

Выбираю
ЛУЧШЕЕ

Нижний Тагил февраль 2010

www.robingood.ucoz.com

**Лунный
посевной
календарь**

2010

*Дневник
провинциалки*



Максим Тазиров

**Обаяние
с кулаками**

Долг
перед Родиной



слово редактора



Не только для души, но и ума

Что мы делаем, когда нам выпадают минуты отдыха? Берем в руки увлекательное чтение. Именно таким увлекательным чтением редакция задумывала наш журнал, пилотный номер которого увидел свет в декабре.

И вот ты держишь в руках уже первый выпуск тагильского журнала «Я выбираю лучшее».

Проанализировав отзывы о пилотном номере, мы пришли к мнению, что издание такого формата давно ждали тагильчане. На городском рынке СМИ не было журнала, рассчитанного на читателей, которые ищут не только развлечения, но и привыкли думать.

На страницах «Я выбираю лучшее» каждый член семьи найдет для себя полезную и увлекательную информацию, которая даст работу не только мозгам, но и рукам (рубрики «Мой дом» и «Песочница»).

Кроме того, заядлым садоводам и

огородникам лунный календарь посева поможет собрать небывалый для Урала урожай.

Из номера в номер мы будем знакомить вас с интересными людьми («Провинциальная STОлица»). И на этот раз тагильский боксер Максим Газизов развенчает стереотип о том, что на ринге надо думать не только кулаками, но и головой.

А часто меняющиеся решения правительства заставляют испытывать не только неприятное удивление («Актуально»), но и удовлетворение («Баранка»), а порой и иронию («Галстук»).

Для удобства связи с читателями мы создали сайт www.robingood.ucoz.com, где журнал «Я выбираю лучшее» представлен в электронной версии. Интересные мысли, высказанные на форуме сайта, непременно попадут на страницы издания и могут стать темой для очередного материала.

А теперь читаем...

Места распространения журнала

Кiosки «Пресса»:

ул. Максарева, (в ЦГБ № 1)
Черноисточинское шоссе, 17 (в магазине «Универсам»)
ул. Садовая, 4
ул. Захарова, 10
пр. Дзержинского, 53
ул. Энтузиастов, 84
ул. Вогульская, 55
ул. Ильича, 2а
ул. Красная, 12а
пр. Мира, 42
ул. Красноармейская, 64
ул. Индустриальная, 51
ул. Зари, 33

ул. Пархоменко, 123
Октябрьский пр., 22
ул. Красных Зорь, 2
ул. Индивидуальная, 1
Уральский пр., 32
ул. Басова, 1
ул. Ильича, 35
ж/д вокзал

Кiosки ООО «Нижнетагильского холодильника»:

ул. Ильича, стад. «Спутник»
ул. Ильича,
пр. Ленинградский, 83
ул. Юности, 51

ул. Зари, 21
ул. Зари, 52
ул. Бобкова, 4
ул. Фрунзе, 34
ул. Красноармейская
пр. Ленина, 52
пр. Ленина, 54
пр. Ленина, 23/40
ул. Газетная, 95
ул. Газетная, 97
пр. Ленина, 40
пр. Октябрьский, 28
ш. Черноисточинское, «Универсам»
ул. Дружинина, ост. ГГМ «Рынок»
пр. Уральский, маг. «Монетка»

ул. Победы, к/т «Красногвардеец»
ул. Садовая, «Привокзальная площадь»

Салон мебели «Ю-арт»
ЦУМ, 3-й этаж
ул. Учительская, 12

ПУ «Самородок»
пр. Мира, 57

Магазин «Baby»
пр. Мира, 45

ООО «Советник»
ул. Ломоносова, 9



10

горячая десятка

**Зеленые и худые:
капризный эталон
женской красоты**



В номере:

АКТУАЛЬНО	4-5
Долг перед родиной	
ГОРЯЧАЯ ДЕСЯТКА	6
Зелёные и худые	
Холод в истории	
ПРОВИНЦИАЛЬНАЯ СТОЛИЦА	7-11
Обаяние с кулаками	
БИЗНЕС	12
Как сбросить гору с плеч	
<i>Рассказ бывалого предпринимателя</i>	
БАРАНКА	13
Российская программа по утилизации старых автомобилей	
МОЙ ВЫБОР	14
Искусство приветствия	
МОЙ ДОМ	15
Свет для любимых	
Модный корпус	
ЛУННЫЙ ПОСЕВНОЙ КАЛЕНДАРЬ 2010	16-17
БИГУДИ	18
Что тебе подарить, человек мой дорогой?	
Соблюдай субординацию	
Дневник провинциалки	
ШАТЁР	19
Восточное чудо	
ГАЛСТУК	20
Не для романа	
Неполиткорректные записки	
ЗДОРОВЬЕ	21
Блеск опасен раком	
Интеллектуальная еда	
Морская рыба против инфаркта	
ЗВЕЗДА	
Анна Ардова. Чаплин в юбке	
ШОУ-БИЗНЕС	23
КУРЬЕЗЫ	24-25
ФОТОРЕЦЕПТ	26
Курица, фаршированная блинами, свининой и яйцами	
ГОЛОВОЛОМКИ	27
ПЕСОЧНИЦА	28-29
УЛЫБНИСЬ	30
Михаил Зощенко. Баня	
ТЕСТ	31
На выявление уровня самооценки	



**Морская рыба
против
инфаркта**

21
здоровье

Главный редактор Алена Гончар
Зам. редактора – ответственный секретарь Сергей Струнов
Выпускающий редактор Алена Данилова
Тексты: Алена Гончар, Сергей Струнов, Светлана Першина, Николай Круглов
E-mail: robingood-nt@mail.ru
Сайт: www.robingood.ucoz.ru
Адрес редакции: 622001, г. Нижний Тагил, ул. Газетная, 81 (4 этаж);
тел.: (3435) 92-08-83, 8 (912) 622-3204
Все рекламируемые товары и услуги сертифицированы и лицензированы.
Учредители: ИП Струнов С. А., ИП Гончар А. В.
Издатель: издательство «Робин Гуд»

Отпечатано в типографии НЧОУ «ЦПП Евраз-Урал», Нижний Тагил, ул. Металлургов, 1
Заказ № 3009 Тираж 999 экз.



С 1 декабря любой россиянин может зайти на сайт налоговой службы и, набрав свой ИНН, выяснить в «личном кабинете», сколько он должен государству. Несмотря на то, что кому-то привычка помнить о своих долгах может показаться смешной и глупой, читательница журнала «Я выбираю лучшее» Ирина, решила зайти в «кабинет» и узнать о своем долге перед Родиной. Тем более, что скоро приближается отпускной сезон, а шанс путешествовать самолетом становится иллюзорным при встрече в аэропорту с судебным приставом. Поход в «кабинет» навел ее на весьма суровые мысли, которые, как нам показалось, найдут отклик у других наших читателей. Поэтому мы выложили письмо на сайт журнала «Я выбираю лучшее» www.robingood.ucoz.ru, где посетители оставили свои комментарии.

Проверьте свою налоговую историю. Иначе самолет может улететь без вас.

Итак, налоговые органы повернулись виртуальным лицом к гражданам. Федеральная налоговая служба представила на своем сайте «личный кабинет налогоплательщика» – сервис, с помощью которого россияне могут узнать о своей задолженности. Кто будет спорить – удобно. Я решила зайти на новый сервис просто для того, чтобы проверить, работает ли он.

Сначала я обнаружила, что на меня записана пеня по налогу на недвижимость. А налог был полностью и своевременно оплачен.

Кроме того, оказалось, что на

мне висит долг с пеней почти 3 тысячи рублей по налогу на автомобиль, который уже много лет назад продан по генеральной доверенности. А скоро отпуск...

Квитанции об оплате всех налогов у меня на руках. Я хотела ввести в «кабинет» дату оплаты и номера платежей. Но кнопок «Отправить уведомление об оплате» или чего-то подобного я так и не нашла. А интернет – создание бесстрастное, доказывать ему что-нибудь бесполезно.

Кинулась я к телефону и попыталась дозвониться. Пару часов про-

бывала – не получилось. Возможно, тагильчане (как, впрочем, и россияне вообще) уже убедились, что оказались в должниках и теперь параллельно со мной телефоны обрывают. Так что, думаю, очередь из информированных пользователей Сети в налоговую инспекцию не уменьшится, как предполагалось.

Кстати, знакомые компьютерщики пошутили, мол, надо в меню создать кнопку «Ликвидировать бардак в базе», и тогда добросовестный налогоплательщик, нажав на нее, будет с удовлетворением следить за обновлением своих долгов.

Первые online-отклики

Кристина: У меня похожая ситуация – налог на имущество оплачен еще месяц назад, а в базе стоят сумма и пени. База данных у налоговиков обновляется еженедельно, возможно, не успели внести.

Ирина: Машина продана по генеральной доверенности больше 10 лет назад. Знаю, что ее уже на свете-то нет. Интересно, кем и когда обновляется база?

Иван: Налоговики не внесли в электронную базу существующие данные, а без них никакое ее обновление невозможно. А ссылка на нее – незаконна. Монитор компьютера документом не является. Так вот. Ручная (документальная) база данных – это одно, а электронная – это другое. За их соответствие друг другу налоговики (в идеале) должны отвечать перед уголовным законом. Только тогда будет порядок.

Кристина: Некоторые тагильчане в интернет не ходят, да и часть тех сограждан, что ходят, начнут, читая такие сайты, нервничать. По какой базе налоговики в аэропорту развернут тебя на паспортном контроле? По документальной или по электронной базе?

Иван: Летите, дорогой товарищ, не волнуйтесь. И не ходите в налоговую, не тратьте нервы. Просто возьмите с собой документы об оплате, и ежели чего – в аэропорту покажите.

Кристина: А вообще, на каком основании можно не пустить в самолет, если человек задолжал?

Иван: Судебные приставы с погранслужбой выявляют на паспортном контроле должников, против которых начато исполнительное производство. В основном это невозврат кредитов, неуплата алиментов, задолженности по налогам на имущество. И, насколько я знаю, ограничивают только выезд за границу, а по стране – нет.

Кристина: А на основании какой это статьи УК погранслужба может ограничить мой выезд за границу? Ну, скажем, у меня долг в 50 тысяч долларов, который я злостно не оплачиваю, и при этом выезжаю за границу, и что?

Иван: Судебные приставы ловят только тех должников, по делам которых есть судебное решение. Такие граждане не могут покинуть пределы страны до исполнения обязательств либо до достижения согласия сторонами.

Кристина: И как теперь? А если не заплатил, а лететь надо срочно. Ехать в аэропорт и там платить?

От редакции

Несмотря на то, что последний вопрос не имеет прямого отношения к теме, заявленной нашим читателем, мы задали его сотрудникам налоговой службы.

Комментарии Межрайонной ИФНС России № 16 по Свердловской области:

Введением в эксплуатацию дополнительного Интернет-сервиса на сайте www.r66.nalog.ru Федеральная налоговая служба преследовала цель – снижение задолженности по налоговым платежам физических лиц. Пока «Личный кабинет налогоплательщика» делает только первые шаги по всемирной паутине, и как все новое, данный Интернет-сервис собирает отклики граждан – как отрицательные, так и положительные. И, несмотря на неоднозначную реакцию со стороны пользователей сервиса, можно сделать вывод о том, что все-таки данная услуга необходима. В считанные секунды любой тагильчанин может получить информацию о наличии или отсутствии задолженности по налогу на имущество физических лиц, земельному и транспортному налогам, и при необходимости распечатать

платежное поручение и оплатить в любом банковском учреждении. Не нужно звонить, приходить в налоговую инспекцию – достаточно наличие компьютера и сети Интернет. Не случайно системой мониторинга данного сервиса с 7 декабря 2009 по 25 января 2010 в Свердловской области зафиксировано 65 369 обращений налогоплательщиков. По 4,5 тысячи платежных документов оплачена задолженность в размере 1,9 млн. рублей. Это значит, что данная Интернет услуга востребована.

Возможно, у налогоплательщиков возникнут опасения по поводу достоверности и сохранения тайны информации отображенной на экране. Можно не волноваться, обновление баз данных на сервере происходит ежедневно, обмен информацией между компьютером налогоплательщика и сервером ФНС России зашифрован и не может быть прочитан третьими лицами.

Если налог уплачен, а за налогоплательщиком числится задолженность, то, скорее всего, нужно проверить – в установленный ли срок он уплачен. Нужно помнить, что несвоевременно уплаченный налог влечет за собой наказание в виде начисления пени.

В ситуации, связанной с начислением транспортного налога за проданный автомобиль по генеральной доверенности, следует обратиться в налоговую инспекцию лично, представить заявление и приложить подтверждающие документы, иначе автомобиль так и будет числиться за предыдущим владельцем. Если нет возможности прийти в инспекцию, можно обратиться в справочную службу: 49-59-09.

Граждане, являющиеся должниками, могут столкнуться с проблемой запрета выезда за границу. Закон о порядке выезда из РФ и въезда в РФ четко указывает, что гражданину может быть отказано в праве выезда за границу, если имеется неисполненное судебное решение на территории РФ. Так же существует вероятность того, что в Управлении Федеральной миграционной службы могут не выдать загранпаспорт, пока не будет погашен долг.

Избежать всех неприятностей можно легко – оплатив задолженность. Для этого и создан в сети Интернет сервис «Личный кабинет налогоплательщика», чтобы побудить каждого из нас своевременно погасить долги перед государством.

МРИ ФНС России №16 по Свердловской области
Адрес: 622001, Свердловская обл, Нижний Тагил, ул. Ломоносова, 4,
Тел.: (3435) 49-59-09
E-mail: i662300@r66.nalog.ru

как зайти в личный кабинет?

1. Зайти на сайт ФНС России www.nalog.ru или www.r66.nalog.ru.
2. На стартовой странице в правой колонке online-сервисов кликнуть на строку «Личный кабинет налогоплательщика».
3. Ввести персональные данные (ИНН, фамилия, имя, отчество), а также цифровой текст, который указан на экране.

Зелёные и худые

10 Древний Египет. Идеал красоты – стройная и грациозная женщина с полными губами и огромными миндалевидными глазами. Чтобы расширить зрачки и придать блеск глазам, капали сок из растения «сонная одурь». Самым красивым цветом глаз считали зеленый – обводили глаза зеленой краской из углекислой меди. Для завершения образа красили в зеленый ногти на руках и ступни ног.



9 Майя. Женщины окрашивали тело красной мазью, в которую добавляли очень липкую и пахучую смолу. После процедуры они становились нарядными и надушенными.

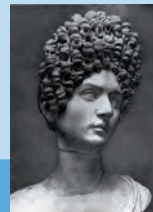
8 Древний Китай. Идеал красоты – маленькая, хрупкая женщина с крошечными ногами: девочкам туго бинтовали стопу, и она переставала расти. Приличный китаец не взял бы в жены девушку с большим размером ноги. Кстати, главным достоинством мужчины в Китае считались длинные волосы, которые заплетали в причудливые косы.



7 Древняя Греция. Культ тренированного тела. Эталон – скульптура Афродиты: рост – 164 см, окружность груди – 86 см, талии – 69 см, бедер 93 см, прямой нос и большие глаза.



