙ УСПЕХ. ПОСЛЕ «ЗНАТОКОВ» ГЕОРГИЙ МАРТЫНЮК СТАЛ НИКОМУ НЕ НУЖЕН

3 марта народному артисту исполнилось бы 77

ОН НАЧАЛ СВОЙ ПУТЬ В КИНО ТАК, КАК ДРУГИЕ И НЕ МЕЧТАЮТ. СНЯЛСЯ У ГРИГОРИЯ ЧУХРАЯ, В НЕСКОЛЬКИХ КАРТИНАХ ВЛАДИМИРА БАСОВА. А В 1971 ЕГО ПРИГЛАСИЛИ НА РОЛЬ ПАЛ ПАЛЫЧА ЗНАМЕНСКОГО В ТЕЛЕСПЕКТАКЛЕ «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ», КОТОРЫЙ ПОСЛЕ ПЕРВОЙ ЖЕ СЕРИИ ПРИНЁС МАРТЫНЮКУ ТАКУЮ СЛАВУ, СДЕЛАЛ НАСТОЛЬКО ИЗВЕСТНЫМ, ЧТО КАЗАЛОСЬ: ВОТ ТЕПЕРЬ-ТО НАЧНЁТСЯ НАСТОЯЩАЯ ЖИЗНЬ КИНОЗВЕЗДЫ. НО НА ЭТОМ КАРЬЕРА, МОЖНО СКАЗАТЬ, И ЗАКОНЧИЛАСЬ...

«Я довольно удачно снялся в фильме „Тишина“, — рассказывал актёр. — Он прошёл с огромным успехом, получил призы, о нём много писали. Меня стали активно приглашать сниматься. Даже отказывался. Иначе бы не успевал играть в театре».

Кинематографом Мартынюк не грезил никогда. Попав после института на Малую Бронную, надеялся, что сразу посыплются роли, а начинать пришлось, как многим, с массовки. Так что первая «настоящая» роль случилась именно в «Тишине» Басова. Потом были его же «Щит и меч», «Метель».

И пресловутые «Знатоки» режиссёра Бровкина. Если б вся эта троица — Каневский, Мартынюк, Леждей — знала, на какую кабалу соглашается... Но никто ведь не предполагал, что сериал растянется на 20 лет.

Георгий Яковлевич не гневил Бога: благодаря этому телеспектаклю он стал невероятно популярным.

«Для актёра счастье — испытать любовь зрителей. Мы ощущали это все 20 лет, нас везде принимали как родных. Но саму роль не люблю. Что там было играть? Сплошные допросы. Я какой-то зажатый, деревянный, страдал из-за этого и не мог смотреть

Георгий Мартынюк в фильме «Тишина» (1963)

„Знатоков“. Мы изображали образцовых, идеальных персонажей, которые не должны были даже курить, всё находилось под контролем. Но что делать? Я мог бы играть 50 лет в театре, и меня знали бы лишь театралы. А так — слава на всю страну».

У главной троицы были даже удостоверения сотрудников МВД. Они отличались от настоящих, но были заверены каким-то генералом. Так что в ресторан, если нет мест, с ними пройти можно было. Легко решались и житейские проблемы. В основном, правда, чужие. Все друзья просили помочь: кто попал в милицию, что-то натворил. А заядлый автомобилист Каневский, говорят, ездил как угодно. В любом виде.

Впрочем, многие поклонники слишком серьёзно воспринимали этот сериал. К Георгию Яковлевичу приходили какие-то люди с кипами бумаг, просили разобраться. На Петровку шли письма: «Москва. Уголовный розыск. Следователю Знаменскому».

«Конечно, популярность помогала нам. Особенно в годы тотального дефицита. В магазинах пропускали, мясники все были знакомые. Однажды на родине, в Оренбурге, дал телеинтервью — через месяц родители получили хорошую квартиру. До этого жили в жутком доме с печкой и удобствами во дворе».

День милиции Мартынюк, Каневский и Леждей отмечали как свой праздник. Им звонили загодя, приглашали, потом усаживали в президиум и просили выступить. В любом городе всегда была встреча с «милиционерами». Каждый новый министр внутренних дел вручал «знатокам» грамоты. Когда учредили ведомственную премию, они были в числе первых лауреатов.

Больших денег главным героям за сериал не платили. Они были приличные, конечно. Артисты могли положить их на сберкнижку в уверенности, что не пропадут. Но хором никто не строил.

20 лет артист Мартынюк жил в жутко напряжённом графике. Утром — репетиция «Знатоков» (это же телеспектакль!), днём — съёмки, вечером — театр, затем — аэропорт и перелёт в другой город на выступление. Казалось бы, это был удачный период в творческой биографии. Но в театре не было классических работ, по которым бы его узнавали, а пресловутые «Знатоки» в конце концов так надоели, что играть Знаменского не было уже никаких сил.

«Уйти не мог. Был бы скандал на уровне МВД и выше, перекрыли бы кислород. Не жалуюсь, слава Богу, что эта работа была в моей жизни. Лучшая главная роль досталась Лёне: он мог вникать в среду, быть живым человеком. Я же должен был оставаться серьёзным и рассудительным. Но тяжелее всех было Эле. Она так страдала! Весь текст — одни экспертизы, термины. Как она, бедняга, ломала язык! Нельзя ошибиться. Десять консультантов! Мучалась ужасно. До этого она активно снималась, а «Знатоки» и ей карьеру перекрыли. Мне кажется, во многом были виноваты авторы. Когда мы пытались переделать какие-то слова, „очеловечить“ героев, они неизменно говорили: „Это не разрешат“».

