MONTHLY RUSSIAN NEWSPAPER OF MINNESOTA * ADVERTISING REVIEW

Северная звезда North STAR

#249 ИЮЛЬ/JULY 2018

РЕКЛАМНОЕ ОБОЗРЕНИЕ

WWW.ZERKALOMN.COM

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

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

CHANGE SERVICE REQUESTED

СМ. СТР. 21

СМ. СТР. 43

СМ. СТР. 34

ЛЕТО В МИННЕСОТЕ

ПАДЛБОРДИНГ – УРОКИ ДЛЯ ЖЕНЩИН
28 июля 2018 г., с 9:00 до 11:00 утра

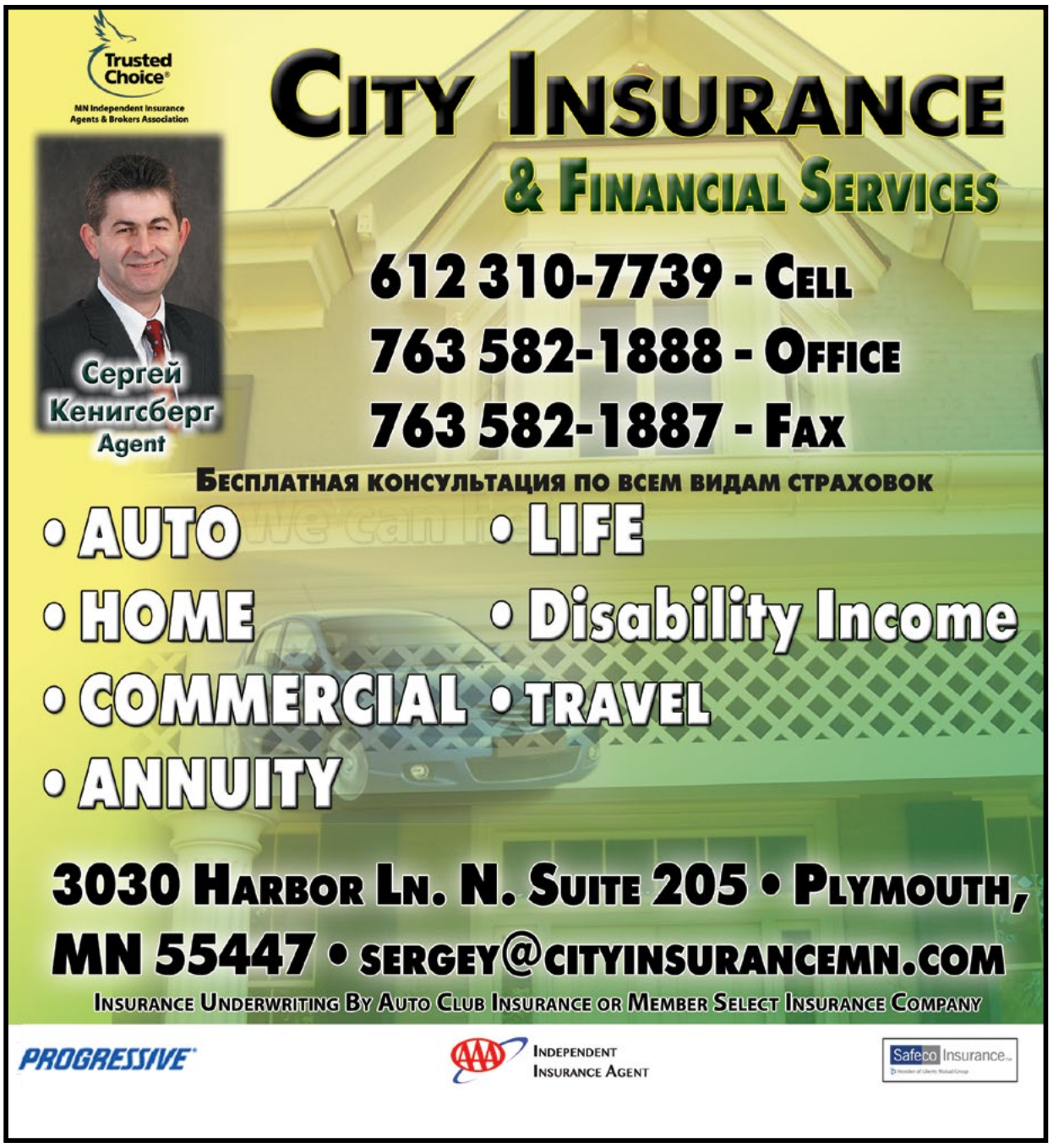
Возраст: от 14 и старше

SUP стал уже каким-то культурным и атлетическим феноменом. Появившись на Гавайях не так давно, он ворвался в общественное сознание, представив людям широкий спектр возможностей. В том числе и поддержание физической формы. Чтобы доказать, что это действительно работает, обратимся к тому, что уже не мало знаменитостей, таких как Дженифер Энистон, Рианна и другие, давно перешли на падлбординг, что позволяет им всегда иметь загорелую кожу, отличное здоровье и подтянутое тело.

По словам профессионального серфера Сэма Хаммера, сапспорт представляет собой тренировку, затрагивающую все мышцы тела, несмотря на стиль плавания (волны, спокойная вода, даунвинд и т.п.). Все это благодаря тому, что вам постоянно приходится балансировать на доске.

Кроме того, падлбординг тренирует дыхательную и кардиосистему. Но при этом во время занятий вы расслабляетесь. Это не похоже на тренировку в зале, где много шума, людей и железных тренажеров. Обстановка вокруг вас также влияет на ваше настроение. Если вашей целью является стальной пресс, крепкая спина, то падлбординг снова на первом месте. Когда вы работаете веслом, именно эти мышцы помогают вам в этом. Так что не стоит сомневаться, что падлбординг не поможет вам достичь идеального торса. А только наоборот! В то время как в зале вы прорабатываете одну

Продолжение на стр. 3



Say YES to Black Horse Carriers Inc.

-Are you looking for great Leadership and Management?
-Excellent Salary and Benefits?
-A Company that offers Stability, Job security and a Place to Call Home?
-New Equipment?
-A Commitment to Safety?

IF YOU ANSWER YES, YES, YES, AND YES, THEN IT'S TIME TO CALL BLACK HORSE CARRIERS

JOB REQUIREMENTS:

- Must be at least 25 years of age.
- 2 years verifiable CDL, tractor/trailer.
- No positive and/or refused drug and alcohol tests.
- Solid MVR, no serious violations in the last 5 years.

Our offer to you:

- Dedicated routes.
- We speak Russian.
- XM Radio on all trucks.
- Cell phone reimbursement.
- $1500.00/ week guarantee.
- Health, Dental and Vision insurance.
- 401K Program.
- Company paid life insurance.
- Short and Long Term disability insurance.
- 6 paid Holidays.
- We pay for your Medical Card.
- Transfer to any of 75 Terminals Nationwide if you decided to move. Meaning no job loss.

Black Horse Carriers has a strong Commitment to Safety. We not only promote and recognize Safety, but we reward it. Drivers Receive Quarterly and Annually safety bonuses.

Please call (612)656-6070
or e-mail Nikolai@Blackhorsecarriers.com

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 стоматологической 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

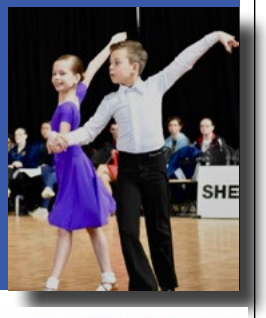
СТУДИЯ БАЛЬНЫХ ТАНЦЕВ

Dance With Us AMERICA

763.234.8656
10 Southdale Center Ste. 930
Edina, MN 55435
www.dancewithusamerica.com

Занятия для детей и взрослых проводят опытные педагоги, победители и призеры международных турниров по спортивным бальным танцам.
Разнообразные танцевальные программы для всех уровней и возрастов :

- групповые и индивидуальные уроки для детей и взрослых
- свадебный танец
- летний детский танцевальный лагерь (июнь 11-15 и 25-29; август 6-10 и 13-17)



Окончание со стр. 1

ЛЕТО В МИННЕСОТЕ / АФИША

зону мышц, на доске задействованы все. Это огромный плюс.

Даже стоя на доске без движения, вам уже нужно балансировать, чтобы не упасть в воду. Ваше тело в этом момент напряжено. Только вы начинаете грести, как начинают работать руки, спина, пресс...

Падлбординг - наверное единственный спорт, который кажется очень сложным сначала, но буквально через 10 минут вы уже гребете что есть сил на другой берег и радуетесь жизни. Будь то ребенок или взрослый человек – немного практики поможет вам стать настоящим гребцом.

Кроме основных мышц, во время плавания на доске разрабатываются и другие части тела. К примеру, когда вы меняете весло, в работу вступает плечевой сустав (дельтовидная мышца). Именно поэтому очень важно менять руки время от времени, чтобы избежать мышечных ассиметрий. Также во время гребли задействованы трицепсы, верхняя часть спины. Сначала будет тяжело, вы будете быстро уставать. Но ведь и на тренировках в зале не все получается сразу.

Хотите похудеть? И снова в точку. С падлбордингом все достижимо. За час гребли тратится от 500 до 1000 калорий, в зависимости от интенсивности. А если еще учесть, что терять калории таким образом гораздо интереснее, чем на беговой дорожке, то вывод сам напрашивается – падлбординг просто необходим каждому!

Зачем заниматься в душном зале? Записывайтесь на наши уроки! SUP отлично подходит тем, кто хочет иметь идеальную фигуру, стальные мышцы и нескучные тренировки.

Equipment provided. Все необходимое для занятий снаряжение, включая доски, предоставляется.

Цена: $35. Возраст 14+
Регистрация:
www.ThreeRiversParks.org
Fish Lake Regional Park
14900 Bass Lake Road
Maple Grove, MN 55311
(763) 694-7764 (Phone)
https://www.threeriversparks.org

ЭКСКУРСИИ В РЕЗИДЕНЦИЮ ГУБЕРНАТОРА

Июнь-август 2018 г.

Приглашаем вас посетить резиденцию губернатора Миннесоты. Экскурсии проходят дважды в месяц с 10:30 утра и до 12 дня и начинаются каждые 10 минут. Резиденция будет открыта для экскурсий 12 и 26 июня, 10 и 24 июля, а также 7 и 21 августа с 10:30 до 12:00. Территория и сады вокруг резиденции открыты для публики до 13:00 в дни тура.

Экскрсии проводятся доцентами Миннесотского исторического общества.

Вход свободный.

Для получения дополнительной информации о туре, включая бронирование, пожалуйста, пишите на residence.gov@state.mn.us.

Время проведения экскурсий:
July 10, 2018
10:30 a.m. to 12:00 p.m.
July 24, 2018
10:30 a.m. to 12:00 p.m.
July 31, 2018
5:00 a.m. to 7:00 p.m.
August 7, 2018
10:30 a.m. to 12:00 p.m.
August 21, 2018
10:30 a.m. to 12:00 p.m.
Вечерний тур 31 июля с 17:00 до 19:00
Tours of the Governor's Residence1006 Summit Ave
St Paul, MN 55105
(651) 201-3464

ЛЕТО В *"SILVERWOOD PARK"*

Silverwood Park расположен на берегу Серебряного озера (Силвер-Лейк) и отличается от других парков тем, что здесь можно встретить музыкантов, художников, расположившихся со своими музыкальными инструментами и мольбертами вдоль аллей парка под раскидистыми кронами вечнозеленых дубов.

Центр для посетителей, расположенный в самом сердце парка, предлагает ежедневные развлечения для всех возрастов. На территории парка имеются художественная галерея, кафе, прокат каноэ и каяков, предлагается аренда помещений для различных мероприятий и имеются территории для пикников.

Приходите с друзьями или всей семьей!

Silverwood Park2500 Co Rd E
St Anthony, MN 55421

НОВОСТИ МИННЕСОТЫ

ЭЛЕКТРИЧЕСКИЕ САМОКАТЫ ПОЯВИЛИСЬ В TWIN CITIES

В июле на дорогах городов-близнецов появился новый вид транспорта - электрические самокаты. По мнению местных властей, в Миннеаполисе и Сент-Поле давно назрела необходимость в использовании малых транспортных средств, которые экологичны и могут легко маневрировать на загруженных пробками дорогах. И электроскутеры – идеальное решение вопроса.

В настоящее время скутеры уже можно взять напрокат в даунтауне Миннеаполиса и Сент-Пола. При их использовании гражданам настоятельно рекомендуется использование шлемов.

Для того чтобы арендовать скутер, необходимо загрузить на мобильный телефон специальное приложение, с помощью которого происходит разблокировка скутера перед использованием. После того как вы добрались до нужного пункта и скутер вам больше не требуется, нужно снова заблокировать его через программу.

Стоимость поездки весьма демократична - всего 1 доллар.

В то время как для жителей Миннесоты это новинка, электрические самокаты уже используются в нескольких городах страны: Лос-Анджелесе, Вашингтоне, а также в городах соседнего Висконсина. Мнения граждан варьируются от положительных до весьма отрицательных. К безусловным плюсам можно отнести простоту использования и доступность электросамокатов. В то же время нередки случаи, когда отдельные граждане управляют ими в состоянии алкогольного опьянения, врезаясь в припаркованные на обочинах автомобили.

ОГРОМНЫЙ МЕДВЕДЬ ЗАБРЕЛ В ВАЙЗАТУ И БЫЛ ЗАСТРЕЛЕН НЕДАЛЕКО ОТ LORD FLETCHER'S

В субботу днем 7 июля огромный медведь забрел на территорию озера Миннетонка в районе Вайзата. Жители одного из частных домов, расположенных возле озера, позвонили в службу 911. Прибывшие спасатели обнаружили медведя бегущим по волейбольному полю неподалеку от популярного бара Lord Fletcher's. Спасатели сочли местонахождение

медведя опасным для жизни людей и застрелили нежданного гостя, когда тот пересекал дорогу напротив бара.

Грег Сэло, лейтенант Department of Natural Resources, сообщил, что использование транквилизаторов в ситуации не рассматривалось, по причине того, что действуют они не сразу, и какое-то время животное еще может довольно быстро передвигаться. Учитывая близость медведя к месту общественного отдыха и большого скопления людей, спасатели оценили ситуацию как крайне опасную и исключили возможность использования седативных средств.

К слову, не все наряды DNR, выезжающие на места подобных инцидентов, имеют при себе транквилизаторы. «За этот год подобный вызов в нашу службу – уже двадцатый по счету, - рассказал лейтенант Сэло. – В девяноста процентах случаев мы даем животным возможность спокойно уйти в лес. К сожалению, не на этот раз».

По информации DNR, популяция медведей в Миннесоте составляет от 12 до 15 тысяч.

МОА АНОНСИРОВАЛ НОВОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ ДЛЯ ТЕЛЕФОНОВ

Если вы когда-либо испытывали трудности в том, чтобы найти свободное парковочное место в Mall of America, существует простой выход из положения: приложение для мобильного телефона MyPark. Компания из Майами, запустившая эпп, с октября прошлого года дает возможность жителям и гостям Миннесоты избежать головной боли при поиске парковочных мест. В настоящее время программа активно дорабатывается новыми услугами.

«Если вы собираетесь на ужин или у вас запланирована поездка, это позволяет снять хлопоты поиска парковочного места... Лучше потратить это время внутри торгового центра, а не на его парковке», - рассказывает про программу Луис Майендия, генеральный директор MyPark.

Пользоваться приложением довольно просто: загрузив его на телефон, вам надо зайти в эпп и подтвердить свою резервацию. После этого нажать на "Let Me In" в программе, и ворота на парковку со специальными местами откроются. Стоимость - $3 за первые два часа, после чего $3 каждый последующий час.

Несмотря на то, что парковочные гаражи Mall of America предлагают тысячи бесплатных мест, MyPark поль-

зуется большим успехом. Ведь они предлагают самые лучшие места на парковке. По словам Сары Таунс, вице-президента по маркетингу МОА, с момента запуска в прошлом году программы было сделано более 5000 резервировок.

К слову, забронировать парковочное место программа позволяет за шесть месяцев вперед. По данным Таунс, у компании уже есть резервации на Черную пятницу.

"Наш эпп предлагает места для парковки премиум-класса. Это очень удобно для определенных дней в году с высоким трафиком, таких как Черная пятница, или накануне Рождества, больших распродаж, в холодное время года", - говорит Таунс.

Кстати, в настоящее время компания предлагает бесплатно попробовать эпп. Загрузите MyPArk на телефон и введите код MYPARK 1.

НАЛОГОВЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ

НАПОМИНАНИЯ ПО НАЛОГАМ И ITIT

Налогоплательщики, которые должны были доплачивать налоги при оформлении налоговых деклараций за 2017 год, должны как можно скорее пересмотреть удержания с зарплаты (форма W-4). Калькулятор удерживаний IRS и публикация 505 , которые можно найдти на www.irs.gov, помогут вам пересмотреть форму W-4 и избежать другой, возможно более значительной налоговой доплаты в следующем году.

В соответствии с Законом о сокращении налогов и занятости, который был принят в прошлом году, в налоговый закон внесено множество изменений, которые могут коснуться вас. Выполнение проверки теперь поможет вам убедиться, что вышеуказанное удержание налогов соответствует вашей налоговой ситуации 2018 года.

Вот некоторые вещи, которые вы должны иметь в виду:

У вас, возможно, не было достаточной суммы налогов, удержанных из заработной платы в течение 2017 года, в результате чего вы были должны доплатить в 2018 году.

Если у вас продолжают слишком мало удерживать из зарплаты в оставшуюся часть этого года, вы можете оказаться в такой же ситуации снова в следующем году.

Важно помнить, что если налогоплательщик доплачивает слишком много, то кроме налогов придется платить штрафы и проценты.

Калькулятор удерживания может помочь вам применить новый закон к вашей ситуации. Результаты калькулятора могут помочь вам принять взвешенное решение о том, изменить ли удержания в этом году.

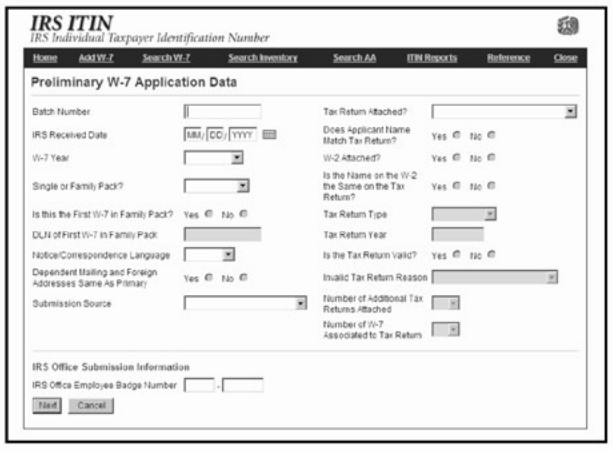
Вам необходимо скорректировать свое удержание как можно скорее за равномерное удержание в течение всего остального года.

Ожидание означает, что существует меньше периодов оплаты, чтобы удерживать необходимый федеральный налог, что может оказать большее влияние на каждую зарплату.

Налогоплательщики с более сложными ситуациями могут обнаружить, что использование публикации 505 является лучшим вариантом для определения их удержания, чем использование калькулятора удерживания. Публикация 505 работает лучше для работников, которые должны обладать налогами на занятость, альтернативным минимальным налогом или налогом на нетрудовые доходы от иждивенцев. Он также может помочь тем, кто получает доходы от работы, такие как дивиденды, проценты, прирост капитала, рента и роялти.

В конце 2018 года истекает срок действия более 2 миллионов идентификационных номеров налогоплательщиков. Затронутые налогоплательщики, которые будут подавать налоговую декларацию в 2019 году, должны как можно скорее подать свои заявки на возобновление, чтобы избежать спешки и задержек с возвратом в следующем году.

Вот несколько фактов об истечении срока действия ITIT и о том, как налогоплательщики обновляют их:



• ITIT , которые не использовались в федеральной налоговой декларации не реже одного раза в последние три года подряд, истекают 31 декабря 2018 года.

• В конце года истекают также идентификаторы со средними цифрами 73, 74, 75, 76, 77, 81 или 82. Примером этого является 9NN-73-NNNN. Эти цифры необходимо обновить, даже если налогоплательщик использовал его в течение последних трех лет.

• Этим летом IRS отправляет уведомление CP-48 , что вы должны обновить идентификационный номер индивидуального налогоплательщика, чтобы подать налоговую декларацию США налогоплательщикам с истекающими ITIN, которые использовались хотя бы один раз за последние три года.

• Уведомление объясняет шаги, которые налогоплательщики предпринимают для возобновления ITIN, если они будут включать его в налоговую декларацию США, поданную в 2019 году.

• Налогоплательщики, получившие уведомление после возобновления их ITIN, не должны предпринимать дальнейшие действия, если это не затрагивает другого члена семьи.

• Налогоплательщики с ITIN, которые имеют средние цифры 73, 74, 75, 76, 77, 81 или 82, а также все ранее истекшие ITIN, имеют возможность обновлять ITIN для всей своей семьи в одно и то же время.

• Ранее ITIN со средними цифрами 70, 71, 72, 78, 79 или 80 истекли. Налогоплательщики с этими ITIN могут все еще обновляться в любое время.

• Чтобы продлить ITIN, налогоплательщик должен заполнить форму W-7 и предоставить всю необходимую документацию.

ITINs используются людьми, у которых есть налоговая декларация или обязательства по платежам в соответствии с законодательством США, но которые не имеют права на номер социального страхования. Владельцы ITIN, у которых есть вопросы, должны посетить информационную страницу ITIN на IRS.gov и это займет несколько минут, чтобы понять рекомендации.

Налоговый совет
налоговой реформы IRS
2018-103 - 5 июля 2018 г.

НЕДВИЖИМОСТЬ

ПЯТЬ ПРИЧИН, ПОЧЕМУ ШКОЛЬНЫЕ РЕЙТИНГИ ИМЕЮТ ЗНАЧЕНИЕ

• Школы могут оказывать большое влияние на стоимость жилья и качество жизни. Если вы покупаете дом, вот несколько причин, по которым местные школьные рейтинги имеют значение, даже если у вас нет детей.

• Если вы будете продавать дом - покупатели будут учитывать рейтинг школ в вашем пригороде. В соответствии с исследованиями Национальной ассоциации риэлторов и опросов покупателей и продавцов жилья, 29 процентов покупателей жилья назвали качество школы важным показателем и 22 процента указали близость к школам в качестве решающего фактора при покупке дома. Еще одно обследование, проведенное Realtor.com, показало, что 91% опрошенных включили границы школьного округа в процесс принятия решений как один из важных факторов. Вы можете удивиться, узнав, что не у всех покупателей, участвующих в исследованиях, были дети.

• По данным Национального Бюро экономических исследований, больше денег, потраченных на школы, означает больше денег, потраченных на дома. Существует связь между школьными расходами и стоимостью домов в любом районе. В докладе Бюро под названием “Использование рыночной оценки для оценки расходов государственных школ” было установлено, что на каждый доллар, потраченный на государственные школы в районе, стоимость жилья увеличилась на 20 долларов.

• Чем выше Рейтинги высших школ, тем выше стоимость домов. Исследование Института Брукингса изучило 100 крупнейших районов вокруг больших городов в стране и обнаружило среднюю разницу в размере 205000 долларов США в ценах на жилье между домами вблизи школ с высокими рейтингами и низкоэффективных школ.

Хорошие школьные рейтинги помогают домам поддерживать ценность. Взлеты и падения в экономике напрямую отражаются на рынке жилья. Но отличный школьный округ иногда может помочь оградить дом от рыночных колебаний.

• Большие школьные округа обычно означают большие районы. Часто есть связь между суперокругами и более безопасными районами, лучшими магазинами и транспортом и большими общественными удобствами как парки. Все эти факторы повышают желательность соседства, что приводит к более высоким ценам на дома и лучшей сделки для вас, когда прийдет время продавать.

И как всегда, отличный агент по недвижимости сможет дать представление о школах в районах, где вы хотите купить дом.

Elena Ebert,
Real Estate Consultant,
RE/MAX Advantage Plus

763- 545-1600

АДМИНИСТРАЦИЯ ТРАМПА ЗАМОРОЗИЛА ВЫПЛАТЫ МЕДИЦИНСКИМ СТРАХОВЫМ КОМПАНИЯМ

Участники страхового рынка утверждают, что это может привести к росту страховых взносов для физических лиц и компаний в следующем году.

Администрация Трампа заявила, что недавнее решение суда не позволяет ей производить выплаты медицинским страховым компаниям, которым в соответствии с Законом о доступном здравоохранении полагаются миллиарды долларов.

Выплаты в размере 10,4 миллиарда долларов были заморожены в соответствии с правительственной программой платежей в целях выравнивания риска, в рамках которой средства изымаются у страховых компаний с более здоровыми клиентами и перераспределяются между компаниями с менее здоровыми.

Федеральные суды в Нью-Мексико и Массачусетсе вынесли противоречивые решения, касающиеся формулы перераспределения платежей. Суд в Массачусетсе не нашел в ней никаких проблем, в то время как суд в Нью-Мексико заявил, что федеральное правительство использует неточную формулу.

На днях администрация Трампа направила электронное письмо (что является необычным шагом, когда речь идет о решении, касающемся миллиардов долларов), в котором заявила, что не может продолжать перераспределение средств в условиях противоречивых судебных решений.

«В результате этого судебного процесса платежи и сборы в целях выравнивания рисков приостанавливаются», – заявила администратор Центров администрирования программ Medicare и Medicaid (Centers for Medicare and Medicaid Services) Сима Верма.

Ведомство Вермы сообщило, что оно обратилось в суд Нью-Мексико с просьбой о пересмотре его решения.

Центры администрирования программ Medicare и Medicaid находятся в ведении Министерства здравоохранения и социальных служб США. Одной из их задач является управление программой платежей в целях выравнивания рисков.

Крупные страховые компании выразили разочарование действиями администрации, отметив, что они могут привести к увеличению взносов на медицинское страхование для миллионов людей и малого бизнеса.

Президент Дональд Трамп в ходе предвыборной кампании обещал отменить Закон о доступном здравоохранении, известный также как Obamacare.

В прошлом году контролируемый республиканцами Конгресс не смог отменить и заменить его. Однако президент издал ряд указов, которые ослабили закон.

Около 20 миллионов американцев получили медицинскую страховку в рамках Закона о доступном здравоохранении.

Крупные страховые компании заявили 7 июля, что администрация Трампа вмешивается в программу, которая хорошо работает.

Президент ассоциации страховых компаний Blue Cross Blue Shield Скотт Серота заявил, что действия администрации Трампа приведут «...к значительному увеличению страховых взносов для миллионов людей и владельцев малого бизнеса в 2019 году и могут вылиться в значительное сокращение выбора планов медицинского страхования».

По его словам, они также «подрывают доступ американцев к доступной страховой защите, от чего могут особенно пострадать те из них, кто больше всего нуждается в медицинской помощи».

В США НАРАЩИВАЮТ ДОБЫЧУ НЕФТИ

Об этом свидетельствует увеличение количества буровых установок.

По данным нефтесервисной компании «Бэйкер Хьюз» (Baker Hughes), число нефтяных буровых установок в США за минувшую неделю выросло на 5 единиц и сейчас их общее количество составляет 863 штуки. При этом аналитики предсказывают дальнейший рост производственных активов у американских нефтедобытчиков.

Число буровых является ранним индикатором объёма будущей добычи нефти в США. По прогнозу Управления энергетической информации, производство сырья в США в 2018 году вырастет на 1,44 миллиона баррелей в сутки. По расчётам экспертов Cowen&Co, специализирующиеся на разведке и добыче нефти, компании в среднем планируют увеличить капитальные затраты на 13 процентов в 2018 году по сравнению с предыдущим годом.

Тем временем стало известно, что корпорация British Petroleum (BP), предложившая более 10 миллиардов долларов за нефтегазовые активы компании BHP Billiton на материковых сланцевых формациях в США, возглавляет список претендентов на их приобретение, сообщили агентству «Рейтер» осведомленные источники. Намерения BP говорят о том, что компания делает большую ставку на производство нефти и газа в США в условиях роста цен на энергоносители. BP и BHP могут заключить сделку в ближайшие недели, сказали источники, оговорившись, что ясности пока нет, и переговоры могут закончиться ничем. Подробности предложения BP неизвестны.

В аукционе также участвуют такие гиганты, как Royal Dutch Shell и Chevron Corp. BHP объявила о планах реализовать сланцевые активы на ряде формаций в этом августе. Выставленный на продажу лот также включает активы, которые BHP приобрела у Petrohawk Energy за $12 миллиардов в 2011 году, правда, с момента покупки они потеряли в цене на фоне удешевления газа. BP начала работать на материковых сланцевых месторождениях в США в 2015 году, и с тех пор развивала бизнес, но из-за аварии на платформе Deepwater Horizon в Мексиканском заливе отстала от многих своих конкурентов. Заключение сделки с BHP откроет BP доступ к нефтеносным бассейнам Permian и Eagle Ford в штате Техас, и позволит компании уравновесить бизнес, который до этого в основном был ориентирован на газодобычу.

АМЕРИКАНЦАМ РАЗДАДУТ ДЕНЬГИ ПРОСТО ТАК

В американском городе Стоктон, штат Калифорния, будет проведен эксперимент универсального базового дохода (УБД), в ходе которого гражданам, живущим за чертой бедности, на протяжении 18 месяцев будет выплачено девять тысяч долларов.

На каждого жителя рассчитано по

500 долларов в месяц, сообщает Fox News.

С помощью проекта власти хотят показать, что ни в одном городе с населением более 300 тысяч не должно быть граждан, находящихся за чертой бедности. Программу планируется запустить в 2019 году. На компенсацию смогут претендовать 100 жителей города, живущих за чертой бедности. Они смогут распоряжаться деньгами на свое усмотрение.

Стоктон — столица американских долгов, где каждый четвертый горожанин живет за чертой бедности. Средний доход семьи в год на восемь тысяч долларов меньше по сравнению с медианным показателем по стране (около 46 тысяч долларов). Город задолжал миллионы долларов из-за дорогих девелоперских проектов и в 2012 объявил о банкротстве.

По словам мэра Майкла Таббса, город потратил весь бюджет на программу развития, чтобы привлечь туристов и инвесторов. Эксперимент будет спонсироваться за счет средств миллиардеров Силиконовой долины. Инвесторами выступили многие знаменитости, включая соучредителя компании Facebook Криса Хьюза, который пожертвовал на реализацию программы один миллион долларов.