6 Древний Рим. Культ светлой кожи и белокурых волос (римлянки первыми овладели секретом их обесцвечивания). Волосы протирали губкой, смоченной маслом из козьего молока и золой букового дерева, а затем обесцвечивали на солнце.



5 Средние Века. Земная красота считалась греховной, наслаждение ею – недовольным, блондирование волос – бесовским. Фигуру прятали под слоем тяжелых тканей, волосы – под чепчиком. Идеал – пресвятая дева Мария – удлинённый овал лица, огромные глаза и маленький рот.



4 Начало XIII века. Культ поклонения «прекрасной даме». Женщину сравнивают с розой – нежна, хрупка и изящна. Кстати, по этой причине в моде – маленькая грудь.



3 Возрождение. Идеал – бледный цвет лица, «лебединая шея» и высокий чистый лоб. Для удлинения овала лица дамы выбривали волосы на лбу и выщипывали брови, а чтобы шея казалась более длинной – брили затылки.



2 Рококо. Время чудес парикмахерского искусства, главный акцент – на причёску. Ее сохраняли как можно дольше: неделями не причёсывались и не мыли голову. Королева Испании Изабелла Кастильская призналась, что за всю жизнь мылась 2 раза – при рождении и в день свадьбы.



1 XX–XXI век, наши дни. Историки моды считают, что XXI век можно будет определить как время коротких женских причёсок и культа дистрофии. Зато моются и подбриваются чаще...



10. Бюст Нефертити, созданный более трех тысяч лет назад придворным скульптором Тутмесом. 9. Глиняная фигурка племени майя. 8. Кукла-сувенир. 7. Афродита Милосская. II в. до н. э. 6. Женская голова. Капитолий, Рим. 5. Диетисальви ди Спеме. Мадонна дель Вото, 1260-1267. 4. Петрус Кристус. Портрет молодой дамы. 3. Тициано Вечеллио. Венера Урбинская, 1538. 2. Прически могли изображать эпизоды охоты, натюрморты, пейзажи. 1. Топ-модель Хайди Клум.

Холод в истории

Переживая нынешнюю холодную зиму, трудно было отделаться от мысли, что кто-то тебя жестоко обманул, придумав сказку о грядущем глобальном потеплении. А вот холода наблюдались на нашей планете задолго до появления сказок метеослужб.

- 401 и 801 г.г. Согласно летописям, в эти зимы «затвердели волны» Черного моря.
- 859 г. «Адриатическое море так замерзло, что в Венецию можно было проходить пешком». Через 850 лет все повторилось. Зимой 1010–11 годов морозы сковали турецкое побережье Черного моря. Ужасные холода достигли Африки, где низовье Нила покрылось льдом.
- 1322 г. Балтийское море покрылось столь толстым льдом, что из Любека в Дании к берегам Померании (прусская провинция) ездили на санях.
- 1316 г. Все мосты в Париже снесены льдом.
- 1326 г. Замерзло Средиземное море.
- 1420 г. В Париже ужасная смертность от холода; волки забегали в город пожирать трупы, валявшиеся на улицах непогребёнными.
- 1468 г. В Бургундии замерзло вино в подвалах.
- 1558 г. Целяя армия в 40 000 человек стояла лагерем на замерзшем Дунае. Во Франции замерзшее вино продавалось кусками на вес.
- 1953-54 г.г. На обширной территории от Атлантики до Урала с ноября по апрель лютвала стужа, замерзла северная часть Черного и вся акватория Азовского моря.
- 1962-63 г.г. Лед сковал обычно не замерзающий Датский пролив, замерзли каналы Венеции и реки Франции.
- 2002 г. В Германии из-за морозов остановлено движение судов по каналу Майн-Дунай. Толщина льда, в который вмерзли более 20 судов, достигала 70 см.
- 2005 г. В Европе сильные снегопады. В Германии и Нидерландах – обледенение и обрыв линий электропередач. В Париже на несколько часов закрыли Эйфелеву башню: полностью обледенела. В Великобритании на дорогах на несколько дней оказались заблокированы свыше 500 автомобилей.



Обаяние с кулаками

На последнем Чемпионате России по боксу тагильчанин Максим Газизов завоевал «серебро». Эта новость долгое время не давала покоя нашему корреспонденту Алене Фединой. Она тут же загорелась идеей взять интервью у вице-чемпиона страны. Во-первых, не так уж часто тагильские спортсмены занимают призовые места на престижных соревнованиях, а во-вторых, по словам знакомых Максима, его лицо определенно украсило бы обложку любого журнала. Но встреча постоянно откладывалась – то Максим уезжал на сборы, то за границу встречать Новый год, потом снова сборы... И вот, наконец, они встретились. Алена сидит с чашкой чая в уютной кухне обаятельного мастера спорта по боксу и задает вопросы...

Друзей на ринге не бывает

– Максим, для начала расскажи о том, как ты пришел в бокс.

– В секцию я пришел в пятом классе. Давно хотел заниматься спортом и узнал, что мой друг уже год тренируется. После первой тренировки понял, что бокс – именно тот вид спорта, который мне подходит.

– А до этого ты ничем не занимался?

– В первом классе немножко дзюдо занимался – месяца два-три, а потом моя семья переехала и стало далеко ездить на тренировку.

– Тот друг, который привел тебя в бокс, до сих пор тренируется?

– Друг в девятом классе бросил. Наверное, уже никого не осталось, кто со мной начинал.

– Ты почему не бросил?

– Не знаю, может, потому что у меня лучше получалось. Но и те, с кем я начинал, нельзя сказать, что совсем бросили бокс. Некоторые до сих пор приходят в зал, занимаются для себя, правда, редко.

– Какая была реакция родителей, когда ты сказал, что будешь заниматься боксом?

– Пришел с первой тренировки, сказал маме, что записался в бокс. Отреагировала нормально: ни плохо, ни хорошо. Главное – сын при деле.

– Ты такой парень симпатичный. Мне на месте мамы было бы жалко: ведь в боксе и классический перелом носа, и внешность становится более брутальной. Тебе самому не жалко терять такое лицо?

– Да нет (смеется), шрамы украшают мужчин. Нам же не на подиум. Тем более нас учат защищаться.

– А девушка твоя как отнесится к твоему занятию боксом?

– Положительно, единственное не нравится, что часто уезжаю.

– А когда с синяками приходишь? Ничего?

– Да с синяками-то редко. Стараясь боксировать, не пропускать.

– Есть два мнения. Одно, бокс – это спорт для ограниченных людей. А другое, что это сродни шахматам, так как нужно рассчитать силу удара, уметь уворачиваться...

– Недавно проводили опрос по областному телевидению: какие виды спорта вы считаете самыми «недалекими»? И все почти называли штангу или бокс. А если взять для примера хотя бы братьев Кличко? Один из них кандидат наук, другой – доктор.

– Известного боксера Мухаммеда Али поразила болезнь Паркинсона. Ты не задумывался, чем чреват такой агрессивный вид спорта?

– Должен заметить, что в мире очень много людей, страдающих болезнью Паркинсона, которые не имеют никакого отношения к спорту. Конечно, может быть, Мухаммеду Али удары «помогли» развить болезнь, все-таки бокс – это травматичный спорт. Но, как мы проходили в институте, он не на первом месте по травматичности, а всего лишь на 27-м.

– А какой вид спорта на первом месте?

– Скалолазание, по-моему, и футбол с хоккеем. Даже в фигурном катании травм больше, чем в боксе.

– Удары все равно когда-нибудь могут сказаться на твоём здоровье...

– Пока не сказываются...

– Есть ли какие-то экспресс-средства быстрого восстановления, как ты приводишь себя в форму?

– Никаких специальных средств нет. Любой вид спорта до ступени мастера спорта относительно безвреден. А то, что выше – во вред здоровью.

Наше досье

Газизов Максим Сергеевич

Родился 2 января 1984 г.

Весовая категория до 75 кг

Место рождения: Нижний Тагил, Свердловская область

Образование высшее УГТУ-УПИ

Место работы, учебы: спортсмен-инструктор

с/к «Спутник»

Боксом занимается с 1994 г.

Мастер спорта с 2001 г.

Всего провел 201 бой, в 177 одержал победу, в т.ч. провел 13 международных встреч, из которых в 10 победил

Первый тренер Малышев А.С. (1994 – 2008)

Постоянно тренируется под руководством заслуженного тренера России Малышева А.С. и

Семукова А. В.

– Век боксера относительно недолгий. Чем будешь заниматься, когда решишь оставить ринг?

– Можно заниматься тренерской деятельностью. Растить учеников. Но пока я не думал об этом.

– Ты амбициозный человек? Ставишь ли ты перед собой сверхцели или как пойдешь?

– Да как пойдет, наверное. Хотя в данный момент цель у меня все-таки есть: хочу стать мастером-«международником».

– Для этого в составе сборной команды России нужно поехать в Венгрию...

– Да, в венгерском городе Дебрецене с 9 по 14 февраля пройдет Международный турнир «Боскай» категории «А». И я там выступаю в весовой категории до 75 килограммов.

– И чтобы получить звание мастера спорта международного класса, надо занять одно из призовых мест?

На фото:

1. С Кириллом Шишкиным на тренировке.

2. С заслуженным тренером России Александром Малышевым.

3-5. На Чемпионате УРФО по боксу в Нижнем Тагиле-2009 (на фото 4 со вторым тренером Андреем Семуковым).

6. Максим со спортивными трофеями.





Фото Алёны Гончар и из личного архива Максима Газисова

– Нет, надо обязательно первое.

– Ты часто едешь на сборы и встречаешься с другими спортсменами, знакомишься с ними, может быть, даже дружишь. А потом вы выходите на ринг и вам нужно драться...

– Нет, когда выходишь на ринг, тут уже нет друзей. Вот недавно, например, во время боя сильно ударил руку, да и противнику досталось. После соревнований встретились в столовой – у одного ссадины, у другого синяки. А потом и у врача столкнулись: один руку лечит, другой ушибы, посмеялись да разошлись. Мы продолжаем дружить. Часто бывает, что на ринге молят друг друга, а в жизни – друзья.

– Есть ли у тебя

кумиры среди знаменитых боксеров?

– Ну не знаю, нет, наверное. Когда я был моложе, нравились Тайсон, Рой Джонс, из любителей Коробов нравился.

– Слышала, что новая система судейства отличается от старой.

– У каждого из пяти судей машина, на которой они нажимают кнопку. Видят, что попал боксер по противнику – нажимают. Если одновременно нажали не меньше трех судей, то удар засчитывается. Если два, то не считается. И раньше они жали, несмотря на то, какой удар – чистый – не чистый. Бывает, боксер только скользнет рукой, удар смазанный, а ему засчитывают. Поэтому раньше больше боксировали в игровой манере – руки не держат, накидывают легкие удары. Сейчас в боксе более жесткий плотный бой, потому что поменялась система судейства. Берут в расчет только настоящие акцентированные удары.

– А можно обжаловать решение судей?

– Можно написать протест, наверное, но тренеры после этого будут по-другому к тебе относиться. Везде политика, в

спорте тоже.

– Ты занял второе место на Чемпионате России. Как ты думаешь, почему?

– Да я и на это-то не рассчитывал, думал два боя – и домой. И вот летом на отборе на «мир» (чемпионат Мира. – Прим. ред.), в котором участвовали все мои нынешние соперники, я смотрю по финалу и думаю: в сборную России сложно попасть, там нереально парни боксируют. А потом, когда дошел до финала, сам себе удивился. Теперь понял, что я ничем не хуже.

– А раньше не было уверенности в себе?

– Три чемпионата России мимо меня прошли, думал – и четвертый мимо. Лечился долго, около года восстанавливался после операции и в итоге выпал из «обоймы». И в последующие три года результата не было.

– Ты считаешь, твоему сопернику в финале чемпионата России заслуженно дали первое место?

– Наверное, по бою он выиграл чуть-чуть, на два-три удара, не больше. А по баллам на нейтрально, по восемь поставили.

– О чем ты думаешь во время боя?

– Бывает всякое, конечно. Помню, я еще юниором был, на мастерском турнире в Свердловске боксировал с мастером спорта из Асбеста Сашей Шитиковым. У него мог быть технический нокаут, его даже врач во втором раунде не пустил на ринг из-за гематомы и кровотечения. Но тренер настаивал еще на одном раунде. И во время этого боя я пропускаю удар, и – бряк, упал на колено, голову поднимаю; Шитиков идет по рингу, рукой показывает, что победа за ним. А у меня мысль: ладно, не буду сразу вставать – вспомнил бой Джуда с Костей Цзю. Тогда Джуда также упал, потом встал, а колени ват- ▶

словарь боксерских терминов

АППЕРКОТ – удар снизу в ближнем бою. Приобретает силу от резкого выпрямления тела с одновременным поворотом туловища в сторону удара, отчего бьющая рука выдвигается вперед к цели.

АКЦЕНТИРОВАННЫЙ УДАР – в серии ударов боксера – удар, отличающийся от других по силе, резкости и точности.

ГРОГГИ, (groggy) – одномоментное ухудшение состояния находящегося на ногах боксера, после получения им точного удара в подбородок. Происходит вследствие сотрясения ушного лабиринта (см. Нокаут). Состояние грогги проходит быстро, но боксер на короткое время теряет боеспособность. В этом случае рефери останавливает бой (команда «стоп!») и ведет счет до восьми. Если боксер после счета 8 не принял боевой стойки и не восстановил своей боеспособности, рефери продолжает считать до 10 и боксеру засчитывается поражение нокаутом.

НОКДАУН – положение боксера после пропущенного удара, когда он не может продолжать бой в течение 8-9 секунд.

НОКАУТ – положение боксера после пропущенного удара, когда он не в состоянии продолжить бой в течение 10 секунд и больше.



4



5



6

ные, и он опять брякнулся...

– То есть у тебя во время боя бойцовские схемы возникают?

– Когда нормально боксируешь, конечно, анализ боевой ситуации присутствует. На финале России во время боя с Артемом Чеботаревым думаю: голову не достаю, что-то никак не могу попасть, надо по печени. По корпусу бью, а в голове опять: надо же, раза три нормально так по печени зарядил, а он все стоит...

– Все-таки бокс – это мужской вид спорта. Как относишься к женскому боксу?

– Нормально отношусь, хотя считаю – это не для женщин. Кто занимается, это, конечно, их дело, нравится – пожалуйста.

– Есть у тебя какое-нибудь хобби? Хватает ли времени еще на что-то?

– Зимой катаюсь на сноуборде. А летом на велосипеде с друзьями выезжаем за город. С 19 лет вожу машину.

– То есть ты опытный водитель? Машину сам ремонтируешь?

– Колесо снять могу, машину помыть (смеется).

– Хватает времени книги читать, телевизор смотреть?

– В основном на сборах удается читать. Года два назад читал серию «Вор в законе». Недавно стал читать Пауло Коэльо. Но любимые романы выделить не могу, мне все нравятся – «Алхимик», «11 минут»...

– Женщины-болельщицы ходят на бокс?

– Ходят, и много причем.

– Ты чувствуешь женское внимание? Фанатки не одолевают? Слышала, что они часто приходят не на бокс,

а на тебя посмотреть. Это правда?

