

Вы можете получить гражданство США, не сдавая экзамен

ЕСЛИ нарушения вашей памяти не позволяют вам выучить английский язык и американскую историю

ДОКТОР - Кроник Екатерина

ЗВОНИТЕ: 1 301-320-0729

РЕКЛАМА ЖИЗНЬ 19



888-349-8877 • 443-831-3695

НЕТ ВОЙНЕ

October 5, 2022

Russian-American Newspaper "ADVERTISEMENT and LIFE"

www.adandlife.com

DRAPER & KRAMER

MORTGAGE CORP.

ALEX NAUMOVYCH

Loan Officer

Говорю на русском, украинском, английском языках

ALEXN@DKMORTGAGE.COM

MORTGAGESDMV.COM

Свыше 120 5-звездочных отзывов

NMLS ID #1901024 | Co. NMLS ID #2551

M: 571.278.6266

9210 Corporate Blvd Suite 345

O: 240.642.3615

Rockville, MD 20850



ДЕТСКИЙ ВРАЧ

Инна Лондон MD., F.A.A.P.

Высшая врачебная категория по педиатрии в Америке – Board Certified

В ОФИСЕ ИСПОЛЬЗУЕТСЯ
СОВРЕМЕННОЕ ОБОРУДОВАНИЕ
ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ
И ЭКСПРЕСС-ДИАГНОСТИКИ

Возможность связи с врачом **24/7**

16220 Frederick Rd, # 420, Gaithersburg, MD 20877

301-330-3335

pediatrics@doctorlondon.org

www.doctorlondon.org



Принимаются все основные виды страховок



**ДОКТОР
Татьяна
Резников**

Врач высшей американской категории

- **ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ:**
 - Болей в шейном, грудном и поясничном отделах позвоночника
 - Болей в суставах и мышцах
 - Ущемлений нервов в различных отделах позвоночника
- **ЭЛЕКТРОДИАГНОСТИКА НЕРВНЫХ ПОРАЖЕНИЙ**

410-833-1011

116 Westminster Pike

Suite #106

Reisterstown, MD 21136



LAW OFFICE OF
ZHANNA A. MAYDANICH P.A.

РУССКОГОВОРЯЩИЙ АДВОКАТ

11403 Cronridge Drive, Suite 230
Owings Mills, MD 21117

443-394-3900

e-mail: Zhanna@zmatlaw.com

www.Zmatlaw.com



19 лет практики

REMODELING COMPANY

В КОМПАНИЮ ПО РЕМОНТУ ДОМОВ

ТРЕБУЮТСЯ РАБОЧИЕ

- При необходимости возможно обеспечение жильем и транспортом
- Full time гарантирован
- Опыт работы желателен

Hiring helpers • students welcome

443-827-8089



Адвокаты

**Вадим
Мжень
и Jack
Lebowitz**



Baltimore
410-654-3602

Rockville

301-998-6100

www.MarylandInjuryLawyer.net

АВАРИЯ?

звоните
24 часа в сутки
410-935-6369



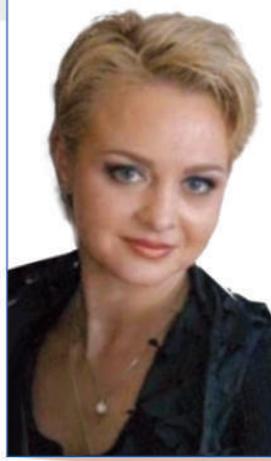
9 Park Center Ct, Suite 220, Owings Mills, MD 21117

ADVANCED PHYSICAL THERAPY, LLC**Дорогие Друзья!****Наш офис открыт
и ждёт вас с нетерпением!**Мы используем новейшие
антибактериальные средства
для чистки наших медицинских комнат
и оборудования!

Всё для вашей безопасности!

Звоните!**Мы Вам обязательно поможем
избавиться от Боли!**Пожалуйста, звоните **410-415-0005**
Дина, Лёна и Advanced Physical Therapy ждут Вас!**4000 Old Court Road, St # 100,
Baltimore, MD 21208**

- Принимаем все страховки, включая Медикер.
- БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
- Предоставляется транспорт.

**Безупречная репутация и персональный подход
к каждому клиенту!****Securityplus**
FEDERAL CREDIT UNION**Елена
Бердичевская**Mortgage Loan Officer,
NMLS #: 227663**SPECIAL OFFER
FREE APPRAISAL**

- ◆ Purchases
- ◆ Refinancing
- ◆ FHA & VA Mortgage
- ◆ Home Equity Loans up to 100% value
- ◆ Low Down Payment with no PMI

- БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
- ОБЪЯСНЕНИЕ ФИНАНСОВЫХ ПРОГРАММ
- ОФОРМЛЕНИЕ КРЕДИТОВ В ШТАТАХ MD, PA, VA, FL, NJ, SC, DC, WV и др.

410-281-6285 (O) 410-812-5038 (C)

7135 Windsor Blvd, Windsor Mill, MD 21244

ylena.berdichevskaya@securityplusfcu.org

www.securityplusfcu.org

**443-660-9229 OFFICE****410-961-1010 CELL**

1104 Kenilworth Dr., Towson, MD 21204

REALTOR

ИГОРЬ МАЛЬЦЕВ

lgormaltsev@kw.com

ПОМОЩЬ В ПРОДАЖЕ, ПОКУПКЕ И АРЕНДЕ ЖИЛЬЯМноголетний опыт работы
в сфере недвижимости**ВСЕ КОНСУЛЬТАЦИИ - БЕСПЛАТНО****exp**
REALTY**СВЕТЛАНА ТЕНДЛЕР**

РИЭЛТОР

**ПОКУПКА И ПРОДАЖА
ЖИЛОЙ
И КОММЕРЧЕСКОЙ
НЕДВИЖИМОСТИ**

cell: 443-280-2121

office: 888-860-7369 ext 314

www.stmarylandhomes.com

stmarylandhomes@gmail.com

SAMSON
PROPERTIES9801 Washingtonian Blvd, Ste 600
Gaithersburg, MD 20878**Риэлторские услуги в MD, DC****Olga Andreev****571-224-2838**

andreevolga1@gmail.com

Gina Andreeva**240-506-1976**

home4joy@gmail.com

**ПОКУПКА
ПРОДАЖА
РЕНТ***С нашей командой
чувствуйте себя
надежнее!***ЗВОНИТЕ**
7 дней в неделю**240-630-8689****Eugene Yeroshenko**
Insurance Broker**DRIVE SAFELY, BE COVERED!****Страховое агентство****BRAVO**

MD, VA и DC

СТРАХОВАНИЕ
автомобиля | недвижимости | бизнеса

Удобные и выгодные условия

301-222-3364**301-316-8714**

bravoeugene1@gmail.com

Adult Medical Day Centers

443-914-2161

410-205-5579

LIFEWAY and **Healthy Life**

ТРЕБУЮТСЯ:

**ВОДИТЕЛИ,
РАБОТНИКИ ПО ОБСЛУЖИВАНИЮ
КЛИЕНТОВ**

443-858-7935 • 410-409-0084

Адвокаты

**Вадим
Мжень
и Jack
Lebowitz**



Эффективно защищаем ваши интересы уже 27 лет

Baltimore

410-654-3602

Rockville

301-998-6100

Toll Free: **1-888-311-HURT (4878)**

www.MarylandInjuryLawyer.net

АВАРИЯ?

ЗВОНИТЕ
24 часа в сутки

410-935-6369



9 Park Center Ct, Suite 220, Owings Mills, MD 21117

В мире

Американское гиперзвуковое

Пентагон сделал ставку на гиперзвуковое оружие, которому будут нипочём все современные средства противовоздушной обороны. Отмечается, что одним из самых перспективных американских проектов является НАСМ (Hypersonic Attack Cruise Missile) — крылатая гиперзвуковая ракета воздушного базирования с прямоточным воздушно-реактивным двигателем, которая, как предполагается, будет способна разогнаться в верхних слоях атмосферы до шести тысяч км в час. США утверждают, что их ракета превзойдёт российские и китайские образцы такого оружия.

НАТО и «референдумы»

НАТО увеличит свою помощь Киеву в ответ на фиктивные «референдумы», осуществляемые Россией на оккупированных украинских территориях, заявил генеральный секретарь альянса Йенс Столтенберг. По мнению Киева и его союзников, голосование за присоединение четырёх украинских регионов к России является предлогом для аннексии территорий и эскалации семимесячной войны. «Наш ответ, ответ НАТО — усиление поддержки Украины», — сказал Столтенберг в интервью CNN. «Лучший способ положить конец этой войне — еще больше укрепить украинцев на поле боя, чтобы они могли на каком-то этапе... прийти к решению, приемлемому для Украины и сохраняющему Украину как суверенное, независимое европейское государство», — добавил он. К сожалению, и НАТО, и американская администрация ограничиваются обычно громкими, но туманными заявлениями. Посмотрим, последуют ли за словами и обещаниями реальные дела, военная помощь Украине наступательным оружием.

На украинском фронте

Карта боевых действий, показанная российским министерством обороны на брифинге 4 октября, свидетельствует об отступлении российской армии почти на 30 километров в Херсонской области и полное освобождение Украиной Харьковской области. 4 октября президент Украины Владимир Зеленский выпустил указ, которым объявил ничтожными указы президента России Владимира Путина о признании независимыми Крыма, Донецкой, Луганской, Запорожской и Херсонской областей Украины. Киев заявляет, что намерен вернуть контроль над всеми этими территориями.

Новые санкции

Соединенные Штаты готовы более агрессивно применять санкции в отношении третьих стран за поддержку России, говорится в документе минфина США. В документе сказано, что Штаты готовы использовать санкции для преследования лиц, которые оказывают поддержку находящимся под американскими санкциями или поддерживают подсанкционную деятельность.

В ведомстве заявили, что санкции в отношении структур из третьих стран могут последовать за «существенные сделки» по оказанию материальной поддержки Вооруженным Силам России или российскому оборонно-промышленному сектору. В документе также говорится, что администрация США готова ввести санкции против иностранных граждан и юридических лиц за поддержку референдумов на захваченных территориях.

Ураган «Иэн»

Более 2 млн человек остались без электричества вечером 28 сентября, когда ураган «Иэн» обрушился на полуостров Флорида. Больше всего пострадали жители юго-запада штата, северных районов ураган почти не коснулся. Шторм стал одним из самых сильных, когда-либо обрушившихся на США. Он разрушил

исторический пирс, подтопил ряд домов и отключил электричество в 2,67 млн домов.

Сотрудничество Израиля и Японии

Сайт Arab News комментирует нарастающее военное сотрудничество Израиля и Японии, отражением которого стало подписание министрами обороны двух стран совместного меморандума. Согласно изданию, теперь Японии будет трудно сохранить непредвзятость в палестино-израильском конфликте. Также утверждается, что Израиль интересуется Токио, в том числе, как поставщик оружия России и КНР.

Осторожней с бегущими от мобилизации

Евросоюз должен быть очень «бдителен на внешних границах» при пропуске людей из России, утверждает комиссар по внутренним делам ЕС Илья Йоханссон. «Уклонение от мобилизации не обязательно равносильно противодействию войне как таковой, — отмечает еврокомиссарша в официальном заявлении. — Нельзя также исключать, что российские граждане, пытающиеся избежать мобилизации путем отъезда в ЕС, будут представлять угрозу общественному порядку, внутренней безопасности или международным отношениям одной из стран Евросоюза или всему союзу в целом». Территорию России с момента начала частичной мобилизации покинули примерно 600-700 тысяч человек. Об этом сообщает Forbes. Еще один источник сказал изданию, что РФ покинул почти миллион человек.

Новости израильского спорта

- Чемпионат Европы по волейболу перенесен из Украины в Израиль. Решение было ожидаемым, так как в Украине продолжается война. Страны-хозяйки чемпионата: Италия, Израиль, Северная Македония, Болгария.

- Бывшая первая ракетка мира серб Новак Джокович вышел в четвертьфинал турнира в Тель-Авиве, победив испанца Пабло Андухара 6:0, 6:3. Матч продолжался около полутора часов. В четвертьфинале легендарный серб сыграет с канатцем Васеком Поспишилом, обыгравшим израильянина Эдана Лешема 6:3, 6:2.

