



Новости Трира

1. Впервые за два года в Трире, устроили карнавальную вечеринку в Rosenmontag 28.02.2022 — в концертном зале "Арена". Действовали строгие требования 2G plus, чтобы обеспечить безопасность для здоровья зрителей. На самом деле планировалось провести мероприятие в понедельник на площади Viehmarktplatz, однако после взвешивания всех факторов, планы были отклонены.

2. В четверг, 18 февраля транспортная компания Gauer-Dahm начала совместную работу с полицией Трира против мошенничества по телефону. Еще до официального начала этого сотрудничества таксист из Трира предотвратил крупный обман 85-летней женщины. Женщина ехала в свой банк в такси Марка Марселя Линке, поверив телефонному звонку мошенника, который сообщил, что якобы виновником дорожно-транспортного происшествия со смертельным исходом стал её близкий родственник. Чтобы ему не попасть под стражу, потерпевшая должна передать крупную сумму денег якобы работнику полиции. В разговоре с пожилой дамой г-н Линке понял, что она, вероятно, рискует стать жертвой этого

Дорогие женщины!

Сердечно поздравляем Вас с праздником весны. Желаем Вам здоровья, счастья, любви близких, благополучия и хорошего настроения.

Любящие и ценящие Вас мужчины.



мошенничества, и убедил ее обратиться непосредственно в полицию, а не в отделение банка. Новая акция заключается в наличии наглядной агитации в салоне такси и буклетов с информацией для пассажиров

3. В субботу днем, 19 февраля, в центре Трира состоялись две демонстрации. Чуть более 100 участников собрались на Viehmarktplatz в Трире, чтобы продемонстрировать протест против политики "Согона" и применяемых правил. Участники демонстрации, в основном, соблюдали действующие правила и требования. Около 100 человек также собрались у Porta Нигра и на Hauptmarkt, чтобы отметить вторую годовщину терактов в Ханау. Два года назад немецкий праворадикал расстрелял 10 человек с точными корнями в калыанной, потом дома застрелил свою мать и себя. Все демонстрации прошли спокойно и мирно, так что полиции не пришлось возбуждать дела об административных правонарушениях.

4. В ночь на 31 января 2022 г. между населёнными пунктами Ульмет и Блаубах в районе Кусель погибли двое трирских полицейских. Незадолго до этого они сообщили в оперативный штаб полиции, что в районе Ульмет обнаружен сомнительный пустой автомобиль, багажник которого «полон убитыми дикими животными». По данным следственной прокуратуры, в первом радиосообщении полицейские просили поддержки и сообщали, что как только найдутся хозяева автомобиля, будет проведена проверка документов и задержание. Через некоторое время последовало второе сообщение по радио: «Быстрее, они стреляют, быстрее!» 24-летней женщине-полицейскому выстрелили в голову из дробовика. Её 29-летний коллега получил четыре выстрела, в том числе, один выстрел в голову из однозарядного охотничьего ружья. Оба погибли на месте. По приезду дополнительного патруля следователи обнаружили удостоверение личности и водительские права 38-летнего подозреваемого. Двое убийц были найдены в Саарланде на следующий день.

(Окончание на стр. 2)

Новости Трира

(Окончание. Начало на стр.1)

5. Тот, кто входит в сокровищницу Трира Schatzkammer, попадает в зал, посредине которого представлены два огромных глобуса — земной и небесный, оба 17 века. Драгоценные украшения были изготовлены в Венеции самым известным изготовителем глобусов своего времени Винченцо Коронелли. Он работал в свое время на французского «Короля-Солнце» Людовика XIV. Глобусы Трира представляют собой точные копии парижских оригиналов, которые существуют до сих пор. Чрезвычайно точные в своем изображении, они также являются произведениями искусства исключительной красоты.

6. 2G правило в розничной торговле отменено с 18.2.2022 года. Маски, по-прежнему, обязательны и рекомендуется носить маску FFP2. Больше нет контактных ограничений для привитых. Для непривитых ограничения на контакты будут действовать до 19 марта 2022 года. Это означает, что непривитые люди могут встречаться только с людьми из своего домохозяйства и максимум с двумя людьми из другого домохозяйства в общественных местах. В общественном транспорте правило 3G действует до 19.3.2022. Для общественного питания 2Gplus правила действуют до 4.3.2022.

Показатель заболеваемости все ещё высок, но почти все болеют в лёгкой форме. Привитых два раза в Трире более 75%

Материал подготовила

Е. Вединевская

Объявления еврейской общины Трира

С 1-го ноября 2021 г в Земле Рейнланд-Рфальц есть новый государственный региональный раввин Давид Швецов. Он родился и вырос в Венгрии. Его семья частично родом из России, частично из Германии. Образование будущий раввин получил в Израиле, США и в других странах. Его слова: «Меня давно интересует еврейская жизнь и значительное еврейское наследие в этом регионе. Это дом и сердце европейского еврейства. Для меня большая честь внести свой вклад в деятельность еврейских общин Земли Рейнланд-Рфальц». Его сфера деятельности разнообразна — от свадеб и проводов в последний путь до диалогов по политическим вопросам. Его задача - сделать все для того, чтобы наша повседневная жизнь основывалась на взаимном уважении и любви. Большое значение новый раввин уделяет сохранению еврейских кладбищ и могил в соответствии с Торой. Новый региональный молодой раввин Давид Швецов хочет сделать все возможное, чтобы молодые люди возвращались в общины, затем руководили ими. По пятницам, когда г-н Швецов будет в нашей общине, ему можно будет задавать вопросы и договориться о личной встрече.

В марте состоится

Праздник Пурим

17 марта в 15.30 — чтение свитка Эстер, праздничная трапеза.

20 марта 12.30 -Пурим пати, концерт группы «Гургулица» из Берлина, Праздничная программа.

Просьба заранее записаться в бюро общины. Стоимость билета 10 евро

Память о жертвах Холокоста

27 января в день памяти жертв нацизма в Трире открылся цифровой мемориальный проект «Воспоминания в свете» (Erinnerlicht). Интерактивная мемориальная выставка - инсталляция длилась три дня.

Мы попросили рассказать об этом, члена еврейской общины Трира, студентку Эмилию Таран: «Инсталляция была устроена так, чтобы с помощью «подаренного» света от карманного фонарика каждый посетитель мог увидеть и вспомнить о судьбе уничтоженных сограждан только потому, что они были евреями. С октября 1941 г по март

1943 г из Трира и его окрестностей было депортировано порядка 650 человек в гетто, концлагеря и лагеря смерти. Из них только 29 человек пережили Шоа. Представленные на инсталляции документы - это, в основном, так называемые, «удостоверения личности» с буквой «J», которые вынуждены были носить евреи, чтобы идентифицировать себя. Такая инсталляция была возможна благодаря дизайнерам и историкам из Высшей школы и Трирского университета, которые исследовали истории еврейских граждан, что дало пищу для размышлений каждому человеку, посетившему выставку. Основная мысль этого мероприятия заключалась в том, чтобы помнили, и чтобы подобное никогда не повторилось. Об этом в своих эмоциональных выступлениях говорили мэр Трира Вольфрам Ляйбе (Wolfram Leibe), председатель еврейской общины Жанна Бакал (Janna Bakal), Петер Семере (Peter Szemere) и студенты, представившие инсталляцию. Создание такой инсталляции было возможно благодаря участию в ней 14 спонсоров».

Эмилия Таран

Impressum

Herausgeber: Förderung der Integration e.V.

Chefredakteur - W. Tarantul.

Technischer Redakteur - G. Ayzenberg

Redaktion: M. Gluschenko, E. Kostina, M. Tsvang, L. Saksonov, J. Umansky, E. Вединевская

Namentlich gekennzeichnete Artikel stellen nicht unbedingt die Meinung der Redaktion dar.

Мнение авторов статей не обязательно совпадает с мнением редакции.

Die Redaktion trägt keine Verantwortung für den Inhalt der Werbung und der Inserate.

Редакция не несёт ответственности за содержание рекламных материалов и объявлений.

**Unsere Adresse: Schönbornstr.1, 54295 Trier
zu-ein-ander@mail.ru**

Tel. 0651/ 99 44 977

**Sparkasse Trier. Konto Nr. 2350643,
BLZ 585 501**

Потрясающий глашатай Победы!