Обиднее было другое. Как только троица начала сниматься в сериале, режиссёры перестали приглашать их в свои фильмы. На Мартынюка, Каневского и Леждей был негласный запрет.

Идеальная тройка. Легендарные «знатоки» советской эпохи

Например, Басов задумал «Дни Турбиных» и пригласил Мартынюка на пробы. Потом извинялся: рекомендовали взять другого.

«А кому интересно снимать актёра, который постоянно мелькает на экране? Это сейчас всё строится на рекламе. А тогда коллеги считали сериалы искусством второго сорта. К тому же все прекрасно понимали: пропаганда милиции... Хотя в душе каждый мечтал оказаться на нашем месте».

Ещё бы! Поклонницы донимали Мартынюка, будто он настоящий секс-символ.

«У меня тогда была другая жена, актриса, и жил я в Беляево. Но целый год две девушки регулярно провожали меня от театра до дома. Приставали, в подъезд не пускали. Однажды мне всё это надоело, я встал возле дома и как закричу: „Ва-а-ля!“ Окна у меня, правда, были с другой стороны, но они так перепугались, что бросились врассыпную».

К сожалению, воспринимали Мартынюка и Каневского только как Знаменского и Томина. Было смешно и грустно. В своём театре актеры играли... воров в законе. Спектакль начинался так: медленно зажигается свет, и зрители видят, как на нарах лежат Пал Палыч в тельняге и Томин. У зрителей был шок, долго стоял хохот, и весь первый акт они привыкали к тому, что на сцене не «знатоки».

«В театре у меня были роли, которые я безумно любил и готов был играть по нескольку лет. А в кино соглашался, даже не читая сценария. Просто хотел сыграть что-нибудь другое. Хотя сейчас и названий некоторых фильмов не помню».

В 1991 году всё рухнуло вместе с СССР. По улицам было страшно ходить, люди перестали посещать театр. Хотя авторы «Знатоков» перешли на новые рельсы, написав серии о мафии, с годами всем стало ясно, что тема изжила себя. К тому же теперь необходимо было самим искать деньги, вскоре эмигрировал в Израиль Леонид Каневский. Через 20 лет «Знатоки» умерли.

«Наступил ужасный период: в кино предложений нет, народ в театр не ходит. Случалось, приходим на работу, а нас едва ли не больше, чем зрителей в зале. Тогда всё было: и разочарование, и депрессии жуткие, и полное ощущение своей ненужности... Выживал, как вся страна. Соглашался на рекламу и радовался. Раньше-то я много пробовался... Василий Макарыч Шукшин хотел снимать „Степана Разина“, предлагал роль его брата. У меня аж сердце заколотилось. Никому не говорил, чтобы не сглазить. Но, видно, не судьба...»

Это был уже не тот «Знаменский». Ещё полный сил, но здорово похудевший, осунувшийся. Обаятельный мужчина с невыносимо грустными глазами. Ощущавший себя профнепригодным только потому, что когда-то на роль милиционера выбрали его, а не кого-то другого. Он курил одну сигарету за другой, пил кофе и тихо, вполголоса, рассказывал о том, каково это — сидеть месяцами дома, забывая, как звонит телефон.

«В театре бывало мучительно: не нравится роль, а играть надо. В последнее время и здесь стал отказываться. В антрепризе раза три предлагали. Всё не то... Конечно, у меня есть знакомые, и я мог бы попроситься. Но не хочу. Когда зовут — это совсем другое... Зрители, правда, всё равно узнают. Раньше такси стоило копейки, и водители с меня денег не брали. Сейчас всё больше на общественном транспорте ездить приходится. Стоишь — на тебя все смотрят. Помню, показывали «Знатоков», а мы с женой как раз — в доме отдыха. Всё было нормально. Но приехало телевидение, и житья не стало. Выйдешь — уже все стоят с фотоаппаратами. В прежние годы, правда, поклонники говорили: „Мы помним ваш фильм „Щит и меч““. Теперь всё чаще: „Мужик, я тебя где-то видел“».

ДОРОГОЙ ИНТЕРЬЕР: СЕКРЕТЫ ВИЗУАЛЬНОЙ РОСКОШИ

Понятие «дорогой интерьер» само по себе весьма неоднозначное: для кого-то это сплошная позолота и повсеместные вензеля, а для кого-то — дизайнерская мебель. Так или иначе, когда о вашем интерьере говорят, что он выглядит дорого — это комплимент, который хочется слышать каждому. Но добиться этого можно, даже если вы не станете тратить колоссальные суммы на ремонт. Для этого существует целый ряд дизайнерских приемов. О них мы сейчас и расскажем.

СЛОЖНЫЕ ОТТЕНКИ

Присутствие сложных цветов в гамме интерьера — это всегда интересно и дорого. Совершенно не обязательно

выкрашивать все стены гостиной дизайнерской краской (хотя, если есть возможность — почему бы и нет). Достаточно ввести один-два глубоких и/или необычных тона, и желаемый эффект обеспечен. Пусть это будет акцентная стена, обивка дивана или, скажем, цвет кухонных фасадов — решать только вам.