– Не знаю, не только ведь я боксирую. Я обделен женским вниманием (смеется). Вчера после тренировки увидел, на машине написано: «Макс, ты лучший». Спрашиваю у своей девушки: «Кристинка, это ты написала?» «Да нет, ничего я не писала», – ответила. Я подумал: может, кто-то из друзей специально приколотся.

– Смотри, выиграешь в Венгрии, все стены в подъезде будут расписаны... Как ты думаешь, почему женщинам бокс кажется привлекательным видом спорта?

– Любой вид спорта интересен. Теннис, например, живую очень интересно смотреть.

– Принято считать, что бокс – прибыльный вид спорта.

– Я в спортклубе на зарплате стою. Но сегодня в области очень плохо обстоят дела с финансированием бокса. Спасибо спонсорам, которые помогают выезжать на соревнования, и клубу «Спутник» – тоже дает денег.

Как я уже говорил, в спорте тоже есть «политика». На большие соревнования приезжают высокопоставленные чиновники, губернаторы, политики. Они общаются, продвигают своего спортсмена. Например, чемпион Европы Егор Мехонцев долгое время не мог попасть в сборную страны, пока не было финансирования. Он сначала за Челябинск боксировал, потом перешел в другой клуб и выиграл. Сейчас за Москву боксирует. Квартиру ему там дали. У тех, кто боксирует на «мире», проблем с деньгами нет.

– Тебя уже пытались переманить в другие клубы?

– Да, после чемпионата России пригласили в Красноярск и еще в несколько команд. Но у нас теплые отношения с тренерами Малышевым и Семуковым и только с их благословения такой переход возможен. Вообще, 2010 год будет очень насыщенным. Кроме первенства континента, в календаре Кубок мира и первенство мира среди студентов. Плюс много турниров международного уровня.

– Есть ли у вице-чемпиона России вредные привычки?

– Не курю, выпиваю только по праздникам.

– Что, по-твоему, нужно сделать, чтобы молодежь отвлечь от пьянства, наркомании?

– Важна популяризация всех видов спорта, чтобы молодежь шла заниматься в залы.

Я постоянно в разъездах и вижу, как, например, в Казани постоянно проводят универсиады, спартакиады, военные соревнования, местного уровня, а также различные чемпионаты. А в Челябинске за два года несколько стадионов выросло. У них и молодежь будет здоровая.

А у нас в Тагиле долгое время ходили слухи, что хотят прикрыть школу высшего спортивного мастерства в СК «Спутник», так как на это идут большие расходы. Хотят оставить только детский спорт. Но пока вроде все нормально, спасибо Александру Сергеевичу Смелику, директору «Спутника», – он за нас борется.



Спортивные достижения

- 2001** финалист чемпионата России среди юниоров
- 2002** победитель международных турниров среди юниоров в Боснии и Греции
- 2004** чемпион Свердловской обл.
- 2005** чемпион Свердловской обл.
- 2006** чемпион Свердловской обл., чемпион Урала
- 2007** чемпион Свердловской обл., чемпион Урала, участник Чемпионата России
- 2008** чемпион Свердловской обл., призер Чемпионата Урала, финалист Чемпионата ВС
- 2009** финалист Чемпионата России

На фото:

1. С чемпионкой Мира по боксу Натальей воспитанницей тренера А. Малышева.
2. Принятие военной присяги.
3. На горе Белой с мамой и племянницей.
4. Одно из хобби Максима – сноуборд.
5. Новый год в Париже.
6. В редкие минуты отдыха между тренировками.





Между боями

На Новый год Максим ездил отдыхать за границу. Он путешествовал автобусным туром по европейским странам. О своих впечатлениях он с удовольствием делится с нашими читателями.

Франция

– Путешествия по Европе на автобусе, с одной стороны, очень заманчивы – за одну поездку можно увидеть несколько стран, прогуляться по столицам и заглянуть в европейскую глубинку, а с другой стороны – утомительны, особенно в конце тура. Поэтому тем, кто мечтает отдыхать с комфортом, такое путешествие не подходит.

Из Москвы мы с друзьями добрались на поезде до Бреста, оттуда в Польшу, из Польши на автобусах по Европе. Как правило, днем мы ехали, а вечером останавливались, чтобы переночевать в гостиницах.

Накануне Нового года мы приехали во Францию. Но в Европе главный праздник – Рождество, которое с размахом уже давно от-

метили. Поэтому мы немного остались разочарованными. У Эйфелевой башни народу было очень много, как мы поняли – в основном туристы. В 12 часов башня помигала огнями – и все.

Никакого салюта и чего-то фееричного, что мы ожидали увидеть, не было. Для французов Новый год – это всего лишь смена года. Все стали расходиться. А мы с друзьями решили спеть российский гимн. Нас тут же стали снимать на камеры.

То, что французы постоянно и много едят лягушек – это миф, придуманный для туристов. Еще меня удивили французские машины – они все были хоть немного, да помяты. Как потом я сам увидел, это из-за интересной манеры парковаться. Например, места для стоянки нет, но водители все равно умудряются втиснуть свою машину между другими, из-за чего их авто все поцарапаны и помяты. Для французов такое в порядке вещей, никто при этом не вызывает дорожных полицейских.

Еще мне понравился доступный прокат велосипедов. Оборудованы специальные магнитные стоянки. Подходишь с карточкой, с ее помощью открываешь магнитный замок на велосипеде, куда надо едешь, а потом оставляешь его на другой стоянке.

У французов есть удивительные места для проживания. Например, посетив Лувр, мы увидели бомжей, которых никто не выгоняет, они там живут. А на реке Сене стоят маленькие кораблики-дома со своими почтовыми адресами.

Швеция

Из Швеции в Финляндию переправлялись на огромном

многоэтажном пароме, который больше знаменитого «Титаника». На нем перевозят не только автомобили, но и железнодорожные составы. Сами мы были на девятом этаже, под нами – концертный зал.

Голландия

В Голландии мы заглянули на улицу Красных фонарей. Как нам рассказывал экскурсовод, проституция в Голландии – узаконенная профессия. Эти женщины сами ведут учет, а потом платят налоги, а по старости им положена пенсия. Там нормально, когда муж перед работой отвозит ребенка в садик, а жену на улицу Красных фонарей.

Если голландец заболел, ему достаточно позвонить на работу. Первый день не будет оплачиваться, а со второго дня до выздоровления положено 80 процентов зарплаты.

Германия

Мне кажется, россиянам, отправившимся на ПМЖ в Германию, будет очень трудно. Немцы, мягко говоря, любят «стучать» друг на друга. Прислулся я, например, утром с плохим настроением, вышел на крыльцо и увидел, что у соседа газон не подстрижен. Я звоню в специальную службу. Приедет комиссия, замеряет линейкой высоту травы на соседском газоне, и если та выше установленных норм, выпишет штраф. Если сосед докажет, что он не может ухаживать за газоном по уважительной причине, к нему будет приезжать специалист.

Россия

В конце нашего путешествия мы побывали в Санкт-Петербурге и поняли, что красивее этого города нет ничего. Особенно в новогодние праздники. ■

Рогозиной,

овками.



Как сбросить гору с плеч

Рассказ бывалого предпринимателя

Я пытался завтракать, но кусок не лез в горло. И все из-за нашей Анечки, дорогой Анны Васильевны, чтоб ей пусто было. Вот так вот взять и выйти замуж за месяц до сдачи отчета в налоговую и бросить фирму на произвол судьбы.

– Ничего страшного, – пролепетала она на прощанье. – Там дело на пару дней. Любой дурак сможет...

Представляете, сказала так, рассчиталась и уехала на ПМЖ в Ебург. Вся такая счастливая. А у меня своих дел невпроворот: запланировано несколько командировок, встречи, заказчики, договоры... Да тут еще это.

Я почти месяц возвращался с работы за полночь и пытался вникнуть в тайны бухгалтерской отчетности и налоговой декларации. Тщетно. Мне хотелось спать, спать, спать, а не читать сказки налоговой истории и постигать премудрости 1С.

Тем количеством кофе, которое я выпил за эти ночи, можно было бы освежить пустыню Сахару. Но не меня. Бессонница сделала из меня нервное существо с синяками под глазами и горящими глазами, которые вдруг начинали слипаться посреди переговоров с важным клиентом; я даже начал бояться, как бы не назвать Ивана Васильевича Василием Ивановичем.

А между тем день сдачи декларации приближался.

За два дня до окончания срока я отменил все встречи и решил весь день посвятить борьбе с на-



логовой и бухгалтерской отчетностью. Но как только мне казалось, что победа близка и я разгадал очередной неприятельский замысел, как звонил телефон. Кто-нибудь на другом конце провода спешил поделиться со мной срочной архиважной новостью, которая, по здравому размышлению, конечно же, могла подождать еще лет так двадцать-тридцать без особого для меня ущерба.

К обеду я уже не столько думал о налогах и бухгалтерии, сколько поджидал очередного звонка, чтобы сорваться и выплеснуть накопившуюся во мне ярость. Ждать пришлось недолго.

– Алло, Анатолий Петрович, –

проворковала Анна Васильевна. Голос ее не дрожал предательской дрожью, она не заискивала, не извинялась, более того – явно была счастлива!

– Как у вас дела с декларацией? – добила меня Анечка.

– Как ты и предполагала – ничего сложного, – огрызнулся я. – Любой дурак сможет. Вот и я скоро сойду с ума и тогда точно разберусь в этой ахинее.

– Я тут подумала, что если у вас будет сложности с заполнением, то у меня подружка в одной фирме работает, «Советник» называется, которая как раз такой отчетностью занимается.

– Ты раньше не могла про-

снуть? За пару дней, думаешь, они сделают то, что я за месяц не смог осилить?

– Ну, они профессионалы – на этом, как говорится, собаку съели. Они вам эти отчеты за полчаса сделают.

– Да ну? – недоверчиво удивился я.

Между тем, перспектива взять и покончить с опостылевшими мне декларациями казалась мне теперь не такой уж и безнадежной. Моя обычная уверенность вернулась ко мне. Я сгреб бумаги в портфель и кинулся на Ломоносова, 9. «Пункт Коллективного Доступа «Советник», – прочитал я на двери.

– Доступа к чему, девушки? К счастью? – я с порога обрушил поток слов на сотрудниц «Советника». – Через два дня срок, а у меня не готово, месяц бьюсь – не могу сделать.

– Минут через десять подходите, все сделаем, – посмотрев бумаги, сказали «советницы».

И сделали. В тот же день все отчеты были сданы, а я понял, что значит «гора с плеч свалилась».

Такая вот история произошла со мной в прошлом году. А в этом я не раздумывал: все отчетности за меня сделали и сдали специалисты из ПДК «Советник». И обошлось это, кстати, совсем недорого. Я же в это время, беззаботно миновав бессонные ночи и борьбу с декларациями, занимался исключительно любимым делом и, надо сказать, весьма преуспел.

Анатолий МОШИН,
предприниматель

ООО «Советник» работает на рынке услуг уже более 6 лет. За это время к нам обратилось более 5000 юридических и физических лиц, и ни один из них не остался без внимания.

Думаем, ни для кого не секрет, что сегодня налогоплательщик имеет возможность сдавать свою бухгалтерскую и налоговую отчетность через сеть Интернет. Любой бухгалтер или предприниматель может обращаться в наш Пункт Коллективного Доступа «Советник», и мы отправим его отчетность сами.



Что для этого нужно сделать?

Налогоплательщику необходимо обратиться в наш ПДК, где на месте будет заключен договор, оформлена доверенность и принята отчетность. Специалисты нашего центра заполнят необходимые формы и отправят ваш отчет. Сразу после отправки отчета мы выдаем бухгалтеру (предпринимателю) юридически значимое подтверждение даты и времени предоставления его отчета.

Также мы оказываем следующие виды услуг:

- Регистрация, перерегистрация, закрытие индивидуальных предпринимателей
- Сдача налоговой и бухгалтерской отчетности
- Заключение договоров на установку программ налоговой и бухгалтерской отчетности
- Бухгалтерское обслуживание ИП и организаций
- Регистрация, перерегистрация ООО
- Заполнение налоговой отчетности

ти на магнитных носителях (форма 2-НДФЛ)

● Персонифицированный учет в Пенсионный Фонд РФ (индивидуальные сведения о работниках, заполнение анкеты на получение/обмен страхового свидетельства)

● Оформление деклараций при покупке квартиры, обучении, лечении, негосударственного пенсионного фонда (форма 3-НДФЛ)

● Оформление деклараций при продаже акций, квартиры, транспорта

По всем вопросам обращаться:
г. Н. Тагил, ул. Ломоносова, 9.
Тел.: 41-16-16, 8(902)25-31-575

Предъявителю купона скидка на весь спектр услуг ООО «Советник»

5%

кстати

На днях Минпромторг, наконец-то, опубликовал список авто, которые можно купить по утилизационной программе. В него входит 66 моделей, которые собирают в России. Впрочем, что приятно, не только дешевые российские микролитражки, но и вполне приличные иномарки.

● **ОАО «АВТОВАЗ»:** LADA-1117; LADA-1118; LADA-1119; LADA-2104; LADA-2105; LADA-2107; LADA-2111; LADA-2112; LADA-2113; LADA-2114; LADA-2115; LADA-2121; LADA-2131; LADA-2170; LADA-2171; LADA-2172; LADA-2329;

● **ОАО «УАЗ»:** UAZ Hunter; UAZ Patriot; UAZ Pickup; УАЗ-2206; УАЗ-2360; УАЗ-3303; УАЗ-3741; УАЗ-3909; УАЗ-3962;

● **ООО «Автозавод ГАЗ»:** Volga Siber; ГАЗ-2217; ГАЗ-2310; ГАЗ-2705; ГАЗ-2752; ГАЗ-3221; ГАЗ-3302;

● **ОАО «ИЖАВТО»:** ИЖ-2717; Kia Spectra; Kia Sorento;

● **ООО «ТарАЗ»:** Hyundai Sonata; Hyundai Accent; Hyundai Santa Fe; TarAZ Road Partner; TarAZ Tager; TarAZ LC100; SsangYong Actyon;

● **ООО «СОЛЛЕРС-Дальний Восток»:** SsangYong Kyron; SsangYong Rexton; SsangYong Actyon Sports;

● **ОАО «СОЛЛЕРС-Набережные Челны»:** Fiat Doblo Panorama;

● **ООО «СеверстальавтоКАМА»:** Fiat Linea;

● **ОАО «СОЛЛЕРС-Набережные Челны»:** Fiat Albea;

● **ООО «Ниссан Мэнзюфэчуринг Рус»:** Nissan Teana; Nissan X-Trail;

● **ООО «Тойота Мотор Мануфэчуринг Россия»:** Toyota Camry;

● **ООО «ФОЛЬКСВАГЕН Груп Рус»:** Volkswagen Tiguan;

● **ЗАО «ССА-ИСУЗУ»:** ISUZU NLR85;

● **ЗАО «Джи Эм-АВТОВАЗ»:** Chevrolet NIVA;

● **ООО «Дженерал Моторз Авто»:** Chevrolet Captiva; Chevrolet Cruze; Opel Antara; Opel Astra;

● **ООО «СОЛЛЕРС-ЕЛАБУГА»:** Fiat Ducato;

● **ЗАО «Форд Мотор Компани»:** Ford Focus; Ford Mondeo;






● **ОАО «АВТОФРАМОС»:** Renault Logan; Renault Sandero;

● **ООО «ФОЛЬКСВАГЕН Груп Рус»:** Skoda Fabia; Skoda Octavia.