Дорогие читатели нашей газеты! По следующим словам старшее поколение читателей сразу поймет, о ком пойдет речь. «Говорит Москва», «Работают все радиостанции Советского Союза» и т.д. Да, вы догадались совершенно правильно. Так многие годы начинал свои радиопередачи Юрий Борисович Левитан — легендарный диктор Советского радиовещания. Но до этого времени нужно было еще дожить. Юрий Борисович Левитан родился 19 сентября (2 октября) 1914 г во Владимире, в еврейской семье. Его мать была домохозяйкой, отец был портным, до революции владевшим небольшой собственной мастерской. в которой шили мундиры городским чиновникам и служащим. Когда Юрий Левитан стал главным диктором советского радио, партийные боссы несколько изменили эту часть биографии и написали, что Юрий Левитан — сын рабочего портного. На голосовой дар Юрия Левитана обратили внимание, когда он был ещё ребенком. Он даже получил прозвище «Труба». В своих воспоминаниях он писал, что еще в подростковом возрасте матери загулявших соседских мальчишек обращались к нему, чтобы он позвалих сыновей домой, и его «зычный и раскатистый голос раздавался тогда по всей округе». В 17 лет Юрий Левитан перебрался в Москву, потому что хотел стать артистом. Тогда его

кумиром был великий Василий Иванович Качалов. Ю. Левитан подал документы в кинотехникум, но его туда не приняли. У него был очень сильный провинциальный владимирский акцент- оканье. Расстроенный парень бродил по Москве. Не знал, что делать. Возвращаться во Владимир ему очень не хотелось. И вдруг он увидел объявление о наборе в группу радиодикторов. Юрий Левитан решил испытать судьбу еще раз. Среди двухсот молодых претендентов, а некоторые из них были уже профессиональными артистами, он резко отличался внешним видом : майка, штаны -шаровары, резиновые тапочки и старомодные очки — «велосипеды». В этой приемной комиссии претендентов прослушивал сам В.Качалов. И юношу приняли таки в группу стажеров Радиокomiteта., потому что были потрясены его голосом. Тем не менее, он первое время выполнял функции курьера — разносил по кабинетам бумаги, готовил коллегам чай и бутерброды, а по ночам избавлялся от своего владимирского говора, занимался совершенствованием своей дикции, для чего брал уроки у артистов, которые занимались с группой стажеров. После нескольких месяцев стажировки Ю. Левитану были поручены обязанности дежурного по студии. Он должен был читать по радио небольшие выпуски новостей, объявлять музыкальные номера. В октябре 1934 г ему было поручено читать в ночном техническом эфире статьи из газеты «Правда». Так в тридцатые годы передавали в отдаленные уголки Советского Союза тексты завтрашних газет: диктор почти по слогам читал материал, а стенографистки региональных издательств записывали и отправляли статьи в типографию. И однажды произошло чудо — прямо, как в сказке о Золушке. Только на месте доброй феи оказался вождь и руководитель Советского государства И.Сталин. Он прослушал начинающего диктора в техническом эфире, и емуочень понравился голос,

который «никогда не был мощным, но он звучал как металл, благодаря особому тембру, как сотня динамиков». И. В. Сталин немедленно позвонил в Радиокomiteт и сказал, что текст его доклада на открывающемся XVIсъезде Коммунистической партии должен читать «этот голос». И молодой диктор блистательно справился с поставленной задачей. 4 часа Левитан читал доклад вождя народов, ни разу не остановился, не сбился с ритма. После этого И.В. Сталин распорядился о том, чтобы все тексты и важные государственные документы озвучивал только Левитан. Так юноша Юрий Левитан, а ему было чуть больше девятнадцати лет, стал главным диктором Советского Союза, —самым популярным и узнаваемым. Не случайно впоследствии его записали первым номером в число командированных на главную стройку страны. Только Левитан мог «перекричать» Днепрогэс. Именно он сообщил по радио о спасении экипажа ледокола «Челюскин», о перелете Валерия Павловича Чкалова в США, успехах арктической экспедиции Ивана Дмитриевича.Папанина.22 июня 1941г Юрий Левитан, после сообщения министра иностранных дел В. М.Молотова, 9 раз через каждый час читал текст в прямом эфире «...враг будет разбит! Победа будет за нами». Его голос звучал очень убедительно. Многим казалось, что за этим голосом скрывался человек зрелого возраста и исполинской силы. Во время Великой Отечественной войны Ю. Левитан все четыре года сообщал стране о ситуации на фронтах и приказы главнокомандующего. Его слова: «От Советского информбюро» —стали известны каждому советскому человеку и внушали доверие.и надежду. С другой стороны они вызывали жгучую ненависть у фашистов. Адольф Гитлер называл Юрия Левитана «врагом номер один» (под номером два в списке Гитлера шёл Сталин). Германские спецслужбы

(Окончание на стр.4)

Потрясающий глашатай Победы!

(Окончание. Начало на стр.3)

разработали, но так и не смогли осуществить план похищения главного диктора Советского Союза, за голову которого руководством Третьего Рейха была назначена награда в 100 тысяч (согласно другим источникам - в 250 тысяч) рейхсмарок. Для того, чтобы обезопасить главный голос СССР, Ю. Левитану выделили охрану и распространяли ложные слухи о его внешности. Ведь в лицо Юрия Борисовича знали немногие. Тем не менее, осенью 1941 г в условиях повышенной секретности Ю.Б. Левитан был эвакуирован в Свердловск (ныне Екатеринбург). Вести радиопередачи из Москвы стало практически невозможно - все вышки были демонтированы, так как являлись хорошими ориентирами для фашистских бомбардировщиков. Уральская студия была размещена в подвальном помещении, а сам диктор жил поблизости в бараке в условиях полной секретности. Информация для радиовыпусков поступала в студию по телефону, сигнал ретранслировался по всей стране, что не позволяло фашистам запеленговать головной радиоузел. Юрию Борисовичу Левитану было предписано передвигаться только по «треугольнику» — студия, туалет, барак напротив, в котором он жил. Таким образом, фашисты были лишены всякой возможности обнаружить голос, который они сравнивали с «залпами катюш». В Свердловске Ю. Б. Левитан жил с 1941 по 1943г. Информацию о его пребывании там рассекретили лишь через 25 лет. Потом его перевели в Куйбышев (Самара), где уже размещался советский радиокомитет. Только в начале мая 1945 года главный диктор страны возвратился в Москву. И вы прекрасно понимаете, дорогие читатели, что произошло в Москве через несколько дней. 9 мая 1945 г в 21. 55 советские люди услышали голос, который стал важным и дорогим каждому советскому человеку. Юрий Левитан зачитал приказ Верховного главнокомандующего о

победе над фашистской Германией. «Внимание! Говорит Москва! Работают все радиостанции Советского Союза! Великая Отечественная война, которую вел советский народ против немецко-фашистских захватчиков, победоносно завершена. Фашистская Германия полностью разгромлена». Интересная, с моей точки зрения, подробность, передача должна была вестись из расположенной в ГУМе студии Радиокомитета, однако Юрию Левитану даже с помощью усиленных милицейских и армейских нарядов не удалось прорваться сквозь толпу людей, собравшихся на Красной площади по случаю долгожданного окончания войны. Трансляцию пришлось вести из запасной кремлевской радиостанции. Каждый, кто слышал это сообщение помнит и впечатление, и «мороз по коже», и слезы, и радость. Но мне было особенно приятно два года назад узнать, что такое же впечатление это сообщение произвело и на молодую женщину, родившуюся через 25 лет после войны, когда она услышала голос Ю.Б. Левитана в записи. За годы войны Юрий Левитан озвучил около 2000 сводок Совинформбюро и свыше 120 экстренных сообщений. Маршал Рокоссовский сравнил деятельность Ю. Левитана во время войны с действиями целой дивизии. После войны он продолжал оставаться ведущим диктором Всесоюзного радио. С началом весны 1953 г ему поручили читать бюллетени о состоянии здоровья И.В.Сталина, а 5 марта сообщение о его смерти. 12 апреля 1961г Юрий Левитан сообщил в радиоэфире о полете в космос Юрия Гагарина. Ещё много лет Юрий Левитан читал важнейшие политические документы, правительственные заявления, вел репортажи с Красной площади, из Кремлевского Дворца съездов, участвовал в создании кинохроники, в озвучивании художественных фильмов, всего за годы работы на радио. Леви-

тан провел шестьдесят тысяч различных передач. Он был первым в истории нашей страны диктором, удостоенным звания народного артиста СССР. Так судьба примирила его с юношеской мечтой — в школьные годы он увлекался театром, в 17 лет приехал в Москву «учиться на артиста», но его не приняли. Юрий Левитан был награжден двумя орденами и многими медалями. С 1965г по 1983 г Юрий Левитан читал текст в телепередаче «Минута молчания», на радио вел передачу «Говорят и пишут ветераны». В 1960 годы на радио наступает новая эпоха. Развивается телевидение, радио отходит на второй план. В эти годы Ю Левитан много ездил по стран, встречался с ветеранами, для которых его голос был также свят, как сама память о минувших боях. В последние годы жизни он много времени отдавал работе с молодыми радио- и телестажерами, обучая их искусству речи. Многие из тех, кого учил Левитан уже ушли из жизни, некоторые на пенсии. А как обращаются с «великим и могучим русским языком» нынешние телеведущие, вы, дорогие читатели нашей газеты, знаете. (хорошо, что их не слышит Ю.Б. Левитан). У Ю.Б Левитана были давние проблемы с сердцем. В начале августа 1983 года он согласился принять участие в торжествах по случаю сорокалетнего юбилея освобождения Орла и Белгорода. Август был очень жарким. После выступления на праздничном митинге в селе Бессоновка близ Прохоровского поля Ю.Левитану внезапно стало плохо. Врачи местной больницы. ничего сделать не смогли. Юрий Борисович Левитан скончался 4 августа

1983 г от сердечного приступа. Ему было 68 лет. Он похоронен на Новодевичьем кладбище в Москве. В нескольких городах есть улицы, названные его именем. В 2015 г. во Владимире открыт памятник. Для людей, слышавших его голос, он останется в памяти навсегда.