ТЕКСТУРЫ И ФАКТУРЫ

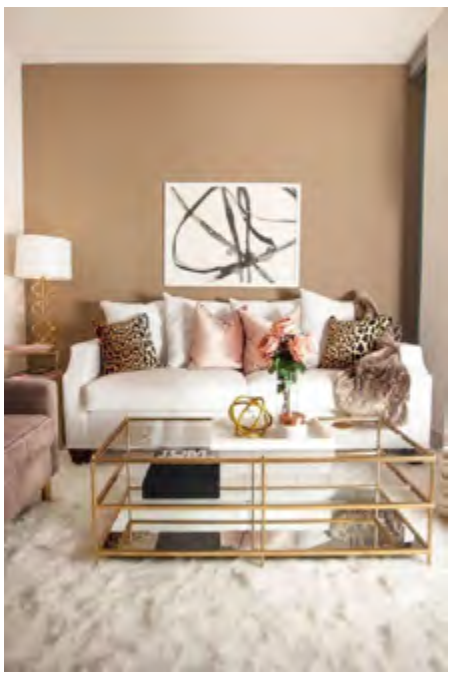
Даже если цветовая гамма интерьера будет приглушенной, посредством

текстур и фактур можно сделать оформление комнаты

по-настоящему роскошной. Рисунок древесины, ковровый ворс, обивка мебели, которую хочется потрогать... Никогда не следует недооценивать силу этих деталей, ведь именно благодаря им обстановка может казаться более благородной и необычной.

РОСКОШНЫЕ АКЦЕНТЫ

Как говорят сами дизайнеры: можно немного сэкономить на фоновых предметах интерьера, но его акценты должны быть



дорогими. Скажем, простые кухонные фасады совершенно преобразятся с дизайнерской фурнитурой, обычная диванная обивка не будет казаться такой скучной в компании подушек в дорогом текстиле, а комната в целом станет выглядеть солиднее благодаря шикарному кофейному столику или картине на стене. Словом, выделите акценты и не экономьте на них — от этого выиграет весь интерьер.

БЛЕСК МЕТАЛЛОВ

Как ни крути, а блеск металлов на уровне подсознания всегда ассоциируется с роскошью. Это вовсе не означает, что нужно все одевать в позолоту. Порой, достаточно пару серебристых подсвечников или, например, бронзового

светильника, чтобы добиться желаемого эффекта.

НЕНАВЯЗЧИВАЯ РОСКОШЬ

Что еще может намекнуть на дороговизну интерьера? — Все, что как правило причастно к «красивой жизни»: добротная коллекция книг, небольшой, но стильный мини-бар, незатейливая вещица, привезенная издалека...

Такие детали придают статус интерьеру, но и характеризуют качество жизни его владельца.

myinterior.info

ИЩЕТЕ РАБОТУ?
ХОТИТЕ УЗНАТЬ НОВОСТИ МИННЕСОТЫ?
ЗАХОДИТЕ НА РУССКОЯЗЫЧНЫЙ
ИНФОРМАЦИОННЫЙ ПОРТАЛ
WWW.ZERKALOMN.COM

ОРГАНИЗАТОРЫ «ОСКАРА» ОТСТРАНИЛИ ОТ РАБОТЫ ВИНОВНИКОВ СКАНДАЛА НА ПРЕМИИ

Сотрудников компании PricewaterhouseCoopers (PwC) Брайана Каллинана и Марту Руиз, ответственных за ошибку при объявлении фильма года на кинопремии «Оскар», отстранили от рабо-

ты над дальнейшими церемониями. Об этом заявила президент Американской академии кинематографических искусств и наук Шерил Бун Айзекс, передает The Daily Telegraph.

Айзекс поблагодарила актеров Уоррена Битти и Фэй Данауэй, объявлявших лауреата в категории «Лучший фильм», за то, что они сумели справиться с ситуацией. По ее словам, дальнейшее сотрудничество академии с PwC, которая работает с организаторами «Оскара» уже 83 года, остается под вопросом.

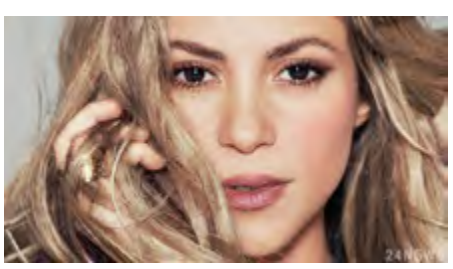
Как уточняет TMZ, Каллинан и Руиз не были уволены из PwC. На «Оскаре» сотрудники компании занимались подсчетом голосов и передачей конвертов с именами победителей ведущим.

89-я кинопремия прошла в Лос-Анджелесе в ночь на 27 февраля. Каллинан передал ведущим карточку с именем лидера в категории «Лучшая актриса». В ней была указана Эмма Стоун, снявшаяся в ленте «Ла-Ла Ленд». Битти назвал мюзикл победителем в номинации «Лучший фильм», тогда как большинство голосов членов академии было отдано картине «Лунный свет» Барри Дженкинса.

По мнению TMZ, Каллинан ошибся, потому что «твитил как сумасшедший, отправляя фотографии» на протяжении всей церемонии.

ШАКИРУ ОБВИНИЛИ В ПЛАГИАТЕ

Суд первой инстанции Мадрида принял к рассмотрению иск против звукозаписывающей студии Sony Music Publishing Latina и певцов Шакиры и Карлоса Вивеса. Об этом в четверг, 2 марта, сообщает El Periodico.



Ответчиков обвиняют в плагиате. Истцом выступил кубинский композитор Ливан Рафаэль Кастельянос Вальдес.