- Женский чемпионат мира по хоккею в дивизионе 3В пройдет в Метуле (Израиль) с 17 по 23 апреля. В нем примут участие сборные Израиля, Сербии, Боснии и Герцеговины. Молодежная сборная Израиля (игроки до 20 лет) сыграет в Стамбуле. Чемпионат дивизиона 3В пройдет с 7 по 14 января.

Соперники израильянин сборные Турции, ЮАР и Болгарии.

- Сборная Израиля по футболу заняла первое место в группе 2 Лиги В и в следующем розыгрыше Лиги наций сыграет в Лиге А. Израильяне победили сборную Албании 2:1.

Норвежский газ в Европу

Европа не осталась без газа, несмотря на повреждение трубопроводов «Северного потока». Природный газ начал поступать в Польшу по новому трубопроводу Baltic Pipe из Норвегии через Балтийское море. Baltic Pipe стал основой давней стратегии Польши по диверсификации поставок газа из России. Война России в Украине не только заставила европейские страны пересмотреть их зависимость от российских энергоносителей, но и придало импульс завершению строительства Балтийского трубопровода, соединяющего Польшу с норвежскими газовыми месторождениями.

Поправить положение

Мнение

Летом 1969 года тридцатилетний недоучившийся студент-диссидент Андрей Амальрик написал и передал на Запад небольшое эссе под названием «Просуществовать ли Советский Союз до 1984 года?»

Статья была напечатана и вызвала фурор своей очевидной парадоксальностью: все дружно сходились во мнении, что автор, мягко говоря, преувеличил масштаб проблем...

Амальрик утверждал, что советское государство становится все более нежизнеспособным по нескольким причинам: разочарование людей в системообразующей идеологии, окоченелость государственного аппарата, неэффективность экономики, повсеместное бюрократичивание с формированием паразитического номенклатурного класса и подспудно тлеющие межнациональные конфликты. Правда, при этом он отмечал, что сами по себе эти проблемы еще не смертельны. Смертельной же становится попытка «поправить положение» при помощи самого радикального лекарства, имеющегося в распоряжении власти: войны. «Действительно, — писал Амальрик, — не начни правительство Николая II войны с Японией, не было бы революции 1905–1907 годов, не начли оно войны с Германией, не было бы революции 1917 года. Отчего всякое внутреннее дряхление соединяется с крайней внешнеполитической амбициозностью, мне ответить трудно. Может быть, во внешних кризисах ищут выхода из внутренних противоречий. Может быть, наоборот, та легкость, с которой поддается всякое внутреннее сопротивление, создает иллюзию всемогущества. Может быть, возникающая из внутривластной

ских целей потребность иметь внешнего врага создает такую инерцию, что невозможно остановиться — тем более, что каждый тоталитарный режим дряхлеет, сам этого не замечая...».

Пожалуйста, перечитайте еще раз этот и скажите — разве он не применим каждой своей буквой к нынешней ситуации? Разве «внутреннее дряхление» нынешней России (коллапс науки и технологии, всепроникающая коррупция, бегство мозгов, межклановая борьба силовиков) не «соединяется с крайней внешнеполитической амбициозностью»? Разве возникшая в Кремле «иллюзия всемогущества» не определяется «легкостью, с которой подавляется всякое внутреннее сопротивление»? Разве «потребность иметь внешнего врага» не создала «такую инерцию, что невозможно остановиться» — инерцию, необратимо приводящую к нынешней войне? По сути, логика Амальрика предельно проста и ясна:

1) Неразрешимые проблемы, накапливающиеся в авторитарных и тоталитарных режимах еще не означают крушения: на угасание дряхлеющих монстров могут уйти десятилетия.

2) Тем не менее, власти не в состоянии удержаться от попыток «поправить положение», сначала внося небольшие «улучшения» — что называется, «тут и там», а затем приступая к половинчатым реформам.

3) Когда вышеупомянутое не помогает, правителям режимов крайне трудно — до невозможности — удержаться от попытки применения самого радикального средства: войны. Как правило, они идут на этот шаг, пребывая в иллюзии собственного всемогущества, проистекающей из успеха тотального подавления внутреннего сопротивления.

4) С началом войны, во-первых, обнаруживается, что всемогущество иллюзорно, и, во-вторых, одним махом выплескивается наружу весь вал накопившихся проблем. Что, в свою очередь, неминуемо приводит к падению режима.

В 1975-м году, когда я двадцатилетним мальчишкой прочитал полустертую машинописную статью Амальрика (за ее хранение и распространение давали тогда срок), она показалась мне, как сказали бы сегодня, забавным «троллингом». При всей логичности доводов, перед мощью советского колосса пасовала любая логика. Кто мог в те годы поверить, что у колосса даже не глиняные, а ватные ноги?

Амальрик убился (а может, убили) в автокатастрофе в Испании осенью 1980-го, не дожив одиннадцати лет до блестящего исполнения своего пророчества. Сбылись все вышеперечисленные пункты его анализа. Сначала Советская власть долго и мучительно пыталась «поправить положение». Помните «хозрасчет»? Помните «разрядку международной напряженности»? Помните брежневское «экономика должна быть экономной»? Помните андроповскую «борьбу с коррупцией»? Помните горбачевское «пьянству — бой», а затем его же «ускорение, перестройка, гласность»?

Была и война. Правда, тут Амальрик ошибся в оценке потенциального противника: полезть на Китай Совету не осмелились, удовлетворившись «маленькой войнушкой» в Афганистане. Что не меняет суть происходящего: после Афгана СССР покотился под откос. Отчаянные попытки Горбачева «поправить положение» лишь усугубляли ситуацию (конечно, он не был ни героем, ни реформатором, а всего лишь старался реанимировать, удержать, спасти издыхающую систему). Дальней-

шее известно.

Выше уже отмечалось несомненное сходство путинской России с Советским Союзом 80-х годов. Повторю эти общие признаки еще раз, ибо важно: внутреннее дряхление власти, внешнеполитическая амбициозность, иллюзия всемогущества и потребность иметь внешнего врага, создающая такую инерцию, что невозможно остановиться. Путин не остановился, потому что НЕ МОГ остановиться. Кто-то еще полагает, что нападение на Украину было случайностью, капризом выжившего из ума мегаломана? Нет, эта война — неизбежность. Ее не могло не быть.

Кстати, попытки «поправить положение» без этого сильнодействующего средства тоже имели место. Помните судорожные поиски «духовных скреп», а также розовые мечты о «нанотехнологиях», о доминирующем Роскосмосе, о системе ГЛО-НАСС, затыкающей за пояс американскую GPS, о Русской Силиконовой долине в Сколково, о невиданном чудо-оружии?.. Но осинки не рожают апельсинки, а авторитарный строй несовместим с передовой наукой и эффективной технологией.

Все вышеперечисленные попытки закончились наподобие брежневских «пять в четыре»: Роскосмос отменился лишь космическим масштабом распила бюджетов, единственный авианосец счастлив уже тем, что не утонул при переходе из Северного в Средиземное, ГЛОНАСС влору переименовывать в ГЛЮКНАНАС, а Сколково — в Скакалково. Ну так вот: поехали — и хватит. Пора переходить к радикальным мерам. Они и перешли. Недавний указ о мобилизации — еще одна судорожная попытка «поправить положение».

И какой по счету окажется эта, нынешняя, путинская? Увидим.

Алекс Тарн

ОПЫТНЫЙ РУССКОГОВОРЯЩИЙ АДВОКАТ



АЛЕКС ПОБЕРЕЖСКИЙ
ДОКТОР ЮРИСПРУДЕНЦИИ США

Помощь на русском языке 410-484-3130

Наш офис удобно расположен в центре Pikesville
104 Church Lane, Suite 201, Pikesville, MD 21208

Первая бесплатная конфиденциальная консультация

1-877-ALEX-HELP (1-877-253-9435) или lawhelp@usa.net

410 - 484 - 0400

www.ALexHelp.com



ГРАЖДАНСКИЕ ДЕЛА

- АВТОМОБИЛЬНЫЕ АВАРИИ
- ТРАВМЫ НА РАБОТЕ
- НЕСЧАСТНЫЕ СЛУЧАИ
- МЕДИЦИНСКИЕ ОШИБКИ

УГОЛОВНАЯ ЗАЩИТА

- ДОРОЖНЫЕ ПРОИСШЕСТВИЯ
- ВОЖДЕНИЕ В НЕТРЕЗВОМ ВИДЕ (DUI, DWI)
- КРАЖИ
- НАРКОТИКИ
- ДРАКИ

АГРЕССИВНО ПРЕДСТАВЛЯЕМ ВАШИ ИНТЕРЕСЫ

Materials published in our newspaper do not necessarily reflect the views of the paper or the publisher. Each author is personally responsible for libel or any damage caused by articles appearing in the newspaper. Vital Connections is not responsible for the content of advertising. The design, images, original articles and layout are the properties of Vital Connections. Unauthorized use is a violation of copyright laws of the United States.

РЕКЛАМА и ЖИЗНЬ
www.adandlife.com
ИНФОРМАЦИОННО-РЕКЛАМНАЯ ГАЗЕТА
PUBLISHER - VITAL CONNECTIONS INC.

Издатель
Виталий Рахман
Менеджер
Ирина Вольская
Редактор
Владимир Крастошевский
Дизайнер
Эмма Рабиза

1051 County Line Rd., Unit 112
Huntingdon Valley, PA 19006
215-354-0844 * 215-354-0842
215-240-4396 * 1-888-349-8877
Fax: 215-354-1323
e-mail: vc.inc@aol.com

Дизайн и текст реклам, подготовленных Vital Connections, являются собственностью компании и перепечатке не подлежат.

За содержание рекламных материалов и объявлений редакция ответственности не несёт. Использование материалов редакции без разрешения преследуется законом.

К сведению авторов статей и писем: редакция принимает к рассмотрению материалы, набранные на компьютере и отправленные по e-mail.

Редакция не вступает в переписку, рукописи и иллюстрации не рецензируются и не возвращаются.

Редакция не несёт ответственности за содержание статей и не всегда разделяет мнение авторов.

Новости Мэриленда

◆ Обвинение в шпионаже

Джонатан и Дайана Тоббе из Аннаполиса, штат Мэриленд, признали себя виновными в федеральном суде в Мартинсберге, Западная Вирджиния, по пункту обвинения в преступном сговоре с целью передачи конфиденциальных данных. Каждому грозит максимальное наказание в виде пожизненного заключения и штраф в размере 100 000 долларов, хотя прокуратура требует приговора для Дайаны Тоббе на самом низком уровне рекомендуемого диапазона. Прокуратура заявила, что 43-летний Джонатан Тоббе злоупотреблял своим доступом к сверхсекретной правительственной информации и неоднократно продавал подробности об элементах конструкции и тактико-технических характеристиках подводных лодок класса «Вирджиния» кому-то, кого он считал представителем иностранного правительства, но который на самом деле был агентом ФБР под прикрытием.

◆ Новые коды в Мэриленде

Мэриленд объявляет о новом коде, который, вероятно, появится в следующем году. Комиссия по государственной службе Мэриленда объявила в среду о добавлении 227 в качестве нового кода к телефонным номерам. Новый код будет обслуживать те же географические районы в Мэриленде, которые в настоящее время используют коды 240 и 301 — округов Аллегани, Чарльз, Гарретт, Монтгомери, Принс-Джордж, Сент-Мэри, Вашингтон, Фредерик, Ховард, Кэрролл и Энн Арундел. Комиссия подсчитала, что оставшееся количество доступных телефонных номеров с кодами городов 240 и 301 будет исчерпано к концу весны 2023

года, что потребует установления нового кода для удовлетворения будущих потребностей в регионе.

Жители Мэриленда, у которых уже есть код города 240 или 301, могут сохранить свои существующие коды городов и номера телефонов.

◆ Тревожный уровень токсинов, сбрасываемых в водные пути

Согласно отчету, опубликованному Фондом Мэриленда PIRG, в 2020 году промышленные предприятия сбросили не менее 94 000 фунтов токсичных химикатов, включая PFAS, в водные пути Мэриленда.

В отчете «Опустошение наших водных путей» используются статистические данные из Реестра выбросов токсичных веществ Агентства по охране окружающей среды США за 2020 год, и здоровье водных путей Мэриленда рассматривается в контексте более широких национальных экологических тенденций. «Загрязнители слишком часто безрассудно избавляются от химических веществ, вызывающих рак, нарушения развития и репродуктивной функции. Пришло время остановить этот токсичный сброс и привлечь загрязнителей к ответственности за вред, который они наносят общественному здоровью и окружающей среде». Отчет появился после того, как Департамент окружающей среды MD определил, что в питьевой воде есть следы токсичного PFAS.