Российская программа по утилизации старых автомобилей

Основные параметры программы, порядок взаимодействия дилеров, утилизаторов, автовладельцев

Критерии приема любого старого автомобиля на утилизацию:

-  произведен в 1999 г. или раньше
-  имеет разрешенную полную массу не более 3,5 т
-  является полнокомплектным
-  находится в собственности последнего владельца более 1 года
-  с полным комплектом документов, подтверждающих право собственности

Порядок оформления утилизации автомобиля



* До получения свидетельства об утилизации автомобиль будет находиться на ответственном хранении у дилера до момента снятия его с учета.

**ВАЗ «Лада», ГАЗ, УАЗ, бренды зарубежных компаний, которые производят автомобили на территории России, а также те модели, по которым компании вышли на полномасштабное производство, либо имеют обязательства по полномасштабному производству

Искусство приветствия

Давным-давно, в Древнем Китае появились первые визитки. Китайцы рисовали иероглифы черной тушью на красной шелковой бумаге – то были утонченные вещицы, подлинные произведения искусства. Стильная визитка, преподнесенная одним придворным другому, не только сообщала имя и должность при дворе, но также могла поведать о том, что даритель обладает чувством прекрасного, ценит красоту во всех ее проявлениях, уважает своего собеседника и вообще является человеком достойным. Ну, мы хорошо знаем, что Восток – это дело тонкое. Другое дело сейчас...

История европейских стильных визиток началась с игральных карт. На обратной стороне карты писали имя игрока или визитера. Есть предположение, что первые печатные визитные карты появились при дворе Людовика XIV. В эпоху Короля-Солнца их делали просто роскошными – с гербами, витиеватыми орнаментами, пышными текстами и изящными шрифтами. Созданием визиток занимались художники. Чуть позже, во времена Екатерины II, карточки появились в России и по своей стилистике мало чем отличались от французских – та же пышность, роскошь, призванная показать, что ее даритель – человек знатный и уважаемый. Интересно, что при Екатерине визитки обозначали лишь «я приветствую Вас». В XIX веке излишеств изрядно поубавилось, визитки стали более строгими на вид и выполняли функцию уже близкую к современной – номинативную (представляли хозяина). Настоящего расцвета мастерство достигло на рубеже XIX-XX веков – в те времена печатная графика переживала необычайный подъем, здесь работали выдающиеся художники – А. Бенуа, К. Сомов, М. Добужинский, И. Билибин. Расцвет русского модерна нашел свое

отражение и в стильных визитках той поры. Их украшали гирляндами ирисов, павлинами, витиеватыми решетками и другими элементами изящного и загадочного стиля модерн. Кстати, эти утонченные произведения полиграфии были вполне функциональны, то есть были знаком внимания или визита. «Вместо визита» – такую надпись можно увидеть на карточке начала XX века. Появлялся эффект присутствия.

Не очень понятно, почему в наш век цифровой печати, когда полиграфия – и полиграфический дизайн в частности – переживает который уже по счету подъем, к визитным карточкам относятся гораздо менее почтительно, упростив процесс разработки визиток до безобразия. Большую часть этой промо-продукции не то что трудно назвать произведениями искусства, но сложно понять, какой цели они служат. И если номинативную функцию такие визитки худо-бедно еще могут выполнить, то уж создать нужный имидж дарителю совершенно не в состоянии. Аляповатые, безкусные, вычурные или примитивные до слез. На несколько десятков карточек дай бог найти пару приличных стильных визиток.

Причина нашей печали в том, что большинство людей не очень-то задумываются, а зачем, собственно, нужны «правильные» визитки и какое впечатление они производят. Ну, казалось бы, чего проще – номер телефона напечатать на куске картона. Но карточки в визитницах остаются надолго, они очень живучи. И спустя год-два-три цвет ваших глаз или обаятельные речи уже и не вспомнят – но увидят визитку. Какую? Вот в чем вопрос... Невнятный кусочек картона или стильную визитку – своего рода продолжение вашей личности, Ваш личный знак, оставленный «на память» или «по поводу». Разве вы хотите, чтобы он был безвкусным?



издательство

Робин Гуд

Н. Тагил, ул. Газетная, 81, 4 этаж.
Тел.: (3435) 92-08-83, 8(904)3863883

Визитки
 флаера
 буклеты
 брошюры

Свет для любимых

Свечи, изготовленные своими руками, могут послужить оригинальным подарком к приближающимся праздникам. Например, свечи с кофейными зернами...

- 1 В качестве формы для свечи можно использовать самые разные предметы. Подойдет банка из-под пива.
- 2 Налейте внутрь формы немного подсолнечного масла. Если хотите – возьмите разноцветные блестки и насыпьте их по стенкам банки. За счет масла блестки удержатся на стенках, а парафин не прилипнет к стеклу.
- 3 Теперь приготовьте фитиль. Его плетут из хлопчатобумажных нитей. Если для вас это сложно, то используйте фитили из старых свечей, стеарин которых будет служить основой для новой. Итак, на дне формы в центре сделайте небольшое отверстие, чтобы прошел фитиль. Прикрепите фитиль ко дну (сделайте узелок, воспользуйтесь скотчем). Свободный конец фитиля привяжите к карандашу и закрепите его по центру незакрытой верхней части формы так, чтобы фитиль был натянут.
- 4 Кофейные зерна. Насыпьте их в форму столько, сколько считаете необходимым (треть, половина, полная банка).
- 5 Растопите стеарин на водяной бане (не пользуйтесь стеклянной посудой).

Если хотите сделать свечу цветной – воспользуйтесь детскими восковыми мелками (это самый лучший недорогой краситель): добавьте щепотку раскрошенного мелка в расплавленный стеарин и размешайте.

Залейте форму расплавленным парафином и дайте ему остыть (в холодной воде это произойдет быстрее). Свеча готова.

Если свеча не вынимается, то форму ненадолго окунают в горячую воду.



МОЙ ДОМ

Корпусная мебель универсальна и многофункциональна, а цена – относительно низкая. Это «дети» XX века признано дизайнерами находкой для тех, кто хочет создать абсолютно любую композицию интерьера.

Модный корпус

Как выбрать корпусную мебель? Первое, на что нужно обратить внимание, это на качество материала, из которого она изготовлена. Основной материал, который используют в производстве – ДСП. Ее поверхность оклеивают специальной пленкой. Обычное бумажное покрытие не защитит мебель от царапин и других повреждений.

Нелишне измерить толщину плиты. Желательно, чтобы она

была не меньше 18 мм. На внешних торцах корпусной мебели обязательно должна присутствовать алюминевая, пластиковая или ПВХ-кромка.

Обратите внимание на крепежи – они должны быть скрыты. Проверьте качество фурнитуры: мебельных петель, крючков, ручек и т.д.

Немалое значение имеет качество дверок корпусной мебели. Их крепление должно быть металлическим.

Допускается и пластиковое, но оно менее надежно.

Обязательно проверьте плавность хода дверок. Дверки корпусной мебели часто изготавливают из алюминия и стекла. Алюминий надежен, но не всегда вписывается в интерьер комнаты. Стекло гармонично всегда, но требует тщательного ухода: со временем на нем могут появиться трудновыводимые пятна.

**РУССКИЙ
MODDING**
интернет-магазин

**Расписные
мышки
клавиатуры
корпуса**

russian-modding.com

Мебельная компания Ю-Арт

www.you-art.ru

- Шкафы-купе
- Кухни
- Стенки
- Прихожие
- Детские
- Офисная мебель

тел: 92-03-08, 41-97-02, 96-10-97

Адреса: ЦУМ, 3 этаж; ул. Учительская, 12, оф.4

О ЛУННЫЙ ПОСЕВНОЙ Календарь



ЗАПРЕЩЕННЫЕ ДНИ ДЛЯ ПОСАДКИ И ПЕРЕСАЖИВАНИЯ РАСТЕНИЙ	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь
	13-15	15-17	13-15	13-15	13-15	11-13	10-12	9-11	7-9

НАИЛУЧШИЕ ДНИ ДЛЯ ПОСАДКИ И ПЕРЕСАЖИВАНИЯ РАСТЕНИЙ									
Растение	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь
цветы луковичные	4-6, 22-24	11-14, 24-26	10-12, 16-17, 20-22	3-7, 17-20, 22-24, 26-28	26-28, 30	24-26	6-8, 12, 14	1, 3, 5-6, 19-23, 27-28	10-12, 16-21, 23-25
цветы из семян	1-6, 16, 24-25	1-5, 14, 23-25, 27-29	1-2, 10-12, 19-21, 24-27	7-9, 17-18, 21-27	4-5, 14-23	1-3, 14-20, 28-30	7-8, 11-16, 25-26	3-5, 30	1-2, 5, 28-29
баклажаны, кабачки, патиссоны, тыква	16-17, 24-25	23-24	19-21, 26-27	17-18, 23-26	14-15, 19-23	17-18, 19-20	13-16	10-12, 21-22	9-10, 19-20
брюква, репа	2-11	2-14	1-12	1-11, 29-31	4-7, 27	1-5, 28-31	1-7, 26-28	3-4, 24-25	1-2, 28-29
горох, фасоль, бобы	19-21, 24-25	19-20, 23-25	16, 19-21, 26-27	17-18, 23-26	19-23	17-20	13-17	10-13, 21-22	9-10, 18-20
земляника садовая (клубника), ревень	16-17, 22-25	21-24	17-21, 26-27	16-18, 23-26	14-15, 19-23	17-20	13-16	10-12, 21-22	9-10, 18-20
капуста (в т.ч. цветная), спаржа	16, 19-21, 25	19-20, 23-25	16, 9-21, 26-27	17-18, 23-26	14, 19-23	17-18, 19-20	13-16	10-12, 21-22	9-10, 18-20

картофель, топинамбур	2-11	2-10	1-6, 30	1-4, 12, 29-31	9-10, 27	6-7	2-4, 30-31	26-27	24-25
лук на перо	17-18	18-19	28	25-26	22-25	19-22	15-18	11-15	9-21
лук на репку	5-11	4-10	1-6, 30	1-4, 29-31	27	-	-	-	-
морковь, пастернак (на корень)	2-6	2-5, 14	1-2, 10-11	7-9, 12	4-5, 9-10	1-2, 6-7, 28-30	2-4, 7-8, 30-31	3-4, 26-27	1-2, 24-25, 28-29
огурцы, арбуз, дыня, тыква, патиссоны	16-17, 24-25	23-24	19-21	17-18, 25-26	14, 22-23	19-20	15-16	11-12, 21-22	9-10, 18-20
перец сладкий, кукуруза	16-17, 24-25	23-25	19-22	17-18, 25-26	14, 22-23	19-20	15-16	11-12, 21-22	9-10, 18-20
петрушка на зелень	16, 24-25	23-24	19-21, 26-27	17-18, 23-26	14, 19-23	17-20	13-16	10-12, 21-22	9-10, 18-21
петрушка на корень	2-6, 9-11	2-5, 9-11, 14	1-2, 5-6, 10-11	2-4, 7-9, 12, 30-31	4-5, 9-10, 27-28	1-2, 6-7, 28-30	2-4, 7-8, 30-31	3-4, 26-27	1-2, 24, 28-29
подсолнечник	16, 23-25	18, 23-24	19-23, 26-28	16-18, 23-26	14-15, 18-23	17-21	14-16	10-13	9-10
редис	2-10	1-14	1-12	1-11, 29-31	4-7, 27-28	1-5, 28-31	1-7, 26-28	3-4, 24-25	1-2, 28-29
редька, дайкон	1-11	2-14	1-12	1-11, 29-31	4-7, 27	1-6, 28-31	1-7, 26-28	3-4, 24-25	1-3, 28-30
салат, шпинат, мангольд	16-21, 24-25	18-20, 23-24	16, 19-21	17-18, 25-26	14, 22-23	19-20	15-16	11-12	9-10, 19-22
свекла	2-6, 9-11	2-5, 10-12	1-2, 7-9, 12, 30-31	2-4, 9-10, 27-28	4-5, 6-7, 29-30	1-2, 30-31	2-4, 7-8, 30	3-4, 26-27	1-2, 29
сельдерей	2-6, 9-11	2-5, 9-10, 14	1-2, 5-6, 10-11	2-4, 7-9, 12, 30-31	4-5, 9-10	6-7, 28-30	2-4, 7-8, 30	3-4, 26-27	1-2, 24
томаты	16-18, 24-25	18-19, 23-25	17, 19-22, 24-26	17-19, 25-26	14, 22-23	19-20	15-16	11-12, 21-22	9-10, 18-20
укроп, фенхель, кинза, тмин, горчица	16-17, 24-26	18-19, 23-24	17-22, 26-27	17-20, 23-26	14-15, 19- 23	17-20	13-16	10-12, 21- 22	9-10, 18-21
хрен	2-6, 9-11	2-4, 9-11, 14	1-3, 5-6, 10-11	2-4, 7-10, 12, 30-31	4-5, 9-10, 27-28	1-2, 6-7, 28-30	2-4, 7-8, 30-31	3-4, 26-27	1-2, 24, 28-29
чеснок	5-6	4-7	1-4, 30	1-2, 25-26, 29	22-25	19-22	17-18	24-25	21-22

Что тебе подарить, человек мой дорогой?

23 февраля – День защитника Отечества. Раньше это был праздник только для военных, сейчас это скорее праздник Настоящего мужчины. Ведь не важно, кто он по профессии, офицер или программист, бизнесмен или ученый, он – защитник своего Отечества, своей семьи.

Что принято дарить на 23 февраля? Наверное, это должно быть что-то, связанное с его хобби или жизненным стилем, или, наоборот, совершенно противоположное его интересам. Если ты еще не знаешь, что подарить любимому мужчине, наши идеи помогут тебе выбрать подарок.

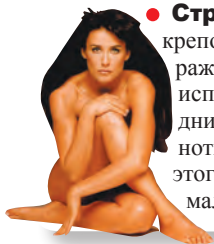
- **Пейнтбол.** Выброс адреналина в кровь, соревновательный дух и здоровые амбиции игрока! Пейнтбол – игра для взрослых, которые в душе все равно остаются детьми.



- **Убегающий будильник.** Побродив по просторам Интернета, можно наткнуться на забавные вещицы. Например, на такие, как обучающая электротруба с ЖК-дисплеем, надувной костюм борца сумо или ножницы с лазерным наведением.



- **Стриптиз.** Подарок для раскрепощенной натуры! Загораживающий танец в вашем исполнении добавит в праздничный вечер эротические нотки. Правда, для изучения этого танца осталось ой как мало времени!



- **Лимузин.** Уютный, дорогой салон, расслабляющая музыка, комфортные кожаные диваны создадут уникальную интимную атмосферу и сделают романтическую встречу незабываемой!