Как утверждает Вальдес, Шакира и Вивеса без разрешения использовали элементы его композиции Yo te quiero tanto в своей песне La bicicleta, релиз которой состоялся в мае 2016-го. Трек стал хитом, клип на него набрал более 700 миллионов просмотров на YouTube.

Ранее стороны пытались прийти к соглашению, однако не достигли результата.

Ливан Рафаэль Кастельянос Вальдес написал Yo te quiero tanto в 1997 году.

ВЫШЕЛ ТРЕЙЛЕР КОМЕДИИ О ВОЙНЕ В АФГАНИСТАНЕ С ПОСЕДЕВШИМ БРЭДОМ ПИТТОМ

Компания Netflix опубликовала на YouTube проморолик комедии «Машина войны» с Брэдом Питтом и Тильдой Суинтон. Режиссером фильма стал Дэвид Мишо («Царство животных»).

Фильм основан на документальной книге «Операторы» (The Operators) репортера Майкла Хастингса и рассказывает о вторжении США в Афганистан. Главный герой картины — генерал Стэнли Маккристал (Питт), который руководит антитеррористической операцией Соединенных Штатов.

Премьера фильма состоится 26 мая.

Маккристал ушел в отставку в 2010 году после того, как Хастингс опубликовал в журнале Rolling Stone интервью с ним. В нем генерал допустил несколько резких высказываний в адрес посла США в Афганистане Карла Эйкенберри и других американских политиков, включая тогдашнего вице-президента Джо Байдена.

КАРТИНА КЛИМТА УШЛА С МОЛОТКА ЗА 60 МИЛЛИОНОВ ДОЛЛАРОВ

Картина «Сельский сад» (Bauerngarten) кисти знаменитого австрийского живописца Густава Климта было продана почти за 60 миллионов долларов. Об этом сообщается на сайте аукционного дома Sotheby's.

Торги произведениями искусства, созданными в стилях импрессионизма и модернизма, прошли в Лондоне вечером 1 марта. Покупатель, чье имя не называется, заплатил за полотно 47,97 миллиона фунтов стерлингов (это 59,3 миллиона долларов. В Sotheby s подчеркнули, что за всю историю проведенных различными аукционными домами торгов предметами живописи в Европе это третья по величине сумма, полученная от продажи картины.

По мнению организаторов, «Сельский сад» — одна из лучших работ, когда-либо выставлявшихся на аукционах.

28 февраля аналогичные вечерние торги провел главный конкурент Sotheby's — аукционный дом Christie's. В тот день больше всего удалось выручить за картину французского постимпрессиониста Поля Гогена «Дом» — 20,3 миллиона фунтов стерлингов (или свыше 25 миллионов долларов).

«Сельский сад» был написан Климтом в 1907 году, в его так называемый золотой период, и считается одним из лучших пейзажей художника.

САРА ДЖЕССИКА ПАРКЕР ЗАПУСКАЕТ СОБСТВЕННУЮ ЛИНИЮ СУМОК

Коллекция будет называться The Seven Essentials («Семь необходимых»).

51-летняя Сара Джессика Паркер

расширяет свою fashion-империю. Звезда «Секса в большом городе», у которой уже есть собственная линия обуви, теперь готовится выпустить коллекцию сумок.

Всего актриса представит семь сумок разных фасонов, цветов и размеров. Как пишет Daily Mail, каждый аксессуар будет гармонично подходить как для дневного, так и для вечернего образа.

Линия сумок Сары Джессики Паркер будет носить название The Seven Essentials («Семь необходимых»). Один аксессуар из коллекции обойдется, по предварительным данным, в сумму от 395 до 695 долларов.

Отметим, что актриса уже давно пробует себя в роли дизайнера. У Сары Джессики Паркер есть собственная линия обуви. Кроме того, в сентября 2016 года она сообщала о выпуске коллекции «маленьких черных платьев».

ДЖЕЙН ФОНДА РАССКАЗАЛА О ПЕРЕЖИТОМ В МОЛОДОСТИ НАСИЛИИ

79-летняя актриса объяснила, почему она начала борьбу за права женщин.

В преддверии Международного женского дня 79-летняя актриса Джейн Фонда дала откровенное интервью,

в котором призналась, что в детстве подвергалась насилию.

«В детстве я подверглась насилию. Меня уволили с работы, потому что я отказалась спать с боссом. И я всегда думала, что это моя вина, что я сделала или сказала что-то неправильно. Я знаю молодых девушек, подвергшихся насилию, которые даже не понимают, что произошло», – отметила актриса в интервью Бри Ларсон..

Джейн Фонда добавила, что прошло много лет, прежде чем она научилась говорить слово «нет». «Раньше я не знала, как постоять за себя. Теперь я бы просто ушла, сказав, что мне не нравится, как со мной обращаются», – сказала актриса.

Отметим, что Джейн Фонда активно борется за права женщин, а также участвует в деятельности организаций, помогающим жертвам насилия.

ПЕРЕЕЗЖАЕТЕ? МЫ ВАМ ПОМОЖЕМ.
СБОРКА И РАЗБОРКА МЕБЕЛИ ПРИ ПЕРЕЕЗДЕ.

ПЕРЕВОЗКИ.
ВАЛЕРА: 612-242-4091
ВИКТОР: 763-200-3719

DVR CONSTRUCTION, INC.

НАНИМАЕТ НА РАБОТУ СУБПОДРЯДЧИКОВ ДЛЯ УСТАНОВКИ И РЕМОНА САЙДИНГА, КРЫШ И ВОДОСТОКОВ.

Также приглашаем на работу handy men (мастеров на все руки); требования: хорошая физическая форма, знание английского НЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО.