◆ Новые органические напитки от создателя Honest Tea

Предприниматель из округа Монтгомери возвращается в чайный бизнес, и в сентябре его новая линейка органических

напитков появилась на прилавках магазинов. После создания Honest Tea в 1998 году Сет Голдман и его деловой партнер Барри Нейлбафф продали бренд Coca-Cola. Производитель напитков объявил о постепенном отказе от напитка. Теперь он запускает новый чайный бизнес под названием Just Ice Tea, который начнет продаваться в продуктовых магазинах в этом месяце. Goldman не одинок в своем стремлении вернуться к чаю. Он сказал, что более половины сотрудников Just Ice Tea работали с ним в Honest Tea. «Just Ice Tea вдохнули в них новую жизнь. Голдман говорит, что его новая линия чая лучше, чем его первое творение.

◆ Расширение закона «move over»

Штат расширяет закон «move over», который требует, чтобы автомобилисты делали объезд при приближении к аварийным службам, правоохранительным органам, эвакуаторам, коммунальным и транспортным средствам, когда они остановлены, стоят или припаркованы на шоссе с мигающими огнями. Или, если объезд невозможен, то водителям нужно снизить скорость. С субботы автомобилисты также должны менять полосу движения или снижать скорость при приближении к любому остановившемуся, стоящему или припаркованному транспортному средству, показывающему предупреждающие сигналы. «Если вы сталкиваетесь с неисправным транспортным средством любого типа на любой дороге, вы должны объехать, чтобы предоставить этому транспортному средству достаточно места для безопасности», — заявил сенатор Джефф.

Обзор печати

Остановить расточительство

Программа Байдена по облегчению студенческого долга сталкивается с первым юридическим препятствием. Фрэнк Гаррисон, юрист Pacific Legal Foundation, подал иск, чтобы помешать президенту раздавать студентам массовые подачки. В прошлом месяце Байден объявил о прощении студенческих кредитов в размере до 20 000 долларов на студента, что, как ожидается, ляжет на американскую экономику бременем в размере 500 миллиардов долларов. Другой поверенный Pacific Legal Foundation Калев Крукенберг заявил, что Конгресс не наделил президента широкими полномочиями в одностороннем порядке аннулировать студенческие ссуды, а это означает, что действия Байдена противоречат Конституции. Согласно Конституции США, только Конгресс может принимать законопроекты, связанные с деньгами. Исполнительная власть правительства не имеет законных полномочий обременять экономику США программой на 500 миллиардов долларов посредством простого пресс-релиза, добавил Крукенберг.

Арестованы за шпионаж

Министерство юстиции США предъявило бывшему военному и его жене обвинение в заговоре с целью передачи России конфиденциальных медицинских данных военнослужащих. По данным зачитанного в суде обвинения, майор в отставке Джейми Ли Генри, бывший военный врач, и его жена Анна Габриэлян, профессиональный анестезиолог, намеревались передать в Россию индивидуальные медицинские данные военных США, к которым они имели профессиональный доступ. В обвинительном заключении сказано, что намерение появилось после начала полномасштабного вторжения России в Украину. Габриэлян встретила с кем-то, кого она считала российским госслужащим, но который на самом деле был агентом ФБР. Габриэлян сказала ему, что «мотивирована патриотизмом по отношению к России» и хотела бы «оказать России любую возможную помощь, даже если это означало бы увольнение или тюремное заключение». Она также вызвалась привлечь к заговору своего мужа, заявив, что у него, среди прочего, есть информация о военной помощи США Украине. На следующей встрече уже Генри сказал агенту, что тоже «привержен России» и даже подумывал о том, чтобы пойти добровольцем в армию РФ. Через некоторое время пара действительно передала агенту информацию о действующих и бывших военнослужащих и их семьях.

— 12 апреля сообщалось, что в Польше арестован гражданин России, которому предъявлено обвинение в шпионаже в интересах РФ.

— 26 августа появились сообщения, что агентура РФ в Германии шпионила за процессом обучения украинских военнослужащих работе с западными вооружениями.

Демократия по-немецки

Известна фраза Людовика XIV: «Государство — это я» как пример политическо-го высокомерия. В демократическом обществе не должно быть такого высокомерия среди выборных представителей народа. Относится ли это все еще к нам? С тех пор, как Федеральное ведомство по защите Конституции отнесло такое правонарушение, как «делегитимация государства» (во времена ГДР это называлось «антигосударственной агитацией»), к разряду заслуживающих пристального внимания, возникает все больше сомнений в том, живем ли мы еще в демократии, или мы уже в автократии. Если больше не разрешается критиковать правительство, не разрешается называть его неправильными решениями таковыми, если человека осуждают или даже криминализируют в случае, когда он все же делает это, демократия становится лишь пустым звуком, фиговым листком для правящей системы.

Всем, кто считает подобное высказывание преувеличением или даже искажением, стоит обратить внимание на высказывания двух женщин-политиков. Министр внутренних дел Нэнси Фэзер разработала весьма своеобразную концепцию демократии, которая отождествляет оную с политиками и их решениями. Газете Handelsblatt она заявила: «Конечно, есть опасность, что те, кто в эпоху „короны“ уже кричал о своем презрении к демократии, часто маршируя по улицам бок о бок с правыми экстремистами, попытаются использовать резко растущие цены в качестве новой темы для мобилизации». Значит, те, кто во время «короны» выступал против хаотичных правительственных мер, которые, как выяснилось через два года, так и не были проверены на эффективность, тем самым «кричали о своем презрении к демократии», хотя на самом деле они делали обратное, а именно — призывали к демократической прозрачности и открытой дискуссии, как это принято в функционирующих демократиях?

В условиях быстро надвигающегося энергетического кризиса также следует ожидать протестов, по крайней мере, со стороны тех, кто с трудом оплачивает счета за электроэнергию, чьи квартиры остаются холодными, а электричество отключено. И министр уже принимает меры по их превентивной дискредитации. По словам Фэзер, популисты и экстремисты используют любой кризис для того, чтобы посеять в обществе страх и внести раскол, а также для распространения угроз и ненависти. «Они хотят еще больше усугублять кризисы, с тем чтобы наживаться на них». Так, по мановению министерской руки экстремизм становится любой, кто осмеливается задавать вопросы о причинах энергетического кризиса. Однако это не стихийное бедствие и не работа Путина, это рукотворная проблема, созданная политиками. Односторонняя приверженность Германии зависимым от погоды видам энергии в сочетании с одновременным отказом от ядерной энергии и угля (по словам Олафа Шольца, «потому что мы можем») сделала нас экзистенциально зависимыми от газовых электростанций, которые вынуждены выработать электроэнергию, для того чтобы компенсировать колебания в сети, вызванные «возобновляемыми источниками энергии». Авторы «энергетической реформы» — именно они породили энергетический кризис, потому что сделали нас зависимыми от российского газа и поставили Путина в положение, позволяющее ему шантажировать нас сейчас. Любой,

кто в свое время предостерегал против такого развития событий, был объявлен «сторонником теорий заговора».

Теперь последствия этого чудовищного политического высокомерия со всей силой обрушиваются на все общество, а наш министр внутренних дел не может придумать ничего лучшего, чем угрозы. По ее словам, органы безопасности очень внимательно следят за экстремистскими сообществами: «Мы готовы, в том числе и к возможным новым протестам». Чтобы усовершенствовать отвлекающий маневр, критиков правительства клеймят как людей, презирающих демократию. По мнению Фэзер, правительство — это демократия, а все его критики — противники демократии.

Вторая дама из политического истеблишмента, к которой стоит прислушаться, если вы задаетесь вопросом, в каких условиях мы живем сегодня, — это министр по делам семьи Жозефин Пауль из нового правительства Северного Рейна — Вестфалии. Если следовать планам этого правительства, возглавляемого некогда буржуазной партией, Германия быстро превратится в страну стучащейся. Когда в 1992 г. были открыты досье Штази, мир был потрясен обилием доносов в ГДР. Офицерам Штази приходилось кропотливо вербовать своих информаторов, тайно встречаться с ними, платить им и постоянно мотивировать их. Настроение в ГДР было явно против доносчиков, которых считали самыми большими негодяями в стране.

Уже впервые заглянув в свое досье Штази, активистка борьбы за гражданские права Бербель Болай предупредила, что методы Штази будут внимательно изучены и взяты на вооружение: «Они будут немного адаптированы, чтобы соответствовать свободному западному обществу. Нарушителей порядка также не обязательно будут арестовывать. Есть более тонкие способы сделать кого-то безвредным. Но тайные запреты, наблюдение, подзорование, страх, изоляция и исключение, клеймение и лишение голоса тех, кто не соответствует, — все это вернется... Создадут институты, которые будут работать гораздо эффективнее, гораздо более тонко, чем Штази».

Вот мы и подошли к этому. Пока только в Северном Рейне — Вестфалии, но, опасаюсь, и другие федеральные земли последуют за ней. Как объявила «зеленый» министр по делам семьи, правительство Хенрика Вюста (ХДС) хочет создать «уникальную для Германии систему бюро регистрации случаев дискриминации, которые ниже порога наказуемости и поэтому не регистрируются в полицейской статистике». Это открытый призыв к доносам. Доносчик больше не является презираемым негодяем, его открыто обхваивает правительство. Для того чтобы доносы было легче совершать, создаются специальные офисы, которые не являются секретными, как конспиративные квартиры Штази, а полностью открыты. Здесь любой может донести на любого, и это ниже порога наказуемости. Как оцениваются такие «отчеты», каковы последствия для тех, кого разоблачают? Идея, похоже, взята из времен охоты на ведьм, за исключением того, что обвиняемым больше не нужно бояться за свою жизнь, только за свою репутацию. Это те самые более изощренные методы, против которых предостерегала Бербель Болай. Есть ли у нас еще свобода мнений? О да, каждый может свободно и публично выражать свое мнение. Но ему придется жить с последствиями, если он хоть на йоту отклонится от заданного коридора мнений, который сей-

час напоминает игольное ушко: удаление роликов на YouTube, записей в Facebook и Twitter, закрытие аккаунтов, угрозы через адвокатов и многое другое. На вопрос, насколько все это соответствует демократии, каждый должен ответить для себя сам.

Вера Ленгсфельд, «Еврейская панорама»

Нищая армия

Подлежащим мобилизации россиянам рассказали, что нужно делать, если пришла повестка, — бежать в магазин. На войну новобранцы должны собираться как дворяне 19 века, то есть иметь все свое — от шашки до коня. Согласно списку, который бросают в почтовый ящик вместе с повесткой, мобилизованным при явке в пункт сбора следует принести с собой:

- наличные деньги разными купюрами в пределах 10 тысяч рублей;
- то, на чем спать, предметы личной гигиены, включая шампунь, стиральный порошок и щетку для чистки обуви;
- еду на несколько дней и посуду — металлические приборы, котелок и даже горелку;
- камуфляжный костюм или комплект типа «горка»;
- одежду и обувь, запас теплых шерстяных носков и теплых стелек, термобелье, свитеры, шнурки для берцов, флисовая шапка и балаклава, а также несколько комплектов перчаток;
- личную аптеку с запасом лекарств минимум на три месяца, в ней должны быть перевязочные, обеззараживающие и кровоостанавливающие препараты, обезболивающие и противовоспалительные, таблетки от давления, мигрени, боли в желудке и т. д.
- желательно приобрести собственные бронешлемы и бронежилеты. При этом смартфоны категорически запрещены, брать на войну можно только кнопочные телефоны.

Диверсия на газопроводах

Вечером 26 сентября 2022 года операторы газопроводов СП-1 и СП-2 сообщили о падении давления на трех из четырех ниток. Датская армия зафиксировала утечку газа в двух разных местах в Балтийском море недалеко от берегов острова Борнгольм. Шведские и датские сейсмологи зарегистрировали подводные взрывы на маршрутах газопроводов, первый — в 02:03 ночи, второй — в 19:04. Две из четырех утечек — в шведской экономической зоне, еще две — в датской. ЦРУ предупреждало Германию об угрозе нападения на газопроводы в Балтийском море еще несколько недель назад. Bild пишет, что диверсию на дне Балтики могли провести подводники или дроны ГРУ. Альянс НАТО заявил, что повреждение трубопроводов «Северный поток — 1» и «Северный поток — 2» в международных водах Балтийского моря вызывает глубокую озабоченность. Вся доступная на данный момент информация указывает на то, что это результат преднамеренных, безрассудных и безответственных актов саботажа. Альянс выразил обеспокоенность, что утечки создают опасность для судоходства и наносят ущерб окружающей среде.