М. Глущенко

Страница поэзии и прозы

“Капризный” старик

Входя будить меня с утра,
Кого ты видишь, медсестра?
Старик капризный,
по привычке
Ещё «живущий» кое-как.
Полуслепой, полудурак.
«Живущий» впору взять
в кавычки.
Не слышит – надрываться надо,
Изводит попусту харчи.
Бубнит всё время –
нет с ним сладу.
Ну, сколько можно, замолчи!
Тарелку на пол опрокинул.
Где туфли? Где носок второй?
Последний, мать твою, герой.
Слезай с кровати!
Чтоб ты сгинул...
Сестра! Взгляни в мои глаза!
Сумей увидеть то, что за...
За этой немощью и болью,
За жизнью прожитой, большой.
За пиджаком,
«побитым» молью,
За кожей дряблой, «за душой».
За гранью нынешнего дня
Попробуй разглядеть МЕНЯ...
...я мальчик! Непоседа, милый.
Весёлый, озорной слегка.
Мне страшно. Мне лет
пять от силы.
А карусель так высока!
Но вон отец и мама рядом.
Я в них впиваюсь
цепким взглядом.
И хоть мой страх неистребим,
Я точно знаю, что любим...
...вот мне шестнадцать, я горю!
Душою в облаках парю!
Мечтаю, радуюсь, грущу.
Я молод, я любовь ищу...
...и вот он, мой
счастливый миг!
Мне двадцать восемь. Я жених!
Иду с любовью к алтарю,
И вновь горю, горю, горю...
...мне тридцать пять,
растёт семья
У нас уже есть сыновья.
Свой дом, хозяйство. И жена

Мне дочь вот-вот
родить должна...
...а жизнь летит, летит вперёд!
Мне сорок пять – «круговорот»!
И дети «не по дням» растут.
Игрушки, школа, институт...
Всё! Упорхнули из гнезда!
И разлетелись кто куда.
Замедлен бег небесных тел.
Наш дом уютный опустел...
...но мы с любимой вдвоём!
Ложимся вместе и встаём.
Она грустить мне не даёт.
И жизнь опять летит вперёд...
...теперь уже мне шестьдесят.
Вновь дети в доме голоса!
Внучат весёлый хоровод.
О, как мы счастливы! Но вот...
...померк внезапно
Солнца свет.
Моей любимой больше нет!
У счастья тоже есть предел...
Я за неделю поседел.
Осунулся, душой поник.
И ощутил, что я старик...
...теперь живу я «без затей».
Живу для внуков и детей.
Мой мир со мной,
но с каждым днём
Всё меньше, меньше света в нём...
Крест старости взвалив
на плечи,
Бреду устало в никуда.
Покрылось сердце коркой льда.
И время боль мою не лечит.
О, Господи, как жизнь длинна,
Когда не радуется она...
...но с этим следует смириться.
Ничто не вечно под Луной.
А ты, склонившись надо мной,
Открой глаза свои, сестрица.
Я не старик капризный, нет!
Любимый муж, отец и дед...
...и мальчик маленький, доселе
В сиянии солнечного дня
Летающий вдаль на карусели...
Попробуй разглядеть МЕНЯ...
...и, может, обо мне скорбя,
найдёшь СЕБЯ!
Автор: Умерший Старик в авст-
ралийском доме престарелых

Людей неинтересных в мире нет.
Их судьбы — как истории
планет.
У каждой все особое, свое,
и нет планет, похожих на нее.
А если кто-то незаметно жил
и с этой незаметностью дружил,
он интересен был среди людей
самой неинтересностью своей.
У каждого — свой тайный
личный мир.
Есть в мире этом самый
лучший миг.
Есть в мире этом самый
страшный час,
но это все неведомо для нас.
И если умирает человек,
с ним умирает первый его снег,
и первый поцелуй,
и первый бой...
Все это забирает он с собой.
Да, остаются книги и мосты,
машины и художников холсты,
да, многому остаться суждено,
но что-то ведь уходит все равно!
Таков закон безжалостной игры.
Не люди умирают, а миры.
Людей мы помним,
грешных и земных.
А что мы знали
в сущности, о них?
Что знаем мы про братьев,
про друзей,
что знаем о единственной
своей?
И про отца родного своего
мы, зная все, не знаем ничего.
Уходят люди... Их не вернуть.
Их тайные миры не возродить.
И каждый раз мне хочется опять
от этой невозвратности кричать.
Евгений Евтушенко

Что ухудшилось и что улучшилось в России за последние 20 лет

Ухудшилось

1. Многократно и безвозвратно нарушена Конституция России. Например, уже нет свободной прессы. Еще иногда в газетах «Коммерсант», «Независимая газета» публикуются к читателям отдельные статьи на темы свободы слова, независимости суда, налетов КГБ-ФСБ на передовых лучших людей России, преследований общественных организаций. Но среди множества газет есть исключение — «Новая газета», в которой пишут правду. Поэтому о положении в Украине приведу цитату из статьи А. Политковского в «Новой газете»:

„Мы, Россия, пришли в Украину войной, оккупировали ее часть, ранили ее и семь лет ворочаем железкой с острием в этой ране. За семь лет погибли 15 тысяч украинцев. За прошлый год 43 украинца погибли от выстрелов российских снайперов. А сколько погибло с другой стороны фронта? Мы не знаем, нам не говорят. Убитые украинцы, раненые украинцы, покалеченные украинцы, похороненные украинцы — за что? Зачем? Почему?»

Ответов нет и не может быть в рамках разумного, на почве смысла, в дыхании человеческого. Ответ — только в безумии“.

2. Главная задача, главная забота правителей любой страны это беречь свой народ. Почему сейчас россияне погибают и за пределами России, не только в Украине, но и в других странах. например, в Сирии,

в Африке? Почему россиянам приходится жить в городах, где воздух непригоден для дыхания людей, например, в Братске или в миллионном Красноярске, который занимает первое место в мире, как город с самым низким в мире качеством воздуха? Когда человеку очень нужно, что-либо говорят: «Мне это нужно, как воздух». Предполагается чистый воздух. Плохой отравленный воздух ведет к болезням и к смерти. В России в 2021 году умерло на один миллион больше людей, чем родилось. Жизнь людей в России не только ухудшилась - она уменьшилась, сократилась.

3. В России около двух миллионов беспризорных и безнадзорных детей. Эти дети плохо питаются, плохо развиваются, хулиганят, нападают на одиноких людей, старых людей и грабят их. Жизнь подорожала, жизнь ухудшилась и добавилось еще и повышение цен на продукты в магазинах. Поэтому количество безнадзорных детей увеличивается. Этому способствует еще одно ухудшение жизни - повышение возраста выхода на пенсию. А ведь дети — это будущее страны.

4. В России миллионы людей живут без водопровода и канализации. Миллионы будок во дворах в 21 веке, как и сто лет тому назад - символ уровня жизни. Сто лет назад это была почти норма, а сейчас для Европы это дикость — печальный факт отсутствия прогресса в стране. Также и в городах все еще коммуналь-

ные квартиры, которых 100 лет назад вообще не было, - все это четкие признаки ухудшения жизни в России.

6. Будущее каждой страны в развитии в ней науки. Уровень научных достижений определяет уровень жизни, развитие техники, а с ней оборудования заводов и обеспечение людей холодильниками, стиральными и посудомоечными машинами, пылесосами и т.д. От развития науки и техники прямо зависит обороноспособность страны. В России науку «закрыли», ученых разогнали. Профессор С.И. Романовский писал еще в 1996 году («Звезда» №9): «Ученые брошенные на произвол судьбы, лишенные даже минимума средств, чтобы полноценно трудиться, заматывались между лабораториями и торговыми ларями... Дееспособные, энергичные и умные перебрались в офисы или подались за рубеж, а состарившиеся таланты, окруженные тучей никому не нужного балласта, и составляют нынче творческий потенциал, которым реально располагает российская наука». Это было в 1996 году. Теперь хуже. Старшего (чтобы не сказать «старческого») поколения ученых осталось очень мало, молодые самые способные аспиранты и кандидаты уезжают за рубеж и не возвращаются. Россия осталась без Ученых.

Улучшилось

1. Улучшений не найдено.

В.Стальский

Признание суверенитета ДНР и ЛНР Россией может ударить по технологическим и экономическим связям с Японией

21 февраля президент России заявил о признании независимости Донецкой и Луганской народных республик (ДНР и ЛНР) — Владимир Путин подписал указы о признании, договоры о дружбе и взаимопомощи с ДНР и ЛНР и на территории республик уже появились российские войска, которые призваны обеспечить мир в регионе. Глобально мир отреагировал на произошедшее

обещаниями новых санкций, ряд из которых введут уже на основе принятых российскими властями решений, а ряд — если Россия осуществит военное вторжение на Украину. К числу последних относятся обсуждаемые в правительстве Японии санкции. По информации издания Yomiuri, ограничения коснутся высокотехнологичного оборудования и финансовой отрасли. Пере-

чень других санкций, которые уже введены после признания суверенитета ДНР и ЛНР, включают подписанные президентом США Джо Байденом ограничения для американских физических и юридических лиц, которые собираются осуществлять новые инвестиции в так называемый регион ДНР и ЛНР, торговлю с ним и финансирование его.

Откровения Александра Ширвиндта

Я глубоко пьющий и активно матерящийся русский интеллигент с еврейским паспортом и полунемецкими корнями. Матерюсь профессионально и обаятельно, пью профессионально и этнически точно, с женщинами умозрительно сексуален, с коллегами вяло соревновательно тщеславен. Но умиротворения нет... Пи...ц! Времени, отпущенного на жизнь, оказалось мало... Как-то меня спросили: если бы у меня была возможность после смерти вернуться в виде какого-то человека или вещи, что это было бы? Я ответил: флюгер...

О еде

Вкусно поесть для меня – это поре, шпроты, гречневая каша со сметаной (с молоком едят холодную гречневую кашу, а горячую – со сметаной). Я обожаю сыр. Каменный, крепкий-крепкий, «Советский», похожий на «Пармезан». Еще люблю плавленные сырки «Дружба»... Я воспитан в спартанских условиях выпивки и посиделок на кухнях. В гараже, на капоте машины, раскладывалась газета, быстро нарезались ливерная колбаса, батон, огурец. Хрясь! И уже сразу хорошо. Когда сегодня я попадаю в фешенебельные ресторан...