Звоните : 612 – 369-2292
www.dvrinc.houzz.com

Строительная компания, занимающаяся ремонтом жилых домов, ищет менеджера на полную занятость. В обязанности входят описание объемов работы с субподрядчиками, подписание контрактов с работниками, прохождение строительных инспекций, выбор и закупка материалов и т.д. - всестороннее управление ремонтом строительного объекта. Требования: желание работать с людьми, ответственность.

АЛЕКСАНДР 612-644-2757

СДАЮТСЯ: 1&2 bedrooms+офис+ 2 bathrooms in Cedar Trails (St. Louis Park, рфдом с JCC), вид на лес, кабельное ТВ включено, 2-й этаж.

СДАЁТСЯ commercial Office On HWY (до 3,000SqFt)

612-384-1616 - Владимир

ХОТИТЕ ВЫГОДНО КУПИТЬ/ПРОДАТЬ ДОМ? Или удачно инвестировать в недвижимость?

Home Smart Realty.

Звоните Валерии: **612-232-8522**

Единственный Еврейский Похоронный Дом в Миннеаполисе и Сент-Поле

Hodroff-Epstein

Memorial Chapels

Minneapolis Chapel	St. Paul Chapel
126 East Franklin	671 South Snelling
612 871-1234	**651 698-8311**

Bravo Cleaning,Inc.
Требуются люди для уборки домов и офисов.
Удобное расположение объектов.
Работа семьями и индивидуально.
(612) 701-4191

Best Cleaning, Inc.

Срочно требуются люди на постоянный и неполный рабочий день для уборки домов. 763-416-4611

CLEANING BY DESIGN
ТРЕБУЮТСЯ ЛЮДИ НА УБОРКУ ДОМОВ
ТЕЛ.: 612-242-7997

ТРЕБУЮТСЯ РАБОТНИКИ ПО УХОДУ ЗА БОЛЬНЫМИ
ТЕЛ: 952-938-9595

СТРОИТЕЛЬНАЯ КОМПАНИЯ, ЗАНИМАЮЩАЯСЯ РЕМОНТОМ ЖИЛЫХ ДОМОВ, ИЩЕТ НА ПОСТОЯННУЮ РАБОТУ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ПОКРАСКЕ, УКЛАДКЕ ПЛИТКИ, УСТАНОВКЕ ОКОН И ДВЕРЕЙ, ШТУКАТУРКЕ, САЙДИНГУ И ДРУГИМ СТРОИТЕЛЬНЫМ СПЕЦИАЛЬНОСТЯМ

АЛЕКСАНДР 612-644-2757

The only Russian language media in Minnesota. Since 1991.

ZERKALO

TWIN CITIES MONUMENT COMPANY

1133 UNIVERSITY AVE. •
ST. PAUL 651-646-1542
4827 Minnetonka Blvd. • MPLS
952-920-4738

ГАРАНТИРУЕМ самому покупателю и его наследникам бесплатную замену памятника в случае дефектов в материале или работе.
С этим объявлением – скидка 10%

Компании Cleaning Patrol

ТРЕБУЮТСЯ ЖЕНЩИНЫ

для уборки частных домов. Полн. и неполн. раб. день.
Хорошая оплата, стабильная работа!

Тел.: **952-905-6734**

В компанию APlus Transportation

ТРЕБУЮТСЯ ВОДИТЕЛИ

на выгодых условиях

763-512-0000

email: provider@aplus-mn.com

EDS Engineering Design & Surveying

В КОМПАНИЮ *EDS, INC*
ТРЕБУЮТСЯ:

LAND SURVEYORS
(геодезисты),

CIVIL ENGINEERS
(инженеры по гражданскому строительству)

Знание английского и русского обязательны.

Тел. 763-545-2800

НА АМЕРИКАНСКУЮ ФЕРМУ ТРЕБУЕТСЯ РАБОТНИК С ПРОЖИВАНИЕМ

Зарплата от $1800-$2000 в месяц,
плюс $450 на медстраховку.
Ферма находится в 70 милях от Миннеаполиса.
На ферме имеется 5 работников.
Ферма по выращиванию индюшек.
Тел.: 320-693-2913
email: greg@langmofarms.com

ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ

водителей CDL и Owner Operators

- Опыт вождения грузовиков — это плюс, но не обязателен
- Оплачивается detention, layover и бонусы
- 0.45 - 0.50$ за милю, все мили оплачиваются с грузом и без

Если вы заинтересованы,
звоните по тел: 708-244-3472 - Paul

- РЕСТАВРАЦИЯ ФОТО, РЕТУШЬ
- СОЗДАНИЕ ФОТОАРХИВОВ, ФОТОАЛЬБОМОВ, ГЕНЕАЛОГИЧЕСКОГО ДРЕВА И Т.Д.
- ОБУЧЕНИЕ РАБОТЕ НА КОМПЬЮТЕРЕ (с "нуля").

Тел. **763-316-7870**
612-584-1078
email: mareniar@yahoo.com
МАРИЯ АНДЕРСОН

Прошу подписать меня
БЕСПЛАТНУЮ газету:
"СЕВЕРНАЯ ЗВЕЗДА

Name:_____

Street:_____

City_____ State_____Zip_____

❒ **Мой e-mail address:**_____

❒ Я ваш новый читатель ❒ Мой телефон:_____

Наш адрес: **Zerkalo, Inc. • 8 Nathan Ln. N.,**
Plymouth, MN 55441 • 763 545-1600

DELTA EXPRESS INC.