Killian Law Group, LLC

Александр Биндер

Aleksandr Binder

Говорю по-русски

Прямая линия **443-660-6540**

Killianlawgroup.com

Attorney@Killianlawgroup.com



Роберт К. Стегман III

Robert K. Stegman III

Dolfield Office Park
400 Redland Ct., Ste 204
Owings Mills, MD 21117

443-600-5540

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

- ◆ Автомобильные аварии
- ◆ Криминальная защита
- ◆ Вождение в нетрезвом состоянии – DUI, DWI
- ◆ Нарушение правил дорожного движения

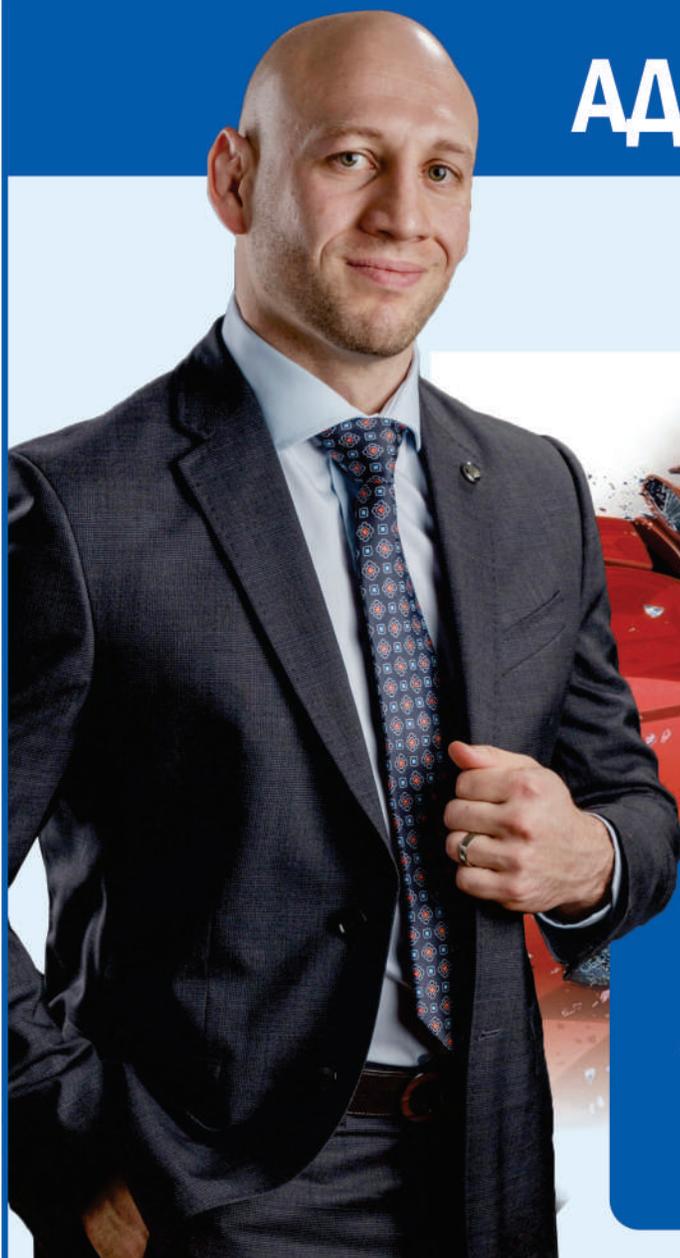


- ◆ Драки, нападения, кражи
- ◆ Медицинские ошибки
- ◆ Травмы на работе
- ◆ Несчастные случаи
- ◆ Родовые травмы

АДВОКАТ АЛЕКСАНДР БИНДЕР

АВТОМОБИЛЬНЫЕ АВАРИИ

ТЫСЯЧИ ВЫИГРАННЫХ ДЕЛ



Вы ничего
не платите
до успешного
завершения
дела



443-GET-PAID

443-438-7243

В ГОСТЯХ У ГИППОКРАТА

Доктор Влад советует

У читателя может сложиться впечатление, что доктор Влад совершенно отрицает таблетки и предлагает лечиться только народными средствами. Но это далеко не так! В этой статье я попытаюсь выразить свое отношение к традиционным и нетрадиционным методам лечения.

Собственно говоря, все виды лечения можно разделить на терапевтические (консервативные) и хирургические. Начнем, пожалуй, с хирургии. Всегда ли она нужна и насколько эффективна? Лично я считаю, что хирургия, безусловно, нужна только в отделении травматологии. То есть, если случилась какая-то авария, ранение. Тут вообще нет сомнений. Но с другой стороны, вы знаете, как много в хирургии «голубых аппендицитов»? То есть, врач диагностирует аппендицит, больного на стол, под нож, вырезают аппендикс. А отросток, так, ничего себе. Мог бы еще послужить лет 50. Нам еще в институте говорили потихоньку, что едва ли не половина всех вырезанных аппендицитов можно было и не трогать. Конечно, проще и, в большинстве случаев, надежнее удалить аппендикс или желчный пузырь, чем разбираться в том, а чем же человек болен на самом деле. Не согласен я с тем, что, если заболело, нужно вырезать. Пусть это даже простые железы. Если состояние не представляет угрозы для жизни (как перитонит, например), то хорошо бы попробовать полегчить консервативно, прежде чем ложиться на операцию. Правда,

СТОИТ ЛИ ЛЕЧИТЬСЯ ТАБЛЕТКАМИ?



у этой палки есть второй конец. Иногда пациент тянет-тянет с операцией, пока уже она не становится бесполезной. Об этом тоже следует помнить. Вывод для хирургии. Прежде чем дать согласие на операцию, мало все взвесить 33 раза. Надо бы обойти нескольких врачей. Если все они категорично за операцию, тогда поднимайте руки и сдавайтесь хирургам.

Теперь о консервативных методах лечения. Ну, это, в общем, основной и самый популярный вид лечения. Прописываются таблетки, пилюли, мази и прочие лекарственные средства, и человек ими лечится. Вот тут мы уже прямо подошли к названию статьи. А именно, следует ли лечиться именно таблетками. Имеется в виду фармакологическими средствами из обычной аптеки. Знаете, я хоть и приверженец нетрадиционных методов лечения, но таблетки отрицать глупо.

Поговорим о серьезных медикаментах. Я где-то читал, что во время войны на инсулине делались огромные деньги. Человек больной диабетом вообще не может без инсулина. Так что инсулин ему, как воздух просто. Если продолжать про военные времена, то примерно в это же время изобрели пеницил-

лин. Тогда сифилис лечили одной дозой в 100.000 ЕД. А сейчас это ребенку с ангиной уже маловато. Но ведь опять есть другая сторона медали. Если постоянно, в дело и не в дело, принимать антибиотики, то разрушится внутренняя защита организма. При этом дозы антибиотиков нужно все увеличивать! Так же как при легких формах диабета или даже просто при подозрении на диабет врач иногда назначает сильные препараты. Как результат, поджелудочная железа просто сворачивает свою деятельность. Зачем ей работать, если инсулин и так идет в нужных количествах извне. Еще один пример — запоры. Ладно, если вам уже сто лет в обед, и вдруг случился запор. Тогда без слабительных не обойтись, тут облегчение, практически, жизненно необходимо. А если Вам 30–40 лет, то разумнее было бы прежде попробовать немедикаментозные методы лечения. Укреплять брюшную стенку приседаниями и наклонами вперед, кушать больше овощей и клетчатки, не давать лениться кишечнику! Потому что один раз вы приняли слабительное, другой раз... пятнадцатый! И свой кишечник уже не работает! А зачем ему, если в случае чего — в рот летит таблетка!

Строго говоря, таблетки делятся на прекращающие боль и помогающие органам справиться с недомоганием. В первом случае, с обезболиванием, это вообще не лечение, разумеется. Боль сигнализирует о неполадках в организме. Надо выяснять, что там, а не принимать анальгин горстями. Это как если загорелась лампочка «check engine» на приборной панели. Можно просто ее выдернуть, чтоб не надоедала. Но мотор-то нуждается, по крайней

мере в осмотре! Теперь о помощи. Конечно, если поднялась температура при пневмонии, или раздулось горло при ангине, то без антибиотиков не обойтись. По крайней мере, коротким курсом, дня 3–4. Или при панических атаках (я специально привожу примеры из разных областей), если человек готов лезть в петлю, то лучше выпить таблетку и убрать симптоматику, чем слушать музыку на собственных похоронах. Таких примеров можно приводить до бесконечности. И вывод будет один — таблетки нужны, отрицать их совсем просто глупо. Просто нужно аккуратнее к ним относиться. Общее правило такое — выбирать свою, минимальную дозу, чтобы не переборщить. Тем же паникерам, знаете как тяжело соскакивать с тяжелых психотропов. А надо, потому что нельзя человеку всю жизнь работать на аптеку.

Вывод. Таблетки нужны, особенно, когда речь идет о жизни и смерти. Но гораздо разумнее укреплять свой организм, чтобы ни одна болячка не прилипла. Ничего лучше спорта и правильного питания еще не придумали. Кроме того, есть другие методы воздействия на организм, например, восточная медицина. Там совсем другой механизм воздействия, а именно — возбуждается внутренняя аптека человека. У меня нет цели рассказывать сегодня о нетрадиционке. Только еще добавлю, что порой, травы предпочтительнее готовых лекарственных средств. Потому что они действуют мягче, постепенно и не вызывают привыкания, как правило. Так что, ведите здоровый образ жизни, изучайте травы, и здоровья у вас будет сколько угодно!

Доктор Владимир Ячменников

АЛЬТЕРНАТИВНАЯ МЕДИЦИНА

Здоровье

Советы, которые мы публикуем, не обязательно будут действовать на вас так, как это описано в заметках. Возможно, они окажутся бесполезными. Но попробовать стоит — а вдруг поможет!

Печеный лук

Лук обладает сильным антибактериальным действием, об этом знают все. Свежим луковым соком с медом лечат бронхит и пневмонию, снимают приступы кашля. Компрессы из тертого лука помогают при болях в ушах и способны даже снизить температуру тела, если накладывать их на ноги. Но мало кто знает, что полезен не только

свежий, но и запеченный лук. При термической обработке он не теряет свои полезные свойства, даже наоборот!

- Печеный лук поможет справиться с язвами и долго незаживающими ранами! Нужно запечь луковицу прямо в кожуре и прикладывать к больным местам, пока не наступит улучшение.

- Следует использовать печеный лук при лечении фурункулов. Теплый луковый компресс нужно держать на проблемном месте 20 минут в день. Очень скоро фурункул исчезнет!

- Благодаря запеченному в духовке луку можно вылечить даже геморрой! Компрессы из лука обладают дезинфицирующими свойствами и помогают

кожным тканям быстро регенерировать.

- Печеный лук необходимо почаще употреблять в пищу всем, у кого наблюдаются проблемы со свертываемостью крови. После инфаркта или инсульта такой лук рекомендуется есть ежедневно!

- Очень важно вводить приготовленный таким способом лук в свое меню людям, страдающим сахарным диабетом или имеющим предрасположенность к скачкам сахара в крови. Можно есть лук в дополнение к основным блюдам, а можно провести полноценный курс лечения луком или есть его натощак каждое утро. Эффект заметен уже через неделю, а всё благодаря чудесному составу этого овоща: сера и железо в пече-

ном луке помогают нормализовать уровень глюкозы в крови и поддерживают исправную работу поджелудочной железы и печени.

- При употреблении запеченного лука улучшается состояние больных гипертонией и атеросклерозом. Лук помогает сосудам очиститься, избавляет от атеросклеротических бляшек, препятствует резким скачкам кровяного давления.

- После запекания в духовке из лука всего лишь исчезают эфирные масла, которые придают свежему луку специфический вкус и запах. Но польза остается...