Соблюдай субординацию



Называя его «моим генералом», все-таки следует знать, как выглядит главное украшение мужчин (не считая шрамов, конечно) – погоны. Мужчинам нравятся девушки, отличающие настоящего полковника от рядового.

1. У рядового на погонах: ничего, ни звездочек, ни полосок-лычек.
2. У ефрейтора одна поперечная полоска – лычка.
3. Младший сержант – две поперечные полоски.
4. Сержант – три поперечные полоски.
5. Старший сержант – одна широкая поперечная лычка.
6. Старшина – одна широкая полоска, идущая вдоль всего погона.
7. Прапорщик – по две маленькие звездочки вдоль каждого погона.
8. Старший прапорщик – по три маленькие звездочки вдоль каждого.
9. Младший лейтенант – вдоль каждого, посередине, проходит кант. На нем – одна маленькая звездочка.
10. Лейтенант – разделительный кант и две маленькие звездочки – справа и слева в нижней части каждого погона.
11. Старший лейтенант – разделительный кант и три маленькие звездочки. Две справа и слева, и одна, чуть выше, прямо на нем.
12. Капитан – кант посередине и четыре звездочки. Две расположены прямо на канте, две – чуть ниже по краям.
13. Майор – вдоль каждого проходят уже по два канта. Между ними – одна крупная звезда.
14. Подполковник – два канта. На каждом, в нижней части – по звезде.
15. Полковник – два канта и три звезды, две рядом, одна чуть выше.
16. Генерал-майор – на материи, которой обшиты погоны, выткан зигзаг. Кроме того, на каждом – по одной крупной звезде.
17. Генерал-лейтенант – вытканый зигзаг и по две крупные звезды вдоль каждого погона.
18. Генерал-полковник – вытканый зигзаг и по три крупные звезды вдоль каждого погона.

Женщина – тоже человек



Накануне 31 декабря мой 7-летний сын, наверное, думал так: «Если мое письмо дошло до Деда Мороза, то под елкой будет крутая игровая приставка «Геймбой». Это раз. Да и родители, наверное, фигну не подарят. Это два. И аж три сладких подарка: два мама с папой принесут с работы, а третий получу на елке. А еще и отдыхать две недели».

В свои 35 радости сына я точно не разделяла: «Как? Опять праздник? Платье новое на корпоратив надо купить? Надо. Сыну За Деда Мороза офигенную приставку за пять тысяч? Стопудово! Да еще и от нас с отцом подарок. А то неровен час, попрекнет сынулька в старости, что Дед Мороз ему лучше подарки приносил. Доказывать придется, а все доказательства уже канут в Лету. Мужу подарок. Или обойдется? Да нет, хотя бы натурой придется отдать. А это дополнительные траты. Новый комплект эротичного белья. Это раз. Модернизация внешнего вида (хотя в этом возрасте скорее косметический ремонт). Два. Какая-нибудь секс-безделушка из тех, что нравятся мужу. Вот уже и три. А еще и квартиру нужно «вылизать», еды на неделю готовить. Почему на неделю? Так кому же охота в праздники у плиты стоять? Пусть из кастрюлек потом и едят (чтобы и по поводу мытья посуды не заморачиваться)».

Зато когда сытый сын усядется за игровую приставку, а удовлетворенный муж уснет, наконец-то можно будет просто отдохнуть. От сыновних уроков, от приставаний мужа (а что, теперь можно будет долго «отмазываться», мол, после такого «подарка» тоже можно устать!), от готовки и приборки.

А для меня после новогодних праздников главный подарок – отдых! Чтобы хоть ненадолго забыть, что я женщина, и наконец-то почувствовать себя человеком!



шатер

Восточное чудо

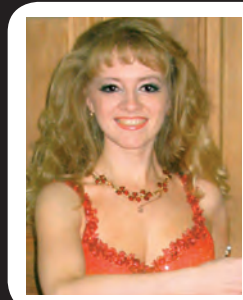
Приветствую вас, прекрасные девы! Меня зовут Салима. Я хочу познакомить вас с прекрасным миром – чарующим восточным чудом – танцем живота! В восточном танце известно много стилей и направлений, их несколько сотен! Постепенно я буду вам рассказывать о них.

Танцую восточный танец, женщина получает удовольствие от движений, которые она делает под красивую волнующую музыку, осознает свою значимость и возможность дарить красоту.

Танец живота очень полезен для женщины, этот танец гармонизирует общее и совершенствует внутреннее состояние, здесь присутствуют техники дыхания йоги, значительно

улучшается работа внутренних органов, эффективна борьба с лишним весом, развитие гибкости, подвижности тела, уравновешивает психику и многое другое. Конечно, как и везде, бывают исключения, безусловно, это касается хронических заболеваний. Об этом всегда надо помнить. Мы у себя – единственные!

Хочу немного уточнить понятие «танец живота», это не



Наталья РОДИОНОВА,
участница клуба восточного танца «АМАНИ»:

– Скажи мне кто раньше, я бы ни за что не поверила, будто танец может повлиять на человека. Но теперь я верю в это. Еще несколько лет назад я была скованной, стеснялась. Занятия восточным танцем сделали не только походку более женственной и уверенной, но изменили меня внутренне. Кроме того, в клубе я нашла надежных подруг. Вместе мы репетируем, гастролируем, помогаем друг другу в бедах и радостях.

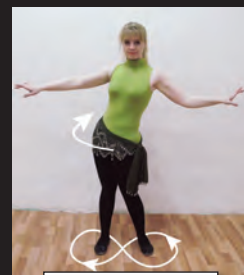
совсем верное название – живот в восточном танце не играет главной роли, скорее на это место можно бесспорно поставить бедра, вот уж где чудеса техники и исполнения, поучаствовать в которых я вам и предлагаю.

Если углубиться в историю возникновения танца, то открытый живот появился совсем недавно – в конце XIX века, и в Европе, где он появился в качестве шоу. В том виде, в котором мы привыкли видеть танец живота, впервые продемонстрировали во Франции в 1889 году. Представительницы Востока показали первозданную прелесть и гармонию танца. Через четыре года танец узнала Америка, произошло это в городе Чикаго. Естественно, что нация, открытая для принятия любой культуры, не могла остаться в стороне. Впрочем, мнения разделились: одни считали танец живота актом разврата и насмешкой над женской сущностью, другие – восхвалением женской красоты и ее возможностей.

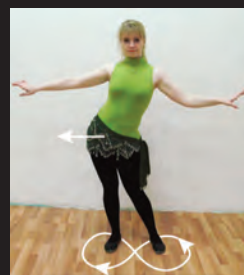
И до сих пор отношение к этому виду танца у людей осталось двояким. И поэтому предлагаю вам, девы, присоединиться к освоению этого чуда и попробовать танцевать. Танцевать для себя, танцевать для него...

Предлагаю выучить небольшое, но очень вкусное движение – «Горизонтальная восьмерка». Оно полезно для тонуса косых мышц, позвоночника, подтягивает живот да и смотрится достаточно красиво.

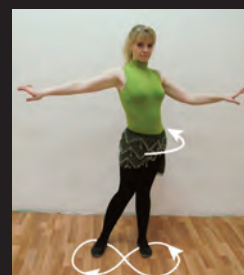
Ольга Коновалова
salima_ol@mail.ru



Чуть согните колени, поставьте ступни чуть врозь. Занесите левое бедро назад и перенесите вес тела на левую ногу.



Переместите левое бедро вбок, затем вперед и поставьте его на место.



Старайтесь выполнять движение в плоскости, параллельной полу.

У Вас намечается торжество: свадьба, юбилей или корпоратив и Вы хотите сделать предстоящий праздник незабываемым? Тогда восточные танцы – именно то, что Вам необходимо!

Закажите танцовщицу восточных танцев, которая сделает Ваш праздник незабываемым!

Тел. 8-902-253-1441;
e-mail: salima_ol@mail.ru



НИЖНЕТАГИЛЬСКАЯ ШКОЛА ТАНЦА

- Сальса
- Латина Соло
- Восточный Танец
- Брейк-Данс
- Танцевальная аэробика
- Индивидуальные уроки
- Бальный танец после 45 лет

Адрес: ул.Пархоменко 156, тел. 43-23-45 (с 15.00)

Не для романа

Конечно, легко перекладывать свои неудачи в выборе спутницы жизни на якобы недостатки женщин. Это наиболее любимый и оправданный путь в неудачники. Опытные советуют научиться слушать женщину. Ее фразы во время знакомства сэкономят вам время. И тогда не придется после свадьбы с удивлением обнаружить в ней недостатки. Итак, лучше не знакомиться, если она...

Материально озабочена, цинична. Легко распознать по одному слову, которое неизбежно проскочит в речи, — «халявщик» (то есть мужик, который спит с женщинами, а подношения им не делает). Она сразу начинает спрашивать: «Какой у вас автомобиль?»

Страстно хочет замуж. «Я должна отдать всю себя любимому человеку, хочу полностью раствориться в нем»... На самом деле ей абсолютно все равно, за кого; женщина как личность низводится до нуля.

С доходами более чем в три раза выше твоих. Ежели она привыкла каждый вечер ужинать в самом модном ресторане, то как, скажите на милость, быть мужчине? Платить за обоих не сможет, за ее счет не хочется, а проводить вечера порознь — что это за роман?

Жадная («бережливая»). Это не всегда удается выяснить сразу, но нужно. Если она с самого начала спросит, как вы относитесь к бережливим женщинам, это свидетельствует, что за эту жадность ее как минимум однажды уже бросили.

Динамщица. Славно пообедает, после чего вы ее не увидите. Распознать легко — будет сразу выспрашивать, какой бар вы предпочитаете, а то и сразу предлагать пообедать вместе, при этом добавит в голос завораживающие мужское сердце нотки — мол, после ужина ты отведаешь такое! Предложите просто погулять по людным вечерним улицам. Интересные девушки согласятся, остальные пошлют.

Коллекционерка. Мужчина нужен для того, что-

бы разок переспать, как с предметом коллекционирования. Причем мужчина не всякий, но в чем-то от других отличающийся (фигурой, например).

Говорит самоуверенно. Или говорит излишне ровным, почти бесстрастным тоном, — самооценка завышена: считает ниже своего достоинства демонстрировать эмоции. Много о себе мнит, что всегда оглушает.

В депрессии: рассталась со своей «великой любовью». Журнал «Cosmopolitan» прямо советуют женщине «на период исцеления» завести «промежуточный вариант», выплеснуть на него весь эмоциональный негатив и бросить.

Живет с матерью, которая в разводе давно. Любящая маменька тратила время и силы на родную дочку, пожертвовала собственным счастьем. И доченька, на словах мечтающая о самостоятельной жизни, на бессознательном уровне вовсе не собирается мамочку бросать. Это

означает, что ваши намерения увести дочь из родного дома приведут к тому, что доченька начнет воспринимать вас как человека, желающего ее мамочке зла.

Часто жалуется, что настоящие мужчины перевелись. Возможно, по натуре поверхностна. Любопытно, что если бы ты начал жаловаться на «отсутствие настоящих женщин», тебя обвинили бы в невоспитанности. Скорее всего, она излишне требовательна и бескомпромиссна.

Учитель в школе (не путать с преподавателем вуза). Относится к мужчинам как к ученикам — будет командовать, воспитывать, делать по пустякам замечания.

Чем-либо до фанатизма увлечена. Собираем марок, ползаем по Интернету, общением по «аске»... Зачастую фанатичность — другое имя тупости.

Зациклена на подругах. Трепетно прислушивается к их мнению, всем с ними делится. Если она чрезвычайно сильно зависит от их советов, то у нее почти наверняка заниженная самооценка. Вот и советуется даже по мелочам, чтобы не понадеялась глупостей.

Вообще нет подруг. Либо скверный характер, и подруг отпугнула. Либо врет, и подруги есть, но общаться с ними предпочитает втайне от вас. А если врет с самого начала — что будет потом? А может, и еще хуже — у нее вялотекущая социофобия.

Психоаналитик. Будет постоянно раскладывать вас по полочкам и рассматривать как пациента. А кому интересно на свидании чувствовать себя как на приеме?



Иллюстрация Paulo Morais

Пьяный базар



На днях я выбросил елку. Жалко ее. Пришлось выпить с приятелем за нее, помянуть, так сказать. А тут через несколько дней 23 февраля. Ну как не выпить за нас — за мужиков?! А там — 8 Марта — за милых дам! Не жизнь, а праздник! Вот только правительство все время хочет этот праздник испортить.

Вот так сидишь, пьешь пиво и вдруг слышишь по радио о том, что Медведев утвердил «концепцию по контролю за алкогольной продукцией». От такой новости и пивом поперхнуться можно. Сразу почудились мне удары топора на вырубаемых виноградниках, гул пьяных бунтов, а потом сразу — тишина и скука толстовских обществ трезвости.

И в наступившей тишине как-то даже стало страшно за правительство. Неужели оно не боится, что народ протрезвеет и осознает странные и нелепые особенности очередной исторической попытки победить пьянство на Руси?

Признавая, что в бедной стране пьянство не победить, «кремлевские братья» выделяют 350 млн. руб. на пропаганду здорового образа жизни. Чувствуете государственный размах? Более трети миллиарда потратить на то, чтобы напечатать несколько вагонов листовок и брошюр с неожиданным откровением: пить — здорово вредить. В общем, закидаем российское пьянство пропагандистской макулатурой.

Откуда же возьмут столь немалую сумму? Повысят акцизы на алкогольную продукцию. И поверьте, выручить деньги с продажи алкоголя и пустить их на объяснение потребителю нелепости его поступков — это не цинизм, это трезвый расчет. Более того, повышать акцизы на алкогольную продукцию — это и значит бороться с алкоголизмом. Это же очевидно.

Хотя, конечно, найдутся те, кто не разделяет это очевидное — с точки зрения партии и правительства — мнение о том, что сегодняшнее пьянство рабочих и крестьян и наркомания молодежи и студентов напрямую вытекают из той самой неизлечимой, как рак, коррупции государства и неспособности правителей правильно организовать жизнь управляемого ими общества.

Но мы не такие. Мы приветствуем и разделяем. А то, что там елка? Подумаешь. Заодно под пиво мы не то что елку, мы миллионы на ветер выбросим. Вот за это и выпьем!

оказывается

Блеск опасен раком

Блеск для губ может быть причиной рака кожи. Он способен притягивать ультрафиолетовые лучи, что способствует увеличению риска возникновения рака губ. Дело в том, что блеск фокусирует на губах ультрафиолетовые лучи, которые способны вызвать злокачественное перерождение клеток. Особенно вредны блески с эффектом сияния, которые притягивают больше вредных солнечных лучей.

Под любой блеск рекомендуется наносить базовый бальзам для губ с солнцезащитным фактором не менее 30 SPF, особенно если вы планируете пребывать на солнце не менее 20 минут.

По данным статистики, ежегодно только в США регистрируется до 3500 случаев заболевания раком кожи губ, это составляет 10% от общего количества всех заболевших раком кожи.

Для того, чтобы никогда не столкнуться с угрожающими симптомами, дерматологи советуют пользоваться солнцезащитным бальзамом в сочетании с матовыми помадами, которые содержат двуокись титана или оксид цинка – эти компоненты наиболее успешно предохраняют губы от ультрафиолета.