«Такая фундаментальная идея, стоящая за Америкой, что если вы много работаете, то можете достигнуть высот и не жить в нищете на сегодняшний день. Сегодня это неправда, такого не было на протяжении десятилетий», — заявил Хьюз. Помимо Криса Хьюза, желание проспонсировать проект изъявили Илон Маск и Марк Цукерберг.

Ранее данную программу практиковали в Финляндии, где безработным в месяц выплачивали 560 евро. Однако в скором времени она была прекращена.

СЕВЕРНАЯ КОРЕЯ НАЗВАЛА ПЕРЕГОВОРЫ С ГОССЕКРЕТАРЕМ США «ПЕЧАЛЬНЫМИ»

Глава Госдепартамента США Майк Помпео заявил, что визит в КНДР был «продуктивным».

Министерство иностранных дел КНДР заявило 7 июля, что переговоры с госсекретарем США Майком Помпео вызвали сожаление, и обвинило Вашингтон в попытках в одностороннем порядке вынудить Пхеньян свернуть ядерную программу.

Заявление представителя северокорейского МИДА было опубликовано через несколько часов после завершения двухдневных переговоров Помпео с Ким Йон Чолем и другими представителями руководства Северной Кореи.

В опубликованном документе говорится, что итоги переговоров «вызывают большие опасения», так как они инициировали «опасную фазу, что может пошатнуть нашу готовность к денуклеаризации, которой мы твердо придерживались»

Северокорейское государственное информационное агентство KCNA назвало переговоры «крайне тревожными» и со ссылкой на неназванного представителя министерства иностранных дел сообщило, что «самым быстрым путем» к денуклеаризации Корейского полуострова является поэтапный двусторонний подход.

Госсекретарь США Майк Помпео позитивно оценил переговоры с КНДР. Сразу по их завершении он заявил, что обе стороны «провели многочасовые плодотворные переговоры», в результате которых был достигнут «прогресс по почти всем ключевым вопросам».

Глава внешнеполитического ведомства США сказал, что значительная часть переговоров была посвящена обсуждению сроков проведения денуклеаризации Северной Кореи и предоставления данных об имеющемся в наличии оружии массового уничтожения. Помпео не стал вдаваться в подробности, однако сообщил: «Мы в течение продолжительного времени обсуждали эти два вопроса, и я думаю, что мы добились прогресса по всем аспектам наших обсуждений».

В ходе прошедшего визита Помпео не встречался с лидером Северной Кореи Ким Чен Ыном. Пресс-секретарь Госдепартамента Хизер Нойерт сказала, что встреча с Кимом и не планировалась.

Перед началом второго для переговоров с Ким Йон Чолем Помпео поговорил по телефону с президентом США Дональдом Трампом. Непосредственно перед закрытой встречей в присутствии журналистов Помпео заявил: «Президент Трамп привержен достижению светлого будущего для Северной Кореи».

В текущем году это третий визит Помпео в Северную Корею и первый, когда госсекретарь провел в стране два дня. Нынешний визит – первый после саммита Трампа и Ким Чен Ына в Сингапуре в прошлом месяце.

Президент США поручил госсекретарю Помпео контроль за выполнением обещаний Кима на саммите по денуклеаризации Корейского полуострова.

В субботу, 7 июля, пресс-секретарь Нойерт заявила, что официальные представители США и КНДР создали рабочие группы для обсуждения различных вопросов, включая механизм верификации усилий Северной Кореи по денуклеаризации.

По словам Нойерт, Помпео придер-

живался жесткой позиции в переговорах по достижению трех основных целей: полной денуклеаризации Северной Кореи, предоставлению гарантий безопасности, репатриации останков американцев, погибших в Корейской войне. Представитель Госдепартамента также заявила, что в ходе переговоров в пятницу стороны достигли прогресса.

Поездка Помпео в Северную Корею прошла на фоне сообщений о том, что американское разведсообщество пришло к выводу, что Пхеньян продолжает расширять инфраструктуру для осуществления своей ядерной программы. За прошедшие несколько дней американские СМИ опубликовали снимки со спутника, которые свидетельствуют о том, что Северная Корея модернизирует ядерные объекты.

ПЕНТАГОН ОЦЕНИВАЕТ ПРИГОДНОСТЬ ВОЕННЫХ БАЗ ДЛЯ РАЗМЕЩЕНИЯ МИГРАНТОВ

Администрация попросила вооруженные силы расселить тысячи задержанных нелегалов.

Пентагон проводит экологическую экспертизу двух военных баз, чтобы определить, пригодны ли они для размещения семей мигрантов, сообщил официальный представитель военного ведомства Джейми Дэвис. При этом он добавил, что строительства на базах Форт-Блисс и Гудфеллоу не начнется до получения «уведомления о намерениях» от Министерства внутренней безопасности и Министерства здравоохранения о соцобеспечения. Первая база располагается на территории штатов Техас и Нью-Мексико, вторая – в Техасе.

Администрация Трампа попросила вооруженные силы разместить тысячи нелегальных пересекших южную границу иммигрантов, в том числе детей, путешествующих без сопровождения.

В период президентства Обамы вооруженные силы размещали на пяти военных базах около 16000 детей-мигрантов после их задержания Службой пограничного контроля.

Бывший и.о. помощника министра здравоохранения Марк Гринберг, при администрации Обамы работавший в Управлении по делам семей и детей, рассказал, что его ведомство неоднократно обращалось за помощью к военным в случае резкого и неожиданного роста числа прибывающих на границу детей.

«Число прибывающих детей выросло с 2-3 тысяч в месяц до 10», – пояснил он.

По данным Министерства здравоохранения, в настоящий момент не менее 11800 детей содержатся в 100 стандартных центрах в 14 штатах. Когда закончатся места в этих центрах, могут быть сооружены дорогостоящие временные убежища.

«Из новостных заголовков складывается впечатление, что мы сталкиваемся с очень резким увеличением числа нелегальных переходов через границу. На самом деле в 2017 году показатели были самыми низкими с 1971 года, – отмечает Гринберг. – В этом году они, судя по всему увеличатся, но в историческом масштабе все равно останутся низкими».

Однако если раньше речь шла в основном о взрослых мигрантах из Мексики, то сейчас сильно выросло число семей и детей без сопровождения из стран Центральной Америки.

Доля семей от общего числа задержанных мигрантов в 2012 году составляла 3 процента, в 2014 году – 14 процентов, а в 2018 году – 24 процента. Число детей, путешествующих без сопровождения, выросло с 7 процентов в 2012 году до 13 в этом году.

Стандартные центры содержания мигрантов должны удовлетворять лицензионным требованиям штатов, однако на объекты, построенные на федеральных землях, в том числе на военных базах, эти требования не распространяются, что делает их особенно ценными для чиновников из администрации, у которых нет времени на прохождение длительного процесса получения лицензий.

Министерство внутренней безопасности, которое будет использовать Форт-Блисс для размещения семей мигрантов, попросило построить три отдельных объекта, предусматривающих полураздельное проживание семей и вмещающее до 4000 мигрантов.

Министерство здравоохранения будет использовать базу Гудфеллоу для размещения детей без сопровождения.

АСГС: ПРАВИТЕЛЬСТВО США НЕ СМОЖЕТ В СРОК ВОССОЕДИНИТЬ С РОДИТЕЛЯМИ ВСЕХ ДЕТЕЙ, РАЗЛУЧЕННЫХ НА ГРАНИЦЕ

По решению суда, дети младше пяти лет должны вернуться к родителям не позднее 10 июля.

Маловероятно, что правительство США сможет в установленные судом сроки, то есть до 10 июля, воссоединить всех детей иммигрантов младше 5 лет с их родными, с которым они были насильственно разлучены на границе с Мексикой. Такими опасениями поделился 8 июля Американский союз гражданских свобод (АСГС).

«Очень печально, что, судя по всему, администрация Трампа не сможет воссоединить даже половину детей младше пяти лет со своими родителями», – заявил заместитель директора проекта АСГС «Права иммигрантов» Ли Гелернт.

«Эти дети уже испытали большие страдания из-за этой политики, и каждый дополнительный день в разлуке усиливает эту боль», – добавил он.

26 июня АСГС добился временного судебного запрета по делу о разделении семей. Суд постановил, что дети в возрасте до пяти лет должны воссоединиться с родителями не позднее 10 июля, а остальные семьи – не позднее 26 июля.

В пятницу, 6 июля, правительство обратилось в суд с ходатайством о продлении этих сроков. Судья не удовлетворил это ходатайство и 7 июля потребовал предоставить список детей, которые, по мнению правительства, не могут вернуться к родным в установленный срок с указанием причин. Список из 102 детей был передан АСГС.

Правозащитники заявили, что правительство «изначально представило неполную информацию к вечеру субботы», и выпустило обновленные данные в воскресенье.

Министр здравоохранения и социальных служб Алекс Азар на прошлой неделе заявил, что из более 11800 детей, которые находятся под надзором министерства в специальных детских приютах, около 3 тысяч были разлучены с родителями. Остальные пересекали границу без сопровождения взрослых. По его словам, около 100 из этих детей младше пяти лет.

24 ЧЕЛОВЕКА ПОГИБЛИ В МЕКСИКАНСКОМ ТУЛЬТЕПЕКЕ ОТ ВЗРЫВОВ ФЕЙЕРВЕРКОВ

Среди погибших – спасатели, пытавшиеся помочь пострадавшим.

Несколько сотрудников спасательных служб, пытавшихся прийти на помощь пострадавшим, были среди 24 человек, погибших в результате взрывов фейерверков в городе Тультепек к северу от Мехико.

Власти Мексики заявили, что четверо пожарных и двое полицейских, которые бросились на помощь после первого взрыва, были убиты следующим. Четыре здания были разрушены в результате взрывов, которые также ранили несколько десятков человек.

Глава Агентства гражданской обороны Мексики Луис Фелипе Пуэнте сказал, что взрывы начались в нелицензированной мастерской, и воспламенившиеся там материалы разлетелись в воздухе, что привело к еще четырем взрывам.

Видео, снятое на месте событий, зафиксировало дым над Тультепеком и десятки пожарных и спасателей, работающих на месте происшествия.

Тультепек известен своим производством фейерверков и связанными с этим частыми происшествиями.

Семь человек погибли там в результате подобного инцидента менее месяца назад.

БОРИС ДЖОНСОН УШЕЛ В ОТСТАВКУ С ПОСТА ГЛАВЫ МИДА ВЕЛИКОБРИТАНИИ

Сообщается, что Тереза Мэй вскоре объявит о его преемнике.

Как заявило правительство Великобритании, министр иностранных дел этой страны Борис Джонсон подал в отставку на фоне углубляющихся разногласий по поводу «Брекзита», охвативших британский кабинет.

В аппарате премьер-министра Великобритании Терезы Мэй сообщили, что Мэй приняла отставку Джонсона и вскоре назовет имя его преемника.

«Мы не сходимся во мнениях относительно наилучшего способа выполнения нашего общего обязательства по реализации результата референдума», – сказала Мэй, выступая в парламенте вскоре после объявления об отставке Джонсона. Имеется в виду прошедший в 2016 году референдум, в ходе которого большинство британских граждан высказались за выход из ЕС.

Напомним, накануне в отставку подал министр по «Брекзиту» Дэвид Дэвис, назвавший подход Мэй «опасной стратегией».

В своем заявлении об отставке Дэвис сказал Мэй, что ее план по созданию «свода правил», соблюдающих европейское законодательство по свободной торговле, в лучшем случае поставит Великобританию в слабое положение на переговорах, а в худшем – не оставит ей никакого выхода. По его словам, этот план делает восстановление британского суверенитета «скорее иллюзорным, нежели реальным».

Кабинет Мэй согласовал ее план в пятницу после бурных споров в ходе совещания в ее летней резиденции. Дэвис и ряд других членов кабинета выступали за полный разрыв с ЕС, остальные – за так называемый «мягкий Брекзит», подразумевающий сохранение экономических связей с блоком за счет таможенного союза и единого рынка.

ПО ДЕЛУ ОБ УБИЙСТВЕ БОРИСА НЕМЦОВА ПОЯВИТСЯ НАДЗОР ОБСЕ

Будет также уточнена процедура и форма надзора ОБСЕ.

В Берлине 7-11 июля в здании Бундестага проходит 27-ая ежегодная летняя сессия Парламентской Ассамблеи ОБСЕ - организации по безопасности и сотрудничеству в Европе, которая является полем сотрудничества представителей парламентов 57 государств мира от Владивостока до Ванкувера. Сессия посвящена теме «Выполнение обязательств в рамках ОБСЕ: роль парламентов».

8 июля при поддержке делегации США и по инициативе Владимира Кара-Мурзы младшего, председателя фонда Бориса Немцова, а также адвоката Вадима Прохорова и журналистки Жанны Немцовой, прошли слушания о необходимости надзорной процедуры ОБСЕ по делу об убийстве Бориса Немцова. Члены официальной российской делегации демонстративно проигнорировали слушания.

Владимир Кара-Мурза младший в беседе с берлинским корреспондентом Радио Свобода заявил:

– Такая процедура нужна, так как российские власти явно не хотят искать ни организаторов, ни заказчиков самого громкого политического убийства в современной истории России. А согласно документу московского совещания ОБСЕ, вопросы законности, демократии и прав человека не могут считаться внутренним делом той или иной страны, а являются предметом международных обязательств и предметом международного рассмотрения. Мы, инициаторы, как минимум, хотим не дать российским властям замолчать тему убийства Бориса Немцова, не дать засунуть её под ковер».

В готовящейся резолюции будет призыв к властям Российской Федерации провести новое расследование убийства Немцова. Будет также уточнена процедура и форма надзора ОБСЕ.

ПОЛИЦИЯ СОЛСБЕРИ СООБЩИЛА О ПОСТРАДАВШЕМ В РЕСТОРАНЕ ИЗ «ДЕЛА СКРИПАЛЯ»

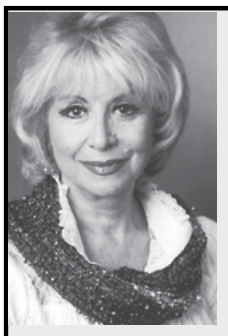
Полиция британского Солсбери расследует инцидент с пострадавшим человеком в ресторане Zizzi, где ужинал Сергей Скрипаль до того, как попасть в больницу с отравлением «Новичком». Об этом сообщает Sky News.

Подробности инцидента не раскрываются, известно лишь, что пострадавший — мужчина в возрасте около 30 лет. «Учитывая продолжающийся инцидент в Солсбери и Эймсбери, мы принимаем меры предосторожности для обеспечения общественной безопасности. По понятным причинам мы не хотим, чтобы люди были встревожены», — заявили в правоохранительных органах.

Полиция отмечает, что в настоящее время ничто не указывает на явную опасность для населения, но просит избегать места инцидента.

30 июня пара британцев отравилась в соседнем с Солсбери городе Эймсбери. Было установлено, что они оказались под воздействием нервно-паралитического вещества «Новичок», которым в марте отравились бывший сотрудник ГРУ Сергей Скрипаль и его дочь Юлия. Чарли Роули и Дон Стерджесс положили в ту же больницу, где проходили лечение Скрипали, однако женщина умерла. В полиции считают, что британцы могли найти контейнер, в котором в Солсбери был доставлен «Новичок». В британском Минобороны обвинили Россию в смерти женщины от «Новичка». По словам главы ведомства Гэвина Уильямсона, «Россия совершила атаку на британской территории, из-за которой умерла гражданка Великобритании». Москва обвинения отвергает.

Продолжение на стр. 8



Роза Харт

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

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

Сохраняют Здоровье Детей и Подростков

Child and Teen Checkups

Регулярные профилактические медосмотры способствуют здоровью детей.

Визиты к врачам для профилактических осмотров (C&TC) бесплатны для детей и подростков до 21 года, имеющих *Medical Assistance*

Медосмотры предоставляются вашей семейной клиникой и включают в себя:

- Проверка физического состояния
- Проверка общего развития
- Проверка слуха и зрения
- Прививки

Профилактические проверки рекомендуемы в этих возрастах:

0-1 месяца	15 месяцев
2 месяца	18 месяцев
4 месяца	24 месяца
6 месяцев	30 месяцев
9 месяцев	3 года
12 месяцев	Ежегодно 4-20 лет

Свяжитесь с программой Медосмотров Детей и Подростков в вашем местном округе или с вашим медицинским планом если у вас есть вопросы или вы нуждаетесь в помощи с поиском доктора или клиники:

Anoka **763-324-4280**
Carver **952-361-1329**
Dakota **952-891-7500**
Hennepin **612-348-5131**
Ramsey **651-266-2420**
Scott **952-496-8013**
Washington **651-430-6750**
Blue Plus **651-662-5545**
HealthPartners **952-967-7998**
Hennepin Health **612-596-1036**
UCare **612-676-3200**

АМЕРИКАНСКАЯ ИНФЛЯЦИЯ ПРИБЛИЗИЛАСЬ К 3% ЗА МЕСЯЦ

Пресс-релиз американского Министерства труда свидетельствует, что потребительские цены в Соединенных Штатах продемонстрировали рост на 2,9% в годовом выражении.

Как сообщает информационно-аналитическое агентство Блумберг со ссылкой на релиз профильного ведомства США, в месячном выражении рост инфляции составил 0,1%. Вместе с тем специалисты обратили внимание: несмотря на то что годовой показатель совпал с прогнозами, месячная инфляция оказалась ниже ожидаемой.

Стоимость продуктов питания в Соединенных Штатах выросла на 1,4% в годовом выражении, в то время как цена энергоносителей выросла на 12%.

СРЕДСТВО ОТ НАСЕКОМЫХ ВЫЗВАЛО ЭПИДЕМИЮ РАКА В США

В адрес разработчика и производителя химии уже подано более 5 тыс. судебных исков.

Компанию Monsanto Co обвиняют в том, что препарат для обработки растений от вредителей Roundup вызывает тяжёлые формы онкологии. В содержании первых 400 исков от фермеров утверждается, что средство провоцирует развитие неходжкинской лимфомы, пишет Business Insider. Во всём, по данным специалистов, виноват глифосат — один из самых токсичных и канцерогенных гербицидов, входящих в состав Roundup.

Любопытно, что в 2017 году после двухлетнего исследования Агентство по охране окружающей среды США признало глифосат безопасным для обработки посевов. Двумя годами ранее ВОЗ внесла глифосат в список небезопасных для здоровья человека гербицидов. Руководство компании Monsanto считает, что между эпидемией рака и их химией нет никакой связи, а безопасность препарата подтверждена после 800 различных исследований. Производитель намерен отстаивать собственную невиновность в суде, однако в случае проигрыша истцы могут отсудить у компании несколько миллиардов долларов.

МОЩНЫЕ ЛИВНИ В ЯПОНИИ УНЕСЛИ ЖИЗНИ УЖЕ ПО МЕНЬШЕЙ МЕРЕ 200 ЧЕЛОВЕК

В Японии не прекращаются мощные ливни. Они вызвали массовые затопления и оползни в западной части страны, число погибших возросло до по меньшей мере 200 человек.

Об этом сообщает Deutsche Welle.

12 июля об этом сообщило правительство Японии. По их данным, еще примерно десяток людей считаются пропавшими без вести.

Высокая вода размыла дороги и разрушила мосты, большинство погибших оказались под завалами собственных домов. А оставить свои дома были вынуждены почти два миллиона человек. Сейчас около 10 тысяч человек живут во временных жилищах.

Кроме того, сотни тысяч японцев сейчас без питьевой воды и электроэнергии. К спасательным операциям привлечены десятки тысяч пожарных и полицейских.

В РОССИИ УНИЧТОЖИЛИ БОЛЕЕ 25 ТЫСЯЧ ТОНН САНКЦИОННЫХ ПРОДУКТОВ

Такое количество продовольственных товаров было уничтожено за 3 года.

Об этом со ссылкой на Федеральную службу по ветеринарному и фитосанитарному надзору РФ, передают "Крым.Реалии".

По информации ведомства, до 9 июля этого года было задержано 25 тысяч 377 тонн санкционных товаров, из них уничтожили 25 тысяч 89 тонн.

В частности, в июне в Симферополе сотрудники Россельхознадзора изъяли из торговли 74 килограмма сыров, ввоз которых запретила Россия.

ВСЕМИРНЫЙ БАНК ОТМЕТИЛ РОСТ РОССИЙСКОЙ ЭКОНОМИКИ

Всемирный банк представил обновленный рейтинг мировых экономик. Соответствующий документ опубликован на сайте организации.

Согласно статистике, экономика России в 2017 году обогнала Южную Корею, заняв 11-ю строчку рейтинга. За год российский ВВП в долларовом выражении увеличился почти на 300 миллиардов долларов, составив 1,58 триллиона. Первую строчку в сводной таблице занимают США (19,4 триллиона долларов), на втором месте оказался Китай (12,2 триллиона), замыкает тройку экономика Японии (4,9 триллиона).

11 июля исследования инвестиционного банка Bank of America Merrill Lynch (BofA) показали, что российская экономика стала сильнейшей среди 10 крупнейших развивающихся стран. В анализе участвовали 68 развивающихся стран, которые сравнивали по 4,8 тысячи показателей. Россия заняла в рейтинге первое место, обогнав Китай, и стала обладателем «макрокубка», говорится в исследовании BofA.

7 мая президент России Владимир Путин подписал указ о национальных целях и главных задачах, затрагивающий в основном социальную сферу. Однако позже глава Счетной палаты и Центра стратегических разработок Алексей Кудрин усомнился в реализации программы. По его мнению, у российской экономики не хватит ресурсов для исполнения майского указа.

По словам премьер-министра России Дмитрия Медведева, исполнение указа обойдется стране в 8 триллионов рублей. Программа будет реализована за счет средств госбюджета, после чего общая величина расходов в бюджете составит 25 триллионов рублей.

В МЕКСИКЕ ОБРУШИЛСЯ ТОРГОВЫЙ ЦЕНТР

Обрушение произошло днем на глазах у десятков прохожих. Часть многоэтажного здания рухнула за считанные секунды.

В столице Мексики Мехико в четверг, 12 июля, обрушилось здание торгового центра. Об этом сообщает Reuters.

Происшествие случилось днем на глазах у десятков прохожих.

Часть многоэтажного здания рухнула за считанные секунды.

Причины обрушения здания пока неизвестны

Информация о пострадавших или погибших не поступала.

По данным местных СМИ, торговый центр под названием Artz Pedregal, расположенный на юге столицы, открылся в марте.

СИНЕГО КИТА УБИЛИ ВПЕРВЫЕ ЗА 40 ЛЕТ

На сегодняшний день этот вид находится под угрозой исчезновения. Выловленная особь достигала 30 метров в длину.

Впервые за последние 40 лет было совершено убийство синего кита, находящегося под угрозой исчезновения, пишет CNN. 30-метровую особь выловила и убила китобойная компания Hvalur HF, которая принадлежит одному из самых богатых людей в Исландии Кристьяну Лофтссону.

В интернет попало видео, на котором видно, как сотрудники китобойни по очереди вскарабкиваются на спину млекопитающему и фотографируются.

Лофтссон утверждает, что сотрудники его компании убили вовсе не синего кита, а финского, вылов которого не запрещен в Исландии.

"Но если это действительно синий кит, то убийство произошло случайно", - заявил бизнесмен.

Биологи, которые рассматривали фото и видео, утверждают, что это именно синий кит. На спине можно увидеть характерные для него белые пятна. Точку в этом вопросе поставят власти Исландии, которые заказали генетическую экспертизу убитого животного. Она может занять несколько месяцев.

Добыча синих китов является незаконной во всех странах мира, начиная с 1986 года. Этому запрету предшествовали десятилетия их истребления. Только в водах Антарктики в XX веке убили 360 тысяч синих китов.

Несмотря на меры, направленные на защиту животных, сегодня в мире насчитывается, по разным оценкам, от 10 до 25 тысяч синих китов.

Синий кит - самое большое современное животное, и, вероятно, крупнейшее из всех животных, когда-либо существовавших на Земле. Его длина достигает 33 метров, а масса - 150 тонн.

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

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

КАК СПАСЛИ ДЕТЕЙ ИЗ ПЕЩЕРЫ В ТАИЛАНДЕ

В ТАИЛАНДЕ СПАСЛИ ДЕТЕЙ, ЗАСТРЯВШИХ В ЗАТОПЛЕННОЙ ПЕЩЕРЕ ТХАМ ЛУАНГ

На поверхность удалось поднять всех школьников и футбольного тренера. Группа пошла в пещеру после тренировки 23 июня. Сначала внутри было сухо, однако вскоре пошел дождь — вход затопило и завалило камнями. Всех пропавших нашли живыми 3 июля, через десять дней после исчезновения. Они сидели на сухом пятачке в одном из гротов, в четырех километрах от входа. От свободы их отделяло три затопленных участка.

Из пещеры людей спасали в несколько этапов. Сначала приходилось преодолевать самые опасные и узкие участки: примерно за четыре часа застрявших удавалось вывести к базе спасателей в двух километрах от входа, где им оказывали первую помощь. И уже затем их выводили на поверхность, откуда на машинах скорой помощи, а затем на вертолетах доставляли в больницу города Чианграй.

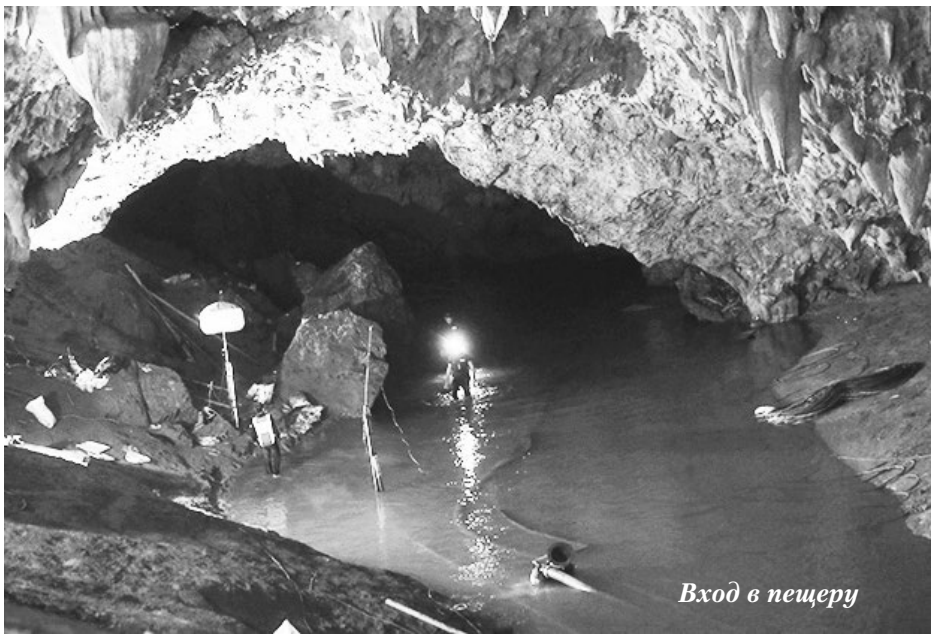
На то, чтобы вызволить пленников стихии, ушло три дня. 8 июля команда водолазов смогла спасти четверых детей, на следующий день получилось вывести еще четверых. Последних остававшихся в пещере школьников и их тренера на поверхность подняли уже 10 июля.

СПАСАТЕЛЬНАЯ ОПЕРАЦИЯ БЫЛА ДОСТАТОЧНО СЛОЖНОЙ

С самого начала специалисты столкнулись со множеством трудностей. Самым серьезным препятствием были продолжающиеся дожди: они грозили еще сильнее затопить пещеру. Поэтому первым делом внутрь доставили насосы, которые постоянно откачивали прибывающие потоки. Командующий операцией Наронгсак Осоттанакорн говорил, что спасатели пытаются выиграть гонку у воды. Однако 5 июля воду случайно залили обратно в подтопленную пещеру — группа волонтеров, которая не зарегистрировалась у координаторов и начала действовать самостоятельно, начала выкачивать воду прямо на землю, и она в результате уходила назад.

Другой серьезной проблемой стало то, что никто из заблокированных в пещере не умел пользоваться аквалангом. Сообщалось даже, что детям придется либо научиться дайвингу и попытаться пересечь затопленный участок, что крайне опасно, либо просидеть в западне до сентября или октября, когда сезон дождей закончится.

Спасатели были вынуждены отказаться от нескольких планов спасения. Так, было решено не приставлять к каждому школьнику по одному профессиональному напарнику-дайверу после того, как погиб 38-летний бывший морской пехотинец Саман Гунан. Он добровольно вызвался участвовать в спасательной операции и доставил кислородные баллоны подросткам, а на обратном пути потерял сознание. Попытки реанимировать его оказались тщетными.



Вход в пещеру

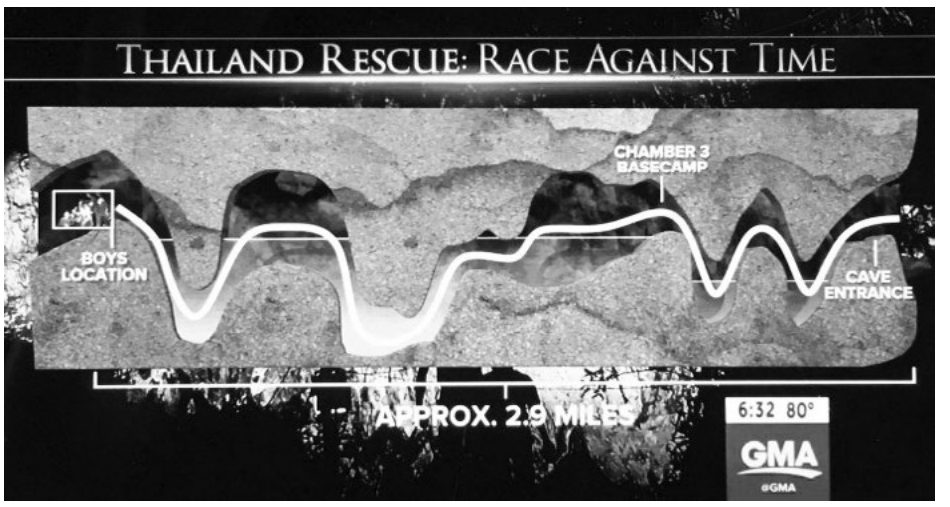
Кроме того, специалисты отбросили план проложить воздушный кабель — этому мешали узкие коридоры. В какой-то момент появлялась информация, что не увенчалась успехом и попытка прокопать к детям шахту с поверхности: их хотели вытащить на канатах, однако еще во время бурения натолкнулись на слой гранита — его можно было только взрывать, что могло повлечь обрушение пещеры. К тому же сроки спасательной операции могли затянуться на месяцы.