Виктор Соколов

ВАЛЕРИАНА ДЕЛАЕТ НАС ВЫНОСЛИВЕЕ

Оказывается, запах спиртовой настойки валерианы оказывает на наш организм омолаживающее действие. Вдыхать аромат нужно обязательно перед сном: один-два раза каждой ноздрей. В первые дни омолаживающей терапии делай неглубокие вдохи (при легкой передозировке на следующий день может побаливать голова).

Запах спиртовой настойки валерианы не только делает нас моложе и выносливее, но и укрепляет ослабленный иммунитет. Уже после первого месяца терапии ты заметишь, что сон твой стал крепче, волосы — более темными и шелковистыми, а глаза — ясными. У тех, кто озабочен проблемами с сердцем и давлением, произойдет заметное улучшение самочувствия: уйдут

боли и слабость. Валериану ни в коем случае не нужно нюхать перед выходом из дома и сложной работой.

О валериановом корне и его настойке нам хорошо известно. Но многие не знают, что сильнейшим оздоровительным эффектом обладает именно запах валерианы. Для проведения процедуры пригодна только спиртовая настойка валерианы.

Валериана содержит большое количество макро- и микроэлементов: калий, кальций, селен, йод, железо, магний, серебро, золото, медь и др. В ней есть особо ценные вещества, придающие препаратам снотворный и успокаивающий эффект. Это — валепотриаты, которые находятся только в корне растения.

Они очень капризны и при тепловой и химической обработке разлагаются. Немецкий врач Самюэль Ганеман считал, что валериану внутрь можно не принимать — достаточно одного запаха. Последующие исследования подтвердили, что при поступлении через легкие настойка валерианы усваивается в 20 раз быстрее и эффективнее, чем при приеме внутрь.

Итак, начинаем с трех неглубоких вдохов. Вдохи делаем спокойно и медленно. И по самочувствию определяем требуемое вам число вдохов. Если после процедуры вы заснули и ваш сон был непродолжительным, то, проснувшись среди ночи, вдохните препарат каждой ноздрей еще два-три раза. Если на следующий день у вас болит голова,

значит, действие валерианы для вас оказалось слишком сильным. В следующий раз перед сном убавьте на одно вдыхание. И таким образом подберете себе индивидуальную дозу вдыханий. При проведении процедуры необходимо добиться такого результата, чтобы, проснувшись, вы почувствовали себя свежим и выспавшимся.

Лечение это не скоротечное, скорее длительное. Но уже в первый месяц появятся первые признаки оздоровления: укрепится даже сильно ослабленный организм. А в течение последующих трех месяцев самочувствие значительно улучшится: сон станет крепче, снизится давление, прекратятся сердечные боли, даже восстановятся седые волосы.

Наталья Сычева

**DRAPER
& KRAMER**

**MORTGAGE
CORP.**



**ALEX
NAUMOVYCH**

Loan Officer
NMLS# 1901024

Phone: **240.642.3615**

Cell: **571.278.6266**

Говорю на русском, украинском,
английском языках

Email: **AlexN@dkmortgage.com**

9210 Corporate Blvd, Suite 345,
Rockville, MD 20850

MortgagesDMV.com

- ПОКУПКА И РЕФИНАНСИРОВАНИЕ
- БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
- СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ ПОДХОД К КАЖДОМУ КЛИЕНТУ
- БЕСПЛАТНАЯ ПРЕ-КВАЛИФИКАЦИЯ НА ИПОТЕЧНЫЙ ПРОДУКТ
- ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ИПОТЕЧНЫЕ ПРОДУКТЫ В СООТВЕТСТВИИ С ВАШИМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ
- ОФОРМЛЕНИЕ КРЕДИТОВ В 50 ШТАТАХ
- СВЫШЕ 120 5-ЗВЕЗДОЧНЫХ ОТЗЫВОВ НА GOOGLE И EXPERIENCE.COM
- FHA, VA, CONVENTIONAL, JUMBO LOANS
- 100% FINANCING AVAILABLE
- FUNDED \$20.6 MLN OF LOANS IN 2021



Агентство по уходу на дому -
FIRST CHOICE HEALTH

Наш медицинский персонал имеет многолетний опыт работы. Мы будем рады сотрудничать с вами и ответим на все ваши вопросы.

МЫ ПРЕДОСТАВЛЯЕМ УСЛУГИ ПО УХОДУ ЗА ПОЖИЛЫМИ ЛЮДЬМИ НА ДОМУ, ВКЛЮЧАЯ:

- Координация записи на прием к врачам
- Измерение давления
- Контроль за приемом лекарств



Phone: (410) 645-7982

Fax: (410) 645-7983

contact@firstchoice-health.org

301 Main Street, Ste 1E
Reisterstown, MD 21136

www.firstchoice-health.org



АГЕНТСТВО FIRST CHOICE HEALTH ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ ПРОВАЙДЕРОВ И КЛИЕНТОВ, НУЖДАЮЩИХСЯ В ПОМОЩИ



LOVING CARE HOME SERVICES

Агентство по уходу за пожилыми людьми

*Мы не просто заботимся о вас,
Мы заботимся о вас с любовью.*



ДЛЯ НАШИХ КЛИЕНТОВ:
- КВАЛИФИЦИРОВАННЫЙ УХОД
- МАКСИМАЛЬНОЕ КАЧЕСТВО
- ПРОФЕССИОНАЛИЗМ

Вы хотите окружить ваших родных заботой?

- Приходите к нам!

Вы хотите получить отличный сервис?

- Приходите к нам!

Мы учтем ваши индивидуальные потребности, составим план по уходу и поможем в решении ваших проблем

НАДЕЖНЫЙ И ДУШЕВНЫЙ ПРОВАЙДЕР ПОЗАБОТИТСЯ О ВАС С ТЕПЛОМ И ЛЮБОВЬЮ

МЫ ПРЕДОСТАВЛЯЕМ ПОЛНЫЙ КОМПЛЕКС УСЛУГ НА ДОМУ

ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ ПРОВАЙДЕРОВ

Отличные условия.
Минимальная оплата \$14+

Для наших провайдеров:
CPR-классы – БЕСПЛАТНО
Physical exam – БЕСПЛАТНО
Fingerprint – БЕСПЛАТНО

Приходите к нам в новый офис – и вы увидите, что у нас лучше!

25 Hooks Lane, Suite 200
Pikesville, MD 21208
410-358-4415 ext.405

481 N.Frederick Rd., Suite 215
Gaithersburg, MD 20879
301-385-1545 ext.409

Говорим по-русски

В ГОСТЯХ У ГИППОКРАТА

Здоровье

Все больше и больше людей во всех своих бедах винят погоду. Пробки на дорогах, плохое настроение у начальства, выяснения отношений с любимым — всему виной магнитные бури, перепады атмосферного давления и повышенная влажность! Мы попытались разобраться, так ли это на самом деле.

Если незадолго до резкого перепада температуры воздуха, атмосферного давления или магнитной бури у вас начинается ломота в суставах, ноет сердце, болит голова, скачет артериальное давление или обостряются хронические заболевания, вас можно назвать метеозависимым человеком. Происходит это из-за того, что, при изменении магнитной обстановки, ваша кровь замедляет свое движение по капиллярам. Специалисты предполагают, что если давление внутри организма внезапно падает, то включается рефлекс, предохраняющий организм от остановки кровообращения. С одной стороны, это спасает организм от гибели. С другой — существенно сказывается на вашем самочувствии.

Некоторые данные говорят о том, что так или иначе зависимы от погоды около 35% взрослого населения. Если вы особенно чутко реагируете на изменения погоды, планируя следующий день или рабочую неделю, послушайте прогноз и включите в план мероприятия по метеозащите.

Температурные перепады

Если еще вчера на улице светило солнце и было 15° тепла, а сегодня термометр показывает на 8–10° меньше, у вас может возникнуть аллергическая реакция. Такое изменение погоды освобождает из ваших клеток гистамин, который провоцирует развитие симптомов аллергии. Причем пострадать от крапивницы и родственных ей проявлений может и здоровый человек, не имеющий склонности к аллергии. Но особенно рискуют астматики: иногда достаточно выйти на холод из теплого помещения, чтобы начался приступ.

Что делать: Накануне и в день похолодания исключите из своего рациона жареные и острые блюда, цитрусовые, шоколад, специи, пряности, сладкое, алкоголь. Уменьшить аллергическую настроенность организма поможет настой корней одуванчика, плодов тмина, травы тысячелистника, цветков ромашки, травы полыни, плодов укропа. Принимайте его по 3 столовые ложки за 30 минут до еды 3 раза в день. Не задерживайтесь там, где курят: табачный дым провоцирует аллергию.

Повышенная влажность

Весной повышенная влажность (свыше 85%) заставляет нас острее реагировать на холод, увеличивая вероятность подхватить простуду, а также воспалительные заболевания почек и суставов. На руку этим недугам играет и контраст между сыростью на улице и слишком сухим (влажность менее 30%) воздухом в доме или офисе. Такая атмосфера сушит слизистые оболочки, нарушая

МЕТЕОЗАВИСИМОСТЬ: ПРАВДА ИЛИ ВЫМЫСЕЛ?

работу мерцательного эпителия, выметающего так называемый «сор» с бронхов, трахеи и носа.

Что делать: Не обольщайтесь весенним солнышком и не спешите сбросить с себя лишнюю одежду, особенно шарф или палантин. Лучше, если в его составе будет шерсть (другими словами шарф должен быть немного колючим). Раздражая рефлекторные зоны дыхательных путей, «кольчужка» из шерсти будет поддерживать в них «боевой дух». А если вы резко почувствуете сухость в носоглотке, промывайте горло теплой минеральной водой без газа с добавлением морской соли (чайная ложка на 0,5 л кипяченой воды).

Перепады атмосферного давления

Комфортная для организма человека норма — около 750 мм ртутного столба. Если давление за сутки падает на 7–8 мм, то в атмосфере уменьшается содержание кислорода. У людей с ослабленным иммунитетом, проблемами дыхательных путей или излишним весом появляются признаки кислородного голодания — слабость, одышка, ощущение духоты, нехватки воздуха. Проявите особую заботу о здоровье в дни, когда перепад атмосферного давления сопровождается повышением влажности воздуха до 80% и более. Так бывает при приближении циклона, приносящего неустойчивую пасмурную погоду с туманами, дождями и порывистым ветром.

Что делать: Насколько возможно, не нагружайте себя работой сверх меры, не планируйте ответственных встреч и важных дел в дни, когда портится погода. В такие моменты трудно сдвинуться с места. Утро следует начинать с зарядки, дыхательной гимнастики, оздоровительного бега или контрастного душа — это тонизирует сердечнососудистую и дыхательную системы. Вместо обычного чая спустя 15–20 минут после еды пейте отвары трав из липы, душицы, зверобоя, ромашки, спорыша, мать-и-мачехи, мяты, иван-чая. Ешьте больше продуктов, содержащих калий (изюм, абрикосы, курагу, бананы, картофель, запеченный или отваренный в кожуре). Позаботьтесь и о сосудах, приняв 2–3 капсулы витамина E.

Антициклон

Антициклон — зона повышенного атмосферного давления, для которой характерна устойчивая малооблачная погода со слабым ветром. Такие погодные условия хорошо переносят все, кроме аллергиков, из-за возрастания концентрации вредных веществ в атмосфере.

Что делать: В этот день вам нужно как можно чаще дышать свежим воздухом. На помощь придет кислородный баллон, купленный в аптеке и прогулки в лесопарковой зоне, вернувшись с которой, промойте полностью нос и прополощите горло солевым раствором — так вы удалите вредные вещества с поверхности кожи и слизистой носоглотки.



Изменения геомагнитного поля и магнитные бури

Повышение солнечной активности или магнитные бури вносят разлад в работу сердечнососудистой, дыхательной и нервной систем, а также изменяют вязкость крови. У больных атеросклерозом и тромбозом она становится гуще и быстрее свертывается, у здоровых, напротив, повышается вероятность кровотечений, в том числе и маточных. Кстати, около 70% инфарктов, гипертонических кризов и инсультов случаются как раз во время пресловутых магнитных бурь.

Что делать: Если у вас есть склонность к носовым кровотечениям или критические дни пришлось на магнитную бурю, полезно 3–5 дней принимать по две таблетки глюконата кальция и по одной таблетке аскорутин 3 раза в день после еды, а также пить кровоостанавливающие настои из листьев подорожника, крапивы и кукурузных рылец.

Что делать, чтобы снизить симптомы метеозависимости

Внимательно следите за сводками погоды.