Интеллектуальная еда

Увы, сколько опытов по воспитанию ни проводили ученые, но дети четко сохраняли уровень интеллекта, унаследованный от родителей. И вот на днях питерские ученые доказали, что дети, которые едят много овощей и фруктов, имеют более высокий интеллект. Связано это и с элементарными физиологическими процессами – плохая еда гниет и разлагается в организме, затрудняет пищеварение, выделяет яды, отравляющие весь организм, в том числе и мозг.

Именно поэтому разрекламированная нормализация микрофлоры кишечника имеет действительно громадное значение.

Морская рыба против инфаркта

Употребление в пищу морской рыбы – это не только способ помочь организму справиться с хроническими заболеваниями кожи, но и профилактика инфаркта миокарда и многих других серьезных заболеваний. После ряда исследований британские ученые пришли к выводу, что достаточно всего лишь 30 г рыбы в день – и риск развития инфаркта снижается в два раза!

Исследование показало, что у групп населения, потребляющих рыбу в больших количествах, значительно реже встречаются болезни сердца и кровообращения, чем у тех, кто ее вообще не употребляет или употребляет очень редко, например, раз в месяц.

Убедившись, что омега-3 жиры, которыми богата рыба, делают свое полезное дело в профилактике заболеваний, ученые продолжили исследования относительно пациентов, которые перенесли инфаркт миокарда. Они рекомендовали первой группе больных есть больше жирной рыбы (например, сардин) не менее двух раз в неделю, второй группе употреблять в пищу больше клетчатки (то есть, овощи, фрукты, зелень), третьей группе есть меньше животных жиров.

В результате в течение следующих двух лет смертность в первой группе, то есть в той, где ели рыбу, снизилась приблизительно на 30 процентов. Также учеными было отмечено снижение риска возникновения аритмии и внезапной остановки сердца. Словом, регулярное употребление в пищу рыбы, богатой омега-3 жирами, оказывало положительный

эффект на сердечно-сосудистую систему. В остальных группах, где ели пищу, богатую клетчаткой и обедненную животными жирами, таких положительных результатов отмечено не было.

Морская рыба также полезна при проблемах с кожей и вообще всем, кто заботится о своем здоровье. Блюда из рыбы и морепродуктов необходимо включать в свое меню не реже 1-3 раз в неделю.

В почетном списке – скумбрия (макрель), сельдь, лососевые, тунец, форель, сардины, палтус, треска, кета, салака, горбуша, хек, камбала, шпроты, кефаль, морской окунь, севрюга, анчоусы, угорь и др. В жире речной рыбы омега-3 тоже содержатся, но в незначительных количествах.

Также омега-3 жиры содержатся в икре, печени трески, креветках, устрицах, морских моллюсках, кальмарах и др. Важно помнить, что эти полезные жиры присутствуют еще в морской капусте и водорослях. Но будьте внимательны: последние часто продают в коробочках, напичканных множеством консервантов. Пользы от него не будет, даже если вы станете поглощать по килограмму морской капусты в день. Поэтому перед покупкой всегда читайте на этикет-

ке состав.

Нужно также отметить, что свежая рыба во много раз полезнее замороженной, при копчении и засолке рыба теряет некоторую часть жиров омега-3, а при заморозке в течение года – до 50 процентов.

Если рыба консерви-

рованная, то растительное масло достаточно хорошо предохраняет омега-3 жиры от распада. Если продукт консервировался в собственном соку или водном растворе, омега-3 жиров будет намного меньше.

Рыба будет наиболее полезна, если ее употреблять в вареном или запеченном виде, можно готовить на пару, но не жарить.

Также важно отметить, что рыбу крайне желательно употреблять без добавления большого количества животных и гидрогенизированных жиров, то есть без сметаны, сливочного масла, майонеза.



стоматологический салон
«Мишиньяра»

Лечение детей и взрослых,
профилактика,
услуги пародонтолога.

Тел. 8 (919) 39-56-504

Ул. Энтузиастов, 22 (от ж/д вокзала маршрутное такси № 50 до кинотеатра «Россия», напротив лица № 51)

С такой родословной, как у Анны Ардовой, можно было бы не работать, а просто писать мемуары на тему «Я и великие». Ее папа Борис Ардов – режиссер, мама Мира Ардова – актриса ТЮЗа, дедушка Виктор Ардов – писатель, драматург, бабушка Нина Ольшевская – актриса, ученица Станиславского, а дяди – протоиерей Михаил Ардов и актер Алексей Баталов. А еще отчим – Игорь Старыгин. В таком блестящем окружении Анна не затерялась.

Работа

– Думаю, мужчины и женщины «Женскую лигу» и «Одна за всех» воспринимают по-разному. Мужчины шутят о рыбалке, женщины – о чулках. Они никогда не поймут про эпиляцию, а мы про червяков. «Женская лига» научила меня видеть смешное. Недавно в метро протискиваюсь в вагон, ставлю сумку. Вижу: сидит очень приличная дама, вся в зеленом, и с наездом на меня смотрит, мол, не туда я сумку поставила. Фокусирую на ней взгляд, а у нее между зубов зажата серединка от головки чеснока.

Вообще, в общественном транспорте свою популярность как-то особенно ощущаешь. Только не всегда это приятно. Летом поехала к друзьям в гости. Купила винца, каких-то вкусностей. Еду в метро, вся в мыле, одной рукой держусь за поручень, пакеты мои то и дело звенят. А вагон битком набит, меня из стороны в сторону мотает. И тут одна дама как закричит: «Да вы посмотрите, кто это!» И весь вагон – на меня. А она не понимает: «А декольте-то у нее какое



Анна Ардова

Чаплин в юбке

в каких передачах снимается?



«Одна за всех» («Домашний») «Женская лига» (ТНТ)

хорошее, смотрите!» И все так же – раз, на мое декольте. Хоть стой, хоть падай. В общем, тяжела и неказиста жизнь российского артиста...

Семья

– У меня двое детей – Соня и Антон. Отец Сони, журналист Сергей, бросил меня, когда я была на шестом месяце. Я во всем винила себя: «Каким же плохим человеком надо быть, чтобы тебя посреди бере-

менности бросили!» Уход Сергея сильно снизил мою женскую самооценку. Как-то меня пригласили принять участие в одной передаче. После съемок подошла психолог и сказала: «Держаться за страдания глупо – отпустите мужчину скорей, появится другой, настоящий! И вовсе не нужно быть босой, беременной и на кухне, класть на него жизнь. Мужикам это на хрен не надо!» Я приняла ее слова как постулат.

Скоро я встретила ЕГО. Он играл в спектакле в Театре Маяковского, а мой отец, Борис Ардов, участвовал в оформлении этой постановки. Папа с Сашей общались, а я была совсем юной и просто периодически делала им чай. Роман у нас начался не сразу. Мы долго просто дружили. Потом Саша сказал, что, когда я уже была беременна Сонечкой, он в меня влюбился. Но не признавался – очень жаль, что не говорил, потому что отец Сони тогда меня бросил. А мне так нужна была поддержка!

Я очень эмоциональная, а Саша – спокойный, прекрасный отец. Правда, иногда может забыть покормить детей супом. Тогда я звоню со съемом и «развожусь». За это он частенько называет меня «оборотень в халате».

Вообще, в семье у нас все шутят. Как-то 1 января пришла к нам в гости моя подруга, эффектная брюнетка с обалденным бюстом. Антошке тогда было 3 года. Он усталился на нее. Предлагаем: «Встань на табуретку и стихи почитай». Он и прочел – от «Мухи-цокотухи» до «Тараканища». Затем подскочил к подруге, схватил ее за грудь, укусил. Муж заметил: «Мальчик из интеллигентной семьи: сначала стихи почитал, а потом уже за сиськи схватил».

А на мой 34-й день рождения собралось много гостей, и мы громко пели хулиганскую песню. Соседи вызвали наряд. А я тогда оделась очень эксцентрично: белая мини-юбка, черные чулочки, белые туфельки на шпильках... И когда уже давала милиции торжественное обещание не шуметь, мой очкастый интеллигентный муж вышел разбираться. Милиция была возмущена руганью мужа и друзей, и меня забрали в «обезьянник». Выглядела я в своем прикиде, как проститутка. Сидела рыдала и просила: «Не обращайтесь на меня внимания, я очень эмоциональная!» Дежурный сжалился и отпустил.

По материалам электронных СМИ



слово не воробей



Михаил Задорнов, писатель-сатирик:

– Меня спрашивают, как я отношусь к сериалу «Школа». Чтобы на них ответить, я был вынужден попытаться посмотреть «Школу», но выдержал только 3 минуты 16 секунд. Даже не буду рассказывать, какой эпизод я видел, потому что все это относится к воинствующей бездарности. Если человек не может увидеть в жизни любви, он бездарен. А когда он видит одну мерзопакость, он бездарен вдвойне.



Семён Альтов, сатирик:

– Если вы изменяете жене неохотно, значит, вы ее любите.



Любовь Калашникова, секретарь РК КПЛО Кировского района Ленобласти (о фильме «Аватар»):

– Возмущает не только воровство целой планеты из советских книг, а еще и вредное влияние фильма на детей. Подростки, увидев синие морды созданий воспаленного мозга Кэмерона пугаются, плохо спят по ночам, а, следовательно, не высыпаются и нервничают их родители. И потом плохо работают.



Тимур Бекмамбетов, кинорежиссер (про фильм «Черная молния»):

– Я не мог представить лучшего конкурента, чем «Аватар». Мы считаем, что он у нас на разогреве.



Ксения Собчак, телеведущая, светская львица:

– Желание кого-то обидеть может быть только у невероятно счастливого человека!

– Женщин красивых, замечательных, талантливых не так уж и много. Женщин к тому же умных, скромных, изящных – еще меньше. А Ксения Собчак вообще одна. Так что для меня главная женщина года – это я, я и еще раз я!

Сатире – зеленый свет

После показа в новогоднем «Оливье-шоу» на Первом канале музыкальной компьютерно-мультяшной пародии на Дмитрия Медведева и Владимира Путина, влиятельная газета The New York Times написала большую статью, отметив, в частности, что «мультфильм, вышедший на главном государственном телеканале, стал в некоторой степени откровением».

Определенные подвижки в российской сатире есть, но процесс идет «медленнее черепахи», посетовал ведущий Владимир Познер. По-видимому, Первому каналу «дали зеленый свет», позволили шутить над Путиным и Медведевым, чтобы угодить молодым зрителям, полагает он. Впрочем, даже это не гарантирует, что никто из руководителей не обидится на шутки в свой адрес и не решит принять меры, указывает мэтр телевидения.

Турчинский умер от инфаркта

Стали известны окончательные выводы экспертов, исследовавших гибель знаменитого шоумена Владимира Турчинского.

46-летний телеведущий, внезапно скончавшийся в декане прошлого года, умер от инфаркта миокарда, вызванного оторвавшимся тромбом. Сгусток крови перекрыл левую коронарную артерию, снабжающую кровью сердце.

Через несколько часов после смерти мать шоумена Нина Николаевна рассказала, что незадолго до смерти Владимир прошел процедуру очищения крови – плазмаферез. Кровь Владимира в течение четырех сеансов очищали от различных препаратов, которыми тот пользовался для наращивания мышечной массы, витаминизировали и закачивали обратно.

По заключению экспертов, никаких токсических веществ – снотворных, психотропных – в крови не найдено. В желудке тоже не обнаружено лекарственных препаратов.

Единственное злоупотребление, которое констатировали специалисты, – алкоголь. Но и его содержание было ничтожно. Как бы то ни было, все предположения о том, что Владимира погубили медики, не подтвердились.



«Наша Russia» закрылась

Шоумен Гарик Мартиросян объявил о закрытии проекта «Наша Russia» на телеканале ТНТ.

По его словам, фильм «Наша Russia. Яйца судьбы», креативным продюсером которого он является, станет финалом приключений героев скетчкома. Картина вышла в российский прокат 21 января.

«Яйца судьбы» – совершенно иной продукт. Это не пародия, это фильм по оригинальному сценарию, и он, в отличие от «Самого лучшего фильма», в первую очередь, отражает дух нашего времени», – отметил Мартиросян.

Продукт Comedy Club Production, шоу «Наша Russia» выходил на телеканале ТНТ с 2006 года. За это время снято 74 эпизода передачи.

Режиссер сериала «Школа» покидает проект из-за цензуры

Показ скандального сериала может завершиться не «31 апреля», как обещала режиссер, а раньше: Валерии не нравится, что Первый канал вырезает самое интересное.

Режиссер Валерия Гай Германика, которая еще недавно весело рассказывала блогерам о съемках «Школы», заявила о том, что выходит из проекта, так как Первый канал вырезает из первоначального варианта неудобные ему сцены.

Дирекция канала не отрицает этого: «Действительно, серии, которые показываются в 18:20, отличаются, хоть и незначительно, от тех, которые показываются в 23:30... Канал просто с уважением относится к этим людям». Видимо, и ночные варианты далеки от тех, которые сдает Германика. Зная стиль Валерии, можно предположить, что на оригинал «Школы» можно смело клеить ярлык «xxx». Что не совсем соответствует идеологии Первого канала.

Съемка одной серии «Школы» стоила в прошлом году \$50–100 тысяч, сейчас расценки несколько поднялись. Деньги эти – государственные, выделенные из бюджета России на функционирование государственного холдинга ВГТРК, на пропаганду духовных ценностей и достойного образа жизни.

По материалам электронных СМИ



Гастарбайтер пришел в Кремль просить руки «дочери Медведева»

Возле московского Кремля 20 января был задержан выходец из Дагестана по имени Бахтияр, собиравшийся на встречу с президентом РФ Дмитрием Медведевым.

Горячий кавказский мужчина, прохаживающийся возле Спасских ворот, привлек внимание патрульных милиционеров около 17.30. Он вел себя скромно и был опрятно одет, однако стражи правопорядка решили задержать его в целях предосторожности.

В беседе с милиционерами задержанный заявил, что опаздывает на встречу с президентом Медведевым, с которым у Бахтияра должен состояться важный разговор. По его признанию, он собирався просить у Медведева руки его дочери.

Здесь следует отметить, что, по официальным данным и информации в СМИ, дочери у президента России Дмитрия Медведева нет. Известно лишь о сыне Илье Медведеве, 1996 года рождения.

Версия Бахтияра не убедила милиционеров, вызвав лишь сомнения во вменяемости незадачливого жениха. Мужчина был передан сотрудникам одной из московских психиатрических лечебниц.

Ученые доказали неспособность ангелов к полету

Ангелы, которых изображали европейские художники, физически были неспособны летать.

Как пишет The Daily Telegraph, к таким выводам пришел биолог из Университетского колледжа Лондона Роджер Уоттон, сравнивший изображения ангелов с живыми существами, способными к полету.

По словам исследователя, у ангелов и архангелов, изображенных на картинах разных эпох, слишком крупные тела с неподходящей для полета поверхностью: перьями у них покрыты только сами крылья. Кроме того, их мышечная система явно недостаточно развита, чтобы летать при помощи этих крыльев.