Операцию приостанавливали и из-за того, что запасы кислорода внутри пещеры истощались, их необходимо было пополнять. В дополнение к этому все происходящее пришлось засекретить: участникам нельзя было без специального разрешения разглашать информацию и делиться фотографиями, чтобы предотвратить распространение ложной информации. Это было связано с тем, что в сети появлялись данные о шести поднятых на поверхность в первый день, хотя их было всего четверо.

К СПАСЕНИЮ ПОДКЛЮЧАЛСЯ ИЛОН МАСК

Помимо местных волонтеров, свою помощь в спасении заблокированных школьников предлагало множество стран.

Подключился и легендарный американский предприниматель: он приехал сам и привез в Таиланд специалистов своих компаний SpaceX и Boring Co, чтобы они могли помогать на месте. Изобретатель предложил вызволить детей на специально созданной мини-субмарине. Ее собрали из частей ракеты-носителя Falcon 9. По его словам, аппарат должен быть достаточно легким, чтобы его могли нести два дайвера, а его небольшие размеры позволили бы легко проходить через узкие проходы пещеры. Позднее стало известно, что мини-субмарина не понадобилась. «Она названа Wild Boar [«Дикий вепрь»] в честь школьной футбольной команды. Оставляю ее здесь на случай, если она пригодится в будущем», — написал Маск.



РОДСТВЕННИКАМ ЗАПРЕТИЛИ ОБНИМАТЬ СПАСЕННЫХ

Родителям разрешили увидеться с детьми, однако заключать их в объятия и целовать было нельзя: общаться первое время можно только через стеклянную перегородку. Запрет снимут лишь после того, как будут закончены все медицинские обследования.

Первоначально сообщалось, что спасенные выглядят вполне здоровыми, однако доктора все еще проводят анализы, чтобы выяснить, не подхватили ли они в пещере какие-либо инфекции — к примеру, потенциально смертельный лептоспироз. Позже стало известно, что у ребят обнаружены признаки инфекции, однако не уточнялось, какой именно. Отмечалось, что ни у кого из них нет лихорадки. Спасенные пробудут в больнице около недели.

Из-за этого они точно не смогут попасть на финальный матч чемпионата мира по футболу в Москве, куда их пригласил президент Международной федерации футбола (ФИФА) Джанни Инфантино. «Если, как мы все надеемся, они воссоединятся со своими семьями в ближайшие дни и их здоровье позволит им путешествовать, ФИФА будет рада пригласить их на финал чемпионата мира по футболу-2018 в Москве в качестве наших гостей», — писал он.

ДЕТЕЙ В ЗАПАДНЮ ЗАВЕЛ ТРЕНЕР-МОНАХ, НО ЕГО БЛАГОДАРЯТ ЗА ПОМОЩЬ

Школьники, когда их еще только нашли в глубине пещеры, написали родным письмо, рассказав о своем самочувствии и мечтах о вкусной еде. Тогда же к их родителям обратился тренер команды, 25-летний Экапол Чантхавонг: «Спасибо, что морально поддерживаете нас. Прошу всех родителей простить меня. Прошу и ваших детей простить меня за то, что они пошли в пещеру, ничего не сказав вам». В школе он работает помощником главного тренера и отвечает за команду игроков младшего возраста.

Причины винить молодого человека и вправду есть: у входа в пещеру стоит большой предупреждающий знак о том, что заходить внутрь в сезон муссонов рискованно, однако он все равно повел туда ребят. В то же время для многих бывший монах (он потерял родителей в возрасте десяти лет, воспитывался в монастыре и оставил его всего три года назад, чтобы заботиться о больной бабушке) стал божественной силой, защитившей мальчиков. По словам спасателей, тренер был ослаблен больше, чем все остальные, потому что отдавал школьникам свою долю воды и еды. Он также учил мальчиков медитировать и сохранить как можно больше энергии, пока их не найдут.

Родители, несмотря на явную оплошность Чантхавонга, не хотят выдвигать против него обвинений. «Если бы он не был с ними, что случилось бы с моим мальчиком? — рассуждала мать одного из школьников. — Когда он выберется, мы должны будем исцелить его сердце. Мой дорогой Эк, я никогда не буду винить тебя».

Екатерина Первышева

ТЕМА НОМЕРА

БИТВА ТИТАНОВ

В настоящее время «торговая война», развязанная Дональдом Трампом против Китая и других стран, малозаметна для американских граждан и фондовых бирж. Однако противники политики Трампа считают, что в случае обострения конфликта пошлины США и ответные пошлины Китая могут затронуть товары на «миллиарды и триллионы» долларов, что грозит вызвать цепную реакцию и превратить «торговые войны» в новый экономический вызов для всего мира. Тем более что в эту войну втягивается все больше стран.

США РЕШИЛИ ВВЕСТИ НОВЫЕ ПОШЛИНЫ НА ТОВАРЫ ИЗ КИТАЯ НА СУММУ $200 МЛРД

10 июля Вашингтон решил пойти на эскалацию торгового конфликта с Китаем, объявив о введении новых пошлин на китайские товары на общую сумму $200 млрд. В Вашингтоне эту меру назвали ответом на нежелание Китая пойти на уступки.

Администрация Дональда Трампа подготовила новый список товаров из Китая, на которые будут введены пошлины в 10%, список опубликован на сайте торгового представительства США (*pdf). Под тарифными ограничениями окажутся товары на сумму порядка $200 млрд.

Торговый представитель США Роберт Лайтхайзер, комментируя введение новых пошлин, заявил, что они стали ответом Вашингтона на «неспособность Китая изменить свое поведение». «Это надлежащий ответ в соответствии с разделом 301 Торгового акта, направленный на устранение вреда от индустриальной политики Китая», — цитирует его слова Fox News. Как пояснил телеканалу источник в Белом доме, под «неспособностью Китая изменить свое поведение» подразумевается то, что Пекин не реагирует на действия США и настаивает на том, что Соединенные Штаты не испытывают никакого урона от китайской торговой политики.

«Вместо того, чтобы принять во внимание наши законные опасения, Китай начал проводить политику возмездия в отношении американских товаров», — заявил Лайтхайзер. Таким образом он прокомментировал введенные на прошлой неделе Китаем тарифные ограничения на поставку американской продукции.

В списке товаров, оказавшихся под пошлинами, оказалось более 6 тыс. наименований. Тарифы повысятся на китайские морепродукты, фрукты, овощи, зерно, табак, охранные сигнализации и автомобильные запчасти.

КТО ВЫИГРЫВАЕТ В ТОРГОВОЙ ВОЙНЕ США И КИТАЯ

Вероятно, Китаю до последнего момента казалось, что торговая война в таком масштабе все же не начнется: были и переговоры, и поездки китайского вице-премьера в США, и совместные заседания разных американо-китайских торговых ассоциаций.

Все старались смягчить удар, но не удалось. И, как кажется, потому что речь идет не столько о торговле, сколько о выравнивании политического баланса в мире. И если раньше тон задавал Китай, ведя уверенное, хотя и крайне аккуратное наступление на мировую экономику, то теперь США перехватили инициативу. В ответ Китай заявляет о начале «самой большой торговой войны в экономической истории», что хотя и не совсем точно с исторической точки зрения, зато весьма впечатляет как «фигура речи».

Обычно в таких случаях подсчитывают «сколько», но не всегда внятно объясняют «почему». А это как раз ключевой вопрос, так как он даст ответ и на другой вопрос: как долго это может продлиться? Есть ответ, лежащий на поверхности: Трамп методично выполняет свои предвыборные общения, защищает американских производителей и вообще America first. Но с этим объяснением не все гладко: уже сейчас очевидно, что из-за ответных китайских мер (а разве были сомнения, что Китай их примет?) страдают и американские производители.

Сначала Китай заявил, что введет дополнительные 25%-ные тарифы на сою, химические продукты и некоторое медицинское оборудование из США. Под ударом оказались и те американские штаты, чей экспорт в Китай составляет более 12–15%, это прежде всего Алабама, Орегон, Южная Каролина. Еще больше (от 20%) в Китай поставляют штаты Нью-Мексико (27,8%, на сумму около $1 млрд), Аляска (26,6%, на сумму $1,3 млрд) и Вашингтон (23,5%, на сумму $18 млрд). Пострадают в основном сельскохозяйственные территории США, например, по экспертным оценкам, фермеры из Айовы потеряют около $624 млн. Страдают и многие производители фруктов — половина всей американской черешни экспортируется в США.

Помимо этого, под китайским ответным ударом оказывается американская энергетика, прежде всего поставки сырой нефти и сжиженного газа, около 40% всей поставляемой из США сельскохозяйственной продукции, в том числе соя, зерновые, рыба, а также ряд продукции современного автомобилестроения типа автомобилей Tesla и Ford.

У Пекина есть также способы максимально усложнить жизнь американских компаний в Китае. Многие американские фармацевтические компании, пользуясь интересом к западным лекарственным средствам и заботой о здоровье, стремительно ворвались на китайский рынок. Не исключено, что теперь сроки лицензирования американских лекарств для китайского рынка «внезапно» станут больше, чем европейских, и то же самое может произойти и с американской электроникой.

Но вопрос не только в экономике. Это борьба за власть над будущим, и на это нацелена нынешняя политика Трампа. За последние три-четыре года Китай выдвинул несколько инициатив, которые, по сути, обозначают одно и то же: максимальное расширение влияния Китая на мировую экономику, включая товарные рынки, инфраструктуру и финансовые механизмы. Они обозначаются как «Пояс и путь», «Made in China 2025», но по сути предлагают схему обмена лояльности Китаю на инвестиции и поставки продукции. При этом обвинять Китай в экономической агрессии не совсем верно, это один из немногих способов выживания экономики страны в условиях торможения роста внутреннего рынка и падения инвестиционной привлекательности. Китай, привыкший работать в условиях дружелюбия и комфорта, формирует под себя новую политическую и экономическую общность, которую именует «сообществом стран общей судьбы», борется за большую открытость (читай «доступность») зарубежных рынков, что в конечном счете должно хеджировать риски китайской экономической модели внутри страны. Позиция Трампа (именно его, а не разрозненного американского истеблишмента) понятна и очевидна. Ему кажется, что он понял стратегию Китая и пытается поставить заслон этому, затормозить движение Китая во внешний мир.

Китай же стремится избавиться от статуса мировой производственной «фабрики всего» и приобрести статус экспортера высокотехнологичных продуктов за счет товаров категории Made in China 2025. Именно по этим товарам и наносят США первый удар: под ограничения подпали 818 категорий товаров на общую сумму $34 млрд, сейчас же наступает вторая очередь из 284 категорий товаров, от полупроводников до продукции из пластика. При этом прежде всего оказался затронут сектор китайской машинотехнической продукции, составляющий почти четверть всего экспорта. С китайской электроникой также есть некоторая тонкость: формально под ограничения подпадает не готовая продукция, а лишь ряд компонентов. Но повышение тарифов на печатные платы и микросхемы сделает китайскую бытовую электронику просто неконкурентоспособной на американском рынке.

Трамп уже обещает, что если Пекин будет вводить ответные меры, то под тарифные меры подпадут товары на сумму $550 млрд, то есть почти весь объем двустороннего торгового оборота.

Торговое противостояние именно сейчас явно не в интересах Китая, учитывая заметный профицит Пекина в двусторонней торговле с США. Удар по китайским производителям нанесен существенный — американский рынок всегда рассматривался Пекином как приоритетный. Просто снижать цены, чтобы прорваться с дешевыми товарами на рынке Европы или, например, в России, Китаю невыгодно, это отбрасывает его на годы назад, в статус дешевого производителя, да и себестоимость товаров в Китае заметно выросла. Лишиться американского рынка не хочет ни одна китайская компания. Даже такой технологический гигант, как китайская ZTE, по требованию властей США уже сменила главного исполняющего директора — ранее компанию обвинили в поставке санкционных электронных

компонентов в Иран и КНДР и запретили закупать продукцию американских производителей в течение семи лет. В самом начале июля ZTE обязалась выполнить все требования США в обмен на разрешение возобновления операций.

Чтобы не столь решительно «стрелять себе в ногу» ответными шагами, Китай предпринимает срочные меры по исправлению ситуации. Пекин уменьшил импортные тарифы на 1449 категорий товаров, в том числе на одежду и обувь (с 15,9% до 7,1%), рыбу и минеральную воду (с 15,5% до 6,9%), косметику и чистящие средства (с 8,4% до 2,9%), фрукты и овощи (с 10-30% до 5%), а также на драгоценности и премиальные товаров. К тому же Китай вспомнил о странах-партнерах по Торговому соглашению в АТР, созданному еще в 1975 году, и для пяти стран — Индии, Южной Кореи, Бангладеш, Лаоса и Шри-Ланки — с 1 июля уменьшил или вообще обнулил тарифы на 8549 различных товаров, в том числе на сою и говядину (до 0%), на сжиженный газ, текстиль, медицинское оборудование.

Китай, который сам поставлял ряд этих продуктов по всему миру, например текстиль и бытовую химию, теперь сам готов все это закупать. Поразительным образом китайский рынок за счет антиамериканских мер становится более открытым, хотя наличие квот на ряд товаров пока еще никто не отменял.

«Торговая война» приводит к активизации старых связей и наверняка будет еще создавать новые альянсы. Китай заметно активизировался в области закупки сои, говядины, фруктов в странах Латинской Америки и Карибского бассейна, методично выдавливая оттуда американские компании. Сложнее придется с высокотехнологичным оборудованием и с технологиями в целом. Многочисленные попытки Китая приобрести высокотехнологичные компании в США и Германии были заблокированы.

Китай стремительно перестраивает свои торговые партнерства, и от этого выиграют сейчас те, кто уже сегодня готов выходить на китайский рынок, имея товары, некоторый опыт и пользуясь моментом. Пока о «мощном рывке» российских производителей на китайский рынок не слышно, хотя ситуация была вполне предсказуема еще несколько месяцев назад. Но даже в этой ситуации настоящая война еще не началась — идет лишь примерка сил, впереди бой за финансовые рынки и высокие технологии. Но уже сейчас понятно, что противостояние продлится долго и потери будут с обеих сторон. А торговые войны и прочие «санкции» станут нормативом политического — не экономического! — поведения.

NYT: «ТОРГОВАЯ ВОЙНА» ТРАМПА С КИТАЕМ ГРОЗИТ СТАТЬ ДЛЯ США «ЭКОНОМИЧЕСКИМ АФГАНИСТАНОМ»

Дональд Трамп заявил, что торговые войны «легко выиграть», однако сейчас стоит вопрос, есть ли у него план по достижению своих целей, или же он стремится к «затратному и бессмысленному конфликту без результата», пишут журналисты The New York Times Ана Суонсон и Нил Ирвин.

Президент США уверяет, что угрозы пошлинами в адрес Китая, ЕС, Мексики и Канады в итоге вынудят их уступить Вашингтону. Стратегия Трампа вдохновлена сильным экономическим ростом в Америке, который дал ему возможность ввести пошлины. Однако маловероятно, что пошлины смогут оказать сильное влияние на экономику других стран.

Китайские товары стоимостью $34 млрд, на которые были наложены пошлины, и эквивалентный ответ Китая — это немного по сравнению с американской экономикой объёмом в $20 трлн. Пока что мировые фондовые биржи в основном не обратили внимания на «торговую войну», отмечают авторы материала. Тем не менее, пошлины всё же оказывают негативное воздействие на некоторые сферы экономики, в частности, на фермеров и мелких предпринимателей. Конфликт между США и Китаем грозит обостриться и затронуть товары на сотни миллионов долларов.

«Самый здравый аргумент Трампа во время его избирательной кампании заключался в том, что он не будет жертвовать жизнями и богатством Америки в бессмысленных произвольных войнах. Однако развязывание торговой войны может оказаться его экономическим Афганистаном — дорогим, не имеющим чётких временных границ, и бесплодным», — отметил президент Института международной экономики Петерсона Адам Позен. Трамп пригрозил, что если конфликт с Китаем вскоре не разрешится, то он введёт пошлины «почти на весь экспорт Китая», усложнит китайские инвестиции в США и ограничит визовый режим для китайских граждан.

«Трамп относится к торговой политике как к сделке по недвижимости, где цель в том, чтобы побить оппонента, наступить ему на горло и унизить его», — заявил директор исследований торговой политики института Катона Дэниел Айкенсон. В настоящее время американская экономика достаточно сильна, чтобы выдержать относительно скромные пошлины, введённые в ответ Китаем. Однако ситуация может обостриться и привести к пошлинам на товары стоимостью в сотни миллиардов или даже триллионов долларов. «Если с обеих сторон мы поднимемся до триллионов долларов, то это будет означать около 25% торговли. Люди начнут это замечать», — резюмировал Айкенсон.

ГЕРМАНИЯ И КИТАЙ ОБЪЕДИНЯЮТСЯ В БОРЬБЕ С ПРОТЕКЦИОНИЗМОМ В ГЛОБАЛЬНОЙ ЭКОНОМИКЕ

С учетом осложненных торговой войной экономических отношений с Вашингтоном Пекин пытается завести новые контакты со Старым светом.

Германия и Китай демонстративно выступили за свободную торговлю и предостерегли от опасности протекционизма. На встрече с премьером Государственного совета КНР Ли Кэцяном канцлер Германии Ангела Меркель заявила о заинтересованности в многосторонней торговой системе с открытым и свободным доступом. Звучавшие в ходе встречи заявления об открытости рынков явно контрастировали с позицией Вашингтона.

Меркель похвалила Пекин за открытие для немецких инвесторов китайского финансового рынка, а также за новые возможности для работы немецких фирм - прежде всего автоконцернов - в китайской экономике. КНР и Германия будут также более тесно сотрудничать в области высоких технологий.

Пекин пообещал соблюдать и защищать при этом права на интеллектуальную собственность. «Люди, которые воруют интеллектуальную собственность, пытаются идти к достижению цели короткой дорогой. Мы конечно, этого не допустим», - сказал Ли Кэцян.

Китайская сторона также заверила ЕС в том, что намерена неукоснительно следовать правилам Всемирной торговой организации. По словам директора китайского института исследований ВТО Ту Синьцюаня, Китай, как страна с крупнейшим в мире торговым оборотом и вторая по величине экономика, не может принимать какие-либо односторонние протекционистские и ограничительные меры, которые не основаны на правилах Всемирной торговой организации.

6 июля начали действовать пошлины США в размере 25% на импорт 818 наименований китайских товаров на 34 млрд. долларов. Вскоре после этого Пекин ввел ответные пошлины на американские товары. Штаты Тихоокеанского побережья США, такие как Орегон и Вашингтон, наиболее активно торгующие с Китаем, уже готовятся к потерям, если торговая война затянется на месяцы и годы.

«Мы, вероятно, наиболее зависимый от торговли с Китаем штат в США, - говорит директор департамента торговли штата Вашингтон Брайан Бонлендер. - Поэтому нас очень тревожит перспектива полномасштабной торговой войны. По приблизительным оценкам, от 30 до 40 процентов всех рабочих мест в штате зависят, по крайней мере, частично, от торговли. Таким образом, торговая война может быть действительно катастрофической для нашей экономики».

Для Китая американский рынок сбыта весьма важен, без него китайской экономике будет сложно удерживать высокие показатели во внешней торговле. Но торговая война с США может вызвать и положительный эффект, считают эксперты. Китай, завлекая иностранных инвесторов, главным образом из ЕС, по-настоящему начинает открывать для инвестиций свои рынки.

На этом фоне американский производитель электромобилей Tesla заключил соглашение о строительстве в Шанхае завода по производству электромобилей, который будет находиться недалеко от порта Яншань. Согласно документу, подписанному представителями компании и администрацией шанхайского района Линьган, Tesla обязуется инвестировать полную сумму в строительство предприятия с объемом производства до полумиллиона автомобилей в год. Помимо производства, детище Илона Маска вложит деньги в разработку и дальнейшее продвижение своей продукции на местном рынке. По данным китайских изданий, проект станет одним из крупнейших за всю историю Шанхая с точки зрения иностранных капиталовложений в производственные мощности. Любопытно, что Шанхай сейчас занимает первое место в Китае по использованию электромобилей. На конец прошлого года в городе было зарегистрировано 165 тысяч машин, работающих на чистых источниках энергии.

Продолжение на стр. 12

КАКИЕ СТРАНЫ ВВЕЛИ ОТВЕТНЫЕ МЕРЫ ПРОТИВ США

РОССИЯ

Правительство России ввело повышенные пошлины на импорт товаров из США. Решение было принято в ответ на повышение Вашингтоном пошлин на ввоз российской стали и алюминия.

Россия ввела пошлины в размере от 25 до 40 процентов на импорт товаров из США. Такое решение было принято в ответ на повышение Вашингтоном пошлин на ввоз российской стали и алюминия. Об этом сообщает агентство «Интерфакс» со ссылкой на Министерство экономического развития.

В ведомстве отметили, что распоряжение уже подписано премьер-министром России Дмитрием Медведевым. Под дополнительные денежные сборы попали некоторые виды строительной техники, нефтегазового оборудования, инструменты для обработки металлов и бурения скальных пород, а также оптоволокно. По словам министра экономического развития России Максима Орешкина, пошлины поддержат российские предприятия, выпускающие аналоги продукции из США. «Они смогут заместить американские поставки на внутреннем рынке,» – заявил чиновник. В Минэкономразвития утверждают, что ущерб от торговых ограничений для российских экспортеров со стороны США оценивается почти в 538 миллионов долларов. Ответные меры со стороны России позволят компенсировать только только 87 миллионов.

В последние месяцы США также ввели повышенные пошлины на импортную сталь и алюминий из Китая и других стран, включая ЕС и Россию.

ЕС ОТВЕТИЛ НА УГРОЗУ ТРАМПА ВВЕСТИ ПОШЛИНУ НА ЕВРОПЕЙСКИЕ АВТОМОБИЛИ

Еврокомиссия пригрозила, что ответит аналогичными мерами в случае решения США ввести пошлины на ввоз автомобилей из стран ЕС.

В сообщении Еврокомиссии, с которым ознакомилось агентство Bloomberg, указывается, что пошлина на автомобили и запчасти, которой угрожает Брюсселю Вашингтон, приведет к значительным потерям в торговом обороте и ударит почти по всем странам — членам ЕС. В связи с этим Евросоюз пообещал аналогичные ответные меры, которые введут пострадавшие государства.

В пятницу Дональд Трамп в своем Twitter потребовал от ЕС убрать все торговые барьеры и тарифы для американских товаров. В ответ он пригрозил установить пошлину размером 20% на все автомобили, которые попадают в США. Заявление главы Белого дома фактически стало ответом на решение Брюсселя ввести тарифы на американские товары общей стоимостью 2,8 млрд. Поводом стали американские пошлины на импорт стали и алюминия.

Автомобили составляют десятую часть от общего объема торговли между ЕС и США. Именно Евросоюз занимает первое место по экспорту машин в Соединенные Штаты, уточняет Bloomberg. Объем торговли, по данным агентства,

составляет порядка $300 млрд

Специалист лондонской аналитической компании Everscore ISI Арндт Эллинхорст, на которого ссылается Bloomberg, указывает, что новые тарифы больше всего ударят по Германии, которая каждый год отправляет в США около 600 тыс. автомобилей. Концерны Volkswagen AG, Daimler AG и BMW AG в случае введения тарифа потеряют около 4,5 млрд, поскольку поставлять машины за океан станет невыгодно с экономической точки зрения.

На новые пошлины Трамп намекал месяц назад. «Наших великих американских автомобилестроителей скоро ожидает большая новость! После десятилетий утечки ваших рабочих мест в другие страны это будет новость, которую вы достаточно долго ждали!» — написал президент США в своем Twitter 24 мая.

«Имеются свидетельства, что в течение десятилетий импорт из-за границы подрывал нашу отечественную автоиндустрию. Министерство торговли проведет тщательное, честное и прозрачное расследование, ослабил ли этот импорт нашу экономику и может ли он нанести ущерб нашей национальной безопасности», — заявил тогда же министр торговли Уилбур Росс. Он указал, что если расследование докажет правоту Минторговли, то у администрации будет право ввести пошлины.

ТУРЦИЯ

Власти Турции в конце июня объявили о введении ввозных пошлин на товары из США в ответ на аналогичные меры Вашингтона, которые коснулись продукции сталелитейной и алюминиевой промышленности, сообщил министр экономики республики Нихат Зейбекчи.

Тарифы на общую сумму $266,5 млн наложены на импорт угля, бумаги, грецких орехов, миндаля, табака, необработанного риса, виски, автомобилей, косметики, машинного оборудования и нефтехимической продукции.

«Общая таможенная нагрузка>... <соизмерима с дополнительными расходами, с которыми сталкивается Турция из-за тарифов, наложенных на нее со стороны США», — приводит слова Зейбекчи Hurriyet Daily News.

Министр отметил, что введенные меры призваны защищать интересы Анкары. Соединенные Штаты являются пятой по величине страной, в которую Турция экспортирует свои товары, а объем торговли за прошлый год, по данным издания, составил $20,6 млрд.

В марте президент США Дональд Трамп объявил о повышении пошлин на импорт стали и алюминия, которые составят 25 и 10% соответственно.

В ответ страны ЕС договорились ввести пошлины на ряд американских товаров. Попавшая в перечень продукция общим объемом 2,8 млрд будет облагаться сборами в 25%. О намерении ввести аналогичные меры заявили Индия, Мексика и некоторые другие государства.

Уважаемые читатели! В данной рубрике мы представляем обзор статей на определенную тему. Тексты содержат оценки мировых СМИ (американских, французских, британских и др.) и не отражают позицию редакции газеты.

В БЕЛОРУССИИ НАЧАЛИ СБОР ПОДПИСЕЙ ЗА ЗАПРЕТ ГЕОРГИЕВСКИХ ЛЕНТОЧЕК

На белорусском сайте petitions.by в начале июля появилась петиция, авторы которой требуют ввести административную ответственность за пропаганду и использование георгиевских лент в стране.

По мнению авторов петиции, ленточка представляет опасность для территориальной целостности республики. Они отмечают, что лента стала «символом пророссийских сил на территории Донбасса во время захвата ими власти с применением огнестрельного оружия и военной техники», а также является «символом беззакония, хаоса, нестабильности и сотен жертв сепаратизма».

Авторы петиции просят запретить изготовление, публичное использование, демонстрацию, ношение, а также распространение ленты или ее изображения на территории Белоруссии. Помимо этого, предлагается определить документы, оригиналы боевых знамен, государственные награды и могильные сооружения, на которые подобный запрет не будет распространяться. Петицию планируется направить в совет министров Белоруссии и палату представителей национального собрания республики.

В мае 2017 года закон, запрещающий использование георгиевской ленты, был принят Верховной Радой Украины. В этой стране публичное использование, демонстрация или ношение атрибута или его изображения карается его конфискацией и штрафом. При повторном нарушении штраф возрастает, возможен также административный арест.

ПРЕЗИДЕНТ МОЛДАВИИ ОХАРАКТЕРИЗОВАЛ ОТНОШЕНИЯ С РОССИЕЙ ФРАЗОЙ «ХУЖЕ НЕКУДА»

Президент Молдавии Игорь Додон заявил о низком уровне взаимоотношений Москвы и Кишинева. Его слова приводит РИА Новости.

«Отношения с Россией не могут стать хуже, потому что на некоторых уровнях хуже некуда. Думаю, что потепление на политическом уровне возможно только после выборов в парламенте», — сказал он.

Додон пояснил, что отношения между странами существуют на четырех уровнях. «На президентском уровне у нас хорошие отношения — есть полное взаимопонимание, на уровне регионов подписаны десятки соглашений, на уровне парламентов частично плохие отношения (руководство парламента запрещает депутатам ездить в Россию, но фракция социалистов посещает все мероприятия, связанные с двусторонними отношениями), на уровне правительств — полный бойкот», — объяснил свое видение он.

В марте 2017 года Додон заявил о начале нового этапа сотрудничества с Россией. Президент отметил, что наихудшими отношения Москвы и Кишинева были в период с 2012 по 2016 год. Через два месяца, после взаимной высылки дипломатов, Додон посетовал на то, что отношения Москвы и Кишинева находятся на краю пропасти.

В октябре Додон пообещал, что «не подпишет ни один антироссийский закон, даже если парламентское большинство проголосует за него повторно».

Додон вступил в должность президента Молдавии 23 декабря 2016 года. В предвыборной программе он обещал восстановить стратегическое партнерство с Россией, вернуть молдавскую продукцию на российский рынок и нормализовать сотрудничество в энергетике. Он неоднократно заявлял, что Молдавии «жизненно необходимо восстановить отношения с Россией».

НА УКРАИНСКОЙ АЭС ПРЕДОТВРАТИЛИ ТЕХНОГЕННУЮ КАТАСТРОФУ

Служба безопасности Украины (СБУ) предотвратила аварию на АЭС, которая могла бы привести к техногенной катастрофе. Об этом сообщается на сайте ведомства в субботу, 7 июля.

СБУ стало известно, что руководство Южно-Украинской АЭС в Николаевской области закупило некачественное оборудование для систем, важных для обеспечения безопасности работы предприятия. Отмечается, что оно было контрафактным.

«Во время досудебного расследования правоохранители задокументировали факт поставки и установки силового кабеля электропитания, использование которого не предусмотрено действующими нормами, правилами и стандартами по ядерной и радиационной безопасности», — отмечают в ведомстве.

Расследование инцидента продолжается, решается вопрос о привлечении должностных лиц к ответственности. Некачественное оборудование срочно демонтируют и меняют.

ТАДЖИЧКА ВОГНАЛА В СЫНА-МЛАДЕНЦА ДЕСЯТЬ ИГОЛОК РАДИ ВОЗВРАЩЕНИЯ МУЖА

Правоохранительные органы Таджикистана задержали женщину, втыкавшую иголки в тело собственного сына.

Об этом в субботу, 7 июля, сообщается на сайте МВД республики.

Как отмечается, сотрудники милиции задержали 26-летнюю жительницу района Рудаки на западе страны. Женщина вогнала в своего девятимесячного сына 10 металлических иголок. По информации следствия, она сделала это для того, чтобы ее 30-летний супруг, находящийся на заработках в России, вернулся домой.

Согласно сведениям судебно-медицинской экспертизы, малолетний ребенок получил тяжкий вред здоровью. В отношении матери возбуждено уголовное дело по статье 110 части 1 Уголовного кодекса Таджикистана («Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью»). Задержанной грозит до восьми лет тюрьмы.