приносят толстые, в переплете из тисненой кожи меню... у меня сразу начинается изжога. Раньше и в ресторанах было проще: быстро мажешь хлеб горчицей, сверху – соль, солью посыпанное, махнешь под стакан – и уже «загрунтовался». Ну а потом заказываешь, что они могут добыть у себя в закромах.

Я абсолютный говноед. Единственное, чего не могу есть, – это чеснок. Не выношу холодец, студень и все, что дрожит. Если где-то пахнет чесноком, начинаю задыхаться. У меня партнерши были замечательные – Людмила Гурченко, Алена Яковлева, Ольга Яковлева... Они все лечились чесноком. Но зная, что я не переношу его запах, чем-то сверху пшикали. И получается еще страшнее, когда целуешься с ними...

Чем ближе к финалу, тем меньше можно пить молока. «Не-не- не, – говорят доктора, – ты свое отпил». Вообще сколько я всего уже отпил: водку отпил, коньяк отпил, кофе тоже. Не отпил только какой-то зеленый чай... Про «выпить-закусить» У меня вкусы остались прежние: больше всего люблю «Анисовую»... Когда-то я был на юбилее Георгия Шенгелая. А в Грузии тогда еще принимали по-настоящему, и за столом си-

дело человек 300... И у каждого стояло то вино, которое этот человек любит. И только возле моего прибора стояла «пол-литра». Я пью давно и много. Удар держал всегда... Теперь же включается что-то вроде ограничителя на спидометре: зашкаливает, пора тормознуть. Но с гордостью могу сказать: хотя пару раз меня под белы ручки... нет, не будем вдаваться в подробности, но полной отключки у меня никогда не было.

О театре

Педагогика – это вампиризм чистой воды. По себе сужу. Приходишь после всех профессиональных мук к этим молодым щенкам, видишь их длинные ноги и выпученные глаза и поневоле начинаешь от них питаться глупостью и наивностью. К ним прикипаешь. После четырех лет обучения начинается продажа. Как на птичьем рынке: сидит в ящике большая старая сука, вокруг 12 щенков, их брезгливо щупают: брать – не брать? Так и здесь после четырех лет «инкубатора» приходят брезгливые худруки, смотрят зубы, ноги... ты еще уговариваешь: «Возьмите моего ребенка». Я случайно попал в кресло руководителя – меня уговорили. Плучек тогда уже болел, несколько лет не появлялся в театре... Мы были ближайшими соседями Захаровых по даче в Красновидово и после ужина садились играть в покер... А играли на деньги и на следующий день их пропивали... Там, на даче, при лучине, Марк Анатольевич стал меня уговаривать возглавить театр. Мои близкие были против, говорили, что я больной, сумасшедший, маразматик и параноик. Жена даже не выдержала: «А если я поставлю условие: я или театр?» Я ответил: «Вообще-то вы мне обе надоели»...

Когда я начинал работать в Театре имени Ленинского комсомола, туда пришел новый замдиректора, бывший подполковник. И как раз через день мы поехали в Казань на гастроли. А он поехал вперед, как это бывало всегда, чтобы «заделать гастроли». Обычно прибывает поезд – на перроне пионеры, цветы, духовой оркестр... Потом артистов расселяют по квартирам или в гостиницы.

Приезжаем – никого! Какая-то несчастная местная администраторша с одним цветком. «Что это?» – спрашиваем. Он говорит: «Так, цветоув нет, номероув нет, зрителей нет». Это он «заделал гастроли». Осталось на века.

О гастролях

Летели мы в Днепропетровск... Вылет

– где-то в 11 утра, а вечером спектакль. Снег шел хлопьями... Нет вылета и нет. Везли мы туда антрепризный спектакль... со мной играли мощные партнерши: Таня Догилева, Люся Гурченко, Оля Волкова. Кто-то из них не мог, ввелась Любочка Полищук... И вот мы сидим в аэропорту. И все говорят: «Кажется, поездка накрывается, пошли». Так как я был там самый главный, я говорил «нет» – и все садились. Проходил еще час-другой, авиаторы сообщали: «Нет, сегодня исключено». Все оживлялись: «Ну...» Я говорил: «Нет! Если сейчас выпустят, мы успеваем». В буфете были только чипсы и коньяк. В шесть часов вечера стало ясно, что уже точно никуда не успеваем. Ко мне подходит Любка и говорит: «Разреши». Я говорю: «Рано». – «Нугде, ... , рано?! Целый день сидим».

В семь часов я дал отмашку к алкоголизму. А ближе к девяти часам вечера, после чипсов и коньяка, объявляют посадку. Мы прилетаем в Днепропетровск в одиннадцатом часу в полном разборе. Смотрим в иллюминаторы: весь аэродром в машинах – «скорые помощи», мигалки, милиции навалом. Нас выгружают из самолета, мы плюхаемся в машины и за двадцать минут доезжаем до театра. Полный зал. Зрители отказались уходить. И выходит совершенно разобранная, как бы это сказать поинтеллигентнее... братия. «Что?! Играть?!» Мятые, страшные. Начали играть. Зрители понимают, в каком мы состоянии... Мы понимаем, что они понимают, и все время извиняемся: «Ну, мы так долго летели...» А так как Любочка выходила на сцену через два часа после начала спектакля, она созрела окончательно. Играли мы в оперном театре. А там между занавесом и оркестровой ямой – почти ничего нет. Выходит Михал Михалыч, выводит Любочку, а она не ожидала, что там так мало для нее места. Михал Михалыч представляет ее: «А вот...» Она делает шаг: «Ё.....!» Ее встречает овация. Державин не может ее удержать и начинает падать в оркестровую яму. И тут Любочка совершенно грациозно хватает Михал Михалыча за шкирку и вытаскивает его из оркестровой ямы на рабочее место. Любочка была очень сильный человек, замечательная актриса, чудная, дико манкая баба и удивительный товарищ.

Про халтуру и Миронова

Мы с Мироновым или Державиным

(Окончание на стр.8)

Откровения Александра Ширвиндта

проводили так называемые творческие вечера. Переводя на русский... халтуры. Роли распределялись так: Миронов – большой артист и художник, а я – рвач и администратор. Звонок. «Вам звонят из фармацевтического управления Москвы». Замечательная контора, где, как муравьи, ползают сонмища женщин. И мы в этой конторе были, условно говоря, в прошлом году на 8 Марта. И вот опять звонят: «Мы мечтаем на 8 Марта снова видеть вас...» Андрюша машет на меня руками: «Нет, ни в коем случае, отказывайся». «Но ведь мы у вас были», – говорю я в трубку. «Не важно... только на вас хотят посмотреть». «Ну что значит – посмотреть? – говорю. – Мы же артисты. Мы должны что-то показать...». «Ну что-нибудь...» Андрей машет руками: «Даже не думай! Положи, положи трубку! Не разговаривай с ними!» – «Тогда говори сам». Я передаю ему трубку. Андрей начинает: «Ну, дорогие, но мы артисты академического театра. На том конце провода огорчаются: «Ну как же? А мы так надеялись. У нас есть 500 рублей». Андрей: «Так, адрес!»

После концертов возникали и неприятности. К примеру, однажды зимой мы с Андрюшей Мироновым должны были лететь в Новосибирск на суд над администратором концертных площадок, куда нас вызывали в качестве свидетелей... Андрей заехал за мной на такси, поднялся, а я все никак не мог решить, какую взять с собой трубку. Мы уже опаздывали на самолет, Андрюша стал торопить... Трубка была наконец найдена, мы спустились к такси. И, когда я в него влез, у меня сзади по шву лопнули брюки.

Надо возвращаться домой. Я поднялся, но из-за суеверия (и без того поездка не из приятных), порог квартиры не переступил. Жена вынесла на лестничную площадку газетку, расстелила на полу, я встал, стянул штаны, натянул другие, но они мне чем-то не понравились, и я решил надеть третьи. Снимаю те, и в этот момент хлопает входная дверь, в подъезд входит Андрюша, видит меня на лестничной площадке без штанов и ласково спрашивает:

– Шура, у тебя какие планы?

О Люсе Гурченко

При всем моем вялом характере и при ее упертости и максимализме мы умудрились с ней за 52 года общения ни разу

(Окончание. Начало на стр. 7) не поссориться... Когда мы снимались в Питере в фильме «Аплодисменты, аплодисменты», ей не понравилось, что у меня не голливудские зубы, и она заставила меня поехать на «Мосфильм», где мне дней пять делали бутафорскую челюсть. В итоге мне воткнули эту страшную белозубую пасть, я, несчастный, приехал в Питер. «Люс-ся, я с- сказать ничего не могу». Она: «Но как красиво!» – «Что крас-сиво? Что крас-сиво?» Вот это ее силища.

Про наш абсурд

Когда погружаешься в наши СМИ, создается впечатление, что население страны состоит из лиц Первого канала, лиц второго и лиц кавказской национальности... Недавно милый ведущий в телевизоре говорит: «Совершен очередной теракт. К счастью, погибли всего три человека». К счастью!

Сейчас все обо всех в курсе дела. Ума не приложу, как актрисы осмеливаются играть что-то серьезное. Она выходит на сцену, и ползала знает о ней досконально все: в каких колготках, в каких прокладках, с кем спала вчера и кому дала отставку на прошлой неделе. А некоторые даже на себя наговаривают. Куда лучше было раньше, когда актера окружал флер таинственности...