Роджер Уоттон отверг предположение о том, что ангелы могли бы использовать крылья для того, чтобы планировать: для этого им понадобилось бы совершать прыжки с такой большой высоты и в таком сильном воздушном потоке, что их уносило бы ветром и без крыльев.



Защитники животных рассказали о самых глупых звонках на «горячую линию»

Представители британского Королевского общества защиты животных обнародовали содержание самых странных телефонных звонков, поступивших на «горячую линию» в 2009 году.

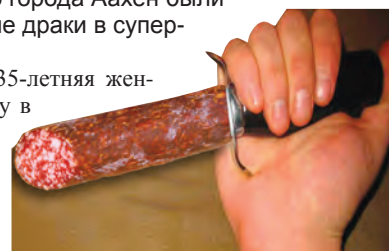
Однажды позвонила женщина, которая сообщила о грустной чайке, сидящей под дождем. Другая женщина хотела узнать, почему ее кошка не мурлыкает, а третья попросила зарезервировать для нее стул, увиденный в витрине благотворительного магазина.

Кроме того, время от времени звонящие принимают за животных неодоушевленные предметы. Так, защитники животных, приехавшие спасать с оживленного шоссе черепаху, обнаружили на дороге сдувшийся футбольный мяч. В другом случае жильцы квартиры заявили, что у них на потолке несколько дней висит летучая мышь, в то время как это были отсыревшие обои.

Немцы колбасятся

Двое жителей немецкого города Аахен были госпитализированы после драки в супермаркете.

74-летний мужчина и 35-летняя женщина не поделили тележку в супермаркете. Пенсионеру удалось вырвать тележку из рук женщины, но ей на помощь подоспел 24-летний брат, который оттолкнул пожилого мужчину от тележки и повалил на пол.



Брат с сестрой и 53-летней матерью отправились по магазину с отвованной тележкой, но пенсионер нагнал их возле прилавков с сырами и колбасами и попытался ударить юношу палкой салами. В ответ 53-летняя мать, вступившись за сына, обрушила на пожилого мужчину двухкилограммовый кусок пармезана.

Получив ответный удар, женщина упала на стеклянный пол и ударилась головой. Конфликт удалось остановить только после прибытия полиции. Двое участников драки были госпитализированы с незначительными травмами.

Американцы сделали Анну Каренину киборгом

К 100-летию прославленного русского писателя-гуманиста Льва Николаевича Толстого американское издательство Quirk Books выпустит книгу «Андроид Каренина» – неожиданный ремейк классического романа о бросившейся под поезд Карениной.

Как сообщает InoPressa, Quirk Books уже прославилось своими переделками романов Джейн Остин – «Гордость, предубеждение и зомби» и «Чувство, чувствительность и морские чудовища». В книгах, написанных писателями Беном Уинтерсом и Сетом Грэм-Смитом в модном стиле mash-up, классический текст произведения перемежается вставными сценами, где действуют фантастические создания – зомби, чудовища, инопланетяне и прочие.

Как отмечает The Guardian, в произведении «Андроид Каренина» привычные герои Толстого – Каренина, Вронский и Левин – окажутся в мире стимпанка, где роли слуг и дворецких исполняют неуклюжие механические устройства. Однако внезапно роботы решают поднять мятеж против своих хозяев. И чтобы противостоять механизмам, людям приходится применить чело-векоподобных киборгов.



Опубликован список самых странных советов по экономии денег

Британские журналисты составили список самых странных советов по экономии денег.

Перечень составлялся на основе предложений, которые прислали пользователи сайта Lovemoney.com.

В список вошло множество способов сэкономить на счетах за коммунальные услуги. Так, для того, чтобы меньше платить за отопление, британцы предлагают «полноценно использовать потенциал кошек», греясь о питомцев. Для уменьшения суммы счетов за электроснабжение предлагается отключать дверной звонок перед уходом из дома.

Чтобы сэкономить на воде, читатели предложили не каждый раз спускать воду в туалете и реже принимать ванну. Кроме того, можно отправлять детей в гости

в обеденное время и делать новые поздравительные открытки из кусочков прошлого года.

Пользователи также порекомендовали подбирать все монетки, которые валяются на земле (в пример приводится пара, которая за 12 лет скопила таким образом 360 тысяч фунтов), заменить кофе на сушеные корни одуванчика и самостоятельно варить пиво и делать дома вино.

Дорогие читатели, если у вас есть свои методы экономии, которыми вы хотите поделиться с другими, звоните нам по тел. 92-08-83 или оставьте сообщения на сайте www.robingood.ucoz.com. Самые интересные советы мы опубликуем в журнале «Я выбираю лучшее».



Виктора Ющенко покусал хомяк

Бывшего президента Украины Виктора Ющенко укусил один из хомячков, которых подарили его младшему сыну. Об этом инциденте Виктор Ющенко рассказал в ходе встречи с жителями Полтавской области.

«Вчера подарили Тарасу двух хомячков, которые застряли в трубе. Я пытался их освободить, и один из них меня укусил», – пожаловался избирателям президент. Удалось ли освободить хомяка, или отдававший президентской плоти грызун так и остался в трубе, Ющенко не уточнил.

Как отмечает украинское издание «Фраза»: «Звери явно что-то чувствуют: кот сбежал, ворон улетел, теперь вот хомяк взбесился...» Имеются в виду кот по имени Тигр, о пропаже которого Ющенко рассказывал в конце ноября, и рогатый кафрский ворон, которого экс-президенту подарили в Ялте. Ворону удалось вырваться из рук охраны президента.

Девочки-подростки ограбили банк

В США две девочки, которым, по словам полицейских, было от 12 до 16 лет, обчистили отделение Первого национального банка и скрылись пешком.

Самое удивительное – юные грабительницы не использовали оружия. Две девочки просто зашли в здание отделения Первого национального банка и старшая из них передала кассиру записку с требованием денег. Деньги были выданы. И малолетние преступницы спокойно ушли пешком.

Это необычное ограбление произошло в январе посреди рабочего дня в маленьком городке Саймс американского штата Огайо. По словам представителя офиса местного шерифа, грабительницам было 14-16 и 12-14 лет.



На записи камер наблюдения у девочек не видно никакого оружия. При этом они не угрожали ни персоналу, ни посетителям банка.

Полиция штата разыскивает юных преступниц с помощью вертолета и служебных собак, однако поиски до сих пор не принесли результата.

По материалам электронных СМИ



Кража – не грех?

Англиканский священник из Йорка посоветовал прихожанам бороться с экономическим кризисом, совершая магазинные кражи.

В ходе воскресной проповеди 41-летний Тим Джонс сказал пастве, что воровство в магазинах предпочтительнее проституции и грабежа. «Как христианский священник, я советую вам магазинные кражи. Я говорю так не потому, что считаю воровство хорошим или безвредным занятием», – подчеркнул он.

При этом священник отметил, что красть следует в больших сетях. Как представители местной розничной торговли, так и полицейские раскритиковали содержание проповеди.



У курицы удалите кости через место потрошения. Выверните курицу и срежьте мясо с грудки, оставив слой толщиной примерно 1 см.



Срезанное мясо и свинину (или куриное мясо) проверните через мясорубку или измельчите в блендере до состояния фарша. Фарш посолите, поперчите, добавьте яйцо и хорошенько вымешайте.

Каждый блинчик намажьте фаршем, выложите цепочкой перепелиные или четвертинки куриных яиц и заверните в плотный рулетик.



Нафаршируйте курицу подготовленными рулетками. Для этого сначала плотно выложите первый слой блинов.



Возьмите в руку примерно 2 столовые ложки мясного фарша и хорошенько промажьте блинчики сверху и между ними.

Курица, фаршированная блинами, свиной и яйцами



Понадобится:
 курица – 1 шт.
 тонкие блинчики – 6-8 шт.
 свинина или куриное мясо – 500 г
 яйцо – 1 штука
 куриные или перепелиные яйца – 6-8 шт.
 сметана – 1-2 ст. ложки
 соль, перец



Очень важно протолкнуть фарш между блинчиками, чтобы в готовом виде блюдо не разваливалось при нарезке. Выложите второй слой блинчиков и опять хорошенько промажьте фаршем между блинами и сверху. При выкладывании второго слоя следите за тем, чтобы оставленный на грудке слой мяса лежал ровно.

Сколите зубочистками или шейте место потрошения.



Свяжите ножки и крылышки курицы шпагатом, чтобы в готовом блюде курица выглядела аккуратно и была похожа именно на курицу, а не на бесформенный мешок.



При желании смажьте курицу сметаной, посолите, поперчите.



Запекайте при температуре 180-200 градусов до полной готовности (примерно 1,5 часа).

В процессе готовки поливайте курицу выделяющимся жиром. Если курица начнет подгорать, убавьте нагрев сверху или опустите противень немного ниже и/или прикройте курицу куском фольги.

У готовой курицы удалите шпагат и ниточку.

как удалить кости из курицы?

На первом этапе удаляется позвоночник, на втором – грудные кости, а на третьем – кости из бедра и, при желании, кости плеча и голени (чтобы сохранить естественный вид курицы в готовом блюде, можно эти кости оставить).

● Нащупайте бедренный сустав и, надавив, вывихните его, отделяя кости позвоночника от костей бедра. Если не получится вывихнуть, разрежьте сустав ножом. Аккуратно и постепенно начните отделять мясо от костей поз-

воночника, двигаясь снизу вверх, от хвоста к шее. Особенно аккуратно отделяйте кожу по линии позвоночника, т.к. в этой области практически нет мясной прослойки и кожа крепится непосредственно к костям.

● Дойдя до середины, сделайте разрез вдоль ребер, отделяя кости позвоночника от грудной части. Двигаясь вверх, полностью удалите и вытащите кости позвоночника с шеей.

● Аккуратно и постепенно разделите мясо от грудной кости.

● Освободите плечевой сустав, вывихнув его или перерезав.

Удалив грудную кость, не забудьте проверить, удалена ли вилочковая кость в основании грудки.

● На заключительном этапе удалите бедренную кость. Для этого соскоблите мясо с бедренной кости и перережьте сустав.

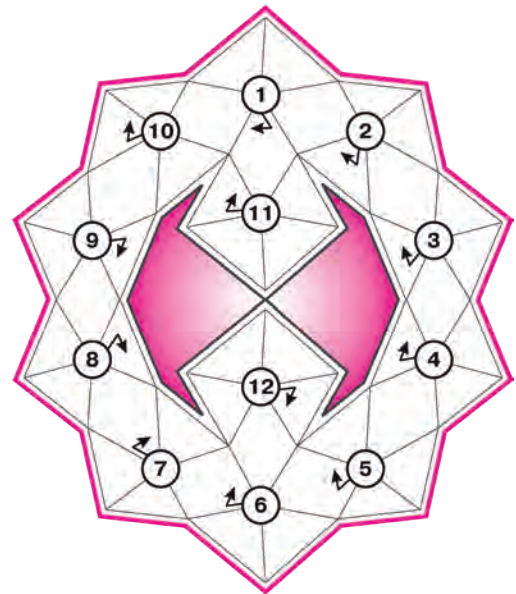
● В результате удаления костей вы получаете курицу с большой полостью для фарширования, что очень удобно. Блюда из такой курицы удобно и нарезать, и есть.

Судоку

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

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

«Бумеранг»



10 отличий



1. «Месторождение» черной икры.
2. Ягода с самыми большими семечками.
3. Почти каждый ташкентский житель.
4. Знаете ли вы, что корабли знаменитой экспедиции Фернана Магеллана исхитрились пересечь Тихий ..., ни разу не попав в шторм?
5. В каком городе при загадочных обстоятельствах погиб великий Соломон Михоэлс?
6. Кто такой «лысый дидько» из гоголевских «Вечеров на хуторе близ Диканьки»?
7. В какой стране ныне живет в ссылке далай-лама?
8. Наш знаменитый шпион, чья информация для Иосифа Сталина стала решающей для победы на Курской дуге.
9. Кто показал Герде дорогу к чертогам Снежной королевы?
10. Что связывает крючок с удилицем?
11. Самая близкая сердцу рыба члена Партии любителей пива.
12. Пора, когда кукушка поет больше, чем летом.

Сканворд

Объединение	Царь Фив	Озеро Финляндия	Ментол	1	Куски для шитья	Коннери. Фильм	Шум от двери	Баренцево ...	2
5	1	Лекар. растение	Рабская зависимость	3	Светлосиний цветок	Работа в поле	Сонм	Англ. экипаж	
Спешка в работе				4	3	Старин. фуражка	Нач. сведения		
Герой у Гауфа	Красильщик	Ансамбль	4	3					Самолет
		... кефир			Эстакада	Снежный обвал	... табака	Положение зубов	Восход солнца
	Перед праздником	Город Челябин. обл.			Бриллиант	Смесь нефти с песком			
		Заплата (прост.)					Богатая еда	Кофе. Футболист	Цвет кожи
				3	Монтан		Прядь волос		
	Князь древля	2					Клин. Удержание		
					Жаба	Ракита	Определитель номера	Селение. Ср. Азия	
4	Англ. единица массы	Развлечение					«... обетованные»		5

Песочница

угадай-ка

Кто лишний?

Незнайка решил встретить год Тигра по восточному календарю и пригласил в гости друзей. Среди приглашенных оказался один лишний. Найди его.



Сканворд

→	↘		↘	
		Место впадения реки		Тяп- ...
→			↘	
"Дядя ... - великан"				
→	↘			
Их сбивают шарами	Скамейка			
↙				

Ответы на стр. 30

почитай-ка

Пароход

Ванная – море.
Я – пароход.
Полный назад!
Полный вперёд!
Право руля!
Лево руля!
Мчусь я по морю,
Ногами бурля.
Я бы доплыть
До Австралии мог,
Но у Петровых
Протёк потолок.



Летающая кошка

Я отворил окошко
И вымолвил с трудом:
– Смотри, большая
кошка
Летит в соседний дом.

Сказала мама строго:
– Ну что за ерунда!
Не может быть такого
Нигде и никогда.

И тут через окошко,
Случайно или нет,
Летающая кошка
Свалилась на паркет.

Летающая кошка
Сложила два крыла
И в кухне, на дорожке
Спокойно спать легла.

Ольга Алёнкина

Муравей

Полз по арбузу
Муравей
И думал:
«Ой-ёй-ёй!
Как необъятен
И велик
Огромный
Шар земной!»



Однажды

Однажды
В джунглях
Слоны
Плясали.

Что было
В джунглях,
Представьте сами.

Роман Сеф

Подарки

А я люблю подарки,
Подарки,
Подарки,
Люблю дарёные шары,
И перышки, и марки!

Мне дарят ветку –
я беру,
Дают конфетку – я беру,
Мне птицы дарят

по перу,
Берёзы – по листочку.
Собака мне дала щенка,
Соседский Вовка

дал пинка,
А бабушка – цепочку.
Я всем подаркам
очень рад

И лишь один
вернул назад.
А какой – догадайтесь
сами.

Галина Демькина

смастери-ка

СИМВОЛ ГОДА

Дорогой друг, Новый год по восточному календарю наступает 14 февраля. Предлагаем тебе смастерить символ года – тигра, чтобы он весь 2010-й приносил только удачу. Если поделка кажется тебе сложной, попроси помощи у мамы или папы.