5 июля сообщалось, что задержанная обратилась к врачам самостоятельно. Рентген-обследование позволило обнаружить иглы в черепной части головы ребенка, нижней части носа, в шее и в грудной клетке. Медики указали, что если бы малыш самостоятельно проглотил иглы, то они повредили бы внутренние органы и застряли в желудочно-кишечном тракте.

Аналогичный случай произошел в январе 2018 года в Узбекистане. Тогда врачи в ходе девятичасовой операции вынули из тела 11-месячного ребенка 13 иголок. Специалисты предположили, что иглы в тело младенца попали не без участия постороннего человека.

ВЛАСТИ ТУРКМЕНИИ ЗАПРЕТИЛИ ВЫЕЗД ЗА ГРАНИЦУ БОЛЬШИНСТВУ ГРАЖДАН

Власти Туркмении запретили покидать страну всем гражданам, не достигшим 40 лет. Об этом в среду, 27 июня, сообщает «Радио Азатлык» (местная служба «Радио Свобода»).

По информации корреспондента издания в городе Дашогуз, жители ряда населенных пунктов обратились в миграционную службу за необходимым для получения туристической визы разрешением. Чиновники в выдаче справок отказали, объяснив свои действия неким «распоряжением сверху».

«Сотрудники миграционной службы сказали, что сверху поступило распоряжение, согласно которому теперь никому до достижения 40 лет разрешение на выезд не дают. На вопрос о причине запрета, сказали, что в велаяте [области] не осталось никого способного работать. Сказали, что если вы все уедете — кто же работать будет», — рассказал собеседник «Радио Азатлык».

Представители миграционной службы страны информацию не подтвердили и не опровергли. «Радио Азатлык» отмечает, что власти Туркмении и СМИ республики о запретах на выезд из страны официально не объявляют. При этом в редакцию поступают письма жителей Туркмении, столкнувшихся с проблемами при выезде из страны.

«Официальные данные о численности выезжающих за пределы Туркменистана граждан недоступны. Но, по словам местных наблюдателей, из-за продолжающегося экономического кризиса, сопровождающегося безработицей, ростом цен и дефицитом продовольствия, миграция, в первую очередь трудовая, приобрела массовый характер», — отмечает издание.

«Похоже, недостаток людей из-за миграции в регионе отражается не на земледелии, а на государственной безопасности. В последнее время уезжающие в Турцию родители, не зная, на кого оставить своих детей в стране, массово забирают их с собой», — рассказал собеседник «Радио Азатлык».

Он отметил, что из-за массовой миграции населения в течение последних двух лет участились случаи призыва в армию старшеклассников до окончания ими средней школы. «Учащихся одиннадцатого класса стали забирать в армию уже в начале мая», — поведал источник.

О запретах покидать Туркмению жителям страны, не достигшим 30-летнего возраста, сообщалось в апреле. Чиновники утверждали, что подобные меры были предприняты в целях обеспечения безопасности граждан.

Власти Туркмении не публикуют в открытом доступе данные о численности населения страны — так, например, не были обнародованы итоги о переписи населения 2012 года. По оценкам таких ресурсов как IndexMundi, Population Pyramid и Всемирного справочника ЦРУ, население Туркмении не превышает 6 миллионов человек, из них 40-летнего возраста не достигло около двух третей населения.

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**

KARTINA TV

СМОТРИТЕ ЛУЧШЕЕ РУССКОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ!

Более 100 КАНАЛОВ

АРХИВ за 14 дней

ВИДЕОТЕКА

ПРОСМОТР на мобильных устройствах

ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА

Большой выбор каналов в HD качестве

КАНАЛЫ для взрослых

KARTINA TV Русское телевидение

FREE Доступ на 3 дня

Абонем

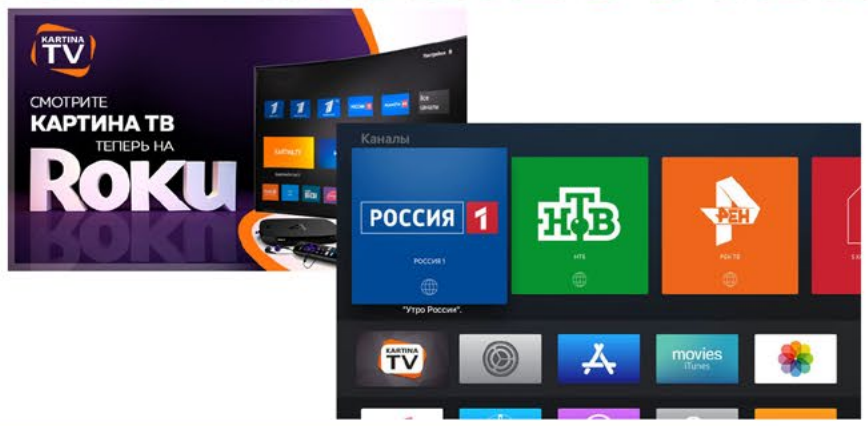
169 каналов

ОФИЦИАЛЬНЫЙ KARTINA TV ДИЛЕР

Всего $29.95 в месяц или $300.00/год

ВНИМАНИЕ ЖИТЕЛЯМ МИННЕСОТЫ!

Смотрите приложения на приставках AppleTV и ROKU



612-229-1600

1-888-827-0606

ПРЕЗИДЕНТ ВЫСТУПИЛ ПРОТИВ ЗАКОНА О НАЦИОНАЛЬНОМ ХАРАКТЕРЕ ГОСУДАРСТВА

Президент Израиля Реувен Ривлин призвал депутатов пересмотреть некоторые положения Закона о национальном характере государства ("Хок ха-Леом").

В обращении, направленном совместной комиссии Кнессета, в которую входят члены комиссии по законодательству, Ривлин призвал обратить особое внимание на параграф №7.2, в котором идет речь о праве государства основывать мононациональные поселения, а также населенные пункты для представителей определенной религиозной группы.

По словам Ривлина, закон в нынешнем виде "нанесет ущерб евреям во всем мире и Государству Израиль". "Я вновь прошу вас взвесить все последствия и пересмотреть формулировку указанного раздела", — написал президент.

Как ожидается, в течение вторника, 10 июля, комиссия Кнессета подготовит "Хок ха-Леом" ко второму и третьему чтению. После того как закон был утвержден в первом чтении, в него были внесены дополнительные изменения.

ПРАВИТЕЛЬСТВО РЕШИЛО: ГАЗУ СНАЧАЛА НАКАЖУТ, А ПОТОМ ЕЙ ПОМОГУТ

Правительство решило временно закрыть КПП Керем-Шалом, через который в сектор Газа поступают гуманитарные грузы. Об этом рассказал 10 июля премьер-министр Биньямин Нетаниягу на заседании фракции "Ликуда". Премьер отметил, что будет принят "еще ряд мер по осложнению жизни ХАМАСу", суть которых он не станет разглашать.

Политические обозреватели в Израиле уже отметили, что единственная конкретная мера, названная Нетаниягу, скорее облегчает жизнь Израилю, чем осложняет ее ХАМАСу, поскольку КПП Рафиах, открытый на прошлой неделе Египтом, делает переправку грузов через Керем-Шалом фактически ненужной.

Министр обороны Авигдор Либерман, также выступивший сегодня на заседании фракции НДИ, объявил, что в ближайшие дни "начнутся ужесточения на КПП» и также упомянул о "ряде распоряжений", отданных армии.

Вместе с тем Либерман рассказал о "приличном пакете гуманитарных мер", который подготовило правительство в рамках прямой помощи населению Газы без посредничества палестинской администрации. Однако министр обороны заявил, что этот пакет будет реализован не раньше, чем ХАМАС «опомнится и прекратить все провокации у забора и с пожарами".

"Мы не собираемся молча сносить это и не собираемся продолжать в том же духе", - объявил Либерман.

Судя всему, у израильского правительства уже нет свободы маневра в действиях против ХАМАСа – все дальнейшие ходы нашего правительства предопределены американской "сделкой века". Официально детали "мирного плана" Трампа пока неизвестны, однако в прессу просочились некоторые подробности, в частности, намерение американцев решить проблемы Газы отдельно, без участия администрации Абу-Мазена и ООН, выделив целевые средства на восстановление и развитие сектора.

В частности, израильский министр обороны Авигдор Либерман недавно летал на Кипр – договариваться о строительстве сортировочного портового узла, через который будут проходить грузы, предназначенные для сектора Газа. Узел построит Израиль, и его работу будут контролировать израильские службы безопасности.

Согласно сообщениям службы пожарной охраны, 9 июля пожарные бригады тушили около 20 пожаров в пределах "зеленой черты" неподалеку от разделительного забора, вызванных запущенными из Газы воздушными змеями и шарами с привязанными к ним воспламеняющимися грузами.

СУПЕРМОДЕЛЬ ИЗ ЮАР ЛИШИЛАСЬ КОНТРАКТА ЗА ПОДДЕРЖКУ ИЗРАИЛЯ

38-летняя гражданка ЮАР Шаши Найду – актриса, супермодель и телеведущая – оказалась под огнем критики со стороны активистов движения BDS и антиизраильских лоббистов,

выразив солидарность с Израилем.

Об этом пишет в четверг, 21 июня, сайт газеты The Jerusalem Post.

Найду, которая также является популярным блогером, утверждает, что ей угрожают физическим насилием и убийством за комментарий, где сектор Газы под властью ХАМАС назван "огромной дырой, полной дерьма", куда проваливаются деньги международного сообщества, предназначенные для строительства школ и больниц.

В ходе этого диспута южноафриканская супермодель оспаривала утверждения типа "Израиль является государством апартеида", и разъясняла оппонентам, что за кризис в Газе несет ответственность ХАМАС.

"ХАМАС, правящий Газой, является террористической организацией, которая отказывается признать право Израиля на существование и публично декларирует стремление и решимость уничтожить его. Они внушают своим детям ненависть к евреям, награждают деньгами убийц евреев и празднуют смерть мирных израильтян – женщин и детей. Без сомнения, Газа – это огромная дыра. Вместо того, чтобы использовать миллионы долларов иностранной помощи, которые она получает, чтобы обеспечить население продовольствием, жильем, школами, больницами и другой инфраструктурой, ХАМАС роет туннели и производит ракеты", – приводит издание цитаты из блога Найду.

Эти слова вызвали ожесточенную критику в социальных сетях и вынудили модель публично извиниться: "Я тесно сотрудничаю с мусульманами и восхищаюсь многими их чертами – в частности, высокой моралью и дисциплиной. Глубоко сожалею о заявлениях, которые я сделала из-за непонимания политической ситуации".

Тем не менее, Найду уже несет убытки: сотрудничество с ней прервали несколько компаний, а Bellagio Jewelers более не хочет видеть ее "лицом бренда".

Найду – не первый общественный деятель, который вызвал возмущение сограждан, выразив солидарность с Израилем. Месяцем ранее радиоведущий Гарет Клифф подвергся критике со стороны комментаторов из социальных сетей за осуждение беспорядков, организованных ХАМАС на границе Газы.

Южноафриканское правительство, сформированное Африканским национальным конгрессом, отозвало своего посла в Израиле в связи с этим инцидентом. На декабрьской конференции, в которой приняли участие представители ХАМАС, АНК проголосовал за то, чтобы переименовать посольство ЮАР в Тель-Авиве в офис по связям и выразить таким образом несогласие с политикой Израиля.

SPACEIL: ИЗРАИЛЬСКИЙ "ЛУНОХОД" ЗАПУСТЯТ В КОСМОС В ДЕКАБРЕ

Израильская некоммерческая компания SpaceIL объявила во вторник, 10 июля, что первый израильский космический аппарат для исследований Луны будет запущен в декабре 2018 года. Его посадка на Луну запланирована на 13 февраля 2019 года.

В создании "лунохода" участвовал государственный концерн "Авиационная промышленность" (IAI). Бюджет проекта – 95 миллионов долларов.

Ранее предполагалось, что в рамках участия в международном конкурсе Google Lunar X PRIZE израильский "луноход" окажется на Луне до конца 2017 года.

КРУИЗЫ, ТУРЫ И КУРОРТЫ ПО ВСЕМУ МИРУ.
PROMOTIONS: ALL INCLUSIVE VACATIONS, ЛЕТНИЕ КРУИЗЫ ПО ЕВРОПЕ, АМЕРИКЕ И КАНАДЕ ON SALE!

Группы:

2018 Декабрь
Круиз и тур по Южной Америке

2018 Декабрь
Круиз и Тур по Австралии и Новой Зеландии

2019 Февраль
Карибские Круизы

2019 Август
Речной круиз и Тур из Санкт-Петербурга в Москву

All inclusive vacation:
MEXICO, CARIBBEAN ISLANDS, HAWAII

Liza Levin

Call Liza Levin:
612-913-9589 or 612-695-4428
612-91-EZLUX

visit us on ezluxtravel.com

LUXURY TRAVEL MADE EASY
EZ LUX TRAVEL

СПЕЦИАЛИСТЫ ВЫЯСНИЛИ, КАК ВОСПАЛЕНИЕ ВЛИЯЕТ НА МОЗГ ЧЕЛОВЕКА

Исследователи из США проанализировали данные 1532 человек и пришли к выводу, что хроническое воспаление, выявленное в среднем возрасте, может являться причиной деменции у пожилых людей. Хроническое воспаление способствует нарушению связей между нейронами, рассказывает Medical News Today.

На риск возникновения хронического воспаления оказывал влияние уровень С-реактивного белка. Это соединение вырабатывается в печени. Если концентрация белка превышала три миллиграмма на литр, то у участников наблюдались признаки воспаления. Специалисты отмечают, что на сегодняшний день нет эффективных методов лечения нейродегенеративных заболеваний, а вот ослабить воспаление возможно. А сотрудники Университета Алабамы недавно связали подагру с деменцией. Подагра - метаболическое расстройство, при котором происходит накопление в суставах и разных тканях тела кристаллов уратов в форме мононатрия или мочевой кислоты, что провоцирует воспаление и боль. Ученые проанализировали данные 1,23 миллиона человек. 65 325 добровольцев страдали от деменции. Специалисты обнаружили, что у людей с подагрой риск развития деменции был повышен на 17-20%. Исследователи учли факторы, которые могли повлиять на результаты. Существеннее всего подагра увеличивала вероятность слабоумия у женщин, людей, которые были старше, и тех, кто имел много других заболеваний.

ИССЛЕДОВАТЕЛИ ПОНЯЛИ, ПОЧЕМУ МАЛЬЧИКИ ЧАЩЕ СТРАДАЮТ ОТ НАРУШЕНИЙ РАЗВИТИЯ

Известно, что среди мальчиков такие нарушения развития нервной системы, как расстройства аутистического спектра и синдром дефицита внимания и гиперреактивности, встречаются гораздо чаще, чем среди девочек.

Американские специалисты считают: девочки защищены от перинатального стресса лучше мальчиков. Поэтому у них реже возникают такие расстройства, сообщает Medical Xpress. Перинатальный период начинается на 28-й неделе беременности, включает период родов и заканчивается через 168 часов после рождения. Исследователи выяснили, что уровень фермента OGT влияет на активность гена H3K27me3, который и помогает справляться с перинатальным стрессом. Гены, кодирующие OGT, расположены на Х-хромосоме. Соответственно, в организме девочек они представлены двумя копиями, а в организме мальчиков - только одной. Зная механизм формирования устойчивости к перинатальному стрессу, ученые смогут приступить к разработке методов, предупреждающих возникновение у детей нарушений развития. Специалисты отмечают: найденное отличие, возможно, не является единственной причиной устойчивости девочек к перинатальному стрессу.

ОЩУЩАТЬ СЕБЯ НА СВОЙ ВОЗРАСТ ВРЕДНО ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ МОЗГА

Если человек ощущает себя моложе фактического возраста, скорость старения его мозга медленнее обычного.

Таковы выводы нового исследования Сеульского национального университета, передает The Daily Mail. Итак, люди, ощущающие себя не на свой возраст, имеют больший объем серого вещества, связанного со слухом, эмоциями, принятием решений и самоконтролем. У них лучше работает память, они считают себя более здоровыми и реже страдают от депрессии.

По факту, структурные характеристики их мозга напоминают мозг более молодых людей. По словам ученых, некоторые ощущают себя старше своих лет, вероятно, из-за утери серого вещества. Поэтому ежедневные задачи становятся сложнее. Корейские специалисты провели анализ результатов МРТ-сканирования 68 здоровых людей 59-84 лет.

Также в распоряжении были данные опросов, показавших, на какой воз-

УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ МИННЕАПОЛИСА И СЕНТ ПОЛА!

СООБЩЕСТВО РУССКИХ БИЗНЕСОВ:
“Russian Minneapolis and Saint Paul” -
издательство “Зеркало”, “Русская галерея”,
Pumonary&Sleep Disorders of NY,
“Sarpino’s Pizzeria” приглашает вас на свою страницу :
https://www.facebook.com/groups/234548983945733/

ТЕПЕРЬ ВЫ СМОЖЕТЕ СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО РАЗМЕЩАТЬ СВОИ ОБЪЯВЛЕНИЯ:
о ваших бизнесах, личные сообщения, поиск работы, жилья, ремонт квартир и домов, знакомства.

Также вы сможете узнать новости культурной жизни Твин Сити, о предстоящих концертах, новости политики, и многое, многое другое.
Заходите друзья на нашу страницу, мы рады будем помочь вам по любому вопросу.

МЫ ЖДЕМ ВАС!

2018 Minnesota
Renaissance Festival
Open Saturdays and Sundays
August 18th-September 30th • Plus Labor Day and Festival Friday,
Sept. 28th • Rain or Shine 9am-7pm • RenaissanceFest.com
952-445-7361 • FREE Parking

раст себя ощущают добровольцы (“я моложе своего возраста по паспорту”, “я ощущаю себя на свой возраст”, “я старше фактического возраста”). Учитывалось и тестирование на качество памяти для определения когнитивных функций, наличие депрессивных симптомов. По мнению ученых, люди, ощущавшие себя моложе, возможно, ведут более здоровый образ жизни.

ПРОБУЖДЕНИЕ С ПЛОХИМ НАСТРОЕНИЕМ МОЖЕТ ИСПОРТИТЬ ВЕСЬ ДЕНЬ

Перед важными событиями многие люди испытывают стресс, что отражается на их настроении. Американские исследователи выяснили: утренний настрой влияет на когнитивные способности человека на протяжении всего дня.

Ожидание тяжелых испытаний вызывало стресс, даже если неприятных событий в течение дня не происходило, пишет The Daily Mail.

Специалисты опросили 240 человек. Возраст участников варьировался от 25 до 65 лет. Каждый вечер и каждое утро добровольцев расспрашивали о том, чего они ожидали от будущего дня. В течение двух недель участники заполняли тесты, предназначенные для оценки уровня стресса, и выполняли задания, позволяющие оценить работу памяти. Оказалось, что от утренних ожиданий напрямую зависел не только уровень стресса в течение дня, но и то, как хорошо добровольцам удавалось выполнять задания на память. Ученые предлагают создать приложение для смартфона, которое могло бы улучшать настроение людей после пробуждения. Это поможет сохранить здоровье и эффективнее работать.

УЧЕНЫЕ ВЫЯСНИЛИ, КАК ГОРМОНЫ ВЛИЯЮТ НА ПРЕДПОЧТЕНИЯ МУЖЧИН

Давно известно, что половые гормоны оказывают существенное влияние на поведение. К примеру, высокий уровень тестостерона подталкивает мужчин к активному поиску партнера. Сотрудники Университета Пенсильвании обнаружили у тестостерона еще один эффект.

Оказывается, уровень полового гормона влияет на то, какой бренд одежды или часов предпочитает мужчина, пишет The Daily Mail.

Специалисты пригласили для участия в исследовании 240 молодых мужчин. Половине добровольцев нанесли на кожу специальный гель, содержавший тестостерон, а остальным участникам - гель без действующих веществ. Далее добровольцам показывали часы и предметы одежды разных брендов. Участников спрашивали, что из представленного нравилось им больше всего. Выяснилось, что мужчины, получившие дополнительную дозу тестостерона, выбирали товары статусных брендов, игнорируя при этом одежду и часы высокого качества от менее известных производителей. Еще ярче такое поведение проявлялось, если в рекламе бренда делался акцент на престижность товара, а не на его долговечность или другие характеристики.

www.LifeMedical.US

МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

СУББОТНИЕ ЧАСЫ ПРИЕМА

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

LIFE/MN

4201 EXCELSIOR BLVD
ST. LOUIS PARK, MN 55416

MEDICAL

ЛЕЧЕНИЕ АВТОМОБИЛЬНЫХ И РАБОЧИХ ТРАВМ
ИММИГРАЦИОННЫЕ ОСМОТРЫ

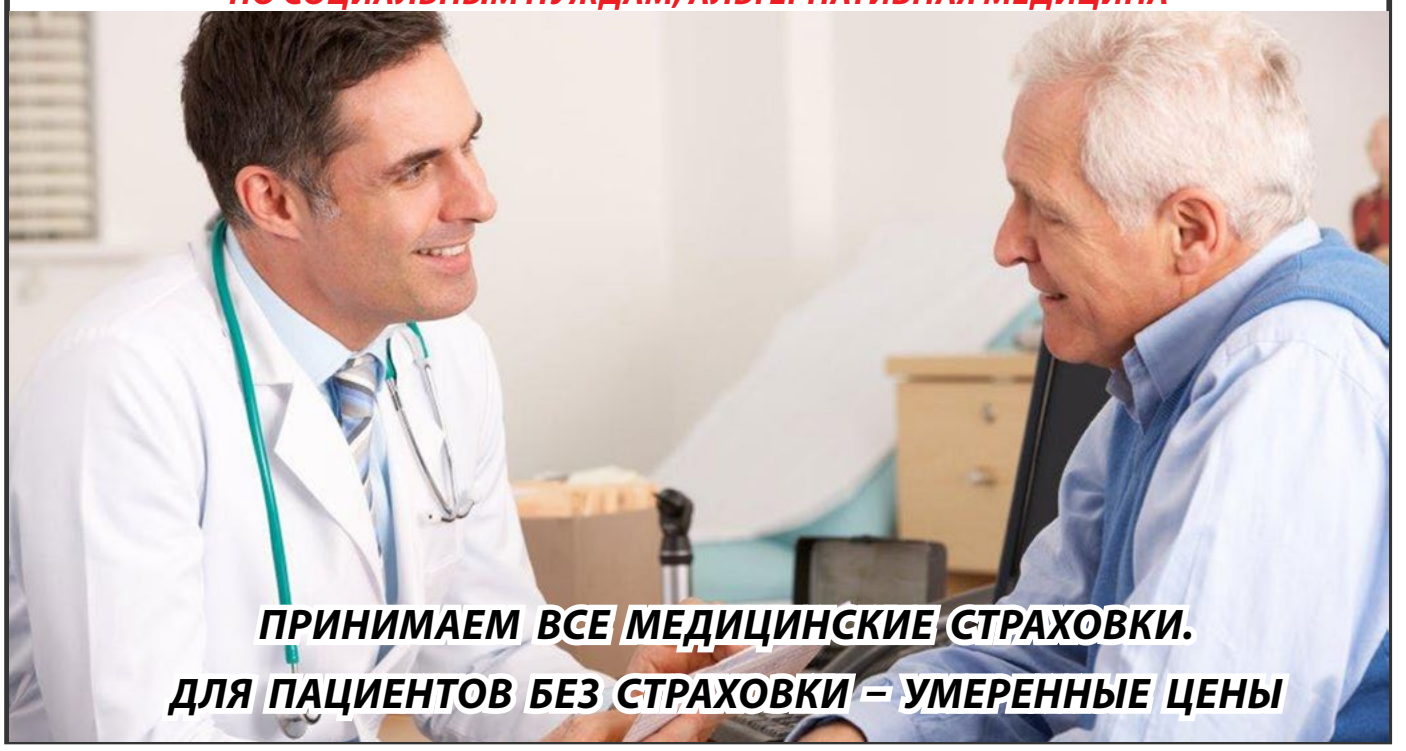
МЕДИЦИНСКИЕ УСЛУГИ:
ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ ОСМОТР
АМБУЛАТОРНАЯ ХИРУРГИЯ
ПРОГРАММА ПОХУДЕНИЯ
ПРИВИЛЕГИИ В БОЛЬНИЦАХ
CANNABIS

СПЕЦИАЛИСТЫ:
PHYSICAL MEDICINE AND REHAB
PAIN MANAGEMENT
ХИРУРГ
ДИЕТОЛОГ
ПСИХОЛОГИ
ДЕРМАТОЛОГ

РЕАБИЛИТАЦИОННАЯ ТЕРАПИЯ:
ХИРОПРАКТОР
ФИЗИОТЕРАПИЯ
ИГЛОУКАЛЫВАНИЕ

НОВЕЙШЕЕ ОБОРУДОВАНИЕ:
ЛАЗЕРНАЯ ТЕРАПИЯ
СПИРОМЕТРИЯ РЕНТГЕН /
ЛАБОРАТОРИЯ. ДИАГНОСТИКА
ЗАБОЛЕВАНИЙ С ПОМОЩЬЮ УЗИ.
ЛЕЧЕНИЕ НЕЗАЖИВАЮЩИХ РАН
С ПОМОЩЬЮ СИСТЕМЫ
AROBELLA

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



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

ИЩЕТЕ РАБОТУ?
ХОТИТЕ УЗНАТЬ НОВОСТИ МИННЕСОТЫ?
ХОТИТЕ УЗНАТЬ, ЧТО НОВОГО В КИНО?
ЗАХОДИТЕ НА РУССКОЯЗЫЧНЫЙ ИНФОРМАЦИОННЫЙ ПОРТАЛ
WWW.ZERKALOMN.COM

5 НЕОЖИДАННЫХ ВИДОВ ЛЕТНЕЙ АЛЛЕРГИИ:
КОНДИЦИОНЕРЫ, ДЕЗОДОРАНТЫ И ЗАСТЕЖКИ КУПАЛЬНИКОВ

НОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И СОВЕТЫ ВРАЧЕЙ, КАК СЕБЯ ОБЕЗОПАСИТЬ И НЕ ПРОВЕСТИ САМОЕ ТЕПЛОЕ ВРЕМЯ ГОДА, ЧИХАЯ, КАШЛЯЯ И СТРАДАЯ ОТ КОЖНОГО ЗУДА

КОНДИЦИОНЕР: ДРУГ И ВРАГ АЛЛЕРГИКА

«В некоторых случаях нахождение в помещении с кондиционером может быть полезно» - говорит Клиффорд Бассет основатель и медицинский директор клиники Allergy and Asthma Care of New York, автор журнала The New Allergy Solution, – «Если у Вас аллергия на домашнюю пыль, пыльцу растения и загрязнения, то кондиционер предостережет вас от развития симптомов. Аллергены, пыль и прочие загрязнения оседают на фильтре кондиционера. Однако его необходимо регулярно чистить. Если этого не делать, то эффективность кондиционеров резко снижается, и воздухе начинает попросту летать грязь и токсичные вещества».

«Но если вы аллергик, живете в многоквартирном доме, и у вас встроенная общая система кондиционирования (или оказываетесь в отеле с таким типом конциционирования), то проявления болезни могут усилиться. Потому что в вашем жилище окажутся аллергены от шерсти собак, кошек и пыли из других квартир. В таком случае поможет гипоаллергенный очиститель воздуха», - отмечает аллерголог-иммунолог Дениза Фенестроару из медицинского центра Монтефиоре в Нью-Йорке.

А исследование, опубликованное в журнале International Journal of Epidemiology еще в 2004 году, также рассказывало о том, что люди, работающие в зданиях с центральной системой кондиционирования, в целом болеют значительно чаще. Сотрудники, находившиеся в одном и том же офисном помещении, испытывали одинаковые симптомы: головные боли, слабость, раздражение слизистых оболочек и кожных покровов. После того, как люди покидали помещение эти симптомы проходили.

Известно еще об одной опасности кондиционеров - в редких случаях вода, содержащаяся в кондиционерах больших зданий, может содержать бактерии-легионеллы, при контакте с которыми развивается «болезнь легионеров». Согласно данным американского Центра контроля и профилактики заболеваний только за 2015 год в США зафиксировано 6000 случаев болезни легионеров. Это заболевание поражает легкие, иммунную систему, если человек ослаблен, может быть даже летальный исход. К счастью домашние и авто кондиционеры не используют воду для охлаждения воздуха и в плане легионеллеза не опасны.

КСТАТИ

Как снизить вред кондиционера и получить максимум пользы:

- Кондиционер нужно чистить - в зависимости от модели - примерно раз в год. И внешний блок тоже. Иначе даже самый продвинутый агрегат все равно будет гонять пыль и грязь.

- Дома нужно делать влажную уборку.

- Наличие кондиционера, даже инверторного типа (это те, которые забирают воздух с улицы и обеспечивают воздухообмен), не заменяет проветривания. Это нужно делать хотя бы раз в день - минут на 20 перед сном.

- Самая комфортная температура воздуха -22-24 градуса, не ставьте кондиционер на минимум, сами не заметите, как простудитесь.

- В машине направляйте струю кондиционера не в лицо, а в ноги. Это и в плане простуды безопасней, и к тому же на наших ступнях есть нервные окончания, связанные с центром терморегуляции. Охладите ноги, сразу станет не так жарко всему телу.

НА ЗАМЕТКУ

И еще 4 вида летней аллергии

1. Аллергия на солнце

Аллергия на солнце часто проявляется в виде покраснения и зуда участков кожи, открытых для попадания солнечных лучей. У некоторых людей аллергия на солнце наследуется генетически, в других случаях она может быть из-за применения различных кремов или лекарств. Симптомы аллергии на солнце кожные:

- Покраснение;
- Зуд и боль;
- Пятна или папулы на кожи, которые могут сливаться и покрывать более крупные участки;
- Образование кровоточащих корочек.

Легкая аллергия на солнце проходит самостоятельно, но в более тяжелых случаях необходимо применение стероидных (гормональных) мазей или таблеток. Если у вас хотя бы раз была подобная реакция на солнце, необходимо соблюдать меры профилактики, остерегаться падания прямых лучей на кожу и надевать солнцезащитную одежду.

2. На морскую воду

Аллергия на морскую воду наиболее часто тоже кожная - проявляется в виде сыпи и зуда. И на отдыхе ее нередко принимают за другие виды аллергии, связанные с питанием, пылью в гостиничном номере, пыльцой растений. Но для аллергии на морскую воду характерны признаки, отличающие ее от других типов аллергии. Это:

- Отсутствие насморка, кашля, отеков;
- Отсутствие риска развития анафилактического шока.