Про технику

Компьютеры даже не знаю, с какой стороны втыкают и куда... Когда за компьютером играли мои маленькие внуки, я глубокомысленно им кивал, даже не соображая, о чем речь. До сих пор компьютерная мышка для меня – нечто живое и страшное, как крыса, а слово «сайт» ассоциируется с чем-то мочеиспускательным. Поэтому, когда надо на сайт зайти, меня сажают перед экраном, как куклу, и показывают. Иногда натыкаешься на что-то неожиданное. На форуме одного из интернет-сайтов общаются мои поклонницы Nika, Esta, Рондо, Дама, приятная во всех отношениях...

О рыбалке

На Валдае рыба стала клевать хуже. Поэтому, если вынешь леща на килограмм, целуешь его, фотографируешь. А рядом Рязанов – с лицензией на две сети. Когда он вытаскивает судаков и щук, хочется его убить.

Самая оптимальная насадка – отечественный навозный червяк. Он должен быть средней руки, темно-коричневый и свежий. Все эти полиэтиленовые кра-

соты, которые привозят из Америки и Канады – искусственные черви, но точь-в-точь как живые, – наши рыбы не берут. Не верят. С червями, правда, сейчас катастрофа: очень дорожают. Ни в коем случае нельзя делать дырочки в коробочке, лучше накрывать ее марлей, иначе черви, превратившись в нитку, обязательно вылезут. Моя несчастная супруга видеть не может всех этих выползков. А хранить их приходится в холодильнике. Если жена открывает холодильник, а там со всех огурцов свисают черви, можно домой не возвращаться... Моя мечта – это тихая заводь, хороший клев на карася. На той стороне заводи купаются голые супермодели, а слева от меня стоит телевизор и там показывают женский биатлон. Вот примерно такой расклад, пожалуй, меня весьма взбодрил бы.

О возрасте

У меня очень тяжелая зарядка утром. Лежа я сначала сучу ножками для поясницы. 30 раз. Потом с трудом, кряхтя, сажусь на кровати и делаю вращательное движение на скрипучей шее пять раз туда, пять раз назад. И потом плечиками 10 раз. Меня кто-то когда-то научил, и я привык. И чувствую, что сделал зарядку.

Придумал название книги. Так как большинству московских худруков театров от 70 до 90 лет, то новая книга должна называться «Климакс-контроль»... Смерти я не боюсь... Боюсь выглядеть старым. Боюсь умирания постепенного, когда придется хвататься за что-то и за кого-то... Я красивый старик, боящийся стать беспомощным. В общем, диагноз – «старость средней тяжести».

О любви

В моей профессии любовь постоянно приходится играть. Про любовь я наигрался, поэтому в жизни, когда говорят «любовь», у меня сразу возникает ощущение либо вранья и соплей, либо сурового быта: дети, внуки, тещи, невестки, обязательства... И всплывают воспоминания: когда начиналась вся эта любовь, не было ни квартир, ни машин. Велосипеды были. А как любить на велосипеде?

Женскую грудь я впервые увидел в родильном доме. Мама рассказывала, что, когда она стала меня кормить, я смотрел на грудь как настоящий бабник... Получается, что в жизни я однолюб. То есть мужчина, испортивший жизнь только одной женщине...

Александр Ширвиндт

Важная роль лютеина и зеаксантина в защите глаз и сохранении качества зрения.



Нормальную работу человеческого глаза обеспечивает целый ряд биологически активных соединений витаминов и минеральных веществ. Среди этих ценных для зрения компонентов особое место занимают жёлтые пигменты (природные красители) лютеин и его изомер зеаксантин, единственные, которые были обнаружены в хрусталике и в сетчатке глаза. В организме человека они не синтезируются, а поступают с пищей, содержащей листовую зелень, овощи, фрукты и яичный желток. Лютеин и зеаксантин (нем. Lutein und Zeaxanthin) относятся к каротиноидам - большой группе природных органических пигментов, насчитывающей более 600 различных субстанций, из них только 10 присутствуют в плазме крови. Важным представителем этой группы веществ является бета-Carotin. Каротиноиды являются провитаминами А, (предшественниками витамина А); окрашены в жёлтый, оранжевый или красный цвета, они присутствуют в клетках всех организмов.

Каротиноиды лютеин и зеаксантин выполняют важную роль в организме человека - они защищают глаза и сохраняют качество зрения. С помощью зрения человек получает более 70% всей информации из окружающего мира. Под воздействием энергии электромагнитного излучения светового сигнала в сетчатке глаза возникают нервные импульсы, которые передаются в мозг, где происходит формирование и восприятие зрительного образа. В сетча-

той оболочке глаза находятся два типа светочувствительных клеток: палочки, ответственные за ночное зрение в условиях относительно низкой освещённости (восприятие белого, серого и чёрного цветов), и колбочки, ответственные за механизм дневного зрения, обеспечивающие цветное зрение. Общее количество палочек в сетчатке составляет 110-125 млн, а колбочек около 6-7 млн. В центральной части сетчатки сосредоточено больше колбочек, а на периферии - больше палочек. Различают три вида колбочек для восприятия красного, зелёного или синего цвета. Они позволяют обнаруживать свет в диапазоне длин волн 400 - 700 нм.

«Лютеин (от др.-греч. жёлтый лист) — главная составная часть жёлтых пигментов в листьях, цветках, плодах и почках высших растений, а также во многих водорослях и микроорганизмах. Этим термином в 1837 году шведский химик Берцелиус обозначил жёлтый пигмент, выделенный из опавших осенью жёлтых листьев». /Википедия/ Биосинтез лютеина происходит из альфа-каротина в растениях и поступает в организм только с пищей. Изомером его (т.е. одинаковым по атомному составу и молекулярной массе, но отличающийся по строению или расположению атомов в пространстве) является зеаксантин. Соотношение лютеина к зеаксантину в тканях глаза составляет 5:1. Зеаксантин (лат. *Zea* “кукуруза”, греч. *xanthos* “жёлтый”) пигмент-каротиноид, содержащийся в растениях (зёрнах кукурузы, плодах облепихи, паприке, шафране и др.) и в некоторых микроорганизмах. Он также может вырабатываться в организме из лютеина.

Пигменты-каротиноиды лютеин и зеаксантин часто называют «глазными пигментами» или «макулярными пигментами». Они сконцентрированы, главным образом, в зоне наибольшей остроты зрения — в цен-

тре сетчатки глаза, в жёлтом пятне (в макуле/ *Gelben Fleck / Makula*), где содержание их в 10 000 раз выше, чем в плазме крови. Они обнаружены также в других отделах глаза - в сосудистой оболочке, радужке, хрусталике и в цилиарном теле.



Целебные свойства лютеина и зеаксантина

Лютеин и зеаксантин играют важную роль в осуществлении многих физиологических процессов в организме человека. Они поддерживают зрительную функцию, обеспечивают возможность различать мелкие детали и чёткую видимость, способствуют улучшению зрения в сумерках и темноте, предотвращают или приостанавливают развитие возрастных изменений в органе зрения: макулярной дистрофии сетчатки, (характеризующейся поражением сетчатки глаза, нарушением центрального зрения), катаракты и глаукомы. С возрастом концентрация «глазных пигментов» снижается, что обуславливает ухудшение зрения. Лютеин и зеаксантин выполняет роль глазного светофильтра, «природных солнцезащитных очков», не пропускают наиболее агрессивную коротковолновую сине-фиолетовую часть солнечного спектра и тем самым защищают сетчатую оболочку от разрушения. Они обладают антиоксидантными свойствами (уменьшают окислительные процессы), нейтрализуют избыток свободных радикалов и их вредное воздействие на структуры клеток, предохраняют от развития старческого нарушения зрения. Лютеин и зеаксантин укрепляют стенки внутриглазных сосудов; улучшают крово-

(Окончание на стр.10)

Важная роль лютеина и зеаксантина в защите глаз

и сохранении качества зрения.

обращение в тканях глаза, препятствуют повышенной ломкости и проницаемости капилляров; участвует в процессах обмена веществ; ускоряют регенерацию поврежденных клеток, способствуют восстановлению тканей после хирургических операций на глазах; смягчают проявления зрительного компьютерного синдрома (резь в глазах, снижение остроты зрения и др.) у людей, которые длительное время проводят за компьютером; оказывают противовоспалительное действие при хроническом воспалительном процессе.

Эти каротиноиды могут использоваться для профилактики многих заболеваний, общего укрепления организма и улучшения качества жизни. Учёные установили, что лютеин благотворно влияет на: сердечно-сосудистую систему (снижает уровень холестерина в крови, предотвращает появление тромбов, предохраняет от развития атеросклероза, уменьшает риск возникновения инсульта и инфаркта); улучшает функциональное состояние нервных клеток, повышает когнитивные (интеллектуальные) функции - память, мышление; способствует нормализации уровня глюкозы в крови и липидного (жирового) обмена в организме; снижает риск развития некоторых онкологических заболеваний, в частности, рака толстого кишечника.

(Окончание. Начало на стр.9)
ника, простаты, матки.

В медицинской практике лютеин широко используется для предотвращения потери или снижения качества зрения, для профилактики и лечения различных офтальмологических заболеваний: «куриной слепоты» (нарушения сумерочного зрения/ *Nachtblindheit*), глаукомной нейропатии (глаукома/*das Glaukom/Grüner Star*); диабетической ретинопатии, прогрессирующей близорукости (*fortschreitende Kurz-sichtigkeit / Myopie*), катаракте

(*die Katarakt/Grauer Star*), при большой зрительной нагрузке, возрастной макулодистрофии (*alters-abhängigen Makuladegeneration*), после операций на сетчатке глаза, «компьютерном синдроме» и др.