Укрепляйте иммунитет — так организм будет менее подвержен воздействию внешних факторов.

Сделайте все возможное для того, чтобы накануне тяжелого дня хорошо выспаться.

При смене погоды не выполняйте большие физические нагрузки. Лучше сделайте 15-минутную утреннюю гимнастику, а после примите контрастный душ.

В течение дня не переутомляйтесь. По возможности найдите час для пешей прогулки вдали от шума автомагистралей.

Врачи рекомендуют в «плохие» дни пить перед едой свежесжатые овощные и фруктовые соки, слегка подсоленную минеральную воду или простую кипяченую с добавлением лимонного сока.

Воздержитесь от тяжелой пищи. В меню желательно включить блюда из рыбы, морской капусты, фасоли, чечевицы, свеклы, картофеля в мун-

дире, клюкву.

Если нет аллергии на продукты пчеловодства, то для улучшения самочувствия держите во рту кусочек прополиса (величиной с горошину).

Мнение эксперта

Валерий Крамар, врач-невролог, мануальный терапевт: «В международной классификации болезней в настоящее время такого заболевания, как метеопатия или, как говорят в народе, метеозависимость, — нет. С влиянием магнитных бурь такая же ситуация — это определение, бесспорно, нашло свое отражение в ряде диссертаций по этой теме, но конкретное клиническое значение их неясно, и в современной зарубежной медицинской литературе внимание им не уделяется. Поэтому можно рекомендовать не смотреть прогнозы погоды с целью узнать, когда планируется очередная магнитная буря и когда можно начинать себя плохо чувствовать. Наряду с этим, в медицине используются конкретные диагнозы — тепловой и солнечный удары, холодовая травма и т.д. Меры профилактики перегрева или переохлаждения простые. В жару — много пить (разумеется, в случае наличия заболеваний, требующих индивидуального подхода к водному режиму — цирроз печени, хронических заболеваний почек, сердечной недостаточности, — необходимо проконсультироваться с лечащим врачом). Считается, что в жаркую погоду нужно всегда иметь при себе бутылку с водой и периодически пить воду. Это лучше, чем пить редко, зато помногу. Другие способы охлаждения, такие как применение мокрых компрессов, ношение влажной одежды, использование кондиционеров и вентиляторов, употребление охлажденной воды и мороженого также являются классическими способами, помогающими пережить жаркую погоду. Не следует забывать о том, что при высоких температурах человек теряет не только воду, но и соли, поэтому про употребление соленой и подсоленной воды также не стоит забывать. Но ориентироваться стоит на запросы собственного организма».

Кристина Петровская

ФИНАНСОВАЯ НЕЗАВИСИМОСТЬ с Натальей Спак



- страхование жизни
- умножение капитала
- long term care
- last expense policies
- переводы пенсии из 401к и 403b в персональные IRA



Также предлагаем нотариальные услуги

3313 Paper Mill Road ste1
Phoenix, MD 21131

443-858-4448

47 Main street, Building #2, Reisterstown, MD 21136

IZZY AUTO SERVICE

- ЗАМЕНА МАСЛА от \$29.95
- ТОРМОЗНАЯ СИСТЕМА
- ДИАГНОСТИКА ЭЛЕКТРОННЫХ СИСТЕМ ВСЕХ АВТОМОБИЛЕЙ
включая BMW, AUDI, VW, MERCEDES
- РЕМОНТ ДВИГАТЕЛЯ, ТРАНСМИССИИ, ПОДВЕСКИ и других систем автомобиля



говорим по-русски

SPECIAL OFFER

Brake Pads Replacement **\$99.95**
On most cars

autoizzy@gmail.com Николай Денисенко **410-833-9018**

Вы имеете право получить освобождение от экзамена на гражданство США -

ЕСЛИ

нарушения вашей памяти
не позволяют вам выучить
английский язык
и американскую историю

После консультации
и тщательного
психологического обследования
вы можете получить отчёт,
готовый для подачи
в иммиграционную службу

ЗВОНИТЕ 1-240-401-0017



ABSOLUTE Home Health Care

НАША ЦЕЛЬ - ВАША УЛЫБКА И ЗДОРОВЬЕ



Мы понимаем
ваши проблемы
и предлагаем
профессиональную
помощь
в их решении

410-580-9100

www.myabsolutecare.com

REMODELING COMPANY

В КОМПАНИЮ ПО РЕМОНТУ ДОМОВ

ТРЕБУЮТСЯ
РАБОЧИЕ

- При необходимости возможно обеспечение жильем и транспортом
- Full time гарантирован
- Опыт работы желателен

Hiring helpers • students welcome

443-827-8089

ПЕЧАТАЕМ:
КНИГИ
БРОШЮРЫ
ПЛАКАТЫ
ПОСТЕРЫ
КАТАЛОГИ
ФОТОГРАФИИ
БИЗНЕС КАРТОЧКИ

ЛЮБОЕ
КОЛИЧЕСТВО
ЭКЗЕМПЛЯРОВ

215-354-0842

ВОЗМОЖЕН ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ПЕРЕВОД
С РУССКОГО НА АНГЛИЙСКИЙ И С АНГЛИЙСКОГО НА РУССКИЙ

Колонка редактора

Есть распространенное мнение, что политические пристрастия среднего американца определяют кошелек и холодильник. Попробуем рассмотреть повнимательнее, что происходит с нашими доходами - расходами.

В июне средняя цена бензина была равна \$5. Хотя в Калифорнии она достигала \$7. Расходы американцев на бензин составляют около 10% трат на продовольствие и промышленные товары. Резкий скачок цен на заправках связан с вредительскими решениями «коллективного Байдена» остановить строительство магистрального нефтепровода из Канады и запретить добычу нефти

и газа на федеральных землях. После безуспешных попыток Байдена получить дополнительные поставки нефти от саудитов и Венесуэлы, было принято очередное неумное решение администрации вскрыть стратегические резервные запасы нефти. В результате этих действий, но скорее всего из-за временного падения спроса на нефть, средняя цена бензина по стране упала до \$3.9 за галлон (в Миссисипи \$3.05, в Калифорнии \$6).

Персональный доход американцев увеличился на 0.6%. Однако потребительские расходы выросли на 1.1%. (Цифра, взятая из официального статистического отчета, явно заниженная. Ну, вы помните грустную шутку: «средняя температура по больнице 36 и 6». Рост цен на товары, продукты и услуги реально достигает 30–50%. Этот рост на себе ощущает практически каждый американский гражданин). В августе заказы на товары длительного пользования, например, машины и оборудова-

ОБ ЭКОНОМИКЕ

ние, сократились во втором квартале 2022 г. на 8.6%, а на товары кратковременного пользования (продукты питания и лекарства) упали на 5.5%. Число безработных в стране достигло шести млн. человек. Уровень безработицы вырос до 3.7%. При этом наблюдается такой парадокс: компании не могут найти работников. А зачем работать, если государство развращает людей регулярными подачками (свежеотпечатанными долларами) — то ковидными, то еще какими-то. Экономика США находится в предрецессионном состоянии. Рост ВВП постоянно сокращается. Рост зарплаты на 5.2% ниже прошлогоднего роста.

Недавно обе палаты Конгресса США приняли законопроект о снижении инфляции (Inflation Reduction Act). Он быстро был подписан президентом Байденом и стал законом. Как правило, заготовки законов, которые принимает администрация Байдена, имеют малое отношение к тому, что в данный закон напихали коррумпированные правительственные чиновники. Этот закон — не исключение. Закон предусматривает сокращение к 2030 г. выбросов углекислого газа в атмосферу на 40%. Естественно, с благородной целью немедленно остановить разогрев планеты. Кстати, как именно борьба с «выбросом углекислого газа» должна по замыслу умников из правительства победить инфляцию? Начнем с того, что вся шумная, многолетняя кампания алармистов по борьбе с углекислым газом в атмосфере — это блеф, построенный на глупости и безграмотности одних, и корыстных интересах других. Много раз уже показано и доказано, что деятель-

ность человека практически не влияет на повышение или понижение температуры на планете. Влияют совсем другие факторы, от человека не зависящие, как то — солнечная активность, прецессия земной оси, влияние мирового океана и т.д. В этом вопросе — кто по недомыслию, а кто сознательно — смешивают климат и экологию. Экология, загрязнение воздуха и воды, атмосферы и мирового океана — действительно острейшая проблема, с которой сталкивается человечество. Самые экологически нечистые производства находятся в Китае и Индии. Но ООН, оседлавший экологическую тему, не умеет и не в силах бороться с мощными государствами-нарушителями. Зато бороться с углекислым газом в атмосфере (не только безвредным, но и полезным для человека и его жизни на Земле) — легко, приятно и, главное, денежно. Один ооновский чиновник в порыве откровенности сказал в интервью: «Вы думаете, наша климатическая кампания — это забота о климате? Нет, это о перераспределении финансовых потоков». Понятное дело, кто распределяет и перераспределяет ресурсы и финансы, тот и своим кармане не забывает. Помогают чиновникам в этой мутной деятельности некоторые недобросовестные ученые, которые имеют свои гранты (помните скандал с подделанной температурной «клюшкой»?).

Впечатляет также упорная и шумная борьба левых за «зеленую» энергетику. При этом они декларируют, что заботятся об экологии и снижении расходов на электроэнергию. Правительственные законопроекты предусматривают

стимулы за установку возобновляемых источников энергии, в том числе, солнечных батарей. Поощряется покупка электромобилей.

Губернатор Калифорнии сделал громкое заявление о том, что штат к 2030-му году избавится от автомобилей с бензиновыми и дизельными двигателями и полностью перейдет на электромобили. В то же время он призвал нынешних владельцев электромобилей пореже заправлять свои машины из-за дефицита электроэнергии. Последовательные и толковые заявления, не правда ли?

Солнечные панели могут работать в южных штатах, где обилие солнечных дней. В средних и северных широтах они неэффективны. Электромобили имеют ограниченный пробег без подзарядки. Не решен до сих пор вопрос об утилизации исчерпавших свой ресурс батарей. А где будем брать электроэнергию для зарядки электромобилей? Ну, понятно — из розетки! А деньги будем брать из тумбочки. В общем, господа, бежать впереди прогресса — модно и очень прогрессивно, но может быть, умнее подождать, пока научный прогресс приведет естественным путем к решению этих проблем?

Недавнее безответственное, популистское заявление Байдена о списании студенческих долгов также вызывает массу вопросов. Внепартийный комитет по федеральному бюджету опубликовал свой анализ ситуации. Оказалось, что списание этого долга обойдется американским налогоплательщикам примерно в \$500 млрд.

Подсчитано, что экономическая политика «коллективного Байдена» (мы здесь не рассмотрели еще ряд других «инициатив») ведёт к росту расходов каждого американского налогоплательщика примерно на \$2500 в год.

Владимир Крастошевский

ПРИГЛАШЕНИЕ В МЕТРОПОЛИТЕН ОПЕРА

Вы любите получать подарки? А делать подарки? Если да, то у вас есть замечательная возможность и сделать подарок, и получить его. Подарите СЕБЕ радостное событие в жизни – спектакль в одном из ведущих оперных театров мира, в нью-йоркской Метрополитен опера. Знаю, многие из вас возражают: зачем долгая и не бесплатная поездка в Нью-Йорк, когда в кинотеатре можно за более скромную сумму и оперу послушать, и исполнителей крупным планом увидеть. Можно, конечно, но вы будете в кино, а не в Метрополитен опера. У вас не будет ощущения сопричастности, не будет эффекта присутствия, не будет прекрасного театрального интерьера, сверкающих люстр, не будет живых голосов, наконец, которые в театре звучат совершенно не так, как с экрана.

Метрополитен опера открылась в октябре 1883 года оперой Шарля Гуно «Фауст» и с тех пор удивляет и радует своих зрителей высочайшим классом исполнителей. Здесь нет постоянной труппы. На постоянной основе работают оркестр и хор театра, а солисты и дирижеры приглашаются по контракту на определенные спектакли

или на сезон. В Метрополитен дирижировали Малер и Тосканини, пели Федор Шаляпин, Энрико Карузо, Мария Каллас, Лучано Паваротти, Галина Вишневская, Елена Образцова, Дмитрий Хворостовский, Пласидо Доминго, Анна Нетребко. Приглашение петь в «Мет» - честь для каждого исполнителя.