Из-за аллергии на морскую воду на коже могут появляться красные пятна со светлым центром, которые сопровождаются жжением и зудом. Врачи-аллергологи связывают подобную реакцию со сниженным иммунитетом. Кстати, под аллергией на морскую воду имеется в виду реакцию организма не на саму воду как H2O, а на содержащиеся в ней минеральные вещества, водоросли, планктон. Чаще всего кожа реагирует на повышенное содержание солей в морской воде.

3. На дезодоранты

Аллергические реакции, возникающие при применении дезодорантов, не редкость. В состав этих средств входит более 30 различных химических компонентов, способных вызывать неприятные кожные реакции. При изготовлении дезодорантов используют средства, блокирующие отделение пота, консерванты, отдушки, спирты, эфирные масла растений. Аллергическая реакция в виде покраснения или зуда может возникнуть на любой из этих компонентов - если у вас есть к ним повышенная чувствительность. Риск развития аллергии на дезодоранты повышается при:

- Заболеваниях эндокринной системы;
- Болезнях печени и почек;
- Во время месячных;
- В период беременности;
- При наличии кожных заболеваний;
- При снижении иммунитета.

Для того чтобы предотвратить развитие аллергических реакций необходимо обращать внимание на состав дезодорантов.

Наиболее токсичными компонентами в них являются: алюминий, пропиленгликоль, парабены, триклозан, тальк, двуокись кремния.

Также необходимо обращать внимание на срок годности дезодоранта. Средства с истекшим сроком годности способны вызывать токсические реакции со стороны кожи.

Аллергия на дезодорант проявляется в виде высыпаний, покраснения, отека и зуда в подмышечной области, а также шелушения кожных покровов, и усиливается в жару при обильном потоотделении.

4. Аллергия джинсовой застежки

Металл никель широко применяют в легкой промышленности - используют для изготовления застежек, пуговиц, молний на одежде, монет, ручек, часов, браслетов и других аксессуаров. При этом аллергия на николь встречается достаточно часто, особенно у детей, и у взрослых со сниженным иммунитетом и заболеваниями эндокринной и нервной системы. Аллергия на никель в виде контактного дерматита может возникнуть также при ношении серег, колец и браслетов с содержанием этого металла. Как правило, аллергия на никель проявляется в виде:

- Покраснения;
- Зуда;
- Отечности;
- Покалывания и жжения;
- Волдырей (в более тяжелых случаях).

Единственный способ лечения аллергии на никель - избегать всех предметов и продуктов, содержащих никель. Если застежка на вашем любимом купальнике, джинсах, юбке или платье никелевая можно попробовать заклеить ее обратную сторону пластырем. Однако, тем, у кого выраженная аллергия на никель, лучше отказаться от такой одежды, так же, как и от аксессуаров с содержанием этого металла.

КАК ПРАВИЛЬНО ПИТЬ ВОДУ. СОВЕТУЮТ ЭКСПЕРТЫ

КОРРЕСПОНДЕНТ «РБК СТИЛЬ» ВЫЯСНЯЕТ, КАК ЛУЧШЕ УТОЛЯТЬ ЖАЖДУ, КАКУЮ ИМЕННО ВОДУ ПИТЬ И С КАКИМИ МИФАМИ О ВОДЕ ПОРА ПОКОНЧИТЬ.

Водородная, щелочная, кокосовая, с коллагеном — каждый день на полках супермаркетов появляются новые виды воды. Одни обещают вечную молодость, другие — избавление от всех болезней, третьи просто скромно предлагают утолить жажду. Стоит ли переплачивать за красивые бутылочки, сколько же все-таки литров воды нам нужно в день и как узнать по этикетке настоящую минералку, спросили у экспертов.

СКОЛЬКО И КОГДА НАДО ПИТЬ ВОДЫ В ДЕНЬ?

Диетолог Европейского медицинского центра Ксения Селезнева констатирует: «В России до сих пор нет единых нормативов, но существуют рекомендации — в среднем 30 мл на 1 кг массы тела».

По данным ведущих мировых организаций, разработана рекомендованная дневная норма потребления воды, включая блюда, содержащие жидкость — сок, чай, кофе, арбуз, суп.

European Food Safety Authority	Australian National Health & Medical Research Council		U.S. National Academy of Sciences, Institute of Medicine	
Взрослые	Мужчины	2500 мл	3400 мл	3700 мл
	Женщины	2000 мл	2800 мл	2700 мл
Беременные		2300 мл	2400-3100 мл	3000 мл
Кормящие грудью женщины		2600-2700 мл	2900-3500 мл	3800 мл

ПИТЬ НУЖНО, ДАЖЕ ЕСЛИ НЕ ХОЧЕТСЯ?

«Многие считают, что пить воду нужно только при возникновении жажды, но это не совсем верно. Жажда, как правило, — сигнал обезвоживания», — объясняет Селезнева. Цифры говорят сами за себя: при потере 2% жидкости от массы тела человеку резко хочется пить, при показателе до 10% кружится голова и возникают галлюцинации. Если человек теряет 12% жидкости, ему срочно необходима медицинская помощь. При показателе обезвоживания 20% наступает смерть.

МОЖНО ЛИ ОТРАВИТЬСЯ, ВЫПИВ СЛИШКОМ МНОГО ВОДЫ?

«Да, можно. Точно не рекомендуется поглощать несколько литров воды одномоментно, особенно на ночь», — утверждает Селезнева. Это сверхнагрузка на почки, которые и так за сутки очищают от токсинов около 1700 литров крови. Во-первых, почки все равно не справляются с дополнительной нагрузкой, во-вторых, появятся отеки. Избыточное потребление воды снижает концентрацию электролитов в крови, в частности натрия, поддерживающего баланс между жидкостью внутри и снаружи клеток.

А КОГДА ТОЧНО НАДО ПИТЬ БОЛЬШЕ?

На тренировках. Во время тренировки вы расходуете воду намного быстрее, чем обычно. Из-за потоотделения и перегрева стоит добавить к питьевой норме еще 500–600 мл. При потере жидкости кровь становится гуще, и сердцу труднее «гнать» ее по артериям и венам. При этом мозг и мышцы требуют больше кислорода и питательных веществ. Кстати, боль в суставах может быть следствием дефицита жидкости в организме, так как хрящевая ткань — эластичный материал, состоит из воды.

Во время беременности надо пить на 300 мл в день больше, поскольку ребенок окружен водами и ему необходимо достаточное количество жидкости на 9 месяцев.

При отравлении. «Если человек заболел, необходимо наладить правильный питьевой режим. Пейте больше, чтобы вывести из организма продукты распада. Гораздо эффективнее для этих целей работает вода с лимоном и газированная вода», — объясняет Элькин.

КАК ПОНЯТЬ, ЧТО Я ПЬЮ НЕДОСТАТОЧНО?

Директор лаборатории UCONN's Human Performance Lab Лоуренс Армстронг: «Во-первых, если испытываете жажду, значит, на 1–2% ваш организм уже обезвожен. Многие путают голод с жаждой и переедают. Чтобы этого избежать, просто выпейте воды, прежде чем приступить к обеду или ужину. Во-вторых, следите за изменениями веса. Советую в течение

Советует доктор Леонид Элькин, автор запатентованной методики моделирования фигуры и лица, гинеколог-хирург высшей категории: «Во время занятий спортом организму требуется больше воды. До тренировки — несколько больших глотков или полстакана воды, во время упражнений можно делать небольшой глоток воды каждые 15–20 минут, после окончания тренировки выпивайте полный стакан воды, чтобы восстановить водно-солевой баланс в организме».

Если на улице жарко, особенно если влажность зашкаливает, надо восполнять потерянную с потом влагу.

При кормлении грудью необходимо пить больше, чем обычно, в среднем на 600–700 мл в день, поскольку молоко на 87% состоит из воды.

недели взвешиваться каждый день после пробуждения. Если стрелка на весах показала на 500 граммов меньше, чем ваш средний вес, необходимо восполнить баланс жидкости на 400 мл. В-третьих, не лишне следить за цветом мочи: если она светло-желтая или соломенная, все в порядке, если темная — организм задерживает воду, пейте больше. Если несколько раз в неделю моча совсем бесцветная, вы пьете слишком много. Кстати, мигрень и постоянное чувство усталости — первый сигнал, что организм испытывает нехватку жидкости. Недавние исследования показали: при обезвоживании начинаются проблемы с настроением, принятием решений, выполнением обычных заданий. Это влияет и на эффективность тренировок: при обезвоживании организма на 1,5% показатели выносливости снижаются».

Постоянный дефицит жидкости в организме увеличивает риск развития диабета, заболеваний сердца и метаболического синдрома, хронических заболеваний почек, инфекций мочеполовой системы.

КОГДА ПРАВИЛЬНО ПИТЬ ВОДУ И МОЖНО ЛИ ЗАПИВАТЬ ЕДУ?

Диетолог Ксения Селезнева: «Рекомендуется начинать день с одного-двух стаканов воды после пробуждения, завтракать лучше через 30 минут. Существует гипотеза, что, выпивая жидкость во время еды, мы разбавляем желудочный сок с пищеварительными ферментами, тем самым замедляя процесс усвоения пищи. Вода не успевает всасываться в стенки желудка, и запускается процесс брожения. Я рекомендую пить немного воды во время приема пищи, если в этом ощущается потребность (например, вы едите рис) или когда нужно запить витамины. Основной объем жидкости лучше употреблять за 30 минут или через час после еды».

Вода активирует пищеварительные соки и ферменты, ускоряя метаболические процессы и усвоение завтрака. Кроме того, кровь становится менее густой, каждая клетка организма получает заряд энергии и питательных веществ вовремя, а нагрузка на сердце снижается. По последним данным, опубликованным в American Journal of Epidemiology, у тех, кто выпивает не меньше шести стаканов воды в день, вероятность сердечного приступа на 41% ниже, чем у тех, кто ограничивается только двумя.

«Перед сном не рекомендуется пить воду, так как циркуляция лимфатической системы замедляется, жидкость застаивается, и на утро вы проснетесь с отеками», — объясняет Леонид Элькин.

НУЖНО ЛИ ПИТЬ ВОДУ С ЛИМОНОМ ПО УТРАМ?

Доктор Леонид Элькин: «Вода по утрам с лимоном — отличный рецепт для запуска работы желудка, заряда энергией и очищения от токсинов. Однако воду с лимоном нельзя пить людям с заболеваниями ЖКТ (гастрит, язва), с зубными проблемами (чувствительная эмаль, стоматит), с аллергией на цитрусовые. Также важно правильно пить воду с лимоном: выжать треть лимона в стакан теплой воды, выпить натощак, за 20–30 минут до завтрака. За это время сделать зарядку или утренний моцион и только потом приступать к завтраку. Если вода с лимоном не нравится, не стоит насиловать организм. Пейте просто кипяченую воду комнатной температуры. На голодный желудок не стоит пить холодную воду, так как организму потребуется потратить энергию, чтобы согреть ее в желудке, и только потом она начнет всасываться».

МОЖНО ЛИ ЗАМЕНИТЬ ВОДУ ДРУГИМИ НАПИТКАМИ?

Леонид Элькин: «Городские жители часто пьют кофе, свежевыжатые соки и другие напитки. Я не рекомендую выпивать более двух чашек кофе в сутки — он способствует обезвоживанию. Свежевыжатые соки сохраняют витаминные свойства только в течение двух-трех часов после отжима».

«На одну чашку кофе необходимо выпивать дополнительно к своей норме плюс один стакан воды», — дополняет Ксения Селезнева.

ПОЛУЧАЮ ЛИ Я ВОДУ ИЗ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ?

По данным The USDA National Nutrient Database for Standard Reference, в этих продуктах следующее содержание воды:

90–99%	Обезжиренное молоко, дыня, клубника, арбуз, латук, сельдерей, шпинат, огурцы, тыква, капуста
80–89%	Сок, йогурт, яблоки, виноград, апельсины, морковь, брокколи, груши, ананас
70–79%	Бананы, авокадо, творог, рикотта, печеная картошка, кукуруза, креветки
60–69%	Паста, овощи, лосось, мороженое, куриная грудка
50–59%	Фарш, хот-доги, фета, стейк
40–49%	Пицца
30–39%	Чеддар, хлеб
20–29%	Печенье, торт
10–19%	Масло, маргарин, изюм
1–9%	Орехи, крекеры, арахисовое масло, печенье с шоколадом, хлопья для завтрака

КАКУЮ ВОДУ ПИТЬ?

«Газированную воду не рекомендуется пить регулярно и в больших количествах, так как это может негативно сказаться на состоянии слизистой пищевода и желудка. Если вам не нравится вкус обычной воды, можно добавить сок лайма, лимона, свежий огурец, нарезанный дольками», — говорит Селезнева. Она склоняется в пользу очищенной, щелочной воды, так как известно, что многие патологические процессы происходят в организме на фоне закисления. И добавляет: «По данным ЮНЕСКО, самая чистая вода — в Финляндии, там можно пить воду из-под крана, как и в Швейцарии и некоторых других странах. В России этого точно делать не стоит, используйте фильтры для очистки воды».

Леонид Элькин: «Советую пить газированную воду для детоксикации и дополнительной минерализации. В ней находится растворенный кислород, который губительно действует на бактерии, находящиеся в кишечнике. Газированная вода является еще и профилактическим антибактериальным средством».

А ЧТО НАСЧЕТ МИНЕРАЛЬНОЙ ВОДЫ?

Эксперт Союза производителей бутилированных вод Дмитрий Коробков объясняет, как читать этикетку на бутылках: «На ней должны быть указаны минерализация (г/л), основной ионный состав (мг/л), источник происхождения, номер скважины или название источника (родник, месторождение), изготовитель, его юридический адрес и фактический адрес производства, дата розлива продукции, сроки годности и условия хранения. Обязательно должны быть указаны условия хранения воды после вскрытия бутылки. Слова: «чистейшая», «живая» — просто маркетинг. Налив стаканчик воды, на бутылке которой написано «природная минеральная», можете быть уверены, что пьете воду из подземных источников (артезианских скважин или напорных родников), куда грунтовые воды не попадают. Ее состав не подвергается химической обработке, и до прилавков она доходит в первозданном виде, с водоворотом микроэлементов, который был заложен природой».

ВОДА ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ВЛИЯЕТ НА СОСТОЯНИЕ КОЖИ?

Отвечает диетолог Робин Джефта: «Вода сама по себе производит до 60% коллагенового белка, так что, если выпиваете достаточно воды, это станет первым этапом к улучшению кожи». С ним согласен доктор Элькин: «Если клетка заполнена водой, коллаген постоянно вырабатывается, старения кожи не происходит».

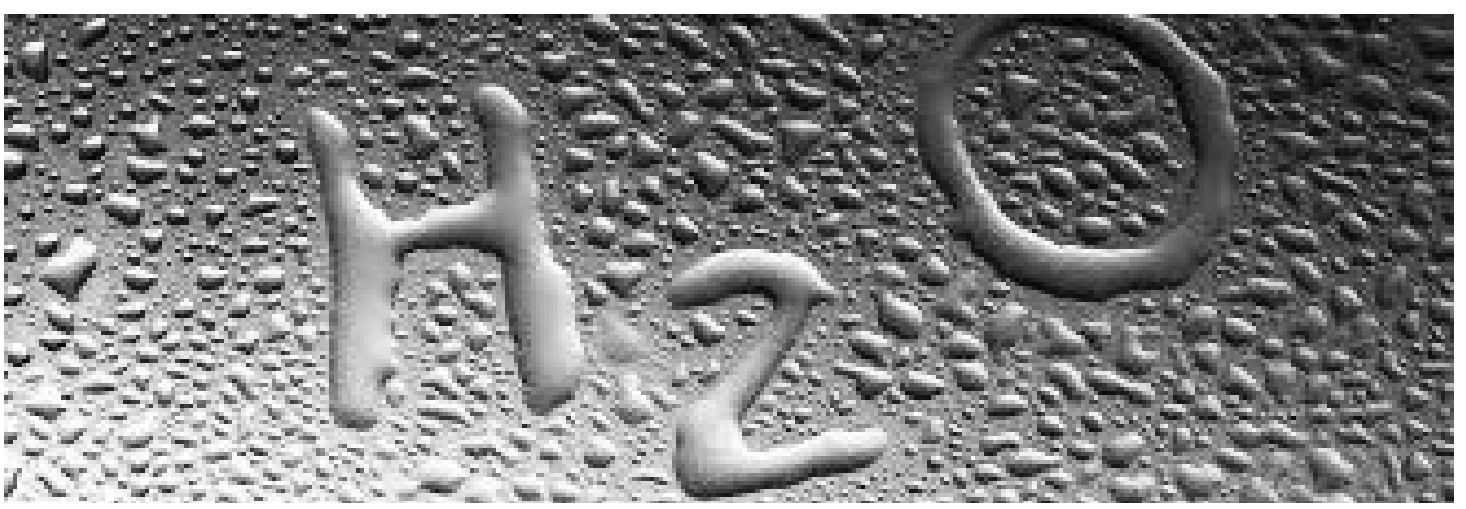
ЧЕМ ОТЛИЧАЮТСЯ ЩЕЛОЧНАЯ, ВОДОРОДНАЯ, АРБУЗНАЯ И ДРУГИЕ ВИДЫ ВОДЫ? КАК ОНИ ДЕЙСТВУЮТ НА ОРГАНИЗМ?

«Что касается употребления новомодных щелочной, водородной воды и других, то серьезных клинических исследований на этот счет пока не проводилось. Вряд ли такая вода может принести вред здоровью, но ожидать чудодейственных свойств от нее тоже не стоит», — убеждена Ксения Селезнева.

Леонид Элькин: «Многие специалисты считают, что щелочная вода (alkaline water) полезна для здоровья. Она предупреждает возникновение болезней, сдерживает процесс старения, не дает формироваться свободным радикалам, выводит токсины. Водород является мощнейшим оружием в борьбе со свободными радикалами, способствует запуску синтеза коллагена и эластина. Такую воду я бы рекомендовал внедрить в свой рацион. Вода с алоэ быстро проникает в клетки, обеспечивая улучшение кальциевого обмена. Происходит укрепление защитных сил организма, иммунной системы. Арбузная вода — в большей степени просто освежающий напиток. В ней содержатся витамин С, Е и витамины группы В. Водоросль хлорелла в составе воды омолаживает организм, оказывает противовоспалительное действие, укрепляет иммунитет, а также нормализует уровень глюкозы в крови. Коллагеновая вода — это вода с растворенным в ней коллагеном, но ученые до сих пор спорят, проникает ли он в клетки. На данный момент, это, скорее, из категории маркетинга, как и с гиалуроновой кислотой в форме пилюль. А вот вода с пробиотиками — это супервещь. Очень работающая история для улучшения работы ЖКТ, нормализации обменных процессов и детоксикации организма. И все же полностью переходить на любую такую воду я бы не советовал хотя бы потому, что у нас нет генетической предрасположенности пить, например, только кокосовую воду».

В ЧЕМ ПОЛЬЗА ПОПУЛЯРНОЙ КОКОСОВОЙ ВОДЫ?

Кокосовая вода содержит натуральные электролиты, калий и натрий, а это ключевые ингредиенты для регидратации нашего тела. «Она хороша для укрепления сосудов, улучшения функций ЖКТ, нормализации водно-солевого баланса в организме», — отмечает Элькин. Электролиты важны для нормальной работы нервной и мышечной системы, поэтому спортсмены часто пьют обогащенные или спортивные напитки. Плюс кокосовой воды по сравнению с ними — натуральность и отсутствие красителей и сахара.



КОМПАНИЯ «PARTY OF CHICAGO»
- СПЕЦИАЛИЗИРУЕТСЯ НА ПРОВЕДЕНИИ ЛЕЧЕБНЫХ
ТУРОВ НА МИНЕРАЛЬНЫЕ ИСТОЧНИКИ
В СОПРОВОЖДЕНИИ ВРАЧА

ГОРЯЧИЕ МИНЕРАЛЬНЫЕ ИСТОЧНИКИ ХОТ СПРИНГС, АРКАНЗАС 1-10 Августа

Лечебные плавательные бассейны. Рекомендованы при заболеваниях суставов, нарушениях костно-мышечной системы, осложнениях после травм, состояниях после инсультов.

Лечебные источники с питьевой водой. Рекомендованы при нарушениях в работе желудочно-кишечного тракта, нарушениях функции печени и диабете.

Отель Комнаты на двоих с двумя кроватями, телевизором и холодильником. Питание завтрак, обед в ресторане – буфете.

Цена $1050 + ПЕРЕЛЕТ

ГОРЯЧИЕ МИНЕРАЛЬНЫЕ ИСТОЧНИКИ, ШТАТ КОЛОРАДО

Лечебно-оздоровительный тур в «Glenwood Springs»

Геотермальный плавательный бассейн с минеральной водой. Рекомендован при заболеваниях опорно-двигательного аппарата, заболеваниях суставов, болях в спине и онемениях в конечностях

Целебные источники с питьевой водой. Рекомендованы при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, нарушениях функций кишечника, печени и желчных путей, диабете.

Пещеры с природными паровыми ваннами. Рекомендованы при заболеваниях верхних дыхательных путей, бронхиальной астме, нарушениях сна, избыточном весе.

Заезды: 20-30 Августа, 17-27 Сентября, 30 Сентября - 10 Октября

Цена $1130 + ПЕРЕЛЕТ

ЗАКАЗ БРОШЮР ПО ТЕЛЕФОНУ 847-770-7494

WWW.PARTYOFCHICAGO.COM

763- 545-1600

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

Daily Transportation

ТРЕБУЮТСЯ ВОДИТЕЛИ

- Русскоязычная компания
- 17 лет в бизнесе грузовых перевозок
- Лучшие условия работы
- Высокооплачиваемые стабильные грузы
- Система бонусов

Звоните (651) 209-7684,

у нас есть что Вам предложить

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!

763- 545-1600

Музей русского искусства приглашает

5500 Stevens Avenue South
Minneapolis, MN 55419

Единственный музей русского искусства в США

TMORA является единственным крупным музеем в Северной Америке, посвященным искусству, истории и культуре России. ***Музей открыт ежедневно.***

Посетите TMORA.org или звоните по тел. 612-821-9045 для получения дополнительной информации и приобретения билетов

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

763- 545-1600

ПРОДУКТЫ, РАЗЖИЖАЮЩИЕ КРОВЬ

ПРИ ЧРЕЗМЕРНО ГУСТОЙ КРОВИ ВОЗРАСТАЕТ РИСК ОБРАЗОВАНИЯ ТРОМБОВ. ПОЭТОМУ ВРАЧ НАЗНАЧАЕТ АНТИКОАГУЛЯНТЫ – МЕДИЦИНСКИЕ ПРЕПАРАТЫ, КОТОРЫЕ ЗАМЕДЛЯЮТ СВЕРТЫВАНИЕ, УЛУЧШАЮТ КРОВОТОК, СНИЖАЮТ НАГРУЗКУ НА СЕРДЦЕ. НО ПРИ РЕГУЛЯРНОМ УПОТРЕБЛЕНИИ ДАННЫЕ ПРЕПАРАТЫ РАЗРУШАЮТ СЛИЗИСТЫЕ ЖЕЛУДКА И КИШЕЧНИКА. ПРОДУКТЫ, РАЗЖИЖАЮЩИЕ КРОВЬ, ПОЗВОЛЯЮТ ЕСТЕСТВЕННЫМ СПОСОБОМ ДОБИТЬСЯ АНАЛОГИЧНОГО РЕЗУЛЬТАТА.

ПОЧЕМУ НЕОБХОДИМО РАЗЖИЖАТЬ КРОВЬ

В случае варикозного расширения вен организм, чтобы укрепить стенки сосудов, делает кровь густой, увеличивает в ней содержание белка фибрина, из которого при повреждении вены образуется тромб.

Продукты, разжижающие кровь, укрепляют сосуды, предотвращают их расширение. В данном случае стоит включить в рацион продукты, богатые витамином С, а также биофлавины, их много в мякоти свежих фруктов и овощей (имбирь, красный и ярко-желтый перец).

В случае тромбофлебита с внутренней стороны вен образуются кровяные сгустки, отчего вены воспаляются и диагностируется флебит. Причиной заболевания может быть инфекция, свертываемость крови увеличивают кровотечения при операциях или родах. В данном случае полезны продукты, богатые флавоноидами (витамин Р), которые разжижают кровь, уменьшают ее свертываемость.

При чрезмерно густой крови ее сгустки, а также жир и соли кальция оседают на стенках артерий, отчего они теряют эластичность, становятся жесткими, развивается атеросклероз.

Избыточное употребление продуктов с высоким содержанием белка и низким содержанием углеводов (молоко, сыр, яйца, мясо, сыр, бобы, орехи) увеличивает природную щелочную реакцию крови, отчего в ней образуются хлопья, она густеет, развивается гипертония.

Для разжижения крови необходимы продукты органического происхождения, содержащие кислоту: яблоки, виноград, клюква, их соки, яблочный уксус.

СРЕДСТВА ДЛЯ РАЗЖИЖЕНИЯ КРОВИ

Аспирин. Для предотвращения образования кровяных сгустков пожилым для профилактики инфаркта и инсульта назначают популярный препарат аспирин (ацетилсалициловую кислоту). В противном случае при повышенной свертываемости кровь не успевает пройти через суженные артерии, что может спровоцировать сердечный приступ.

Флавоноиды (например, цитрин, гесперидин, рутин, кверцетин, ресвератрол). Как правило, они придают окраску растению или являются дубильными веществами, сохраняют лечебные свойства в спиртовых настойках, отварах, при длительном хранении.

Содержатся в цитрусовых, ягодах облепихи, боярышника, вишни, черешни, в сливах и лесных орехах, плодах шиповника, клюкве, бруснике, черной смородине, черноплодной аронии (рябине).

Данные витаминоподобные вещества укрепляют сосуды (особенно черноплодная арония), разжижают кровь, растворяют тромбы, восстанавливает эластичность стенок артерий и вен, препятствуют развитию атеросклероза, рутин помогает удерживать в организме витамин С.

Список продуктов, которые разжижают кровь, включает виноград, красное вино, виноградный сок. Входящий в состав кожицы винограда ресвератрол предотвращает образование кровяных сгустков в сосудах.

Кумарины отличает аромат свежего сена, они входят в состав коры, корней и плодов растений. Данные природные соединения разжижают кровь, предупреждают образование сгустков. Их содержит люцерна, дягиль, красный стручковый перец, сельдерей, цветы ромашки и клевера, корень хрена, петрушка.

ЧТО РАЗЖИЖАЕТ КРОВЬ

В случае недостаточного поступления воды – не жидкости в виде чая или кофе, а именно чистой питьевой воды – организм получает ее из клеток. В результате кровь становится густой. Для ее разжижения необходимо в зависимости от сезона (лето-зима), а также интенсивности физической нагрузки употреблять в течение дня от 1,5 литров чистой негазированной воды.

Некоторые за полчаса-час до еды выпивают стакан воды, чтобы компенсировать потерю жидкости на получение желудочного сока, а также чтобы не снижать его концентрацию после еды употреблением чая или сока.

Кислые продукты разжижают кровь, поэтому стоит включить в рацион молочнокислые продукты, а также уксус, квашения, разбавленный водой натуральный клюквенный, яблочный или виноградный сок.

Для укрепления и повышения эластичности сосудов необходимы продукты с высоким содержанием полиненасыщенных жирных кислот (омега): оливковое масло, жирные сорта рыбы – лосось, скумбрия, палтус.

Витамин А помогает при атеросклерозе сосудов, поэтому в комплекс мероприятий для разжижения крови стоит включить такие продукты, как печень рыб, петрушку, помидоры, красный перец, зеленый горошек, облепиху, желтые фрукты, морковь, хурму.

Витамин Е. Способствует обмену белков и углеводов, помогает усвоению жиров. Необходим глазам, коже, печени, ротовой полости, помогает справиться с эмоциональным перенапряжением и стрессом. Данный витамин помогает очистить вены от образовавшихся кровяных сгустков, укрепляет сосуды, снижает тромбообразование.

Поэтому в список продуктов, разжижающих кровь, стоит включить зелень (салат, петрушка), зеленую фасоль, семена подсолнечника, грецкие орехи, а также соевое, кукурузное, подсолнечное растительные масла.

В тоже время некоторые врачи советуют с осторожностью стоит употреблять данные продукты в случае приема препаратов для разжижения крови, поскольку такой рацион питания увеличивает риск кровотечения, что может стать причиной инсульта.

Продукты, содержащие магний, также снижают вероятность образования тромбов, уменьшают свертываемость крови. Поэтому стоит включить в рацион пшеничные отруби, семена подсолнечника и тыквы, шоколад, грецкие орехи, чечевицу, фасоль, проростки пшеницы.

При включении в рацион семян подсолнечника организм получает одновременно магний и витамин Е.

СПИСОК ПРОДУКТОВ, РАЗЖИЖАЮЩИХ КРОВЬ

• Зеленый чай. Он укрепляет сосуды, что особенно полезно при варикозном расширении вен.

• Для очищения и снижения густоты крови полезен сок малины, а также чай из малиновых листьев. Лучше данные средства принимать с утра натощак. Малина также снижает уровень холестерина, полезна при атеросклерозе.

• Ягоды черники благодаря входящим в состав кумаринам препятствует образованию кровяных сгустков, разжижают кровь. Кроме того, черника полезна для профилактики и лечения новообразований, является природным противомикробным средством.

• Для снижения риска тромбофлебита, инфаркта, разжижения крови полезно каждый день съедать до 4 свежих помидор.

• Для разжижения лимфы и крови стоит ежедневно выпивать полстакана сока сельдерея, включать овощ в рацион питания.

• Включение в рацион перца активизирует кровоток, помогает растворить сгустки в крови, стимулирует обменные процессы, пищеварение.

• Для улучшения поступления кислорода в мозг, быстрого снятия интеллектуального переутомления, разжижения крови в рацион стоит включить репчатый лук.

• Входящие в состав чеснока вещества разжижают кровь подобно аспирину. Для усиления их целебных свойств из чеснока готовят настойку на водке или спирте:

• Очистить пару зубчиков чеснока, размять в кашицу, поместить в стеклянную емкость, залить 0,5 стакана водки закрыть крышкой и поставить в темное место, через 10 дней процедить. Принимать по 10 капель за полчаса до еды, запивая водой.

• Корень имбиря разжижает кровь, способствует снижению показателей сахара, улучшает пищеварение. С осторожностью следует принимать при аритмии, повышенном артериальном давлении.

ОЧИЩЕНИЕ И РАЗЖИЖЕНИЕ КРОВИ НАРОДНЫМИ СРЕДСТВАМИ

Для очищения крови применяют травы и лекарственные растения:

• Для разжижения лимфы и крови принимают сок из листьев и корней одуванчика. Зеленую массу пропустить через мясорубку, отжать сок через марлю, добавить немного воды. Принимать по 1с.л. с медом.