Основные источники поступления «глазных пигментов»

в организм.

Согласно проведенным исследованиям суточная физиологическая потребность организма взрослого в лютеине и зеаксантина составляет 6 мг. Такое количество «глазных пигментов» должен регулярно получать человек с пищей для поддержания своего зрения в норме. Основными источниками этих биологически активных соединений являются растительная пища и желтки яиц. Для лучшего их усвоения в организме следует потреблять не-

большое количество жиров. Каротиноиды относительно устойчивы при незначительной термической обработке. Больше всего лютеина и зеаксантина содержится в зелёных, оранжевых и жёлтых овощах и фруктах. Лидерами по их содержанию считаются: шпинат, брокколи, зеленый горошек, стручковая фасоль, брюссельская капуста, черника, петрушка, болгарский перец, тыква, кукуруза, морковь, хурма, апельсины, мандарины, папайя, свекла и яичный желток.

Для профилактики заболеваний глаз, обусловленных недостатком в организме лютеина и зеаксантина, принимают препараты, содержащие эти глазные пигменты, в поддерживающей дозировке. Они выпускаются в капсулированной и таблетированной лекарственных формах; в них чаще всего включены также другие компоненты, способствующие улучшению зрения – витамины (Е, А, С, В2), минеральные вещества (цинк, селен, медь), экстракт черники. Применение препаратов лютеина и зеаксантина с лечебной целью, а также беременным женщинам рекомендуется проводить только по назначению врача.

Заниматься самолечением не надо. В любом случае необходимо проконсультироваться с врачом относительно наличия показаний и противопоказаний к приёму препарата, его оптимальной дозировки, количества курсов лечения и их продолжительности.

Марк Цванг

Новости медицины

Искусственная матка с ИИ-няней уже вынашивает несколько эмбрионов.

Ещё один популярный научно-фантастический сценарий превращается в реальность: китайские учёные заявили о создании «ИИ-няни», которая поможет выращивать эмбрионы в искусственной матке.

К слову, соответствующий аппарат, выполняющий функции материнского чрева, уже давно не предмет научной фантастики. Как и искусственные яйцеклетки и сперма. Теоретически эту систему можно

будет использовать, чтобы в будущем полностью освободить людей от бремени деторождения, а заодно повысить безопасность эмбрионального развития. Прекрасно это или ужасно — вопрос открытый. Однако система пока находится на стадии разработки, и на решение этой этической проблемы у человечества ещё есть время.

А пока машина с ИИ-няней и несколькими искусственными матками, разработанная учёными из

Сучжоуского института биомедицинской инженерии и технологий, уже «ухаживает» за эмбрионами мышей.

Этот процесс описан в исследовании, опубликованном в издании *Journal of Biomedical Engineering* 26 ноября 2021 года.

Эмбрионы содержатся в полностью искусственной матке, заполненной питательной жидкой средой, а их «няня» — роботизирован-

(Окончание на стр.11)

Искусственная матка с ИИ-няней уже вынашивает несколько эмбрионов.

ный помощник, управляемый искусственным интеллектом. Сложная система контейнеров с жидкостью, в которых развиваются эмбрионы, оснащена рядом регуляторов жидкости и системой подачи кислорода. Над контейнерами размещена камера, способная увеличивать изображения эмбрионов с впечатляющей детализацией. Так ИИ-няня получает ключевую информацию о росте и развитии “подопечных”. Система может отслеживать и записывать этапы процесса развития, никак не влияя при

(Окончание. Начало на стр.9)

этом на жизнедеятельность эмбрионов.

Основываясь на этих данных, ИИ может даже различать эмбрионы по общему состоянию здоровья — если исследователям понадобится такая информация для какого-либо отбора. Международные законы в настоящее время запрещают такие эксперименты (что, впрочем, не останавливает некоторых учёных). Поэтому пока машина оптимизируется с использованием эмбрионов животных. В на-

стоящее время этот эксперимент проводится только на мышах, и пока нет никакой гарантии, что этот процесс будет когда-либо применен к человеческим эмбрионам. Однако учёные пишут, что это устройство не только поможет лучше понять процесс зарождения жизни и эмбрионального развития человека, но и поможет выяснить причины врождённых дефектов и серьёзных проблем с репродуктивным здоровьем человека.

Источник: <https://www.vesti.ru/nauka/article/2671509>

Ученые предложили новый подход к лечению хронической боли.

Команда, возглавляемая доктором Бин Хе, профессором биомедицинской инженерии в Университете Карнеги-Меллона продемонстрировала потенциал транскраниального сфокусированного ультразвука (ТСУ) для лечения хронической боли. В статье, опубликованной в журнале *Nature Communications*, авторы описывают ТСУ в экспериментах с грызунами, демонстрируя альтернативу неинвазивной нейромодуляции. «Человек, испытывающий хроническую боль, может выиграть от исполь-

зования нового подхода. Генерируемые извне ультразвуковые импульсы контролируемой частоты и интенсивности могут подавлять болевые сигналы», - рассказывает доктор Мория Биттманн, директор программы биороботических систем.

В рамках эксперимента ученые нацеливались на определенные нейроны грызунов в коре головного мозга. Одновременно регистрировались изменения электрофизиологических сигналов от разных типов нейронов. Исследование про-

демонстрировало, что ультразвук может проходить через череп, избирательно активируя определенные субпопуляции нейронов. «Наше исследование предлагает нефармакологический, не вызывающий привыкания подход к лечению людей с хронической болью. Надеемся, его дальнейшее развитие позволит сделать технологию оптимальной», - отмечают авторы исследования.

Источник: <http://www.medlinks.ru/article.php?sid=97599>

Трудное детство оставляет значимый след в геноме, говорят исследователи

Как отмечает *Medical Express*, сообщество, в котором растет ребенок, может повлиять на его здоровье на долгие годы вперед.

Долгосрочное исследование 2000 детей, родившихся в Англии и Уэльсе и достигших 18-летнего возраста, показало: молодые люди, выросшие в обществах с экономическими проблемами, физиологическими проблемами, с нарушением социальных связей и высоким

уровнем опасности, демонстрируют характерные отличия в эпигеноме - белках и химических соединениях, которые регулируют активность генов.

Различия были выявлены в генах, ранее уже связанных с хроническим воспалением, воздействием табачного дыма, загрязнением атмосферного воздуха и раком легких. По словам ученых, изменения в их регулировании могут подвер-

гать людей риску ухудшения здоровья в зрелом возрасте. Эпигенетические различия сохранялись даже после учета социально-экономических условий в семьях и наблюдались у молодых людей, которые не курили или не демонстрировали признаков сильного воспаления.

Источник: <http://www.medlinks.ru/article.php?sid=99466>

Почему отбой в 22:00 может спасти вам жизнь

Время отхода ко сну у многих людей, вероятно, ассоциируется только с детьми. Тем не менее, как показывает новое исследование, взрослые должны быть так же строги и в отношении своего цикла сна. Исследователи обнаружили, что, если лечь спать меж-

ду 22:00 и 23:00 по местному времени, это снижает риск развития сердечных заболеваний по сравнению с любым другим вечерним временем, - сообщает *StudyFinds*.

“Хотя время отхода ко сну после полуночи приводит к наибольшему увеличению сердечных нару-

шений, команда ученых обнаружила, что даже если лечь спать раньше 22:00, это несет с собой повышенный риск сердечно-сосудистых заболеваний у взрослых”, - говорится в статье.

“В организме есть 24-часовые (Окончание на стр.12)

Почему отбой в 22:00 может спасти вам жизнь

внутренние часы, называемые циркадным ритмом, которые помогают регулировать физическое и умственное функционирование, - пояснил автор исследования доктор Дэвид Пленс из Университета Эксетера. Хотя мы не можем сделать вывод о причинно-следственных связях на основании нашего исследования, результаты показывают, что ранний или поздний отход ко сну может с большей вероятностью нарушить биологические часы с неблагоприятными последствиями для здоровья сердечно-сосудистой системы".

"Авторы исследования добавляют, что было проведено множество исследований связи между продолжительностью сна и ее влиянием на состояние сердца. Однако связь между временем отхода ко сну и сердечными заболеваниями оставалась неясной. Исследователи изучили более 88 тыс. участников британского биобанка, набранных в период с 2006 по 2010 год. Это были люди в возрасте от 43 до 79 лет, из которых почти 60% составляли женщины. Команда собирала данные об их привычках

(Окончание. Начало на стр.11) сна с помощью запястных мониторов в течение 7 дней и информацию об их медицинской истории и образе жизни с помощью анкет", - сообщает издание.

"В течение следующих шести лет у 3,6% группы (3172 участника) развились сердечно-сосудистые заболевания - они пережили различные сердечные заболевания, такие как инсульт, сердечная недостаточность, сердечные приступы и хроническая ишемическая болезнь сердца. (...) Результаты показывают, что самые высокие показатели сердечных заболеваний были среди людей, ложившихся спать после полуночи. И наоборот, самые низкие были среди тех, кто засыпал каждый вечер между 22:00 и 22:59". В целом, у людей, которые засыпали после полуночи, вероятность развития сердечных заболеваний на 25% выше, чем у тех, кто засыпал в наиболее благоприятный период. Те, кто ложился спать с 23:00 и до полуночи, имели риск развития сердечных заболеваний на 12% выше. Между тем, у людей, которые ложатся

спать раньше 22:00, риск сердечных заболеваний был на 24% выше, чем у тех, кто ложится спать после 22:00", - уверяет *StudyFinds*.