ОБРАЩАЕТСЯ К ВЛАДЕЛЬЦАМ STRAIGHT TRUCK, BOX TRUCK, SPRINTERS!
Вы можете увидеть большую разницу, когда Delta Express станет вашим партнером!
Звоните по тел.

865.542.4800

БЕСПЛАТНАЯ ПЕРЕСЫЛКА ПРИ ЗАКАЗЕ СВЫШЕ $100

Натуральный, свежайший,
НЕФИЛЬТРОВАННЫЙ МЕД с семейной пасеки!
Собран с любовью и большим опытом.
Звоните: **920-217-7544**, Рита, Сергей

FoxHoneyFarm.com

NORTH STAR and Advertising Review – Russian Language Newspaper, Published by ZERKALO, Inc. © All rights reserved. 2013. Write us: 8 Nathan Lane N.• Plymouth • MN 55441.
Call us: 763 545-1600 Fax: 763 545-1602 • E-mail: zerkalo@msn.com • Web site: www.zerkalomn.com.
Издатель – Л. Гриченер • Редакция – Е. Пинкоске, Ю. Королева • Корректор – Е. Шикина • Арт-Директор - И. Салган, Веб-Дизайнер - Т. Буткова
• Иллюстрации - со страниц интернета, www.google.com
• При подготовке новостей использованы данные информационных агентств: Agence France Press, Lenta.ru, Associated Press, CNN, Fox News, РИА Новости
• Подписка и распространение: 763 525–3199 • ADVERTISING DEPARTMENT/ Прием рекламы: тел. 763 545-1600 • 612 229-1600 (message only)
Publisher is not responsible for the content of advertisements. No portion of this newspaper may be reproduced without written permission from the publisher.
The views expressed in the publications are not necessarily those of the publisher or the editor.
Название, соответствующее содержание и дизайн издания являются интеллектуальной собственностью компании Zerkalo, Inc. и охраняются законом.
Редакция оставляет за собой право редактировать, отвергать и комментировать полученные ею материалы.
Zerkalo, Inc. is not responsible for any information published by our Advertisers. Web site: **www.zerkalomn.com.**

NEW! Прошу подписать меня на журнал "ЗЕРКАЛО"
$12 - на 6 мес., $18 - на 12 мес.