• Заварить 3с.л. цветов бузины литром кипятка, настоять в течение часа, процедить. Принимать небольшими порциями за полчаса до еды.

• Кора ивы (продается в аптеке) препятствует образованию кровяных сгустков, разжижает кровь:

• Заварить 1с.л. стаканом кипятка, дать настояться, процедить. Принимать по полстакана за полчаса до еды.

• Пиявки издавна применяют в качестве природного средства от густой крови.

5 САМЫХ КРАСИВЫХ АВТОМОБИЛЬНЫХ МАРШРУТОВ ИТАЛИИ, КОТОРЫЕ ВАС ТОЧНО ПОКОРЯТ

ТОСКАНА

Куда отправиться ценителю вин и традиционных специалитетов? Конечно же, в Тоскану, где на основе

винограда сорта Санджовезе производят знаменитое итальянское вино Кьянти. Однако и тем, кому винная тематика не так интересна, тоже будет чем заняться в этой местности. Уютные города, сохранившиеся еще со времен рыцарей и прекрасных дам, старинные замки и монастыри, винодельни и маслодавильни, бескрайние пшеничные поля, виноградники, оливковые рощи и даже вилла семейства Медичи — все это можно увидеть, если отправиться по дороге Кьянти, соединяющую Сиену и Флоренцию.

АМАЛЬФИЙСКОЕ ПОБЕРЕЖЬЕ

Если вы не любовались красотами побережья Амальфи хотя бы однажды, то считайте, что вы практически ничего не видели в своей жизни. Чтобы восполнить этот

пробел, отправляйтесь на юго-запад Италии и там, недалеко от Неаполя, на полуострове Соррентино вы найдете живописную трассу, поднимающуюся по горному серпантину к лимонным рощам и средневековым городкам, а затем спускающуюся прямо к бухтам и песчаным пляжам. Это действительно незабываемое зрелище.

СИЦИЛИЯ

Колоритная Сицилия стоит того, чтобы исколесить ее вдоль и поперек, поверь-

те, вы каждый раз будете открывать для себя что-то новое. Именно здесь можно найти живописные пляжи, оригинальную кухню и вполне гармоничное соседство древнегреческих памятников архитектуры с новостроями и зданиями, оформленными в стиле барокко. Кроме того, здесь находится единственный действующий вулкан Европы, который заслуживает особого внимания. Чтобы вдоволь насладиться местными красотами, предлагаем отправиться прямиком по восточному побережью из Мессины в Сиракузы, по пути вдохновляясь видами вулкана Этна и невероятной Таормины.

ОЗЕРО КОМО

Кто не слышал об этом красивейшем озере в Ломбардии? Именно здесь любят отдыхать знаменитости и люди, чей достаток во много раз превышает доходы среднего человека. Аристократы не зря облюбовали это

место, находящееся на северо-западе Италии, в 40 километрах от Милана. Озеро находится в окружении горных хребтов Альп, роскошных вилл 18-20 веков, средневековых церквей и старинных замков. Именно здесь можно прогуливаться вечерами по набережной и представлять, как здесь устраивали шумные балы и неспешные променады дамы и кавалеры из высшего общества.

ДОЛОМИТОВЫЕ ГОРЫ

Это один из самых красивых горных массивов Европы, находящийся на северо-востоке Италии и внесенный в Список Всемирного природного наследия ЮНЕСКО. Эти горы не зря называют самым удивительным ар-

хитектурным творением в мире: их цвет окрашивается от белого до розово-красного оттенка в зависимости от времени суток. Начните свой путь в Южном Тироле, в городе Больцано, затем двигайтесь через озеро Карецца

и горный массив Катеначчо прямиком в долину Ампеццо. Единение с природой и строгая архитектура средневековых городков заставит вас отвлечься от насущных проблем и подумать о чем-то более важном.

Юлия Кальницкая

УЧЕНЫЕ: НАША ВСЕЛЕННАЯ НА ЧЕТВЕРТЬ СОСТОИТ ИЗ КОСМИЧЕСКОГО ЖИРА

Исследователи из Университета Нового Южного Уэльса в Сиднее и Университета Эге в Турции изучили распределение углерода в межзвездной пыли и сделали необычные выводы. Углерод — четвертый по распространенности химический элемент во Вселенной, его гораздо меньше, чем того же водорода, и четверть его объема представляет собой вещество, которое проще всего описать как «липкая, жирная грязь». Выражаясь научным языком: алифатические соединения.

Впервые межзвездная пыль была собрана в 2014-ом, затем ее удалось воссоздать в лаборатории. В космосе она образуется, когда сильные солнечные ветра сдувают с поверхности красных гигантов, углеродных звезд, большие объемы их вещества. Ученые взяли аналог такой смеси, плазму с высоким содержанием углерода, после чего начали понижать давление до вакуума, а температуру до близкой к абсолютному нулю. А затем при помощи магнитного резонанса и спектроскопии проанализировали, какие вещества образовались в этом субстрате.

Они нашли примерно 400-500 атомов углерода на каждый миллион атомов водорода. Около 50 % углерода было в чистой форме, еще 25 % в виде образования с формулой нафталина, а последняя четверть – те самые алифатические соединения, грязные и жирные вещества. На ум приходит аналогия со смазкой, которая помогает перемещаться огромным объектам, хотя в межзвездном пространстве это вовсе не так. Подсчитано, что в нашей галактике Млечный путь может быть 10 миллиардов триллионов триллионов тонн такого космического жира.

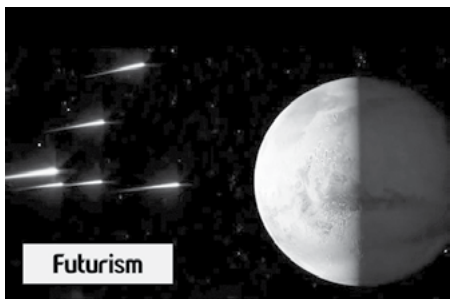
Тим Шмидт, исследователь из сиднейского университета, говорит – с большой вероятностью эта смазка токсична для человека. Потому что она очень неоднородна, и вдобавок к ней действительно липнет прочая «химия». Но в этом заключается колоссальный научный потенциал – если межзвездная пыль оказалась такой сложной по составу, впору пересмотреть теории создания планетарных систем и зарождения на них жизни.

ГЛУБОКОВОДНЫЕ БАКТЕРИИ СМОГУТ СОЗДАТЬ ДЛЯ НАС АТМОСФЕРУ НА МАРСЕ

В последнее время появляется все больше футуристических проектов по созданию на Марсе мест обитания земных колонистов, где они смогут не только

вполне комфортно жить, но и выращивать растения и заниматься научными исследованиями. Правда, все это станет возможным при одном условии: людям предстоит научиться дышать на Марсе, для чего придется создать там необходимый запас кислорода.

Эта грандиозная задача, как считают ученые, вполне осуществима с помощью цианобактерий, обитающих в глубоководных впадинах Мирового океана. Используя процесс фотосинтеза, они



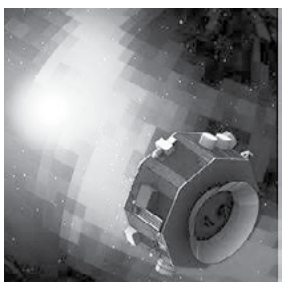
способны поглощать углекислый газ и выделять кислород в экстремальных по человеческим меркам средах.

Как известно, главная роль в процессе фотосинтеза принадлежит химическому хлорофиллу. Но если большинство земных растений используют хлорофилл «А», то цианобактерии в условиях слабой освещенности – хлорофилл «F». По мнению одной из участниц исследований профессора Дженифер Мортон, цианобактерии вполне можно адаптировать к марсианским условиям. Обнадеживает и то, что подобные организмы были найдены в пустыне Мохаве (США), в Антарктиде, и даже на внешней поверхности МКС.

NASA ПРИСТУПАЕТ К ИЗУЧЕНИЮ ГЕЛИОСФЕРЫ — ЗАЩИТНОГО ПУЗЫРЯ НАШЕЙ СОЛНЕЧНОЙ СИСТЕМЫ

Нашу Солнечную систему окружает своего рода пузырь, защитный экран, именуемый гелиосферой. Пограничная зона, где потоки солнечного ветра от нашей родной звезды сталкиваются с чужеродным излучением из межзвездного пространства. Что именно там происходит, как эти стихии взаимодействуют между собой и чем грозит космический полет в ту область – все это и выбрано целью исследования новой большой миссии NASA.

Для ее реализации построят космический корабль, который доставит набор из 10 принципиально новых измерительных инструментов в точку Лагранжа-1. Она расположена на расстоянии 1,6 млн. км от Земли по направлению к Солнцу, где уже с 1995-го работает очень полезная Solar and Heliospheric Observatory, которая позволяет фиксировать порывы солнечного ветра за час до того, как они достигнут Земли.



И хотя основным предметом исследования являются процессы на границе гелиосферы, далеко от Земли, точка Лагранжа выбрана потому, что это позволит аппарату оставаться устойчивым относительно и нашей планеты, и Солнца. На первом этапе ученых очень интересуют частицы и излучение, которые уже прошли через барьер гелиосферы, но еще не достигли Земли. Можно провести аналог с пробитием снарядом брони – как меняется его движение и структура при движении в заброневом пространстве?

Второе по значимости направление работы новой миссии заключается в изучении самого межзвездного излучения, которое крайне неоднородно, приходит из самых разных источников и считается одной из главных угроз для полетов в дальний космос. Старт миссии запланирован на 2024 год.

ГИБРИДНАЯ СОЛНЕЧНАЯ ПЕЧЬ GOSUN ПРИГОТОВИТ ЕДУ ДНЕМ И НОЧЬЮ

С 2013-го компания GoSun пережила три обновления модельного ряда своих портативных печей для готовки на солнечной энергии — теперь состоялось четвертое. Новая модель называется Fusion и устраняет ахиллесову пяту всей линейки – невозможность готовить еду ночью, без света. Вроде и логичная черта для солнечной печки, но пользователи так желали этой опции, что разработчик пошел им навстречу.

Конструкция GoSun Fusion практически не от-

личается от предшественников, это все та же комбинация параболических отражателей, которые фокусируют свет на емкости из боросиликатного стекла, разогревая ее до существенных температур. Внутри емкости закладываются продукты, которые и подвергаются термической обработке. Только теперь под ней есть еще и интегрированный электроэлемент, который выполняет ту же функцию: греет печь.

Для работы нагревателя нужен источник электрического тока мощностью не менее 150 Вт и напряжением 12 В. По умолчанию это пауэрбанк на 45000 мАч и компактная солнечная панель мощностью 20 Вт к нему. Другим доступным источником энергии может стать обычный автомобильный аккумулятор. Дополнительное оборудование привело к увеличению габаритов и веса мобильного устройство, теперь они составляют 58 21 21 см и 4,5 кг. Но параллельно выросла и емкость модуля для готовки до 3,2 л, что увеличило КПД изделия. GoSun известна тем, что все ее проекты завершаются успешно или сверхуспешно, модель Fusion вряд ли станет исключением. Стоимость стандартной версии от $299, за электрические аксессуары к гелио-печке придется доплатить. Выпуск GoSun Fusion начнется уже следующей весною.

СТАРТАП BEELINE ПРЕДЛАГАЕТ МОТОЦИКЛИСТАМ САМЫЙ ПРОСТОЙ GPS-НАВИГАТОР В МИРЕ

Стартап Beeline представил свой новый гаджет – навигатор Beeline Moto, рассчитанный на владельцев мотоциклов. По замыслу разработчиков, он со временем заменит традиционные GPS-датчики и прочие навигационные системы, иногда дающие программные сбои и располагающие зачастую весьма неудобными интерфейсами.

В Beeline Moto все предельно просто — от дизайна до отображения визуальной информации. Гаджет крепится к рулевой колонке мотоцикла или ску-

тера. Байкеры смогут на свое усмотрение выбрать режим отображения информации – классическую пошаговую навигацию или специальный режим с минимальным набором визуальных маркеров. Устройство заключено в ударопрочный водонепроницаемый корпус с ночной подсветкой. Заряда батареи хватает на 30 часов работы.

На дисплее отображаются направление движения, расстояние, предполагаемый маршрут. Дорогу к конечной его точке пользователю подскажут виртуальные стрелки-указатели поворотов. Управлять Beeline Moto можно непосредственно находясь «в седле» или с помощью специального приложения.

Гаджет уже привлек внимание потенциальных пользователей, о чем свидетельствует успешная кампания на Kickstarter, в ходе которой Beeline Moto собрал около 120000 фунтов вместо 60000 первоначально запланированных. Стоимость гаджета составляет 129 долларов.

АКТИВНЫЕ ОЧКИ-ПРОТЕЗ ПОМОГУТ ПОБЕДИТЬ СТАРЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ СО ЗРЕНИЕМ

Одной из проблем освоения гаджетов пожилыми людьми является тотальная несовместимость мелкого шрифта и картинок на небольших экранах со старческими изменениями зрения. В старости органы зрения теряют способность точно фокусироваться на объекте, мышцы вокруг хрусталика теряют эластичность, и глаза «не двигаются». Корректирующие линзы проблемы не решают, но недавно в Стэнфорде создали гарнитуру «Autofocal», которая станет своего рода протезом для глаз.

Принцип действия автофокальной гарнитуры для глаз прост: система отслеживает фокусировку

глаз и автоматически настраивает комплекс линз и фильтров, которые моделируют естественное видение того объекта, на который обращено наше внимание. Глазам практически не нужно двигаться, сенсоры улавливают смену объекта интереса, а дальше меняется уже вся картинка перед глазами целиком.

Autofocal работает как аналог моторизованного протеза руки или ноги. Устройство получает сигнал от нервной системы на действие, и само, на основе анализа текущей ситуации, совершает серию микро-маневров для достижения цели. Для этого гарнитура укомплектована внушительным перечнем приборов: камеры глубины, сенсоры движения, трекеры зрачков, микроконтроллеры, датчики движения и т.д. Правда и выглядит она как гаджет из вселенной кибер-панка – массивный и неудобный.

Прототип есть прототип – в деталях его покажут только на конференции в августе текущего года. Разработчики говорят, что во всех экспериментах получили заметно лучшие результаты, чем при использовании пассивных корректирующих линз. А сделать протез для глаз компактным, легким и дешевым — просто вопрос техники и времени.

КОНДИЦИОНЕР ДЛЯ МОТОШЛЕМОВ BLUARMOR ОБЕСПЕЧИТ ПРОХЛАДУ ВО ВРЕМЯ ЛЕТНИХ ПОЕЗДОК

Мотоциклист в шлеме в жаркую погоду испытывает множество проблем. Одна из них – сниженная реакция на дорожную обстановку. Основная задача в этом случае – обеспечить голову прохладой.

Индийская компания-стартап из Бангалора BlueArmorHelmets представила специальный съемный блок для охлаждения головы BluSnap, интегрированный в мотоциклетный шлем.

Сопла BluSnap перенаправляют струю свежего воздуха снаружи в шлем пилота. Центральный блок устройства состоит из резервуара для воды и небольшого вентилятора. По сути, это портативный воздушный охладитель с автономным питанием, работающий по простому принципу: вентилятор подает воздух через влажный фильтр к двум соплам внутри шлема.

Охлаждающее устройство – кулер содержит резервуар с водой объемом 60 мл, электрический вентилятор с фильтрующим элементом и литий-ионный аккумулятор емкостью 2500 мАч. Для по-

полнения израсходованной энергии потребуется 6 часов зарядки от обычной домашней розетки, чтобы система работала в течении 10 часов.

Температура воздуха на внутренней стороне козырька шлема гарантирует противотуманный эффект. Устройство BluSnap полностью подходит большинству современных шлемов. Остаются вопросы в сфере безопасности — до сих пор точно неизвестно, как поведет себя шлем в аварийной ситуации.

КАНАДСКОЙ СТИРАЛЬНОЙ МАШИНКЕ DRUMI НЕ НУЖНО ЭЛЕКТРИЧЕСТВО

Чего греха таить, научно-технический прогресс нас порядком избаловал. Взять хотя бы стиральные машинки, которые с каждым годом становятся умнее и умнее, обрастая все новыми функциями, за что, естественно, приходится платить все больше. Стиральная машинка Drumi, представленная недавно канадским стартапом Yirego — своеобразный вызов современным технологиям.

Главная особенность Drumi – ей не нужно электричество. Она приводится в действие с помощью

ножного педального привода, что, кстати, не требует каких-то сверхусилий. Drumi –это воплощение компактности и простоты. Она рассчитана на стирку 2,5 кг не сильно загрязненной одежды где-нибудь на пикнике или на загородной даче.

После загрузки белья в барабан туда следует залить воду, добавить моющее средство, закрыть крышку, и можно приступать к стирке. Барабан начинает вращаться по мере нажатия на педаль.

Первый этап займет от 3 до 5 минут, после чего грязную воду нужно слить через специальный отвод и повторить процесс только уже с чистой водой в течение 2 минут. После того, как полоскание закончено, в процессе слива воды рекомендуется увеличить интенсивность нажатий, что обеспечит частичный отжим белья.

Цена стиральной машинки 299 долларов США.

763- 545-1600

КРИЗИС МУЖЕСТВЕННОСТИ — НОВОЕ ЯВЛЕНИЕ НА ЗАПАДЕ

ОТСТАВАНИЕ В ШКОЛЕ, НЕЗРЕЛОСТЬ, СЕКСУАЛЬНОЕ НЕБЛАГОПОЛУЧИЕ... ФЕМИНИСТИЧЕСКАЯ РЕВОЛЮЦИЯ И ФОРМИРОВАНИЕ ЭГАЛИТАРНОГО ОБЩЕСТВА ПРИВЕЛИ К БЕСПРЕЦЕДЕНТНОМУ КРИЗИСУ МУЖЕСТВЕННОСТИ. ИЗУЧАТЬ ДАННОЕ ЯВЛЕНИЕ НАЧАЛИ ЛИШЬ СОВСЕМ НЕДАВНО.

«Запад потерял веру в мужественность». Так называется конференция

канадского ученого Джордана Питерсона (Jordan Peterson), который был совершенно неизвестен еще два года назад, но теперь стал, как пишет «Нью-Йорк Таймс», «самым почитаемым и самым ненавидимым интеллектуалом» в интернете. Этот профессор психологии обязан своим успехом телевизионным спорам с феминистками, в которых он развенчивает их аргументацию, в частности о неравенстве зарплат. Общемировой успех Питерсона (миллионы просмотров на «Ютьюб») говорит о явлении, которое было вытеснено на второй план революцией «МеТоо»: речь идет о все большем беспокойстве насчет мужественности западных мужчин. За волной возмущения по поводу мужского доминирования, которое было видно на примере сексуальных домогательств, скрывается другая правда: общий упадок статуса «самца».

МУЖСКАЯ РЕАКЦИЯ

Эта тема сейчас в моде в гендерных исследованиях. В 2006 году американский эксперт по де Токвилю и Макиавелли Харви Мэнсфилд (Harvey Mansfield) опубликовал работу под названием «Мужественность», в которой он пытался очертить границы и положительные стороны мужественности во все более нейтральном западном обществе. Книга вывела из себя нью-йоркскую интеллигенцию, однако у нее возникли подражатели. Так, например, созданный в 2008 году сайт «Искусство мужественности» предлагает множество практических советов (от «как самому починить «дворники» до «как понять, что женщина вас любит») о том, «как быть мужчиной», миллионам посетителей.

Успех американского ресурса вдохновил Жюльена Рошди (Julien Rochedy), бывшего главу молодежного движения при «Национальном фронте», создать аналогичную платформу для французской аудитории. Безупречная борода, старательно уложенные волосы, черная рубашка по фигуре... На фоне книжного шкафа он размеренным голосом рассказывает о «десяти мыслях, которые должны знать мужчины». «На протяжение многих веков мужчины стремились стать мужчинами. Некоторое время назад, этот процесс прекратился, но раньше все было именно так». Там есть записи из блога («почему мужчины должны уметь пить» или «когда бить в случае агрессии»), а также платная секция из видео и философских материалов с заметным отпечатком ницшеанства.

«ТРОЛЛИ» ПРОТИВ «ЛОХОВ»

Мэнфсфилд, Питерсон и, в некоторой степени, Рошди представляют собой приглаженный и структурированный вариант мужской реакции, которая в некоторых случаях принимает примитивные формы. Это видно, например, в комиксах Марсо, которые подчеркивают открытую и агрессивную мужественность (татуировки, бритые головы и дробовики), блогере Папасито и прочих в той или иной степени мятежных последователях антисемитского полемиста Алена Сораля (Alain Soral): тот первым стал говорить в своих видео о «феминизации» мира и «беспомощности желания». Кульминацией этих представлений является культура «альтернативных правых», которая активно проявляется в интернете, где «тролли» наседают на «лохов», то есть «мужчин, которые без конца ищут одобрения женщин». В некоторых случаях эта культура принимает трагический и криминальный оборот. 23 апреля 2018 года в Торонто 25-летний Алек Минасян (Alek Minassian) сбил за рулем своего «Шевроле» десять человек, из них восемь женщин. Он входил в группу вынужденных холостяков, и писал на своей странице в «Фейсбук» о стремлении убить максимум «Чедов» и «Стейси», как эти молодых люди называют гламурных сверстников обоих полов.

БЕСПРЕЦЕДЕНТНЫЙ АНТРОПОЛОГИЧЕСКИЙ СДВИГ

Такая резкая реакция перекликается с агрессивной феминистической риторикой о «токсичной» мужественности, которую нужно очистить. Иногда это сопровождается откровенно реваншистскими заявлениями. «Мужчинам давно пора почувствовать себя в меньшинстве», — сказала, например, недавно бывший министр юстиции Кристиан Тобира (Christiane Taubira). Как бы то ни было, не стоит сводить все к этой радикальной риторике. Более общее чувство — это неуверенность и неопределенность: западным мужчинам становится все труднее найти свое место во все более эгалитарном обществе. Все это влечет за собой множество публикаций и споров, как в США, так и во Франции. Так, 21 мая публицист Наташа Полони (Natacha Polony) организовала в Париже круглый стол с красноречивым названием: «Мужчина — исчезающий вид?» На нем присутствовали автор «Мифа мужественности» Оливия Газале (Olivia Gazal), публицист Пегги Састр (Peggy Sastre) и психиатр Жан-Франсуа Безо (Jean-Fran ois Bezot).

«На это меня вдохновило все то, что я видела за последнее время, то есть «прозрачные» мужчины во время споров вокруг дела Вайнштейна. Мне было жалко видеть, как они виновато склоняют голову, извиняются за то, что они — мужчины, и называют себя феминистами», — говорит Наташа Полони.

«Нельзя с безразличием смотреть на проходящий на наших глазах антропологический сдвиг: речь идет о новом месте мужчин в мире, где разделение полов перестало быть очевидным, — считает Марсель Гоше (Marcel Gauchet), который посвятил этой острой теме 200-й номер журнала «Деба». — Всеобщее внимание сейчас, естественно, сосредоточено на усилении женщин на всех уровнях или на до сих пор сохраняющемся неравенстве в их отношении. Но разве эта «женская революция» могла не отразиться на противоположном поле? Здесь наблюдаются большие перемены. Мужественность перестала быть чем-то очевидным и перешла в категорию систематических сомнений».

«Самое массовое и обширное явление касается образования: мальчики демонстрируют спад успеваемости и потерю интереса к учебе», — отмечает он. Эту точку зрения разделяет психолог Летиция Штраух-Бонар (Laetitia Strauch-Bonart), которая в нашумевшей книге «Мужчины устарели?» указывает на упадок статуса мужчин с помощью целого ряда исследований. В ней она рассказывает историю «пола, который лишился привилегий и, возможно, потерял вместе с ними смысл существования».

Так, мужчины потеряли контроль над размножением, отстают в учебе, а их ценившаяся ранее физическая сила больше не имеет особой социальной значимости. Во Франции отставание 15-летних мальчиков составляет в среднем три четверти года в плане «понимания текста». На территории стран ОЭСР это отставание достигает трех лет между мальчиком из малообеспеченных слоев и девочкой из обеспеченных групп. Этот разрыв сохраняется и в сфере труда. Хотя сейчас все еще складывается не в пользу женщин, общая тенденция подразумевает упадок статуса мужчин. Деиндустриализация и экономика знаний играют на руку женщинам. Во Франции с 1997 по 2016 год занятость среди мужчин сократилась с 82,3% до 76,3%, тогда как среди женщин она выросла с 66,6% до 69,2%. Диплом о высшем образовании есть у 49% женщин и 39% мужчин.

Усиление женщин представляет собой проблему для некоторых мужчин. В этом заключается главная тема романа Патриса Жана (Patrice Jean) «ненужный мужчина». Его герой Серж Ле Шенадек — обычный сорокалетний мужчина, который осознает свою полную бесполезность для жены и детей. Мир больше не нуждается в нем. Такие оказавшиеся за бортом люди населяют романы Мишеля Уэльбека (Michel Houellebecq), которые описывают неблагополучие белого мужчины. «Как и безудержный экономический либерализм, половой либерализм тоже ведет к обнищанию», — говорит один из его персонажей. «Неустроенность мужчин — это моя каждодневная работа, — подтверждает сексолог Тереза Арго (Th r se Hargot), которая принимает у себя многих сбитых с толка клиентов. — Раз сила больше не может проявляться в общественном пространстве, все перетекает в интимную и сексуальную сферу. Для многих мужчин она становится местом реванша. Самым поразительным тому подтверждением становится потребление порнографии. А также неверность женщин. Многие из них больше не испытывают влечения к своим мужчинам, поскольку те потеряли мужественность».

Мужчины видят два противоречивых сигнала: карикатурная и сексуализированная мужественность превозносится в порнографии и на предприятии, тогда как во всех остальных сферах доминирует феминизм. «Мне кажется, что от мужчин требуют невозможного, — считает писательница Нэнси Хьюстон (Nancy Huston). — Они должны быть сильными и слабыми, жесткими и нежными, безжалостными на работе и робкими как агнцы дома».

НОВАЯ КУЛЬТУРА НЕЗРЕЛОСТИ

На фоне такого роста требований и отсутствия своеобразных ритуалов взросления (вертикальная школа, церковь и военная служба) многие мужчины затягивают переход к отцовству или вообще отказываются от него. Как пишет преподаватель Мартен Декейсер (Martin Dekeyser), все это ведет к «новой культуре незрелости». «Вхождение во взрослую жизнь стало более трудной задачей для молодых мужчин, чем для молодых женщин», — полагает он. Мужчины находят прибежище в молодежной культуре, которая подразумевает систематические насмешки и проявляется в интернете и видеоиграх. Они стремятся отойти от мира и перекладывают ответственность на женщин, в частности на матерей.

Стоит ли беспокоиться на этот счет? Кризис западных мужчин всего лишь представляет собой отражение сексуальной революции и просто угаснет? Или же стоит ждать обратного хода маятника в виде прославления примитивного мужланства? В США избрание Дональда Трампа уже может рассматриваться как своеобразная форма отмщения политкорректности американских университетов. Причем все это ничего не решило, а только обострило борьбу между горячечным феминизмом и карикатурной мужественностью.

Эжени Бастье (Eug nie Basti)

763- 545-1600

ДЛЯ УСПЕШНОГО ПРОЯВЛЕНИЯ СЕБЯ НУЖНА ВОЗМОЖНОСТЬ ПОТЕРПЕТЬ НЕУДАЧУ

Можно быть прекрасным собеседником, уметь слушать, а главное, слышать людей, с которыми ты общаешься, и быть при этом абсолютно глухим к собственному внутреннему голосу: не принимать своих потребностей и не понимать самого себя. Почему же так важно уметь это делать и как научить своих детей быть в гармонии с собой? Отвечает эксперт «О!» психолог Анна Скавитина.

Анна Скавитина, психолог, аналитик, член IAAP (International Association of Analytical Psychology), супервизор РОАП и Института Юнга (г. Цюрих), эксперт журнала «Psychologies»

Анна Скавитина, психолог, аналитик, член IAAP (International Association of Analytical Psychology), супервизор РОАП и Института Юнга (г. Цюрих), эксперт журнала «Psychologies»

Однажды коллега-психолог начал свой тренинг с сотней родителей вопросом: «А вы счастливы в жизни? Счастливые, поднимите руки!» — никто руку не поднял. «А чему вы можете тогда научить своих детей?» — продолжил он. В течение первого перерыва многие родители покинули зал, поняв, что они безнадёжны и шанса нормально воспитать своих детей у них, похоже, нет.

Дело в том, что у родителей уникальная задача: многим из нас приходится учить своих детей тому, что сами мы делать не умеем. Например, научить плавать, даже если сами мы боимся воды, или постараться сделать детей счастливыми, будучи при этом не удовлетворенными своей собственной жизнью. Как ни странно, но части родителей это вполне удаётся. Почему? Вероятно, потому, что эти родители сами страдают и много думают о том, чего им не хватает для того, чтобы плавать, быть счастливыми, чувствовать себя понятыми и принятыми в обществе, реализовать свой внутренний потенциал. А также о том, как создать условия для этого своим детям, что можно отдать на аутсорсинг: например, найти ребёнку и себе тренера, педагога, психолога, а что отдать на аутсорсинг не получится и придётся делать самому.

Для того, чтобы человек задумался о своём внутреннем потенциале, о раскрытии своих способностей, о желании создавать, необходимо, чтобы у него хватило на это энергии. Самореализация личности имеет прямую связь с чувством собственной полноценности, удовлетворенности жизнью, успешностью, с чувством счастья. Если человеку не хватает базовых вещей: еды, сна, чистого воздуха, пространства для жизни, безопасности, то никакая самореализация его не волнует.

Классическая пирамида потребностей Маслоу указывает нам, что все предыдущие уровни потребностей должны быть удовлетворены, чтобы дойти до самой высшей, до вершины пирамиды — потребности в самореализации. Поэтому лучшее, что могут делать родители для того, чтобы поддержать потребность ребёнка в реализации своего внутреннего потенциала, это создать условия для удовлетворения всех первых уровней потребностей.

После двух базовых уровней потребностей — физиологических и безопасности, идёт уровень принадлежности и любви — всем людям, а детям — особенно, важно чувствовать себя частью чего-то большего, чем мы сами, например, частью своей семьи, важно любить и быть любимым. Родители должны успеть напитать ребёнка любовью, заботой и чувством принадлежности до того, как ему предстоит сделать серьёзный самостоятельный рывок: пойти в детский сад, выступить на концерте, поехать в лагерь без мамы и папы. Планируйте свои дни так, чтобы перед важными для ребёнка социальными событиями, вы проводили с ним времени больше, чем обычно. Это нужно для того, чтобы вся его сила не уходила на реальную или фантазийную борьбу за мамину любовь, чтобы он чувствовал — эта территория завоёвана: мама и папа любят и поддержат его.