Театр переехал в нынешнее здание в Линкольн-центре в 1966 году. Главный зрительный зал рассчитан на 3900 мест(!). Хрустальные люстры, подаренные театру Австрией, удивительно изящны и перед началом спектакля поднимаются вверх. Холл украшен интересными скульптурами, но гордость театра – две монументальные фрески Шагала: «Истоки музыки» и «Триумф музыки». К сожалению, они сейчас закрыты для обозрения.

Театр создан на средства акционерного общества «Метрополитен-опера хаус компани» и субсидируется богатыми фирмами и частными лицами, а не государством. В США вообще нет государственных театров, только частные. Почти все оперы исполняются на языке оригинала. В основе репертуара мировая клас-

сика, в том числе и русских композиторов.

По субботам в Метрополитен опера идут два представления – днем и вечером.

Вы приглашены на 11 декабря на дневной спектакль, на оперу Верди «Риголетто». Опера была задумана по мотивам пьесы Гюго «Король забавляется». Она была запрещена цензурой как подрывающая авторитет королевского двора. Итальянское либретто было написано Франческо Пьяве, сотрудничавшего с Верди много лет. По требованию цензуры король был заменен неким герцогом, а вместо шута появился Риголетто.

В спектакле заняты певцы, которые приглашаются в лучшие оперные театры мира. Партию герцога поет американский певец Стефан Кастелло, солист королевского оперного театра «Ковент гарден» в Лондоне. Там же поет исполнительница партии Джильды Лизетта Оропечи. Партию Мадалены исполняет Айгуль Ахмедшина, 24х летняя восходящая звезда мировой оперной сцены из Башкирии. Она тоже поет в «Ковент гарден». Дирижирует Сперанца Скапуччи из Италии. *He nponyчume!*

ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ! ПРИГЛАШАЕМ ВАС В УВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ ПОЕЗДКИ И ЭКСКУРСИИ С МАРШРУТКОЙ

«МАРШРУТКА» ПРИГЛАШАЕТ:

- | | |
|------------------------|---|
| 6 ноября, воскр. | ЗОЛОТАЯ ОСЕНЬ В БАЛТИМОРЕ, ЕГО ДОСТОПРИМЕЧАТЕЛЬНОСТИ, ПОСЕЩЕНИЕ МУЗЕЯ УОЛТЕРС . . . \$ 90 |
| 20 ноября, воскр. | ЕЖЕГОДНОЕ НОВОГОДНЕЕ ШОУ В РАДИОСИТИ, НЬЮ-ЙОРК! Танцуют знаменитые РОКЕТС! ОБНОВЛЕННАЯ ПРОГРАММА. \$ 170 |
| 11 декабря, воскр. | МЕТРОПОЛИТЕН-ОПЕРА, НЬЮ-ЙОРК. ВЕРДИ, «РИГОЛЕТТО» \$ 165 |
| 18 декабря, воскр. | БОТАНИЧЕСКИЙ САД В ПРЕДНОВОГОДНЕМ ВАШИНГТОНЕ И РОЖДЕСТВО В ХРАМЕ МОРМОНОВ \$ 100 |
| 15 января 2023, воскр. | Посещение НАЦИОНАЛЬНОЙ ГАЛЕРЕИ ИСКУССТВ и сада скульптур в Вашингтоне. Коллекция музея насчитывает 141 тысячу экспонатов, среди которых полотно Леонардо да Винчи. «Портрет Джиневры ди Бенчи»- единственная работа Леонардо на двух американских континентах. После трехлетней реконструкции открылось Восточное здание галереи. \$ 100 |

301-928-4199
410-979-4895
Free Call 1-877-288-6283

SUNFRESH PRODUCE MARKET ♦ SUNFRESH PRODUCE MARKET ♦ SUNFRESH PRODUCE MARKET

ВНИМАНИЕ!

В ПАЙКСВИЛЕ,
REISTERSTOWN RD.,
в районе Slade Ave,

SUNFRESH! SUNFRESH! SUNFRESH!

В просторном торговом зале внимательный персонал предложит вам:

- Огромный выбор свежих овощей и фруктов - от привычных до экзотических
- Натуральные, органические продукты
- Фруктовые и овощные соки, газированные напитки, КВАС
- Минеральные воды, Нарзан, Боржоми и другие
- Молочные продукты от лучших фирм - изготовителей: свежее молоко, кисломолочная продукция, сметана, творог, сыр
- Свежие колбасы, консервы мясные и рыбные
- Соленые, маринованные огурцы, помидоры, грибы, перец и др.
- Пельмени, блинчики, торты, печенье, шоколад, конфеты, варенье

НОВИНКА! СВЕЖАЙШИЙ ХЛЕБ ИЗ НОВОЙ ПЕКАРНИ, ИСПЕЧЕННЫЙ ПО СПЕЦИАЛЬНЫМ РЕЦЕПТАМ! ОЧЕНЬ ДОСТУПНАЯ ЦЕНА!

ЖДЕМ ВАС, дорогие покупатели!

Возле магазина большой бесплатный паркинг.

(410) 415-6420

806 Reisterstown Road,
PIKESVILLE, MD 21208
МАГАЗИН РАБОТАЕТ ВСЕ ДНИ НЕДЕЛИ
Понедельник – суббота с 9 утра до 7 вечера
Воскресенье – с 9 утра до 6 вечера.

**МНОГО ПРОДУКТОВ
НА ЛЮБОЙ-ВКУС**



Тайна человеческого мозга

Человеческий мозг — самый сложный объект для изучения. В нем кроется много тайн и загадок. От него зависят наши действия, мысли и чувства. Мы не слышим ушами и не видим глазами. Все это делают участки головного мозга. Он дает нам самые интересные темы для изучения — сознательного и бессознательного.

Академик, нейрохирург Арнольд Федорович Смянович (1938–2021) за 47 лет практики провел операции на мозге почти у 9000 пациентов. Люди, записанные в потенциальные инвалиды, становились трудоспособными. 250 сложнейших вмешательств каждый год, которые доктор Смянович выполнял лично.

— Арнольд Федорович, почти каждый день Вы всматриваетесь в мозг и говорите, что для ученого он на 99,9% — тайна.

— Да, я вижу перед собой вещество, клетки которого наполнены таким объемом знаний, что хочется снять шляпу перед каждым исследователем его. Не ясно, как он «работает». На любой сигнал от нерва, уха или глаза в нем создается «картинка». Но как в итоге человек понимает, что это — обезьяна, это — светильник, а это — он сам? Ясно, что мозг мощнее любого суперкомпьютера. Самое удивительное, что у сознания нет места в теле, а связь мозга и мысли — вообще тайна дремучая. Владеет ею, вероятно, Творец.

Академик РАН и РАМН Наталья Бехтерева призналась, что когда она и ее сотрудники пытались понять глубокие структуры мозга (впервые в СССР ученый применила способ долгосрочного вживления электродов), то сразу заболели. Чувствовали себя так плохо, что ни на какие исследования сил не было. Но стоило прекратить эксперименты — тут же возвращались бодрость и здоровье. Нобелевский лауреат по физиологии и медицине Джон Эклс считал, что мозг «не производит» мысли, а лишь воспринимает их извне. Где рождаются теории, гипотезы, открытия — пока неведомо физиологам. Я тоже думаю, что мозг — существо в существе, тайна за семью печатями.

— Для изучения мозга Ленина создали специальную лабораторию, которая вскоре расширилась до института. Вы были на кафедре Сергея Мардашова, где хранился мозг вождя мирового пролетариата?

— Нет, не доводилось. Но, судя по описанию операции, сделанной Ленину наркомом здравоохранения Николаем Семашко после выстрелов Фанни Каплан, и акту вскрытия (секретный архивный документ, доступ к которому получила Моника Спивак, издавшая книгу «Посмертная диагностика гениальности»), проблемы у Ленина были. Артериосклероз: по сосудам стучали пинцетом, как по кости, — настолько они пропитались известью.

Все левое полушарие в кистях, размягченные участки мозга, закупоренные сосуды почти не доставляли кровь — болезнь серьезно поразила орган, выполнявший самую напряженную работу. Содержимое черепной коробки оказалось невелико — 1340 г (для сравнения: мозг Байрона весил 1800 г, Тургенева —



2012 г, а самый крупный принадлежал... идиоту). Но вес серого вещества и широта ума, гениальность слабо связаны. Анатолий Франс имел самый маленький по объему мозг, у Луи Пастера, основоположника микробиологии и иммунологии, было вообще одно полушарие. А жили долго и творили так, как дай Бог каждому.

— Больного готовят к операции ассистенты: интубируют, вскрывают черепную коробку. Вы знаете все о пациенте, для Вас — это правило. Но, предположим на секунду, что на столе — человек без сознания, его привезли с улицы с тяжелой черепно-мозговой травмой. Увидев его мозг, вы можете сказать: перед Вами умный или глупый?

— Это исключено. У кого-то мозг больше, у кого-то меньше. На интеллект внешний вид мозга не влияет. Когда-то, если не ошибаюсь, лет 40 назад, я помогал своему учителю, профессору Ефрему Злотнику оперировать студентку консерватории. У нее была большая опухоль на полушарии. Когда ее удалили, оказалось, что полушария практически не осталось, опухоль разрушила. Девушка поправилась, с отличием закончила консерваторию, уехала в США, в нее влюбился миллионер, за которого вышла замуж. Она и сегодня чудесно играет, я знаю об этом, потому что получаю от нее приветы и поздравления.

Мы удаляем опухоли и на лобной доле мозга, которая в значительной степени отвечает за интеллект. Когда новообразование намертво «спяно» с серым веществом, приходится убирать и часть здорового. На завтра беседуешь с пациентом и не замечаешь, чтобы ему было трудно собраться с мыслями. Он шутит, все из своей жизни помнит.

— Вероятно, мозг дан нам с большим запасом, чтобы мы использовали его до конца дней?

— В том-то и дело, что у многих он гораздо чаще «ржавеет», чем изнашивается. Процентом на сорок просто отдыхает. Люди живут, как сказочный Емеля на печи, ждут, что все само появится, не тренируют память, не развивают интеллект. А потом удивляются, что элементарного вспомнить не могут.

— Вы в Бога верите?

— Когда я вижу, как красиво устроены сердце и мозг, которым нет аналогов в природе, у меня нет сомнений, что без Божественной руки здесь не обошлось. Великий русский хирург Николай Пирогов писал, что «мозг отдельного человека служит органом восприятия мировой мысли. Нужно признать существование, кроме мозговой мысли, и другой, высшей, мировой». Понять это легко, если только не пытаться все объяснить рационально.

— Может быть, нейрохирургу задавать вопросы по нейрофизиологии и некорректно — это наука белых пятен. И все же: хочется узнать, почему пучок нервных волокон, передающих сигналы из правого полушария, у женщин шире, чем у мужчин?

— Половые различия на серое вещество не влияют. Тем не менее, психологи доказали, что женщины легче справляются с задачами, где нужна интуиция.

Женская догадливость иногда значит больше, чем мужская уверенность. Координация тонких движений у слабого пола более совершенна, как и доступный диапазон запахов, звуков высокой частоты, женщины лучше дифференцируют вкусовые ощущения. Я думаю, женский мозг не нуждается в адвокатской защите. Природа сделала так, что обоим полам одинаково доступны все виды человеческой деятельности, просто вершины успехов они достигают не всегда одинаковыми путями.

— Как считаете, где место души — в головном мозге, спинном, в сердце?

— Мне кажется, этой субстанции не нужно место. Если она есть, то во всем теле — хозяйка.

— О чем думаете, когда оперируете? Ведь порой вмешательство длится 7 часов...

— Только о том, как помочь больному. Не считите это за высокие слова, но всякие мысли будто кто-то отсекает. Не хочется ни пить, ни есть, ни встать и размять плечи. Сажу на стуле, гляжу в микроскоп на чужой мозг (в обруче на голове небольшая навигационная система), он — под скальпелем в моей руке. Если она дрогнет, пациент может остаться с травмой на всю жизнь. Полдня провести с микроскопом нелегко. Но и результат есть: люди, записанные в потенциальные инвалиды, становятся трудоспособными, более 5 лет нет операционной летальности.

— Что чувствуете, когда не удается спасти больного?