"Когда исследователи углубились в результаты, они обнаружили, что связь между отходом ко сну и сердечными заболеваниями, по-видимому, ярче выражена у женщин, чем у мужчин. Однако ученые обнаружили, что мужчины, которые ложатся спать до 22:00, продолжали демонстрировать более высокий риск сердечно-сосудистых заболеваний.

"Наше исследование показывает, что оптимальное время для отхода ко сну - это определенный момент в 24-часовом цикле организма, и отклонения могут быть вредными для здоровья. Самое рискованное время - после полуночи, потенциально потому, что это может снизить вероятность увидеть утренний свет, который перезагружает биологические часы в организме", - сообщает доктор Пленс.

Источник: <http://www.medlinks.ru/article.php?sid=98891>

5 главных плюсов лука для здоровья

Этот овощ не обладает таким лечебным воздействием как чеснок, но лук всё равно очень полезен для здоровья.

Антиоксиданты. Лук насыщен растительными химическими веществами, включая флавоноиды, которые обладают антиоксидантным и противовоспалительным свойствами. Они защищают от хронических заболеваний вроде диабета и даже рака. В луке свыше 25 различных флавоноидов и серосодержащих веществ.

Сердце. Флавоноид кверцетин в луке обладает противовоспалительным свойством и укрепляет здоровье сердца. Употребление лука снижает риск сердечно-сосудистых заболеваний.

Кости. Включение лука в рацион связано с улучшением минеральной плотности костей. Лук богат антиоксидантами, уменьшающими окислительный стресс, а это сокращает потерю костной массы. Данное предположение было подтверждено в ходе исследования с участием женщин пред- и постклимактерического возраста.

Кишечник. В луке содержится клетчатка, которая переваривается очень медленно или вообще не переваривается. Она поддерживает здоровье кишечника. Неперевариваемые пребиотические волокна используются в качестве топлива для проживающих в нашем кишечнике «хороших» бактерий, кото-

рые производят побочные продукты под названием короткоцепочечные жирные кислоты. А они важны для поддержания здоровья и целостности кишечника и иммунитета.

Бактерии. Луком в народе лечат простуду. Он обладает ценными бактерицидными свойствами против кишечной и синегнойной палочки, а также стафилококка.. Особую ценность представляет кверцетин, поскольку он подавляет рост метициллин-резистентного золотистого стафилококка и *Helicobacter pylori*.

Источник: <http://www.medlinks.ru/article.php?sid=99705>

Материал к публикации подготовил

Марк Цванг

Зачем Россия начала военные действия на территории Украины?

Цена, которую Россия может заплатить за военную операцию на Украине, очевидно, не представляет интереса для Владимира Путина и сторонников войны. О прибылях и убытках рассуждают торговцы и крестьяне — воинам же полагается презирать материалистический подход. Кремль вспомнил, что есть еще один вид документа, в котором признают территориальные приобретения, — мирный договор, подписанный по итогам войны. Жаль, что без войны его заключить нельзя, но тем хуже для всех.

Сбывается кошмар пацифиста: дипотношения Украины с Россией разорваны, российские войска выходят к Херсону и на окраинах Харькова слышны взрывы. «Мы не ставим целью оккупировать Украину», — говорит Дмитрий Песков, но тут же добавляет, что есть цель «зачистить Украину от нацистов». И эти два высказывания совсем не коррелируют между собой: конечно, для «зачистки» понадобится захват страны и хотя бы временная оккупация.

Агрессивное решение вопроса стало для большинства неожиданностью. За последние восемь лет «донбасская» повестка, в общем, практически выпала из фокуса общественного внимания. Незапрятанные республики существовали в нем где-то на фоне, превращаясь в легенду — о героическом сопротивлении фашистам для одних, о полубандитском-полуанархическом «диком поле» для других. Сторонники войны упрекают обывателя в безразличии к страданиям жителей Донбасса, но ведь нас долго учили этому на примере той же Чечни — проходить мимо чужих страданий и беззакония ради того, чтобы не было войны. И, как всегда, оказалось, что этого было мало. Неожиданно выяснилось, что все эти восемь лет худого мира были лишь отсрочкой, которую Киеву давали на то, чтобы сдать.

В фильмах о войне часто используется такой довольно банальный прием — в качестве пролога режиссер показывает последний день мирной жизни. Играют дети, подростки назначают на завтра свидания, семьи строят планы, еще не зная, что никакого завтра не будет, потому что ровно в четыре утра черные самолеты прилетят сбрасывать бомбы. То есть это герои ничего не знают, а зрители-то, конечно, знают и замирают в ужасе от того, что сейчас произойдет. В этом и суть приема — заставить зрителей почувствовать, что и их сегодняшний мир, в общем, очень хрупок и никто не мо-

жет знать, что там, за горизонтом, возможно, самолеты уже заправляют баки.

Если допустить, что Владимир Путин в детстве — а может, и не в детстве — любил такие фильмы, то ему, как всякому нормальному мальчику с воображением, наверняка мечталось чудесным образом переместиться по ту сторону экрана, предупредить этих симпатичных и ничего не подозревающих людей об угрозе, а может быть, даже и помочь организовать оборону.

И вот, собственно, из множества мальчиков он оказался единственным, кто нашел способ это сделать. Для этого пришлось, конечно, потрудиться, но как, должно быть, прекрасен был миг в ощущении президента, когда он прокричал: «Граждане! Завтра война, но я знаю, что делать — мы нападём первыми!»

Именно так ведь Путин и сказал. «Советский Союз <...> не осуществлял или откладывал самые необходимые, очевидные действия для подготовки к отражению неизбежного нападения <...> В результате страна оказалась не готова к тому, чтобы в полную силу встретить нашествие нацистской Германии, которая без объявления войны напала на нашу Родину 22 июня 1941 года <...> Второй раз мы такой ошибки не допустим, не имеем права», — объяснил он, объявляя о «Путину не потребовался даже casus belli, и он не стал выдумывать никаких мифических разведанных — он начал военную операцию только потому, что был уверен: когда-нибудь на нас нападут. Трудно найти более обескураживающую аргументацию — фактически президент говорит, что начал войну, потому что ему было откровение. Последнее значительное расширение НАТО на восток, на которое он беспрестанно ссылается, случилось в 2004 году, а с тех пор в Альянс принимали только страны масштаба Черногории или Северной Македонии, что вряд ли представляло угрозу. Тем более иллюзорным было гипотетическое вступление в НАТО Украины. специальной военной операции» в Донбассе.

Убедившись за несколько лет в том, что Запад не намерен признавать присоединение Крыма, Кремль вспомнил, что есть еще один вид документа, в котором признают территориальные приобретения, — мирный договор, подписанный по итогам войны. Жаль, без войны его заключить нельзя, но что поделать.

Проблема в том, что массовка оказалась в этом фильме не по своей воле. А еще в том, что с другой стороны сцены, как

выяснилось, установлен другой экран, а за ним тоже сидят зрители, и, с их точки зрения, это мы выползаем из-за горизонта зловещей тучей. Как быть в такой ситуации, нас не учили — в старых учебниках истории, которые теперь, наверное, переписут, вот так, без объявления войны, нападали только очень плохие парни.

Это казалось невероятным. Получилось не совсем, как в кино, еще и потому, что эффекта неожиданности не вышло. Все персонажи — и главные, и второстепенные, и массовка — знали о начале войны и обсуждали ее на протяжении нескольких месяцев. В последние дни прогнозы были и вовсе предельно конкретными: о том, что Россия начнет вторжение в течение 48 часов, сообщили сразу после признания Москвой республик Донбасса. На глазах у всех Россия эвакуировала своих дипломатов, демонстративно спустила флаг с посольства в Киеве — и даже тогда не верилось в серьезность происходящего. Ведь война не начинается по расписанию, разве не так?

Паникеры, к сожалению, оказались правы.

Третья мировая все еще остается предметом маловероятных допущений — ведь Вашингтон уже заявил, что США не станут воевать на Украине, а перейдут к военным действиям только в том случае, если российские войска пересекут границу какой-либо страны НАТО. Логично — Украина не страна НАТО, что подчеркивалось и раньше, и не может претендовать на прямую защиту.

Однако реакция Запада, даже если он соглашается на поглощение Россией Украины, оказалась резкой. Немедленно были введены санкции против главных банков страны — Сбербанк и ВТБ, а также ряда других. Лондон добавил в санкционный список «Ростех», «Аэрофлот», Объединенные авиа- и судостроительные корпорации. Вашингтон объявил об отказе поставлять в Россию продукцию для высокотехнологичных отраслей — полупроводники, лазеры, сенсоры и так далее. Тут же взлетели ракетой цены на технику в магазинах, а фондовый рынок, напротив, устремился ко дну.

Правда, перечню ограничений еще есть куда расти. Пока не принято решение об отключении России от финансовой системы SWIFT, а США решили вывести из-под санкций поставки алюминия. Но ЕС уже анонсировал следующие шаги: санкции коснутся финансового сектора,

(Окончание на стр. 14)

Зачем Россия начала военные действия на территории Украины?

(Окончание. Начало на стр. 13)

энергетики, сферы транспорта, товаров двойного назначения, экспорта, визовой политики. В частности, речь идет о прекращении поставок запчастей для пассажирских самолетов.