Следующий этап: потребность в уважении. Дети — низшее звено в семейной иерархии. Их любят, но не всегда понимают, что уважение нужно не только старшему поколению, но и младшему.

> *Для многих родителей факт уважения своего ребёнка вызывает удивление и недоумение. Уважение — это ведь чувство почтения, почитания, отношение к человеку, основанное на признании его достоинств, важности, значимости и ценности. Да, взрослые — ценные люди, они делают важную для семьи и общества работу, их можно и нужно уважать как минимум за это. Но за что уважать ребёнка, чем он ценен и значим?*

«Быстро встань и убери свои игрушки. Немедленно. Пора есть, я уже накрыла на стол!» — за этой обыденной фразой стоит потребность родителя в подтверждении своей значимости и принижение значимости того, что делает ребёнок и его потребностей. Приготовила еду и накрыла на стол — ценно и значимо, я требую уважения, я ценная и значимая. Мне для того, чтобы почувствовать свою ценность, надо что-то сделать и получить от окружающих подтверждение: «Мама — молодец!». Играть — не ценно и не значимо, ты — не ценный и не значимый. Дети обижаются, чувствуют себя униженными, придумывают стратегии защиты и выживания, ждут своей очереди стать старшим и оторваться на младших, показать им, что они не ценные и не значимые. Вчера в песочнице четырехлетний ребёнок сказал двухлетнему: «Уйди, ты — малыш, ты не должен мешать старшим делать важное дело!» Если мы выбираем уважать ребёнка не потому, что он заслужил право на уважение, а потому, что он — личность, человек, и имеет право на своё мнение и желания, то мы учим ребёнка уважать себя, родителей, и других людей, а также разрешаем ему высказывать свою точку зрения и отстаивать свои права в жизни.

Многие проблемы с неадекватным, с точки зрения родителей, поведением ребёнка решаются, если к нему начинают относится с уважением. Ребёнку же это даёт возможность освободить побольше сил на то, чтобы познавать окружающий мир и самого себя. Дети, мнение которых принимают во внимание, намного лучше знают себя и редко мучаются вопросом «кем мне быть, когда я вырасту?» Они с раннего детства прислушиваются к себе, самостоятельно принимают решения, разочаровываются, несут ответственность, и поэтому им легче, чем детям, за которых всё решают родители. Они рискуют быть собой, не прячут свои чувства и желания.

Следующие уровни — это познавательные и эстетические потребности. Чтобы познавать, узнавать, радоваться красоте мира тоже нужны силы и желание. Задача родителей — обеспечить развивающую среду для исследования и творчества. Это не значит, что каждому ребёнку нужно создать личную физическую или химическую лабораторию дома, заваливать его комнату материалами для творчества: пластилином, красками, клеем, цветной бумагой и прочим. Хотя это тоже не помешает, если такая возможность у родителей есть, а ребёнок сам хочет это не только иметь, но и что-то с этим делать. Создавать развивающую среду — это идти за ребёнком, общаться с ним, отвечать на его вопросы, не ссылаясь на «вырастешь — узнаешь». Важно руководствоваться принципом «Если ребёнок задал вопрос, значит, он готов получить ответ». Вы не обязаны всегда сообщать ему все готовые ответы. Вы же помните, мы сами далеко не волшебники, совсем не всё знаем и умеем, наша задача — поддержать интерес ребёнка к поиску истины. Часто сам заданный вопрос развивает нас больше, чем полученный от кого-то ответ.

> *Свобода выбора — ещё один важный фактор развития ребёнка и проявления себя, который ведёт к*

пониманию ответственности за свои поступки и их последствия. Он начинается с малого: это хочу есть, это не хочу, сегодня выберу одежду в сад сам, потом решу буду ли я рисовать или лепить, а завтра я пойму, чем я на самом деле хочу заниматься в своей жизни, а чем не хочу.

Поддерживайте увлечения своих детей, их выбор, но настаивайте на продолжении занятий, если видите, что ребёнок получает от процесса удовольствие, но иногда ему не хватает сил, опыта, возможностей справиться с трудностями, вставшими у него на пути. Например, если ребёнок занимается в спортивной секции или музыкальной школе с удовольствием, а не потому, что вся семья его заставляет, но вдруг решил бросить занятия, потому что у него что-то не получается, поддержите его, вернитесь на шаг «напитаем ребёнка любовью и заботой», помогите выбрать стратегию преодоления трудностей, радуйтесь вместе с ним, когда он сделал рывок вперёд. Потом можно немного отойти, чтобы дать ему возможность сделать что-то совсем самому.

Занятия, к которым ребёнок относится с ненавистью, но родители считают, что это нужно, «потому что все дети вокруг занимаются этим», ни к какой самореализации и возможности проявить себя ни ведут. Это путь к невротизации ребёнка и его апатии, нежеланию ничего не делать, никуда не стремиться. Классический сюжет: «Мой ничего не хочет, ни музыкальной школы, ни английского, ни шахмат, ни учиться. Как его заставить развиваться?» В своё время именно насилие, впихивание знаний, отказ в минимальной свободе выбора и способствовал такой ситуации.

Ещё один важный фактор для успешного проявления себя — возможность потерпеть неудачу. Может быть это покажется странным, но именно неудачи часто дают больше полезного опыта для нашего развития, чем успех. Неудачи — это серьёзная часть истории успешности и самореализации в жизни. Важно дать ребёнку возможность иметь негативный опыт, совершать ошибки и учиться на них, делая выводы, преодолевая связанные с ними непростые чувства и двигаться дальше. Успешно преодоленные неудачи и бережный «разбор полетов» укрепляют характер вашего ребёнка, добавляют ему стрессоустойчивости и позволяют двигаться вперёд, понимая, что его могут подстерегать провалы.

Если нужно так много всего для самореализации и успешного поиска своих внутренних сокровищ, то как же получалось этого достичь у вечно голодных художников или поэтов, ученых-исследователей? Оказывается, если в жизни человека, особенно в его раннем детстве, был достаточно длительный период насыщения всех потребностей, то есть его кормили, обеспечивали безопасность, любили, то какое-то время в течение жизни человек готов прожить и без этого и не впасть в полное уныние, поддерживая себя внутренней мотивацией, желанием делать то, что кажется ему важным именно сейчас, даже если это не приносит мгновенных результатов, готов отложить удовольствия на потом.

Конечно, длительный период поддержки развития и удовлетворения всех базовых потребностей в детстве не является гарантией самореализации, но сильно увеличивает шансы. Полностью развить свои способности, реализовать свой внутренний потенциал — невероятно сложная задача для любого человека. Сложная, но не неосуществимая.

Будет прекрасно, если родители будут поддерживать своих детей и помогут им вырасти в великих или глубоких, значимых личностей, которые будут активно действовать не только на благо себе, но и заботиться о нуждах общества и человечества. Ведь самореализация, самоактуализация — это процесс не только индивидуальный, но и социальный. Только в том случае, если человек чувствует, что его жизнь приносит пользу другим, он ощущает себя реализованным.

Анна Скавитина

763- 545-1600

ИДЕИ ДЛЯ УКРАШЕНИЯ СТЕН

При проведении ремонта на стену недостаточно просто нанести штукатурку со шпатлевкой и окрасить или поклеить обои. Чтобы интерьер заиграл по-новому, необходимо предусмотреть декорирование стены.

В качестве такого подручного материала можно использовать зеркала. Такой предмет интерьера может стать настоящим арт-объектом.

В качестве альтернативы можно использовать и фотографии, причем необязательно своих близких.

Во многих интерьерах по-прежнему можно встретить настенные часы на стенах. Такой вариант украшения, так же как и зеркало, является функциональным.

Украсить стены можно и произведениями живописи или постерами.

Для коллекционеров можно посоветовать украсить стену декоративными тарелками. Такой декор будет наиболее уместен на кухне. Развесить тарелки можно как в строгих геометрически формах, так и в хаотичном порядке.

Фото: из открытых источников

ОТОПЛЕНИЕ И ОХЛАЖДЕНИЕ

ЧАСТО ЗАДАВАЕМЫЕ ВОПРОСЫ

Как уменьшить расходы на отопление и охлаждение?

- Установите программируемый термостат.

- В отопительном сезоне, когда вас нет дома, поддерживайте пониженную температуру (примерно 64 F). Возвращаясь домой, увеличьте температуру в соответствии с вашем уровнем комфорта.

- Во время летнего сезона, уезжая из дома, поставьте термостат на 78 F.

- Отключите воздухоснабжение в неиспользуемых комнатах и помещениях (просто перекройте вентиляторы на потолке).

- Перепроверьте место установки термостата. Термостат должен быть установлен на внутенней стене, противоположной расположению охладительных и отопительных регистров.

- Перед началом отопительного и охладительного периодов желательно приглашать квалифицированного специалиста для профилактической проверки, очистки и - если необходимо - настройки оборудования, даже если оно было не так давно установлено. Любой тип механического устройства независимо от возраста нуждается для нормальной работы в периодическом обслуживании.

- Если в вашем доме имеются неплотности, через которые холодный воздух зимой или теплый и влажный воздух летом имеет возможность инфильтрироваться в помещение, по возможности необходимо либо произвести необходимый ремонт, либо максимально герметизировать помещение.

- Очень важным фактором является эффективность оборудования. Замена устаревшего низкоэффективного оборудования на современное высокоэффективное позволит значительно уменьшить расходы на потребляемую энергию, а также повысить надежность системы.

- Регулярно следите за состоянием воздушного фильтра. Загрязненный фильтр критически влияет на эффективность и долговечность работы оборудования. Отработанный воздушный фильтр блокирует движение воздуха через охладитель или обогреватель, нарушая процесс охлаждения или отопления вашего дома, а также приводит к преждевременному износу оборудования.

Какова средняя ожидаемая продолжительность работы системы кондиционирования?

Стандартной цифрой в индустрии принято считать 20 лет. В реальности это может быть 12-17 лет. Однако При благоприятных условиях 25 лет - абсолютно реальная цифра. Очень много зависит от качества установки, но в основном именно условия эксплуатации влияют на продолжительность жизни вашего оборудования.

Почему больший размер кондиционера - не всегда лучший и правильный для вашего дома?

Если мощность кондиционера намного больше, чем того требует размер вашего дома, то кондиционер досрочно быстро справляется с достижением установленной вами температуры. Таким образом продолжительность рабочего цикла короткая. Этого времени не достаточно для уменьшения влажности воздуха. Кондиционер малой мощности просто не в состоянии справиться с существующей нагрузкой. Поэтому очень важно, чтобы размер кондиционера соответствовал вашему дому и был в состоянии контролировать как температуру, так и влажность воздуха в доме. Для этого настоятельно рекомендую иметь дело только с квалифицированными специалистами, которые используют конкретные расчеты, а не гадание как метод определения необходимого размера оборудования. Контакт с грамотным, обученным, опытным и честным специалистом - залог успешной работы вашего оборудования.

При установке нового оборудования - будет ли новый кондиционер шумным?

Уровень шума зависит от модели кондиционера. Если для вас это важно, обязательно обсудите этот вопрос с мастером. После коммерческого предложения перепроверьте техническую характеристику, уровень шумности (он не должен превышать 75 db).

В ваших интересах, чтобы ваш мастер был в состоянии не только произвести установку, но также квалифицированно обслуживать установленное оборудование. Этот результат может быть гарантирован только одним: наличием необходимого тренинга и аккредитаций у контрактора от компаний-производителей. Если контрактор является уполномоченным дилером, это означает, что компания-производитель проверила уровень знаний и опыта у этого конкретного специалиста.

Михаил ШЕР

SEGWAY ПРЕДЛАГАЕТ ВАМ ЗАРАБОТАТЬ ТРАВМУ СОВЕРШЕННО НОВЫМ СПОСОБОМ

Статистика медицинских служб в США за 2015-2016 годы указывает на 25854 случая детского травматизма, вызванного проблемами с ездой на ховербордах, гироскутерах и аналогичной технике.

За те полтора десятка лет, что прошли с появления первого «сегвея», мир персональных электрических транспортных средств далеко продвинулся в противоположную от безопасности сторону. И у этой тенденции недавно появилось новое на-

правление развития, анонсированное все тем же Segway.

Стратегия компании: надо делать новые аппараты легче, дешевле и проще в управлении, все остальное – забота самого пользователя. В свежем рекламном ролике от Segway главные герои надели шлемы, что редко встречается в реальной жизни, но проигнорировали налокотники и наколенники. А их ноги в обуви просто стоят на самодвижущихся платформах, без крепления – авторы новинки под названием Drift W1 преподносят это как один из ее плюсов.

Встал и поехал, не заботясь о том, чтобы перебирать ногами, так как основную работу сделает электродвигатель. Данная категория устройств получила общее название e-Skates, но это при условии, что Segway победит в конкурентной борьбе компанию InMotion. Иначе боты с моторчиками будут называться Hovershoes – китайцы показали свою версию еще месяц назад и подробно озвучили характеристики, тогда как американцы все держат в тайне.

Нет информации ни о цене, ни о начале продаж Drift W1, однако в Segway прозрачно намекнули, что данная модель лишь первенец в ряду e-Skates. Вероятно, все прояснится во время выставки IFA 2018, которая пройдет в августе в Берлине.

ЧАСЫ ДЛЯ ИСТИННЫХ ЦЕНИТЕЛЕЙ МУЗЫКИ ЗА 300 ТЫСЯЧ ДОЛЛАРОВ

Некоторые высококачественные наручные часы – это демонстрация современных технологий и мастерства их производителей. А как насчет эстетического удовольствия? Один из примеров – часы Jacob & Co Opera. В двух словах – это часы и музыкальная шкатулка в «одном флаконе».

Внутри корпуса размером 47 х 20 мм в центре циферблата располагается четырехосевая модульная конструкция. На двух осях справа и слева установлены вращающиеся музыкальные цилиндры, а на двух других – трехосевой турбийон и малый циферблат из розового золота со стрелками.

Вращающиеся цилиндры с крошечными штифтами, соприкасаясь с гребенкой, состоящей из металли-

ческих пластинок, полностью повторяют работу классических музыкальных шкатулок. Хозяин часов в течение получаса имеет удовольствие слышать композицию Memory из мюзикла «Кошки», Э. Л. Уэббера.

В «арсенале» шкатулки – 120 нот. Мелодия запускается нажатием кнопки, расположенной на корпусе. Во время вращения цилиндров приходят в движение циферблат и турбийон, которые проворачиваются на 120 градусов. У всех кареток – внутренней, средней и внешней — разные скорости вращения. Один оборот они совершают соответственно за 40 секунд, 3 и 8 минут.

Специально для Jacob & Co Opera был разработан новый механизм. В частности, ручной подзавод изготовлен из титановых деталей, что делает часы более легкими, а издаваемые звуки – более чистыми. Всего механизм состоит из 646 деталей. Уникальные часы выпускаются в двух версиях и ограниченной серией из 18 изделий, что неудивительно. Jacob & Co Opera обойдутся их владельцам в 305 тысяч долларов США.

В ВИРТУАЛЬНОМ СИМУЛЯТОРЕ АМЕРИКАНСКИХ ГОРОК МОЖНО ПРИЕХАТЬ В ГОСТИ К ЧУЖИМ

В настоящем космосе никто не услышит ваш крик ужаса, но в данной симуляции это лишь условность – вопите себе на здоровье. Есть и другие звуки, которые помогают создавать, нагнетать атмосферу. Разумеется, атмосферу первобытного страха, ведь вас привезут прямиком в место обитания ксеноморфов-убийц.

Пользователь Хин Ня (Hin Nya) создал в приложении Planet Coaster собственную версию парка аттракционов, который строится вокруг сюжета классического фантастического ужастика «Чужие». В новом эпизоде саги про монстров с кисло-

той вместо крови вам предстоит оказаться на базе колонистов, где похозяйничали твари. Нет, вас не съедят по пути – все будет еще хуже.

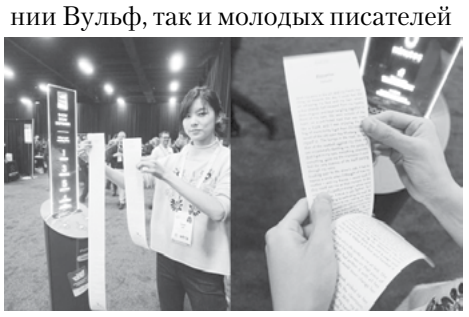
Посетителей аттракциона ждут 15 минут кажущейся бесконечной поездки, наперегонки со смертью и ужасом. Самое неприятное – как пассажир кабинки американских горок вы ничего не можете поделать, ни на что не влияете. Включая и финал приключения, так что приятной поездки!

SHORT STORY DISPENSER ПОМОЖЕТ СКОРОТАТЬ ВРЕМЯ В ОЧЕРЕДИ

После успешного дебюта во Франции издание Short Edition переносит свою идею за океан, в США. Суть разработанного ею устройства Short Story Dispenser в том, что оно раздает скучающим в очередях людям короткие литературные произведения, чтобы те могли провести время с большей пользой и интересом, нежели уткнув взгляд в смартфон.

В век цифровых технологий и виртуальной реальности это выглядит винтажным ноу-хау.

Работает Short Story Dispenser как автомат для печати квитанций, только вместо скучных символов он распечатывает небольшие рассказы, стихи, отрывки новелл и т.д. Устройство подключено к базе данных издания, а там – более 13 млн. текстов от 6800 авторов. Как классиков литературы, вроде Шекспира и Вирджинии Вульф, так и молодых писателей



с просторов Интернета.

Все произведения рассортированы по трем категориям: 1 минута чтения, 3 минуты или 5 минут. Пользователь выбирает только время и объем рассказа, а далее в силу вступает случайный выбор. Материалом для печати служит «живой папирус», который становится тем более прочным, чем дольше вы его мнете – это провоцирует потребителей сохранять и даже коллекционировать билетики. Как и чернила, бумага безвредна для экологии.

Главное преимущество Short Story Dispenser – его услуги бесплатны. Первый литературный автомат установили в аэропорту Шарля де Голля, к настоящему времени по всей Франции уже используются 150 таких машин. Недавно первые 20 прибыли и в США, а одну лично забрал режиссер Френсис Форд Коппола, как ведущий инвестор проекта. Он поставил ее в своем кафе «Zoetrope» в Сан-Франциско.

ПРЕДУПРЕДИТЕЛЬНЫЙ ВЫСТРЕЛ, *ИЛИ КАК МОЖНО ПОПАСТЬ В ТЮРЬМУ*

Самооборона в Америке сегодня регулируется законами, которые варьируются от штата к штату. В некоторых штатах защищающийся может не убегать от злоумышленника, а противостоять ему, в других - только если он находится в своем собственном доме, а в-третьих защищающийся обязан отступить от агрессора (если есть такая возможность), прежде чем использовать Deadly Force для своей защиты. С этим сложно разобраться…

Поэтому очень важно, чтобы лица, имеющие огнестрельное оружие для самообороны, знали досконально юридическую часть использования Deadly Force.

К сожалению, наше общество полно “знатоков“, дающих неправильные советы о том, что человек может и не может сделать в плане самозащиты.

Одним из таких горе-знатоков был вице-президент Джо Байден. Во время интервью 13 января 2013 года он в очередной раз расписался в своей некомпетентности, сказав всей нации, что надо делать в случае home invasion.

«Купи дробовик, купи дробовик», - сказал Байден, объясняя, что он сказал своей жене на случай home invasion.

«Я сказал: «Джилл, если когда-нибудь возникнет проблема, просто выйди на балкон ... возьми этот двуствольный дробовик и выстрели два раза в воздух», - рассказывал вице-президент. Позже, в другом интервью, Джо объяснил, что узнал о таком способое самозащиты от своего отца, который был охотником.

Ну откуда, да и зачем вице-президенту Байдену знать, что предупредительные выстрелы в целях самообороны запрещены в большинстве штатов законом, предусматривающим наказание за безрассудный выстрел, или reckless discharge. Каждый владелец огнестрельного оружия должен понимать важность правил безопасного использования и хранения оружия. Мы несем ответственность за каждый выстрел.

Давайте разберем совет Джо Байдена: его жена Джилл с балкона стреляет из обоих стволов в воздух. Джилл несет ответственность за каждую дробину, а они могут улететь достаточно далеко, и неизвестно, кто может быть ранен или какое имущество может быть повреждено при попадании. Как результат - Джилл могли бы привлечь к юридической ответственности - как в уголовном суде, так и в гражданском - за каждую дробинку, вылетевшую из ее ружья.

Здесь все должно быть ясно: Deadly force должна использоваться только тогда, когда есть обоснованное убеждение в том, что вам необходимо защищать свою жизнь или жизнь другого человека от непосредственной и неминуемой опасности получения тяжких телесных повреждений или смерти. Необходимость состоит из двух факторов: непосредственной опасности и отсутствия безопасных альтернатив. Непосредственная опасность – значит неминуемая, немедленная или мгновенная. Безопасной альтернативой было бы избежать конфронтации.

В штате Южная Дакота гражданин, который выпустил предупредительный выстрел, может столкнуться с уголовными обвинениями и гражданскими обвинениями.

В 2014 губернатор Флориды подписал поправку к закону (F.S. 776.012), который сделал законным использование предупредительного выстрела при угрозе смертельной опасности. Это частично было реакцией на прецедент с Мариссой Александер. Женщина из Джексонвиля была приговорена к 20 годам тюремного заключения после того, как выстрелила рядом со своим бывшим мужем во время ссоры. Она утверждала, что она сделала предупредительный выстрел в целях самообороны, но судья отверг ее ссылку на закон Stay your grounds, который позволяет использовать Deadly force, если защищающийся считает, что его жизнь находится под угрозой.

Почему?

Потому что независимо от того, что подписал губернатор, это неправильное толкование закона Флориды, ибо никто не отменил очень существенную статью, говорящую о том, что если выстрел был произведен незаконно, это наказывается ОБЯЗАТЕЛЬНЫМ тюремным заключением на 20 лет. То есть если вы сделали предупредительный выстрел, а судья решил, что неминуемой опасности для вашей жизни не было – вы отправитесь на 20 лет в тюрьму. Да, вы будете говорить, что испугались за свою жизнь, что хотели остановить, предупредить... А что, по вашему мнению, будет говорить на суде человек, которого вы «предупреждали»? Что он хотел вас убить? Вряд ли...

Так что такое «предупредительный выстрел»? Это, наверное, можно определить как выстрел из огнестрельного оружия, произведенный с целью вызвать у кого-то опасения, что может быть использована Deadly force, но без намерения со стороны стреляющего причинить увечье или вызвать смерть.

И ВОТ ЗДЕСЬ ПОЯВЛЯЮТСЯ ИНТЕРЕСНЫЕ НЮАНСЫ:

1. Если вашей жизни угрожает неизбежная и неминуемая опасность, которая дает вам право использовать оружие в целях самообороны, а вы используете его только для предупредительного выстрела – значит эта опасность не была такой уж неизбежной. А если так – пожалуйте в тюрьму на 20 лет.

2. Если присутствуют другие люди. Ваш предупредительный выстрел «предупреждает» преступника, а для остальных он является смертельной угрозой. А если так – пожалуйте в тюрьму на 20 лет.

3. Самозащита является доказуемой, когда присутствуют элементы преступления, и является юридически обоснованной, когда доказано, что в противном случае было бы совершено преступное деяние против защищающегося, и средства самозащиты были сопоставимы со средствами нападения.

С. Барбакофф,
Мастер-инструктор OmegaSBT

Omega Situation Based Training

21, 22, 28 и 29 июля
9:00 – 17:00
Beaverbrook Sportsmen’s club

Узнайте, ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ли вы готовы защитить себя или ваших родных, есть ли у Вас достаточно подготовки и навыков, чтобы остаться в живых в экстремальной ситуации.

Стрельба в тире по неподвижным картонным мишеням не имеет ничего общего с реальностью – мишени не стреляют в ответ, а преступники не стоят, давая вам возможность получше прицелиться. Здесь не тот случай - в вас будут стрелять тоже... Вы готовы?

Наш тренинг - это самое близкое к тому, что, к сожалению, может случиться и случается в реальной жизни. Вы окажетесь в различных ситуациях: ограбление, захват автомобиля, проникновение преступника в дом, ваш ребенок взят в заложники, вы оказываетесь в банке или в ресторане в момент ограбления, кто-то начал стрелять в кино или в магазине и т.п., – как вы будете реагировать в каждой из них?

Мы предлагаем методику и оборудование, используемые для подготовки SEALS и SWAT teams.

- **Стоимость класса - $250 (предоплата)**
- **Группа 8-10 человек - 2 инструктора**
- **Обеспечиваем специальным оружием, экипировкой и патронами.**

Тел. 561 507 0519 * www.omegaSBT.com

АЛЛА ПУГАЧЕВА ДАЛА ОТКРОВЕННОЕ ИНТЕРВЬЮ ОЛЕГУ МЕНЬШИКОВУ: О МУЖЕ, ДЕТЯХ И СТАРОСТИ

В СЛЕДУЮЩЕМ ГОДУ АЛЛЕ ПУГАЧЕВОЙ ИСПОЛНИТСЯ 70 ЛЕТ. НЕСМОТРЯ НА ТО ЧТО ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ ПЕВИЦЫ ТОЛЬКО В АПРЕЛЕ, ВЕДУЩИЕ РОССИЙСКИЕ ТЕЛЕКАНАЛЫ УЖЕ СЕЙЧАС БЬЮТСЯ ЗА ПРАВО СНЯТЬ ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ ФИЛЬМ О ПРИМАДОННЕ И ПОЛУЧИТЬ РАССКАЗ О ЕЕ ЖИЗНИ ИЗ ПЕРВЫХ УСТ. ПОКА ТЕЛЕВИЗИОНЩИКИ ГОТОВЯТСЯ К ЮБИЛЕЮ ЗВЕЗДЫ, САМА ОНА ДАЛА ОТКРОВЕННОЕ ИНТЕРВЬЮ — ПЕРВОЕ ЗА ДЕСЯТЬ ЛЕТ. ЭТУ ЧЕСТЬ АЛЛА БОРИСОВНА ОКАЗАЛА АКТЕРУ И НАЧИНАЮЩЕМУ БЛОГЕРУ ОЛЕГУ МЕНЬШИКОВУ, КОТОРЫЙ С НЕДАВНИХ ПОР ВЕДЕТ СВОЙ БЛОГ НА YOUTUBE. SPLETNIK.RU ПОСМОТРЕЛ ЭТО ВИДЕОИНТЕРВЬЮ И ВЫБРАЛ САМЫЕ ЯРКИЕ ЦИТАТЫ.

ПРО ДЕТСТВО

С детства я была так закомплексована и застенчива — типичный интроверт. Общение давалось мне с большим трудом. То, что у меня было прозвище “дикарка”, я уже говорила. Мне некогда, честно говоря, было общаться. Меня все время заставляли учиться, учиться, учиться. Один месяц в году разрешали отдыхать. А я не знала как. И для того чтобы преодолеть себя, я шла в компанию ребят и внушала себе: “Ты главная, ты крутая”.

ПРО ИНАУГУРАЦИЮ ПУТИНА

Вот я была на инаугурации президента. Идет Владимир Владимирович по этой красной дорожке, и телефоны все его снимают. Я подумала, что хорошо бы эти телефоны запретить, как-то несолидно. С другой стороны, людям же хотелось это событие запечатлеть. А в башке нельзя запечатлеть? А в сердце? В душе?

ПРО ПРОФЕССИЮ

Есть два типа артистов. Те, которые несут себя, чтобы показать себя великолепным, красиво одетым, с прекрасными голосами. Чтобы их любили. А есть другая категория артистов, которые идут на сцену, чтобы любить людей, которые делают тебя счастливой. И считают за честь просто выйти и выступить перед ними. Поклониться им до земли.

ПРО ИМЯ АЛЛА

Меня назвали в честь двух Алл: мама — в честь Аллы Константиновны Тарасовой, а папа — в честь Аллы Ларионовой. Обе актрисы. Я с самого начала и была драматической актрисой, петь я не собиралась. Я даже певицей себя никогда не называла, это знают все. Женщина, которая поет. И ей простительно, она же не певица.

ПРО ДЕТЕЙ

Своих детей мы не наказываем. Стараемся им объяснять что-то. В Японии говорят, что до пяти лет вообще ничего нельзя — смотрите и наблюдайте. А я и без Японии это знала. Чтобы что-то ребенку дать, надо понять, что он хочет вообще. Эти пять лет ты присматриваешься к ним. Вот все говорят про Лизу, что она такая артистичная... Я бы ее в жизни не выставляла, но Макс все время выставляет. И вот я знаю, что ей надо. Она или Брижит Бардо, или математик — любит математику и такая организованная, или что-то творческое.

Вчера сказку рассказываю ей, она просит: “Расскажи про Лизу”. Ну я рассказываю, что жила-была девочка Лиза, была у нее мама хорошая, папа хороший, братик хороший. Рассказываю, как она в школу пошла, как ее там мальчишки за косички дергали, а она такая мудрая, сначала терпела это все, потом повернулась и сказала: “Я что, тебе очень нравлюсь?” Учу ее как бы во сне. Потом она вышла замуж за красивого молодого чудесного рукастого работящего человека, у них была замечательная семья. Свадьба была не роскошная и красивая, гости принесли подарки... А Лиза вдруг вскакивает: “А швейную машинку подарили?”

ПРО ДОМ-ЗАМОК

Дом выстроен в стиле замка, но если зайти внутрь, он не такой уж большой. Этот дом настолько хорош, функционален. Для Лизы, для Гарика, для Кристины, для Клавы — по комнате. Для меня, для мужа — потому что я всегда в разных спальнях сплю всю жизнь. Гостевая для Дени. Вот и все. Ну, внизу у меня еще маленькая сцена-студия. Но когда Макс начал делать этот Диснейленд,

я была против. Гаргульи у входа — я их даже боялась. А Макс говорил: “Они нас охраняют”. Он такой старичок, заблудившийся в детстве. Вот он мечтал такой замок сделать и сделал. У гаргулий, кстати, есть имена: Гарри, Гуля, Корноуэлл и Тибальд. А ограду вокруг замка Макс сделал со знаменами, спрашивает: “Нравится тебе?” А я говорю: “Как будто здесь генерала похоронили”. Несмотря на расхождение вкусов, мне все это безумно нравится.