Name:_____

Street:_____

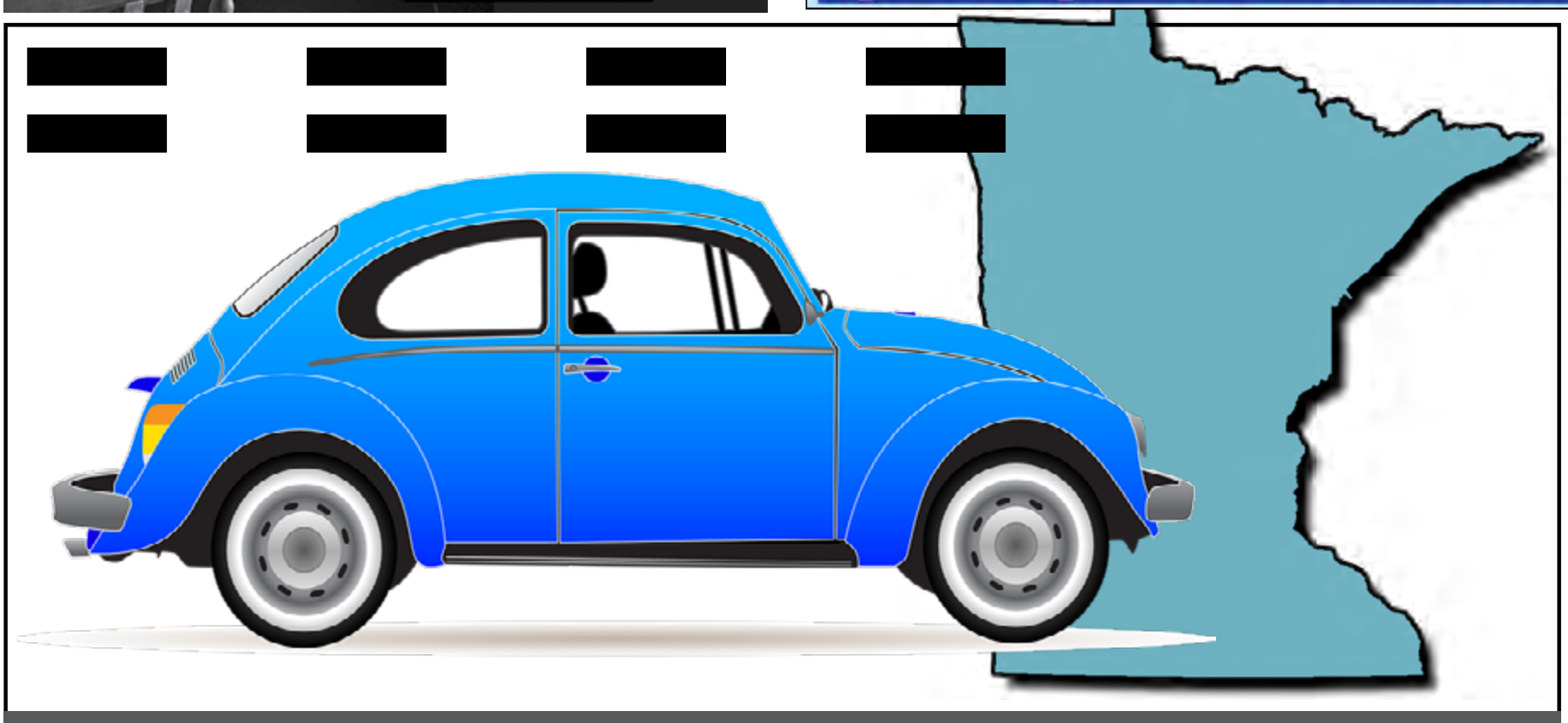
City_____ State_____Zip_____

Tel: _____

❒ Я ваш новый читатель ❒ Мой телефон:_____

Наш адрес: **Zerkalo, Inc. • 8 Nathan Ln. N.,**

Plymouth, MN 55441 • 763 545-1600



ОБУЧАЙСЯ ПРАВИЛАМ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ
И ВОЖДЕНИЮ В МИННЕСОТЕ

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

НА НАШЕМ ВЕБ-САЙТЕ ZERKALOMN.COM ИМЕЕТСЯ ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ТЕХ, КТО ЖЕЛАЕТ ОБУЧИТЬСЯ ВОЖДЕНИЮ И СДАТЬ ЭКЗАМЕН НА ПРАВА НА РУССКОМ ЯЗЫКЕ.

ЗАХОДИТЕ К НАМ НА САЙТ **zerkalomn.com**

и затем кликните на ссылку:

ПРАВИЛА ВОЖДЕНИЯ В ШТАТЕ МИННЕСОТА НА РУССКОМ ЯЗЫКЕ

ШЕНДЕРОВИЧ: КУКЛЫ. 20 ЛЕТ СПУСТЯ

В третий раз наш город посетит один из ярчайших писателей-сатириков современной России, автор многочисленных книг, пьес, сценариев, политический деятель и правозащитник Виктор Шендерович. Его предыдущие выступления прошли с огромным успехом, и в этот раз взыскательную миннесотскую публику ждет не только встреча с любимым автором, но и замечательное путешествие во времени к истокам одной легенды.

В.Шендерович представит яркие отрывки из лучших выпусков культовой программы «Куклы», фрагменты передачи «Бесплатный сыр», приоткроет завесу рабочего творческого процесса создания телепрограмм, покажет эксклюзивные рабочие видеоматериалы к этим передачам. Зрителей ожидают новые рассказы писателя. После концерта Виктор Шендерович подарит всем желающим автографы к новым книгам...

По словам самого Виктора Анатольевича, «в общем, будет то, по чему соскучились, - и то, чего вы не видели и не слышали никогда!»

Напомним, Виктор Шендерович с 1995 года стал одним из постоянных сценаристов «Кукол» - сатирической программы, которая начала выходить на канале НТВ с конца 1994 года. Программа быстро набирала популярность и продержалась в эфире до 2002 года. Острая политическая направленность «Кукол» не раз вызывала гнев чиновников, но главные герои программы ни разу за ее историю не попытались включить «административный ресурс». И тем не менее многие связывают разгром «старого» НТВ именно с реакцией на программу «Куклы».

Честная, острая и принципиальная позиция Шендеровича по вопросам современной политики в России приводила к закрытию его передач, а также целых телеканалов, которые осмеливались предоставить ему платформу для выступлений. С 1997 по 2002 год В. Шендерович был постоянным автором и ведущим еженедельной «информационно-паразитической» программы «Итого» на канале НТВ и позднее, после разгрома НТВ, на канале ТВ-6. После того как канал ТВ-6 был закрыт, эта передача стала выходить под названием «Бесплатный сыр» на канале ТВС. Программа была закрыта вместе с этим телеканалом в июне 2003 года, и Виктор перешел на радио «Эхо Москвы», где до 2008 года вел сатирическую передачу «Плавленый сырок».

В настоящее время радиостанция «Эхо Москвы» – единственное место, где россияне могут услышать голос Виктора Шендеровича. Мы находимся в гораздо лучшем положении (во всех смыслах!) и можем не только услышать Виктора Анатольевича, но и увидеть его и задать ему любые вопросы. Встреча состоится в воскресенье, 9 апреля, в 6:00 в помещении Little Theater Hopkins High School. Не пропустите!

«Служить человеку» - девиз Центра «GoldStar»

«Служить человеку» - девиз Центра «Голдстар», который объединяет содружество пожилых людей. Эта непростая миссия достойно выполняется работниками этого Центра.

Тому, кто дал это имя, наверное, было отпущено достаточно лет жизненного опыта в общении с людьми. Кажется, что нет ничего проще, чем представить, что каждому нужно тепло, немного ласки и, главное, душевный контакт. Каждый из нас - сложнейший инструмент, требующий тончайшей интуиции, чуткости, мудрости и терпения. Увы, это дано только избранным. Жизнь сурова и непредсказуема, и, сделав при встрече с человеком реверанс, иногда можно ранить или отдалить.

Лишь жизненный опыт позволяет мне искренне оценить человеческие достоинства и опыт ведущей программ и ежедневной жизни в Центре «Голдстар» Лены Гуревич. Одаренная прелестным голосом и танцевальным талантом, остроумием и человеческим обаянием, ее отличает безупречная преданность своему делу и ответственность за свои обязанности. Нельзя не заметить и не оценить ее чуткость, юмор, умение разрешать спорные вопросы, сохраняя при этом достоинство спорщиков.

Неутомима и быстра
На слово и ответ легка,
Очаровательна, мудра
Еленой в жизни названа.