Страна может лишиться большого спорта: финал Лиги чемпионов перенесли из Петербурга в Париж, футбольные союзы Польши, Швеции и Чехии заявили о нежелании играть в России, а все они — наши соперники в борьбе за путевку на чемпионат мира. Главное — на долгие годы Россия в глазах половины мира останется страной, опасной в буквальном смысле, от которой надо держаться подальше.

Все это, конечно, не представляет интереса для Владимира Путина и сторонников войны. Он именно к этому и стремится — чтобы от России держались подальше. О прибылях и убытках рассуждают торговцы и крестьяне — воинам же полагается презирать материалистический подход, их мировоззрение определяет дистиллированный идеализм. Неважно, что будет дальше — потенциальное приобретение Украины перевешивает в глазах Кремля потери от разрыва экономических связей с Западом, поскольку для консерваторов земля ценнее финансов. Торговля, надеются они, худо-бедно потом восстановится, а вот землю уже не отберут.

Хотя в конечном итоге отношение к войне все равно будет определять настроение обывателей, чей уровень морали больше зависит от личного благосостояния, нежели от абстрактных нравственных побед.

Михаил Шевчук

Haar Studio L'actuel.

Уважаемые дамы и господа!

Мы предлагаем вам следующие услуги:

- мужские, женские и детские стрижки
- химические завивки
- мелирование, тонирование волос
- окраска волос
- наращивание цветных прядей волос с аксессуарами (камни Сваровски)
- уход и лечение волос профессиональными продуктами на натуральной основе
- модельные стрижки и укладки волос
- татуировочные стрижки волос по предлагаемым шаблонам
- повседневные, вечерние и свадебные причёски
- окрашивание бровей и ресниц

Новая технология: стрижка волос горячими ножницами

Для выполнения работ используем продукты профессиональной фирмы „Wella”

Работы выполняет дипломированный мастер

Людмила Кузовлева

Наш адрес: **Trier, Treviris Passage 15,**
тел. **0651-436-16-09**

Часы работы: **вторник - пятница с 9 до 18 часов**

Суббота с 9 до 15 часов,

понедельник — по договорённости.

Salon “Viktoriya’s Nails”

Уважаемые дамы и господа!

Наш салон предлагает Вам следующие услуги:

- наращивание ногтей
- коррекция искусственных ногтей
- педикюр гигиенический по русской методике (от 25 Евро)
- “Spa” педикюр - по американской методике
- маникюр гигиенический
- “Spa” маникюр - по американской методике (от 25 Евро)
- Свадебный и праздничный дизайн ногтей, роспись ногтей.
- “Galvanic-Spa” омолаживающая программа для лица

Продажа косметики по уходу за руками и ногами от профессиональных фирм.

Работы выполняет мастер высшей квалификации, участница европейских конкурсов по наращиванию и дизайну ногтей Виктория Федосова.

Цены приемлемые, ежемесячно - различные скидки

Ждем Вас в нашем салоне по адресу: Treviris-Passage 54290 Trier

Тел.: 0651-4368249

Часы работы: понедельник - пятница 10:00 - 19:00

суббота 9:00 - 15:00



**Русская православная церковь за границей
Германская епархия
г.Конц**

**Православный приход
во имя равноапостольных Константина и Елены**

Дорогие братья и сестры!

Приглашаем Вас на Богослужения:

Просим обратить внимание на то, что богослужения совершаются в различных местах,
в зависимости от даты:

Часовня свт. Афанасия: hinter dem Dom, **Trier** (вход со стороны площади Bischof-Stein-Platz)

Крипта (нижний храм) католического прихода St. Nikolaus, Конц: Martinstr. 22, **Konz**

На богослужении необходимо быть в маске

Ф Е В Р А Л Ь

12 (суббота) Переносится на 19 февраля

Попразднство Сретения Господня. Прп. Вукола, еп. Смирнского.:

19 (суббота) 09.20 - исповедь, **10.00** - часы и Божественная Литургия

Католический храм St. Bonifatius, Domanenstr., 54295 **Trier**

Ап. от 70-ти Онисима:

28 (понедельник) 08.50 - исповедь, **09.30** - часы и Божественная Литургия

Католический храм St. Bonifatius, Domanenstr., 54295 Trier

М А Р Т

Первое и второе обретение главы Иоанна Предтечи:

9 (среда) 09.30 - исповедь, **10.00** - часы, изобразительны и вечерня с Литургией

Преждеосвященных Даров

Католический храм St. Bonifatius, Domanenstr., 54295 **Trier**

Свв. мучеников Севастийских:

22 (вторник) 16.30 - исповедь, **17.00** - часы, изобразительны и вечерня с Литургией

Преждеосвященных Даров

Католический храм St. Bonifatius, Domanenstr., 54295 **Trie**

Расписание может быть изменено

Для того, чтобы удостовериться в отсутствии изменений, зайдите, пожалуйста,
на нашу страницу в Интернете!

Приглашаем детей на занятия Законом Божиим.

За справками просим обращаться по телефону: **0163/258-62-98**

священник Димитрий Свистов

Интернет: www.trier-orthodox.de



Просто анекдот

☺ ☺ ☺

Чтобы узнать, сколько человек зарабатывает, не надо спрашивать, где он работает... Надо спросить, где он отдыхает.

☺ ☺ ☺

Сын написал письмо деду Морозу: "Пришли мне сестричку"

Пришёл ответ: "Пришли мне свою маму."

☺ ☺ ☺

На Привозе: - У вас хурма вяжет?

- Я Вас умоляю, крестиком вышивает...

☺ ☺ ☺

Свободно говорю по-немецки. Неправильно, но очень свободно.

☺ ☺ ☺

Можно, конечно, очиститься через страдания.

Но я предпочитаю запачкаться через удовольствия.

☺ ☺ ☺

Я из того мрачного прошлого, о котором вам в светлом будущем остаётся только мечтать.

☺ ☺ ☺

Очень переживаю по поводу своего предстоящего дня рождения.

Ведь так много лет мне ещё никогда не было!

☺ ☺ ☺

Для любимой женщины ничего не жалко. Пока ей ничего не нужно.

☺ ☺ ☺

Никогда не критикуйте жену за отсутствие интеллекта.

Может быть, именно это помешало ей выбрать мужа получше.

☺ ☺ ☺

Рабинович не утратил вкуса к деньгам, и это придавало ему уверенность в том, что у него нет коронавируса.

☺ ☺ ☺

- Трижды была в гражданском браке...

Подскажите, какие льготы положены ветерану гражданской вой-

ны?

☺ ☺ ☺

- У вас такой сильный кашель. Вы курите?

- Курю.

- Выпиваете?

- Бывает...

- Вам немедленно нужно бросить пить и курить!

- И что, я должен только кашлять?

☺ ☺ ☺

Сенсация! Всемирная ассоциация йогов признала лучшим в мире йогом Рабиновича, который прожил 70 лет затаив дыхание.

☺ ☺ ☺

Живу на последнем этаже в доме без лифта и такое впечатление, что каждый год нам добавляют ещё один этаж.

☺ ☺ ☺

40 лет - это тот возраст, о котором в 20 лет думаешь со страхом, а в 70 с завистью.

☺ ☺ ☺

Раньше со словами: "Мне как обычно!" я заходил в бар, а теперь в аптеку.

☺ ☺ ☺

Жена - это человек, который помогает мужу преодолевать проблемы, которых он бы и не знал, если бы не женился на ней!

☺ ☺ ☺

Если ты упустил свой шанс, никогда не думай, что он последний, будут ещё и другие шансы, которые ты упустишь.

☺ ☺ ☺

Каждый муж недоволен тем, как тратит деньги его жена и правительство.

Зуд мудрости

■ Верная жена – та, которая верит Вам.

■ Хотя извилин не видно, но когда их нет, это очень заметно.

■ Легкая смерть - это еще одна маленькая радость в жизни.

■ Все, что не делается, делается в Китае....

■ Не жалею о прошлом - оно ведь тебя не пожалело!

■ Начальник прав не всегда, но он

Разница только в том, что он не боится открыто ругать правительство.

☺ ☺ ☺

Супружеский долг не имеет ничего общего с займами и кредитами, потому что его не берут и не отдадут. Супружеский долг подобен музыке - его исполняют.

☺ ☺ ☺

Радуюсь чужим успехам, старайтесь не скрипеть зубами.

☺ ☺ ☺

Если женщина после ссоры Вас неожиданно простила, значит, она уже придумала, как отомстить!!!

☺ ☺ ☺

Я бы и рада потерять голову... Но, похоже, она у меня намертво прибита опытом...

☺ ☺ ☺

Раньше я относился к людям хорошо, а теперь - взаимно.

☺ ☺ ☺

Совесть есть, но с собой не ношу: боюсь потерять.

☺ ☺ ☺

15 лет: выскакивает сердечко, когда влюбляешься.

75 лет: выскакивает колено, когда чихаешь.

☺ ☺ ☺

В наше время врачи лучше всего диагностируют финансовое состояние пациента.

☺ ☺ ☺

Врач сказал, что тренировки добавят мне годы жизни, и это правда. Я сделал 15 отжиманий и чувствую себя на 85.

☺ ☺ ☺

Знали бы вы, сколько талантов погубила крылатая фраза о том, что «талант не пропьешь!»...

ведь всегда начальник.

■ Всех нас хранит Господь. Но срок хранения у всех разный.

■ Самое лучшее средство для уха - ноги.

■ Женщина всегда знает, что спросить, когда не знает, что ответить.

■ Разделяет не пропасть, а разница уровней.

■ Счастье – это когда не надо врать, что тебе хорошо.