ПРО ГОЛОС

Когда я ушла со сцены, скоро уже десять лет как, я вдруг решила себя послушать. Ну, гениально... Я была поражена, как голос, о котором я вообще не думала, был струной моей души. Я не думала, как мне петь, я думала о том, о чем я пою. А голос сам все выкладывал. И это действительно трогало, я даже рыдала на одной песне. Но, наверное, жалею, что такого голоса уже нет.

ПРО ФИНАНСЫ

Муж меня отпускает на заработки, что-то где-то заработать. Я не привыкла к такой жизни — быть на содержании мужа. Это ужасно. Это не мое совершенно. Лучшее исполнение песни “Не отрекаются любя” - Дима Билан.

КАК СНИМАЛА СТРЕСС

В каждом возрасте по-разному. Когда-то алкоголь, а как же? Чтобы мы не пили после концерта, если завтра выходной? Ой, как это было вкусно!

ПРО СЕМЕЙНУЮ ЖИЗНЬ

Я сейчас живу такой жизнью, которую вообще не знала. Как это быть замужем. Потому что один был директор, другой тоже там... Ну Филя — это другое, Филя это Филя, так надо было. А сейчас я даже не знаю, как это определить. Маленькие дети, муж не пьет, не курит, верный, талантливый, с юмором, красивый, домовитый. Как же мне повезло наконец! Я один раз его только спросила: “Я могу спокойно стареть с тобой?” Если бы вы видели эти глаза: “Ты сумасшедшая? Конечно, не бойся ничего”. И все.

О СТАРОСТИ

Вот тут пошла тенденция обвинять меня в старости, как будто люди сами не будут стареть. А я-то выросла “Молодым везде у нас дорога, старикам везде у нас почет”. И вот эта вот тетенька 70 лет, выросшая на таких правилах, читает: “Старуха, такая-рассякая. Смотрите, какая она без краски, без всего”.

“Инстаграм” — это так интересно, поиграть можно, когда скучно. И так мне надоело, что пишут “она же старая”. Да, я старая и ничего с этим поделать не могу. И говорить о том, что у меня душа молодая, я тоже не буду. Да, я старею, уже ложишься и думаешь, проснешься ли... Да плевать я хотела на комментарии. Главное — другое: желание жить сегодняшним мгновением. Каждый день, каждая минута, каждое мгновение... Это время, когда ты начинаешь думать не годами, а днями.

В СТРОИТЕЛЬНУЮ КОМПАНИЮ, ЗАНИМАЮЩАЯСЯ РЕМОНТОМ ЖИЛЫХ ДОМОВ

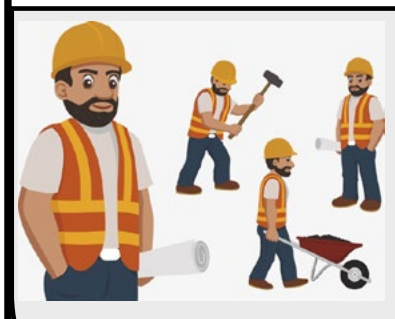
ТРЕБУЮТСЯ

МЕНЕДЖЕРЫ НА ПОЛНЫЙ РАБОЧИЙ ДЕНЬ.

ОБЯЗАННОСТИ: 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.***

Звоните по тел. 612-644-2757 Александр



СТРОИТЕЛЬНЫЕ БРИГАДЫ ИЛИ ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ РАБОТНИКИ

ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ РЕМОНТНЫХ РАБОТ В ДОМАХ ДЛЯ ПРОДАЖИ.

В ОБЪЕМ РАБОТ ВХОДИТ: покраска, шпатлевка, установка окон и дверей, укладка плитки, укладка ламината и т.д. Оплата после выполнения ремонта.

Звоните по тел. 612-644-2757 Александр.

Тем, кто может обеспечить сроки и качество, мы гарантируем стабильные объемы работ.

АЛЕКСАНДР 612-644-2757

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

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

Best Cleaning, Inc.
Срочно требуются люди на
постоянный и неполный рабочий день
для уборки домов. **763-416-4611**

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

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

В компанию APlus Transportation
ТРЕБУЮТСЯ ВОДИТЕЛИ
на выгодых условиях
763-512-0000
email: provider@aplus-mn.com

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

В КОМПАНИЮ *MIK TRANSPORTATION*
ТРЕБУЮТСЯ
добросовестные водители с опытом.
Обращайтесь к нам, и мы предоставим вам работу.
612-799-2899

ТРЕБУЮТСЯ НА РАБОТУ ЛЮДИ
В CLEANING SERVICES
ХОРОШИЕ УСЛОВИЯ - $14-$15 В ЧАС
ТЕЛ. 763-516-7851
763-516-7407

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

ХОТИТЕ ВЫГОДНО КУПИТЬ/ПРОДАТЬ ДОМ?
Или удачно инвестировать в недвижимость?
Home Smart Realty.
Звоните Валерии: **612-232-8522**

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 • Корректор – Е. Шикина • Арт-Директор - И. Салган
• 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: 763 545–1600 • 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.**

SARPINOS PIZZERIA
ТРЕБУЮТСЯ НА РАБОТУ:

– водители «доставка заказов»
– работники на кухню
Оплата каждые две недели, гибкий график, хороший коллектив.
Знание английского не обязательно.
По вопросам обращайтесь по тел: 763–222–8944.

В ЦЕНТР ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ
ТРЕБУЕТСЯ ПОМОЩНИК/ПОМОЩНИЦА НА КУХНЮ
МОЖНО БЕЗ ОПЫТА
ОПЛАТА ПО ДОГОВОРЕННОСТИ
ТЕЛ.: 763-222-8051

ТРЕБУЮТСЯ

ВОДИТЕЛИ В НОЧНУЮ СМЕНУ ДЛЯ ПЕРЕВОЗКИ ГРУЗОВ ПО МИННЕСОТЕ НА ГРУЗОВИКАХ 26 ФУТОВ.
ПОДРОБНОСТИ ПО ТЕЛ.: 612-280-8888
EMAIL: OKSANA@SDS-MN.COM

ПРИГЛАШАЮТСЯ
РАБОТНИКИ НА УБОРКУ
ТЕЛ: 763-757-3296

ТРЕБУЕТСЯ НЯНЯ ДЛЯ 3-МЕСЯЧНОГО РЕБЁНКА
на полный рабочий день начиная с сентября месяца. Район Plymouth. Иногда нужно присмотреть за вторым ребенком (девочка, 3,5 лет). Оплата под договорённости.
РАБОТА НА ДЛИТЕЛЬНОЕ ВРЕМЯ.
ТЕЛ.: (858) 242-8112

POLINA CLEANING
ИЩЕМ РАБОТНИКОВ

НА ПОСТОЯННУЮ ИЛИ ВРЕМЕННУЮ РАБОТУ.
ЗА РЕКАМЕНДАЦИЮ КОНДИДАТА НА ДОЛЖНОСТЬ - ВОЗНАГРАЖДЕНИЕ $200
ТЕЛ.: 612-483-7348

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

ТРЕБУЮТСЯ СТРОИТЕЛЬНЫЕ БРИГАДЫ ИЛИ ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ РАБОТНИКИ

ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ РЕМОНТНЫХ РАБОТ В ДОМАХ ДЛЯ ПРОДАЖИ.
В объем работ входит: покраска, шпатлевка, установка окон и дверей, укладка плитки, укладка ламината и т.д.
Оплата после выполнения ремонта.
Тем, кто может обеспечить сроки и качество, мы гарантируем стабильные объемы работ.
АЛЕКСАНДР 612-644-2757

Единственный Еврейский Похоронный Дом в Миннеаполисе и Сент-Поле

Hodroff-Epstein

Memorial Chapels

Minneapolis Chapel
126 East Franklin
612 871-1234

St. Paul Chapel
671 South Snelling
651 698-8311

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%

ПОЧЕМУ ВРЕДНО БЫТЬ СЛИШКОМ СПОКОЙНОЙ И СДЕРЖАННОЙ

СЧИТАЕТСЯ, ЧТО ЧРЕЗМЕРНАЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОСТЬ ДОБАВЛЯЕТ ЖЕНЩИНАМ ПРОБЛЕМ И МЕШАЕТ СТРОИТЬ ЗДОРОВЫЕ ОТНОШЕНИЯ С ОКРУЖАЮЩИМИ. ЕСЛИ БЫ ВСЕ БЫЛО ТАК ОДНОЗНАЧНО! ПСИХОЛОГ-ПУБЛИЦИСТ ЕЛЕНА ЛОСЕВА РАССКАЗЫВАЕТ, КОГДА КРЕПКАЯ НЕРВНАЯ СИСТЕМА РАБОТАЕТ ПРОТИВ НАС.

ТЫ ЧАЩЕ ДРУГИХ СТАНОВИШЬСЯ ЖЕРТВОЙ ДИПЛОМАТИИ

Ой, а у нас, оказывается, на одну медальку для конкурса меньше... Вы, конечно, заслуживаете. Но вот Мариванне не дать нельзя, весь год будет дуться! И Инночке с маркетингового — тоже: разрыдается... Войдете в положение?

Раз за разом оказываться единственной, кто «поймет и простит», напрягает. Особенно, когда ситуация повторяется в семье:

— Доча, у вас же с племянницей в один день день рождения ... Пойду к ней — иначе твоя сестра скандал закатит... а тебя заскочу поздравить в понедельник вечером, ок?

...переходит в детские учреждения:

— Ваша Маша не выступит на утреннике, вы же сможете ей объяснить, да?

А то тут некоторые в администрацию грозят пожаловаться, если их чадо не споет песню... Помогите! — и чувствуешь себя агнцем, возложенным на алтарь спокойствия.

А ведь люди с крепкой нервной системой вниманием других дорожат никак не меньше некоторых скандалистов!

ТВОЯ ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ «РАССЛАБЛЯЕТ» МУЖЧИН

Послушать мужчин, так все они ищут «не истеричку». Не надо им всех этих слез из-за отсутствия валентинки, разборов полетов за опоздание, и истерик от того, что у бедной Золушки последние деревянные башмачки износились! А ты не стремишься, эм-м-м.. беречь отношения! То есть, заработать на хрустальные.

Увы, найдя вариант «в адеквате», некоторые парни резко забывают, что его надо ценить. Так к хорошим девушкам прибивает тех, кто считает, что женщина должна радоваться просто от наличия мужского духа в доме.

Ты ж не расстроишься, если на годовщину не будет мишуры вроде букета и показательного выхода в свет? А что ты умная и вкусно готовишь, он тебе уже говорил. Не помнишь разве, на первом свидании?

И все-таки, эмоционально устойчивая женщина — не то же самое, что мужчина. Ей также нужны комплименты, цветы, нежность в глазах любимого. Тех, кто этого не понимает, приходится отправлять в отставку, чтобы не обнаружить однажды, что от накопленных мелких обид превращаешься в комок нервов.

ТЕБЕ ЗАБЫВАЮТ ПОМОГАТЬ, КОГДА ЭТО КАЖЕТСЯ ОЧЕВИДНЫМ

Вот, к примеру, ты — мать. И детям с твоей крепостью нервной системы, конечно, повезло! Засада оказывается с другой стороны: уважение к женщине с ребенком у многих очень тесно соседствует с жалостью и страхом. А у тебя, как назло, глаз не дергается при чтении по третьему разу стиха прямо в очереди супермаркета. И голос не срывается, когда просишь положить на место эту, судя по цене, из чистого золота конфетку, заботливо выложенную маркетологами у кассы...

И значит, ничего страшного. Постоишь в этой самой очереди наравне со всеми. И коляску на лестнице после втянешь сама: ведь по тебе не видно, что устала.

Ребят, ну как же так? А как же элементарные правила этикета? В моменты отчаяния даже подумываешь разучить перед зеркалом монолог: «Да сколько можно, горе мне, горе, ах, пожалейте, спасите-помогите!» — ибо женщинам, что почти профессионально истерят на публике, успешно удается «включать мозг» находящимся рядом.

ВСЕ САМЫЕ НЕ ТЕРПЯЩИЕ ОТЛАГАТЕЛЬСТВА ДЕЛА ДОСТАЮТСЯ ТЕБЕ

Крепость нервной системы тесно соседствует с обязательностью, исполнительностью, надежностью. Когда не особо растрачиваешься на эмоции, больше сосредотачиваешься на деле. Повезло? Как бы не так!

Ведь в критические моменты окружающие прекрасно помнят, кто не запаникует, а значит, лучше других справится. И все особо важные дела достаются тебе.

А еще ты будто притягиваешь рабочие «хвосты». Ведь всяким экзальтированным натурам свойственно перегорать, и теперь они рыдают, пьют валерьянку или как-то иначе дает понять, что «дотягивать» дело до конца не собираются. Понятно же, что человек в эмоциональном раздрае, что с него взять... Другое дело — ты!

Увы, во многих коллективах эмоционально крепких людей продолжают «награждать» дополнительными обязанностями за доблестный труд, а жалеют за износ при этом совсем других персонажей.

А ВОТ ПРИЯТНЫЕ БОНУСЫ НЕ ДОСТАЮТСЯ

Да, сегодня первый день приема документов в хорошую гимназию (раздачи интернет-купонов, покупки билетов). Да, сейчас десять минут девятого утра, а старт был в восемь. И?

Некоторые граждане с хорошим разгоном нервной системы, но плохим ее торможением, встали в очередь, записались, начали звонить еще вчера!..

И это пока ты, как все вменяемые люди, спокойно занималась текущими делами. А теперь стоишь в хвосте возбужденной очереди, внимая показательно-громким рассказам о том, как кто-то подошел к крыльцу в пять утра, «узнал по своим каналам», ровно в 0:00 часов по Москве рванул вперед, и прочее, прочее, прочее... Р-р-р-ррр!

Нет, ты ни разу не тормоз, просто не так тревожна, как некоторые. Хотя в особо важных ситуациях, кажется, лучше наступить себе на горло и идти на обгон хладнокровно и вопреки приличиям.

А что, на войне, объявленной истерично настроенными гражданами, все средства хороши!

ВЫРАЖАЮ ИСКРЕННИЕ СОБОЛЕЗНОВАНИЯ РОДИТЕЛЯМ САШИ, ЕГО СЕСТРЕ И ЕГО ЖЕНЕ ПО ПОВОДУ БЕЗВРЕМЕННОЙ СМЕРТИ

АЛЕКСАНДРА ГУБАРЕВА

САША БЫЛ ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫМ ЧЕЛОВЕКОМ. ИСКРЕННИЙ, ДОБРЫЙ, ВСЕГДА С УЛЫБКОЙ.

С НИМ ПОГОВОРИШЬ БЫВАЛО, И ВСЕГДА НА ДУШЕ СТАНОВИЛОСТЬ ТЕПЛО И РАДОСТНО.

САШКА, САШЕНЬКА... ЗЕМЛЯ ТЕБЕ ПУХОМ,

И ЦАРСТВО НЕБЕСНОЕ.

СКОРБЛЮ ВМЕСТЕ С СЕМЬЁЙ

СЕНЯ ВИННИК

ДЖОРДЖА КЛУНИ СБИЛА МАШИНА

Голливудский актер Джордж Клуни попал в аварию на острове Сардиния, Италия. Артист ударился о лобовое стекло машины во время поездки на мотоцикле, пишет The Sun во вторник, 10 июля.

Отмечается, что 57-летний Клуни направлялся на съемочную площад-

ку, когда автомобиль марки Mercedes внезапно выехал навстречу его мотоциклу. Актер был госпитализирован, ему диагностировали повреждения таза, колена и руки.

На фотографиях с места происшествия видно, что лобовое стекло автомобиля было разбито после столкновения с Клуни.

Актер прилетел на Сардинию для съемок сериала «Уловка-22» по мотивам одноименного романа Джозефа Хеллера. Клуни выступил одним из режиссеров и актером сериала.

ВЕРКА СЕРДЮЧКА АНОНСИРОВАЛА ПОСЛЕДНЕЕ ВЫСТУПЛЕНИЕ

Украинский артист Андрей Данилко рассказал о своем последнем сольном выступлении в образе Верки Сердючки, которое состоится в Одессе перед прощальными гастролями. Об этом сообщает портал «Украина.ру».

«Это будет грандиозное выступление артистки, которая соскучилась

по своему зрителю. Яркое шоу, достойное Верки Сердючки. Она сама по себе уже праздник! Кстати, кроме известных песен, Верка подготовила несколько новых композиций, премьера которых состоится именно в Одессе», — заявил Данилко.

Перед завершением карьеры Данилко запланировал на 2019 год большие прощальные гастроли.

Артист назвал последний тур способом отблагодарить своих поклонников. «Спасибо тем людям, которые дали мне, мальчику из Полтавы, который жил в пристройке, где обои заворачивались, возможность обеспечить себя финансово, жить на Крещатике и, в принципе, не работать», — объяснил он.

В мае Данилко признался, что выступал в России на корпоративах перед политиками. «Мы выходим в украинских национальных костюмах — и тут заиграл гимн Украины. И они все встали. А потом побежали к нам и начали рассказывать: да я из Тернополя, и в таком духе», — вспомнил артист.

ОТЦА МАЙКЛА ДЖЕКСОНА ОБВИНИЛИ В КАСТРАЦИИ СЫНА РАДИ ВЫСОКОГО ГОЛОСА

Бывший врач Майкла Джексона Конрад Мюррей заявил, что отец поп-певца Джозеф Джексон подверг сына химической кастрации, чтобы поддерживать его высокий голос. Об этом сообщает таблоид The Sun.

По словам Мюррея, Джозеф был жесток к своим детям. «Он один из худших отцов в истории», — подчеркнул врач.

В 2016-м Мюррей заявил, что отец Джексона делал сыну гормональные инъекции, чтобы у него не грубел голос. Майкл рассказывал ему, что настолько боялся своего родителя, что его рвало каждый раз, как он его видел.

Джозеф Джексон был музыкальным менеджером. Он скончался 27 июня в возрасте 89 лет. У него было 10 детей — все, кроме умершего в младенчестве, стали профессиональными музыкантами.

В начале 1960-х Джо Джексон начал работать в качестве менеджера с музыкальной группой Jackson 5, состоявшей из его сыновей. Позже Майкл Джексон рассказывал, что отец постоянно ругался на них и порол во время репетиций и перед выступлениями. Он отмечал, что насаждаемая отцом строгая дисциплина сыграла определенную роль в его карьере.

У Майкла Джексона, скончавшегося в июне 2009 года, осталось трое детей — Принс, Пэрис и Принс II.

НА ДЖОННИ ДЕППА ПОДАЛИ В СУД ЗА ИЗБИЕНИЕ

На Джонни Деппа подан судебный иск от члена съемочной группы фильма «Город лжи». Менеджер по локациям утверждает, что актер дважды ударил его по ребрам и словесно унизил, сообщает The Independent.

Грэг Брукс по прозвищу Рокки заявил, что Депп напал на него, когда менеджер пытался ввести ограничения на пребывание группы на съемочной площадке. Инцидент произошел во время работы над фильмом о расследовании убийства рэперов Тупака Шакура и Notorious B.I.G. (настоящее имя Кристофер Уоллес), где Депп играет детектива.

Поданный в судебные инстанции

Калифорнии 14-страничный документ гласит, что драка произошла 13 апреля 2017 года, во время съемок вблизи отеля Barclay в центре Лос-Анджелеса.

По словам Брукса, у производственной команды было разрешение сниматься до 19:00 за пределами отеля и до 22:00 в самом здании. После того, как менеджер сообщил режиссеру фильма Брэду Фурману, что съемки должны закончиться в означенное время, тот якобы ответил: «Почему бы вам не рассказать об этом Джонни Деппу?».

Получив отказ, менеджер немедленно обратился к полицейскому, но столкнулся с самим Деппом, который закричал: «Кто, к чертям собачьим, ты такой? Ты не имеешь права говорить мне, что делать! Я плевать хотел на твои слова!». (В английском варианте речь актера сопровождалась нецензурной бранью — прим. ред.). Затем Депп дважды ударил Брукса по ребрам, после чего телохранители Деппа увели его с площадки.

Брукс также утверждает, что от Деппа «пахло алкоголем» и, скорее всего, актер принимал наркотики на съемочной площадке. В иске говорится, что через неделю Брукс вернулся на площадку, но был уволен за отказ от подписания декларации о том, что он не будет подавать в суд на производственную компанию Good Film Productions.

Нынешний юридический документ включает требование о возмещении морального вреда от Деппа, режиссера Фурмана и продюсера картины Мириам Сегал. Кинозвезду также обвиняют в нападении, а создателей фильма в противоправном расторжении контракта.

Представители компании и сам Депп пока уклоняются от комментариев. В настоящее время актер судится со своими адвокатами и финансовыми управляющими, утверждая, что те обманули его на миллионы долларов.

ЛЮКА БЕССОНА ОПЯТЬ ОБВИНИЛИ В ДОМОГАТЕЛЬСТВАХ

Еще несколько женщин обвинили Люка Бессона в сексуальных домогательствах. Об этом сообщает The Hollywood Reporter со ссылкой на французские СМИ.

По словам 49-летней ассистентки

режиссера по кастингу, Бессон каждый раз, оказываясь с ней в лифте, требовал от нее интима. Две другие женщины утверждают, что режиссер «вел себя неуместно», а одна актриса была вынуждена сбежать с кастинга «на четвереньках».

Режиссер все обвинения отверг. Адвокат Бессона Тьерри Марембер назвал слова женщин «обвинениями из разряда фантастики».

19 мая актриса Сан Ван Рой заявила, что Бессон подсыпал наркотики ей в чай и изнасиловал. Проведенный следствием токсикологический анализ не выявил в ее крови следов запрещенных препаратов.

3 мая этого года Американская киноакадемия исключила из своих рядов режиссера Романа Полански, обвиняемого в изнасиловании, совращении несовершеннолетних и домогательствах. В октябре 2017 года из академии исключили по тем же причинам продюсера Харви Вайнштейна.

В том же месяце несколько десятков женщин обвинили Вайнштейна в сексуальных домогательствах и изнасилованиях, среди них актрисы Кара Делевинь, Леа Сейду, Анджелина Джоли, Гвинет Пэлтроу и Сальма Хайек. Также выяснилось, что в компании Weinstein Co. сотрудницы на протяжении 30 лет подвергались сексуальным домогательствам со стороны продюсера.

Совет ветеранов Великой Отечественной войны с глубоким прискорбием сообщает о кончине активного участника войны полковника в отставке

Марка Гитермана

и выражает соболезнование жене, детям и близким.

ЧЕЛОВЕК-МУРАВЕЙ И ОСА
ANT-MAN AND THE WASP

ФАНТАСТИКА

Режиссер: Пейтон Рид
В ролях: Пол Радд, Майкл Дуглас и другие

Человек-муравей не появился в недавнем суперблокбастере Marvel «Мстители: Война бесконечности», но это не значило, что студия о нем забыла. Напротив, пока другие супергерои теснились в «Войне», Скотт Лэнг готовился блеснуть в дуэте со своей соратницей Хоуп ван Дайн, у которой теперь есть собственный уменьшающий костюм и прозвище Оса.
Во второй серии «Человека-муравья» Скотт, Хоуп и их близкие попытаются спасти мать героини, которая тридцать лет назад уменьшилась до размеров элементарных частиц и пропала в квантовом мире.
Новый марвеловский блокбастер получился драйвовым, смешным и душевным – замечательное противоядие для мрачности «Войны бесконечности».

МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА: ПОСЛЕДСТВИЯ
MISSION: IMPOSSIBLE – FALLOUT

БОЕВИК, ЭКШЕН

Режиссер: Кристофер МакКуорри
В ролях: Том Круз, Винг Реймс, Саймон Пегг, Алек Болдуин и др.

Неувядающий Том Круз продолжает играть Добро с кулаками в блокбастерной шпионской эпопее «Миссия невыполнима». По традиции в шестой серии «Миссии» Итану Ханту и его людям придется действовать без поддержки американского правительства. Власти заподозрят суперагента в измене после неудачи его очередной операции. Но если бы Ханта смущало

предательство начальства, он бы давно сдался! Придумал и поставил картину Кристофер МакКуорри, который три года назад снял предыдущий блокбастер цикла «Миссия невыполнима: Племя изгоев».

МОНСТРЫ НА КАНИКУЛАХ 3: МОРЕ ЗОВЕТ
HOTEL TRANSYLVANIA 3: SUMMER VACATION

Режиссер-мультипликатор: Геннадий Тартаковский

Полюбившиеся и взрослым, и детям обитатели потустороннего мира возвращаются на большие экраны. И в этот раз граф Дракула займется, наконец-то, своей личной жизнью. С момента окончания второй части прошло достаточное количество времени. И Мэвис,

дочка графа, успела не только вырасти, но и осчастливить папу внуком, который тоже, на радость всем, стал вампиром.
Счастливый дедушка приезжает в свой отель и с ужасом обнаруживает, что некий богач намерен построить на его месте новый центр отдыха и развлечений. Разумеется, этого нельзя допустить, и Дракула намерен бороться до последнего, чтобы защитить творение своих рук. А пока он отправляется вместе со своими друзьями в круиз на комфортабельном лайнере, где, по задумке Мэвис, должен отдохнуть и набраться сил. На самом же деле оказывается, что капитаном этого судна служит загадочная Эрика, в которую князь тьмы влюбляется по уши.
Мэвис не одобряет увлечение отца, она пытается всячески разлучить новую парочку. А тем временем выясняется, что Эрика является потомком Ван Хельсинга, легендарного охотника на вампиров, от которого она унаследовала ненависть ко всем представителям иного мира, коих намерена уничтожить, пока они будут веселиться на ее лайнере.

МИР ЮРСКОГО ПЕРИОДА 2
JURASSIC WORLD: FALLEN KINGDOM

ФАНТАСТИКА, ПРИКЛЮЧЕНИЯ

Режиссер: Хуан Антонио Байона
В ролях: Крис Пратт, Брайс Даллас Ховард, Джефф Голдблюм и др.

Через четыре года после того, как тематический парк с динозаврами был закрыт, Оуэн и Клэр возвращают-

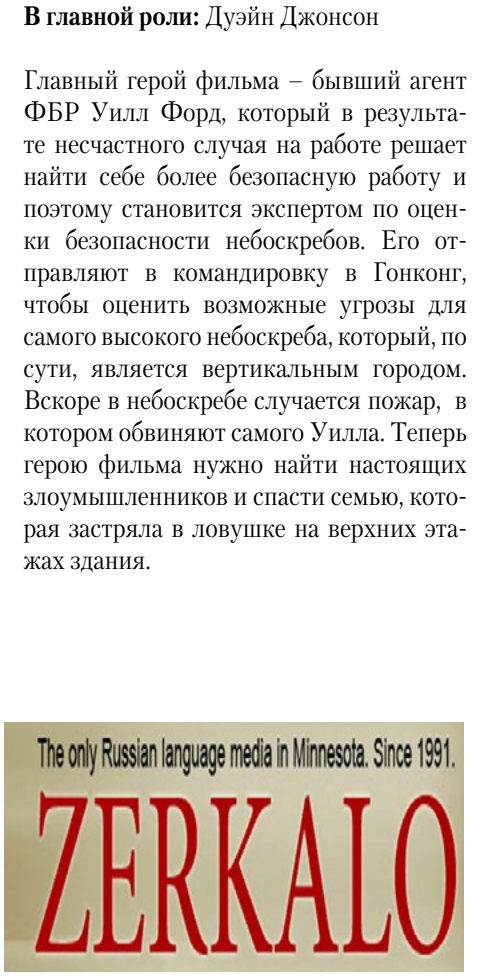
ся на остров Исла-Нублар, чтобы спасти динозавров. Вулкан на острове пробудился и может уничтожить там все живое. В процессе спасательной операции Оуэн понимает, что их просто использовали третьи лица для достижения собственных целей. У них свои планы на будущее динозавров, и эта затея может привести к тому, что будет нарушен естественный порядок на всей планете.

НЕБОСКРЕБ / SKYSCRAPER

ЭКШЕН

Режиссер: Роусон Маршалл Тербер
В главной роли: Дуэйн Джонсон

Главный герой фильма – бывший агент ФБР Уилл Форд, который в результате несчастного случая на работе решает найти себе более безопасную работу и поэтому становится экспертом по оценки безопасности небоскребов. Его отправляют в командировку в Гонконг, чтобы оценить возможные угрозы для самого высокого небоскреба, который, по сути, является вертикальным городом. Вскоре в небоскребе случается пожар, в котором обвиняют самого Уилла. Теперь герою фильма нужно найти настоящих злоумышленников и спасти семью, которая застряла в ловушке на верхних этажах здания.



Александр Лисичный

ПРОГРАММА, ПОМОГАЮЩАЯ НАЛАДИТЬ ОТНОШЕНИЯ

Я и Ты

Цикл неформальных встреч, посвященных обсуждению вопросов духовной и эмоциональной жизни человека. Особый акцент будет сделан на трудных отношениях и на способах совладания с собой и с трудными людьми.

Наш формат – взаимность, наше кредо – услышать и быть услышанными, наша атмосфера – чай на столе и внимательные собеседники за столом.»

Для всех желающих будет предоставлена возможность получить консультацию у Александра Лисичного по духовным, эмоциональным и семейным проблемам.

Июль

28 суббота	**Трудные люди, как с ними быть**
29 воскресенье	**Почему с трудными людьми так трудно**
30 понедельник	**Трудная наука общения**
31 вторник	**Когда не можешь справиться с врагом, что выбрать?**

Август

01 среда	**Как справиться со злодеем (1)**
03 пятница	**Как справиться со злодеем (2)**
04 суббота	**Как справиться со своими эмоциями? (1)**
05 воскресенье	**Как справиться со своими эмоциями? (2)**
06 понедельник	**Когда не можешь справиться с собой: путь к прощению (1)**
07 вторник	**Когда не можешь справиться с собой: путь к прощению (2)**
08 среда	**Трудные люди – лучшие люди?**
10 пятница	**Секреты семейного счастья**
11 суббота	**Дерзновенная любовь**
12 воскресенье	**Как устоять в любви**

Ждем всех по адресу:

Hopkins High School

2400 Lindbergh Dr, Minnetonka, MN 55305

ВХОД СВОБОДНЫЙ

начало в 19^{00}

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!

- **Современное оборудование**
- **Парковка на базе компании**
- **Русскоговорящий диспетчер**
- **Техническая и навигационная ПОДДЕРЖКА КРУГЛОСУТОЧНО!**

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)
$14.00 в час

ПЕРСОНАЛЬНОГО ПОМОЩНИКА (PCA)
$12.25 в час

HOME MAKING
$12.50 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 25 ЛЕТ.

ЗВОНИТЕ: (763) 591-1959