Обстоятельства в жизни содружества пожилых людей непросты: разражительность, вздорность, требовательность считаются естественным явлением у пожилой категории.

Таким образом, нетрудно себе представить, каким разумно-добрым, выдержанным и терпеливым должен быть руководитель такой группы.

Улыбка Леночки не исчезает,
Ее глаза приветливо встречают,
И словно по волшебству,
грусть спорщиков
С лица тихонечко растает.

Это просто потрясающе, что есть на свете такие люди, способные общаться и понимать такое разнообразие характеров, взглядов и воспитания.

Терпение и уважение к жизненному пути любого - вот те необходимые параметры, которыми руководствуется любимый и незаменимый руководитель программ в Центре «Голдстар» Леночка Гуревич.

Анна Лейдерман
Миннеаполис, 2017

**** От редакции.***
В письмах читателей сохранена стилистика авторов.

KARTINA TV

ТЕЛЕВИДЕНИЕ
В ЛЮБОЙ ТОЧКЕ МИРА

888·827·0606 WWW.KARTINA.TV

KARTINA TV Русское телевидение

FREE

Доступ на 3 дня

169 каналов

Абонемент 12[illegible]678 Пароль 123456

ОФИЦИАЛЬНЫЙ KARTINA TV ДИЛЕР

Всего

$29.95/мес.

или

$300.00/год

1-888-827-0606

(651) 621-3400

УСТАНОВКА * НАСТРОЙКА * ОБСЛУЖИВАНИЕ

ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ МИННЕСОТЫ

Комплексное лечение и профилактика заболеваний зубов и десен. Стоматологические импланты, ортодонтия, седативная анестезия. Лазерная, профилактическая и косметическая стоматология.

Gendler
Dental Center

952.836.1113
dentistmn.com
1222 Mainstreet
Hopkins

Полное восстановление функций и эстетики натуральных зубов. Один из немногих центров, в котором все стадии имплантирования зубов и общей стодонтологической помощи проводятся в одном месте и с гарантией.
Мы не просто устанавливаем коронки за один день - благодаря новейшей робото-технической системе для лазерного сканирования зуба мы изготавливаем коронки и фарфоровые наполнители в течение вашего визита.

Неотложная стоматология
Бесплатная первая консультация
Возможно финансирование

Joseph Gendler DDS
Thomas Golding DDS
Marina Zigelman DDS

В офисе:
* свой анестезиолог
* своя лаборатория
* свой компьютерный томограф

763-545-1600

JEM PROPERTIES

Realtors since 1984

Office: 763-595-9595
REAL ESTATE SALES JEM PROPERTIES

Willow Grove Center
8 Nathan Lane N.
Plymouth, MN 55441

- Более 30 лет в бизнесе
- Честность и надёжность
- Покупка и продажа домов, участков
- Помощь в финансировании
- Коммерческая недвижимость, аренда

Недвижимость в солнечной Флориде,
Miami Area, Palm Coast
Звоните Марку: 612-598-4001

Марк Стипаков
Real Estate Broker
Cell: 612 598-4001
markstip@gmail.com

Мы поможем Вам принять правильное решение!

Компания **GLOBUS TRANSPORT INC**
приглашает
OWNER OPERATORS and COMPANY DRIVERS

Для работы на нашей основной ветке
Миннесота - Калифорния (DRY VAN FREIGHT)

Если Вы - ответственный и профессиональный водитель CDL Class A с опытом работы не менее 2 лет, Вам больше 23 лет, имеете чистый водительский рекорд и медицинскую карточку, то Вы нам подходите!
Звоните сегодня! Со своей стороны мы обеспечим Вас всем необходимым для хорошего, стабильного заработка!
Парковка на базе компании, русскоговорящий диспетчер, техническая и навигационная поддержка **круглосуточно!**
Мы также предоставляем **TRUCK LEASING PROGRAM** для опытных водителей CDL Class A **(COMPANY DRIVERS)**.

Звоните! **952.345.3233**

INTERNATIONAL HEALTH CARE SERVICES

ПРЕДОСТАВЛЯЕТ КВАЛИФИЦИРОВАННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УХОД И БЫТОВОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ НА ДОМУ

РАБОТАЕМ СО ВСЕМИ СТРАХОВКАМИ БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ И ГОВОРИМ ПО-РУССКИ.

ВСЕ, КТО НУЖДАЮТСЯ В КАЧЕСТВЕННОМ МЕДИЦИНСКОМ УХОДЕ И БЫТОВОМ ОБСЛУЖИВАНИИ НА ДОМУ, ОБРАЩАЙТЕСЬ К НАМ.

ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

МЫ ТАКЖЕ ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ:

ПОМОЩНИКА МЕДСЕСТРЫ (HHA)

$ 13.50 в час

ПЕРСОНАЛЬНОГО ПОМОЩНИКА (PCA)

$12.00 в час

РАБОТАЙТЕ У НАС И ЗАРАБАТЫВАЙТЕ БОЛЬШЕ!

ПРЕДОСТАВЛЯЕМ:

ОПЛАЧИВАЕМЫЙ ОТПУСК И БОЛЬНИЧНЫЕ ДНИ. В ПРАЗДНИЧНЫЕ ДНИ ОПЛАТА В 1.5 РАЗА ВЫШЕ. ЗАРПЛАТА КАЖДЫЕ ДВЕ НЕДЕЛИ.

В БИЗНЕСЕ БОЛЕЕ 23 ЛЕТ.

ЗВОНИТЕ: (763) 591-1959