Инструкция

1. Вырежи тигра по линии разреза.
2. Чтобы фигура была устойчивой, обведи поделку по контуру на альбомном листе, вырежи получившийся шаблон и приклей его с обратной стороны нашего тигра.
3. Используйте, например, линейку для сгибания деталей.
4. Смажьте клеем там, где это необходимо, и соедините детали, как на схеме справа.

- линия разреза
- - - согнуть вверх
- · - · - согнуть вниз
- место склеивания

Михаил Михайлович Зощенко – писатель смешной и загадочный. Смешной – потому что писал смешные рассказы. А загадочный – потому как никто в точности не знает, когда и где он родился. По одним сведениям, в 1895 году, по другим – в 1894, по одним – в Петербурге, по другим – в Полтаве... Мы гадать не стали, а постановили отметить в 2010 году 115-летие писателя и перечитать один из его рассказов.

Говорят, граждане, в Америке бани отличные.

Туда, например, гражданин придет, скинет белье в особый ящик и пойдет себе мыться. Беспокоиться даже не будет – мол, кража или пропажа – номерка даже не возьмет. Ну, может, иной беспокойный американец и скажет банщику:

– Гуд бай, дескать, присмотри.

Только и всего.

Помоется этот американец, назад придет, а ему чистое белье подадут – стирное и глаженое. Портянки небось белее снега. Подштанники зашиты, залатаны.

Житьишко!

А у нас бани тоже ничего. Но хуже. Хотя тоже мыться можно. У нас только с номерками беда. Прошлую субботу я пошел в баню (не ехать же, думаю, в Америку), – дают два номерка. Один за белье, другой за пальто с шапкой.

А голому человеку куда номерки деть? Прямо сказать – некуда. Карманов нету.

Кругом – живот да ноги. Грех один с номерками. К борде не привяжешь.

Ну, привязал я к ногам по номерку, чтоб не враз поте-



рять. Вошел в баню. Номерки теперича по ногам хлопают. Ходить скучно. А ходить надо. Потому шайку надо. Без шайки какое же мытье? Грех один. Ищу шайку. Гляжу, один гражданин в трех шайках моется. В одной стоит, в другой башку мылит, а третью левой рукой придерживает, чтоб не сперли.

Потянул я третью шайку, хотел, между прочим, ее себе взять, а гражданин не выпускает.

– Ты что ж это, – говорит, – чужие шайки воруюшь? Как ляпну, говорит, тебе шайкой между глаз – не зарадуеться.

Я говорю:

Михаил Зощенко

Баня

– Не царский, говорю, режим шайками ляпать. Эгоизм, говорю, какой. Надо же, говорю, и другим помыться. Не в театре, говорю.

А он задом повернулся и моется. «Не стоять же, – думаю, – над его душой. Теперича, думаю, он нарочно три дня будет мыться». Пошел дальше.

Через час гляжу, какой-то дядя зазевался, выпустил из рук шайку. За мылом нагнулся или замечтался. А только тую шайку я взял себе.

Теперича и шайка есть, а сестя негде. А стоя мыться – какое же мытье? Грех один.

Хорошо. Стою стоя, держу шайку в руке, моюсь.

А кругом-то, батюшки-светы, стирка самосильно идет. Один штаны моет, другой подштанники трет, третий еще что-то крутит. Только, скажем, вымылся – опять грязный. Брызжут, дьяволы. И шум такой стоит от стирки – мыться неохота. Не слышишь, куда мыло трещь. Грех один.

«Ну их, – думаю, – в болото. Дома домоюсь».

Иду в предбанник. Выдают на номер белье. Гляжу – все мое, штаны не мои.

– Граждане, – говорю. – На моих тут дырка была. А на этих эвон где.

А банщик говорит:

– Мы, говорит, за дырками не приставлены. Не в театре, говорит.

Хорошо. Надеваю эти штаны, иду за пальто. Пальто не выдают – номерок требуют. А номерок на ноге забытый. Раздеваться надо. Снял штаны, ищу номерок – нету номерка. Веревка тут, на ноге, а бумажки нет. Смылась бумажка. Подаю банщику веревку – не хочет.

– По веревке, – говорит, – не выдают. Это, говорит, каждый гражданин настрижет веревочку – полть не напасешься. Обожди, говорит, когда публика разойдетя – выдам, какое останется.

Я говорю:

– Братишечка, а вдруг да дрянь останется? Не в театре же, говорю. Выдай, говорю, по приметам. Один, говорю, карман рваный, другого нету. Что касаемо пуговиц, – то, говорю, верхняя есть, нижних же не предвидится.

Все-таки выдал. И веревки не взял. Оделся я, вышел на улицу. Вдруг вспомнил: мыло забыл. Вернулся снова. В пальто не впускают.

– Раздевайтесь, – говорят.

Я говорю:

– Я, граждане, не могу в третий раз раздеваться. Не в театре, говорю. Выдайте тогда хоть стоимость мыла.

Не дают. Не дают – не надо. Пошел без мыла.

Конечно, читатель может полюбопытствовать: какая, дескать, это баня? Где она? Адрес? Какая баня? Обыкновенная. Которая в гривенник.

1924

Ответы на головоломки

СУДОКУ (стр.27)

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

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

«БУМЕРАНГ» (стр.27)

1. Осетр. 2. Арбуз. 3. Узбек. 4. Океан. 5. Минск. 6. Демон. 7. Индия. 8. Филби. 9. Финка. 10. Леска. 11. Вобла. 12. Весна.

10 ОТЛИЧИЙ (стр.27)

Альф, экраны, воротник, очки, пуговицы, подвеска, браслет, кольцо, татуировка, ногти.

СКАНВОРД (стр.27)

По горизонтали. Раскрой – «Колдунья» – Василек – Запарка – Кепи – ВИА – Маликов – Кабаева – Маляр – Био – Аша – Цыпленок – Канун – Латка – Мал – Ив – Пир – Маринина – Чека – Слаг – Улус – Забава – Забава – Небеса.

По вертикали. Мук – Союз – Аллен – Эдип – Авран – Инари – Кабала – Мята – Алмаз – Мост – Ага – Кир – Лавина – Ива – «Шалако» – Сев – АОН – Скрип – Лик – Чуб – Море – Азы – Пеле – Кеб – Прикус – Раса – Безе – Ван – Таро – Як.

КТО ЛИШНИЙ (стр.28)

Черепаша лишняя.

СКАНВОРД (стр.28)

По горизонтали: Кукла, Степа, Кегли, Лавка.
По вертикали: Устье, Гав, Ляп, Алиса.

анекдоты

Муж приезжает из командировки спрашивает жену:

– Дорогая, ты ёлку вынесла?

– Вынесла, ещё неделю назад, а что?

– Что, что! Иди за новой, через три дня Новый год!

●●●

– Извините, почему ваши фирменные котлеты так сильно пахнут водкой?

Официант отступает на пару шагов и учтиво спрашивает:

– А сейчас?

●●●

– А я как домой захожу, теще сразу с порога говорю: Клавдия Петровна! Ума у меня нет, денег нет, по дому ничего не делаю, и дочь ваша могла бы гораздо лучше замуж выйти! И пока она торопливо и мучительно припоминает, что же я в этом списке пропустил, я добавляю: Зять Петров свой доклад окончил! Разрешите идти пить пиво к друзьям-алкоголикам?

●●●

Перед сном отец с сыном мутузятся на диване, шкочутся и вопят. Мать:

– Ну что вы орёте, как дебилы?

Отец: – Я не ору!

Сын: – Я не дебил!

●●●

Куда скатился этот мир? Школьная форма теперь продаётся в секс-шопе.

●●●

Пирожные были такими лёгкими и воздушными, что парочка лишних килограммов прилетела быстро и незаметно.

●●●

Девушка – парню:

– Ты меня избегаешь?!

– Я тебя не избегаю – я тебя дозирую.

●●●

– Девушка, а девушка, купите мне мороженое!

– Альфонс, что ли?

– Нет, пломбир.

●●●

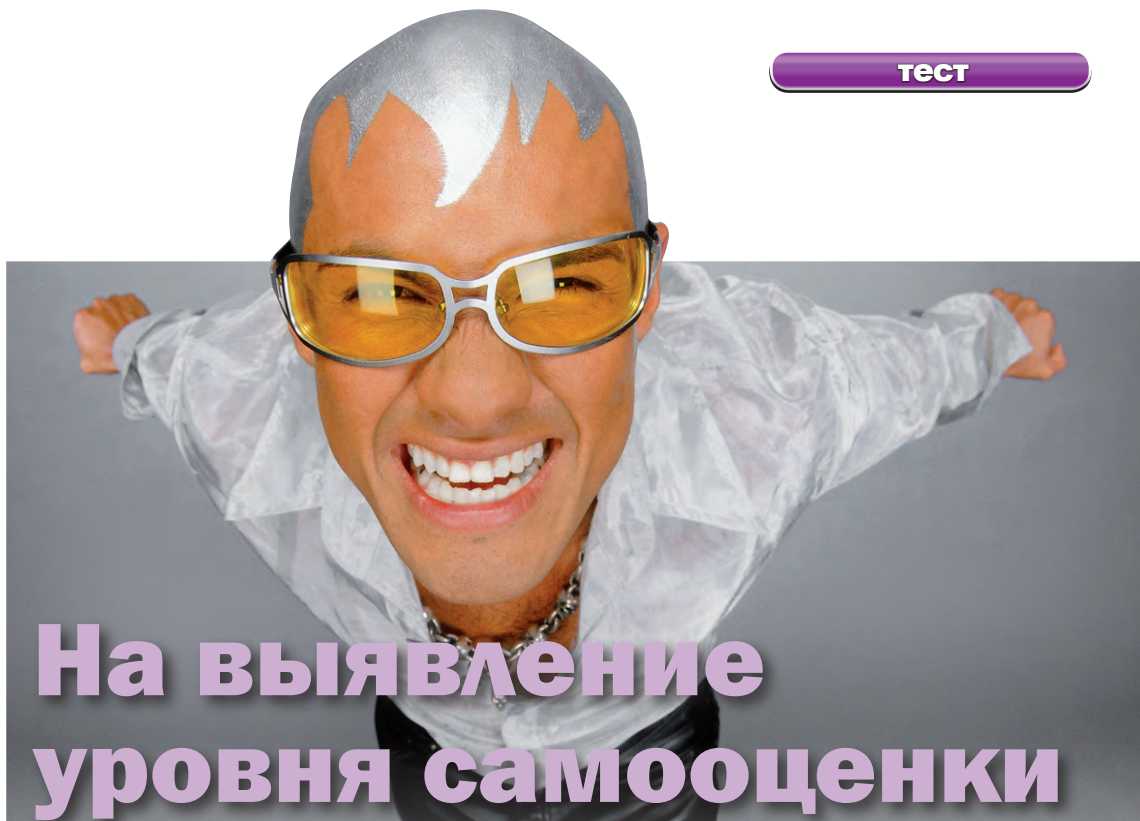
За стеной надрывается соседский ребёнок. Жена:

– Ты всё ещё хочешь завести ребенка?

– Да, хочу отомстить.

●●●

В России всегда будут бурно развиваться беспроводные технологии, потому как провода у нас воруят.



На выявление уровня самооценки

1. Как часто вас терзают мысли, что вам не следовало говорить или делать что-то?

а) очень часто – 1 балл;

б) иногда – 3 балла.

2. Если вы общаетесь с блестящим и остроумным человеком, вы:

а) постараетесь победить его в остроумии – 5 баллов;

б) не будете ввязываться в соревнование, а отдадите ему должное и выйдете из разговора – 1 балл.

3. Выберите одно из мнений, наиболее вам близкое:

а) то, что многим кажется везением, на самом деле результат упорного труда – 5 баллов;

б) успехи часто зависят от счастливого стечения обстоятельств – 1 балл.

в) в сложной ситуации главное – не упорство или везение, а человек, который сможет одобрить или утешить – 3 балла.

4. Вам показали шарж или

пародию на вас. Вы:

а) рассмеетесь и обрадуетесь тому, что в вас есть что-то оригинальное – 3 балла;

б) тоже попытаетесь найти что-то смешное в вашем партнере и высмеять его – 4 балла;

в) обидитесь, но не подадите вида – 1 балл.

5. Вы всегда спешите, вам не хватает времени или вы беретесь за выполнение заданий, превышающих возможности одного человека?

а) да – 1 балл;

б) нет – 5 баллов;

в) не знаю – 3 балла.

6. Вы выбираете духи в подарок подруге. Купите.

а) духи, которые нравятся вам – 5 баллов;

б) духи, которым, как вы думаете, будет рада подруга, хотя вам лично они не нравятся – 3 балла;

в) духи, которые рекламировали в недавней телепередаче – 1 балл.

7. Вы любите представлять себе различные ситуации, в которых вы ведете себя совершенно иначе, чем в жизни?

а) да – 1 балл;

б) нет – 5 баллов;

в) не знаю – 3 балла.

8. Задает ли вас, когда ваши коллеги (особенно молодые) добиваются большего успеха, чем вы?

а) да – 1 балл;

б) нет – 5 баллов;

в) иногда – 3 балла;

9. Доставляет ли вам удовольствие возражать кому-либо?

а) да – 5 баллов;

б) нет – 1 балл;

в) не знаю – 3 балла.

10. Закройте глаза и попытайтесь представить себе 3 цвета:

а) голубой – 1 балл;

б) желтый – 3 балла;

в) красный – 5 баллов.

Подсчет баллов

50-38 баллов. Вы довольны собой и уверены в себе. У вас большая потребность доминировать над людьми, любите подчеркивать свое «я», выделять свое мнение. Вам безразлично то, что о вас говорят, но сами вы имеете склонность критиковать других. Чем больше у вас баллов, тем больше вам подходит определение: «вы любите себя, но не любите других». Но у вас есть один недостаток: слишком серьезно к себе относитесь, не принимаете никакой критической информации. И даже если результаты теста вам не понравятся, скорее всего, вы защититесь утверждением, что все врёт календари. А жаль...

37-24 балла. Вы живете в согласии с собой, знаете себя и можете себе доверять. Обладаете ценным умением находить выход из трудных ситуаций

как личного характера, так и во взаимоотношениях с людьми. Формулу вашего отношения к себе и окружающим можно выразить словами: «доволен собой, доволен другими». У вас нормальная здоровая самооценка, вы умеете быть для себя поддержкой и источником силы и, что самое главное, не за счет других.

23-10 баллов. Очевидно, вы недовольны собой, вас мучают сомнения и неудовлетворенность своим интеллектом, способностями, достижениями, своей внешностью, возрастом, полом... Остановитесь! Кто сказал, что любить себя плохо? Кто внушил вам, что думающий человек должен быть постоянно собой недоволен? Разумеется, никто не требует от вас самодовольства, но вы должны принимать себя, уважать себя, поддерживать в себе этот огонек.



издательство

«Робин Гуд»

**книги
газеты
журналы
рекламная полиграфия**

г. Нижний Тагил, ул. Газетная, 81 (4-й этаж)
тел.: 92-08-83, 8(912)622-32-04
e-mail: robingood-nt@mail.ru
www.robingood.ucoz.com