— Всегда мысль одна и та же: хоть ты и академик, а ничего не достиг. Зашиваешь рану с горьким чувством: опухоль удалить не удалось, она уже успела все разрушить. Отводишь глаза в сторону на обходе. Врать нельзя, молчишь. Понимаешь, что смерть надвигается. А к ней привыкнуть невозможно.

— Говорите пациенту, что у него злокачественная опухоль?

— Очень редко. И только мужественному, спокойному человеку, чтобы он успел доделать какие-то важные дела. А то ведь заявляет, что не хочет оперироваться, мол, сама рассосется. «У вас опухоль, которая быстро растет, через какое-то время вы будете парализованы», — твердо говорю я. И человек соглашается на удаление ее. Но какая опухоль — не комментирую. У мозга есть свой блок самосохранения и защиты, вроде предохранителя. Мозг охраняет себя сам, чтобы шквал негативных эмоций не захва-

тил целиком.

— Александр Македонский, Наполеон Бонапарт, Александр Суворов помнили всех своих воинов — до 30 тысяч человек. Сократ знал в лицо каждого из 20 тысяч жителей Афин. А Чарли Чаплин не мог назвать даже фамилии секретаря, с которым проработал 7 лет. Как укрепить нашу память, что в еде предпочесть?

— Когда замечаете проблему, лучший способ ничего не забыть — записывать «напоминалки» на бумаге и крепить их на уровне глаз. Придумывать ребусы, разговаривать с самим собой, не стесняясь этого. Тихонько скажите: «Я оставляю машину в конце стоянки под высоким тополем». Мысленно отдавайте себе приказы: «Нужно позвонить такому-то».

Если хотите сразу запомнить имя человека, то проведите ассоциацию с каким-нибудь образом. Например: Маша — машет руками, Катерина — едет на катере, Вася — висит на турнике. Побольше читайте. Есть и атеросклеротические рецепты, давно используемые в народе: кора рябины, цветки клевера, свекольный сок в смеси с морковным, хрен, черемша, репчатый лук. В еде должны быть: хлеб с отрубями (витамины группы В — «первая скрипка» в процессе запоминания), сыр, горох, гречневая каша, орехи, морепродукты, овощи, фрукты, мед. Замечено, что все полезное для мозга нравится и сердцу.

— Ваше отношение к алкоголю?

— Рюмочка хорошего коньяка вреда в организме не сделает.

— Самые счастливые минуты в жизни?

— Когда вижу и слышу людей счастливыми. Между ними всегда теснейшая и редкая симпатия, кажется, живут они душа в душу и ум один. Среди таких даже черствые оттаивают...

Виктор Орлов

Еще одна загадка человеческого мозга связана с возможностью внерационального познания — так называемой интуиции. «Интуиция подсказывала мне, что надо было поступить так-то и так-то, однако что-то меня удерживало». Практически каждому из нас приходилось слышать такие слова: человек в очередной раз не послушался интуиции, доверился лукавому голосу разума, и в очередной раз попал впросак...

Что же такое интуиция? Этот таинственный внутренний голос постоянно вмешивается в наши поступки. Голос подсказывает: поступи так, это будет наилучший вариант. Голос шепчет: доверься этому человеку. Или наоборот, голос предупреждает: будь осторожен! Интуитивное познание не имеет ничего общего с законами логики. Логическое мышление основано на сборе информации, анализе фактов, установлении причинно-следственной связи между ними и формулировании выводов. Интуиция же подсказывает готовый ответ, появляющийся как бы «неизвестно откуда». «Первая мысль — самая правильная». Это положение давно стало непререкаемой народной мудростью, вошедшей в поговорки и пословицы. Эта «самая правильная первая мысль» на самом деле — проблеск интуиции, указывающий верное направление».



Для тех, кто ищет жильё

самых важных признаков безопасности района.

Район проходит испытание темнотой

Не думайте, что вы знаете место, если вы видели его только в будние дни в светлое время суток. Посетите район ночью и в выходные, чтобы получить реалистичную картину.

Низкий уровень преступлений

Перед покупкой дома обязательно проверьте статистику преступлений в районе. Это можно сделать на сайте местной полиции или местных газет.

Хорошие показатели успешности в местных школах

Веб-сайт GreatSchools поможет вам узнать уровень успеваемости учеников школ в каждом районе. Школы с хорошей успеваемостью являются важной составляющей благополучия района.

Район подходит для прогулок

Тротуары, достаточно широкие для наружных кафе, скамеек и прогулок, дают дополнительные преимущества району.

Веб-сайт Walk Score выставляет оценки районам по их приспособленности для прогулок. Проверьте свой перед тем, как покупать дом.

Хорошее транспортное сообщение

Вы можете легко найти автобусы, метро и железнодорожные линии в районе. Дома, находящиеся недалеко от остановок общественного транспорта, стоят дороже и хорошо сохраняют свою стоимость.

Район подойдет вам на ближайшие 5-7 лет

Если этот район является воплощением вашей мечты на данный момент, подумайте о том, будет ли он подходить вам через 5-7 лет, когда в вашей семье появится ребенок или вы перевезете к себе стареющих родителей. Это нужно учитывать, покупая дом, поскольку не всегда есть возможность быстро переехать.

Уровень собственности в этом районе очень высок

Районы с высоким уровнем домовладения свидетельствуют о стабильной экономической ситуации, а также готовят меньше неожиданностей, которые могут преподнести часто меняющиеся арендодатели.



Дома в районе продаются быстро

Быстро продающиеся дома свидетельствуют о том, что этот район пользуется спросом, а значит в нем есть рабочие места, растет население и развивается экономика, что также является важными показателями благополучия района.

Стоимость жилья не снижается

В результате крушения на рынке жилья, произошедшего десять лет назад, в некоторых районах цены на жилье лучше, чем другие. Перед покупкой дома стоит проверить, как сильно обвалились цены в районе, где он находится. И если этот показатель слишком высок, то это может свидетельствовать об экономических проблемах в районе.

Общественный транспорт

Новое поколение предпочитает добираться на работу не на собственной машине, а на общественном транспорте. Поэтому проверьте его наличие в вашем районе, удобство и маршрутную сеть.

Качественная работа городских служб

Обратите внимание на то, регулярно ли вывозится мусор, убираются ли улицы.

Остерегайтесь районов с потрескавшимися тротуарами, разбитыми уличными фонарями и другими признаками некачественной работы коммунальных служб.

Большое количество церквей

Независимо от вашей религии, наличие в районе церкви, мечети и синагоги – это признаки сплоченного сообщества и свидетельствует о том, что жители общаются с друг другом.

В районе есть полицейский участок и пожарная станция

Найдите ближайшую к дому, покупку которого вы рассматриваете, пожарную станцию, полицейский участок и пожарные гидранты. Близлежащие службы общественной безопасности добавляют плюсов району.

Район меняется к лучшему

Экономическое развитие может резко изменить районы, включая развитие инфраструктуры, строительство новых домов. Обратите внимание, наблюдаются ли подобные перемены в рассматриваемом вами районе.

Источник: <https://www.moneytalksnews.com/>

Соответствие вашим требованиям

Составьте список того, что бы вы хотели и чего не хотели видеть в окрестностях района, где расположен ваш дом, и ищите то, что соответствует именно вашим требованиям.

Идея идеального района у каждого человека своя: кому-то нужны детские площадки и хорошие школы, а кого-то интересуют клубы и бары вблизи дома.

Вам нравится то, что вы слышите

Проведите время в местных кафе и парках, пройдитесь по кварталам, задавая людям вопросы о районе. Поболтайте с вашими потенциальными соседями, спросив их об уровне преступности, шуме, транспорте, проблемам с жителями района.

Вы легко можете найти место, чтобы выпить латте

Большие сетевые магазины и рестораны и независимые розничные торговцы – это признаки того, что экономика района развивается или находится в стабильно хорошем состоянии.

Дома вокруг обновляются и улучшаются

Это особенно справедливо для теплых месяцев года. Ищите признаки активности, которая показывает, что владельцы продолжают поддерживать свои дома в хорошем состоянии. Усовершенствования говорят о том, что люди гордятся своими домами и намерены еще долго оставаться жить в этом районе.

Организованность соседей

Регулярные встречи жителей района – признаки дружного сообщества. Перед покупкой дома стоит посетить такую встречу, задать соседям интересующие вас вопросы, а также подписаться на рассылку местных новостей.

Люди гуляют на улицах

Видя гуляющих по улицам людей, идущих в школу или играющих в парках детей, можно смело сказать, что они чувствуют себя в безопасности. Это один из

CENTURY 21 New Millennium 21

RESIDENTIAL | FINE HOMES & ESTATES | COMMERCIAL | RELOCATION

Евгения Матур
Jane Mathur

1 Research Court, Suite 100
Rockville, MD 20850

office **(301) 519-8100**
cell **(301) 674-0398**
jane.mathur@c21nm.com

Если вы или кто-то из ваших знакомых хочет продать, купить, инвестировать или арендовать недвижимость, я буду рада помочь.

Я успешно помогаю семьям уже более 7 лет. Свяжитесь со мной для бесплатной оценки вашего дома или по любым вопросам по недвижимости

◆ ПОКУПКА

◆ ПРОДАЖА

◆ РЕНТ

◆ РАБОТА С ИНВЕСТИТОРАМИ

Специалист по Short Sale и Foreclosure

Обслуживаю штат Мэриленд

Виктор Ерофеев: Театр против аморального фатализма

Прошло военное лето, настала военная осень, но даже советская власть не смогла накинуть удавку на русскую культуру. Виктор Ерофеев о новом театральном сезоне.



Конец театрального сезона 2022 года закончился в Москве масштабной катастрофой, похожей на гибель "Титаника". Под ударом репрессий ушли под воду несколько ведущих художественных руководителей краевольных столичных театров. Настоящей трагедией стало закрытие "Гоголь-Центра", который героически закончился спектаклем "Я не участвую в войне". Это было время возмущения и плача по загубленным постановкам.

Прошло военное лето, настала военная осень. Начался новый театральный сезон. Я получил приглашение прийти на премьеру спектакля "Преображение" в театре Марка Розовского (спектакль создан по его же пьесе). Судя по аннотации (преьера еще не состоялась), это рассказ

о людях Серебряного века, Андрее Белом, Валерии Брюсове. Я думаю, что пути экзистенциального театра, который в дни нынешней катастрофы задумывается о катастрофе, которой закончился Серебряный век — это попытка выйти из-под прямого удара, но отреагировать на этот удар. Здесь дело не просто в фиге в кармане, что было свойственно прогрессивным московским театрам в советские времена, а более философское представление о антагонизме человеческой природы, осмысление извечного столкновении таланта и государства. И такой спектакль, судя по всему — не исключение, а нарождающаяся норма. Оставшиеся в живых, то есть на своих местах, режиссеры задумались о спасении своих театров, своего репертуара и своих актеров.



Виктор Ерофеев

Государство не придумало глобальной идеологии, как при советской "коммунизме". Патриотические

лозунги и призывы — это ширма для властных амбиций нашего царя-пацана, который решил царствовать вечно, отвернувшись от мировых ценностей. Этой ширмой не закрыешь проблемы войны и мира в самой человеческой душе. Вот почему я вижу, как, например, в новом сезоне в театре Пушкина или в театре Маяковского возникают спектакли, которые, казалось бы, лишь по касательной затрагивают сегодняшние проблемы, но все они против аморального фатализма.

Даже советская власть не смогла накинуть удавку на русскую культуру. Чехов не был запрещен, а в нем тот самый вызов аморальному фатализму, который снова оказался в военной государственной моде. Не удивительно, что Чехов возрождается, и по-новому, в нынешнем репертуаре. Чехов в каком-то смысле это SOS — спаситель наших душ.

Конечно, никогда не утихнут споры, можно ли на обломках совести и на беде соседей-украинцев вообще заниматься искусством, играть, лицедействовать, тем более, что все равно запретам нет конца. Запрещаются так или иначе спектакли Римаса Туманиса (театр Вахтангова под предлогом технических причин не везет его спектакль-шедевр — я его видел и не преувеличиваю — "Война и мир" на гастроли в Санкт-Петербург).

Закрыт или полузакрыт настоящий новатор театра Дмитрий Крымов, уехавший в США еще до войны ставить "Вишневый сад". На московском уровне его спектакли закрыли, а на федеральном вроде бы они продолжают. Такой разброд и шатания с запретами — еще один знак отсутствия реальной государственной идеологии. Государство бьет по тем, кто протестует против войны, но как быть с экзистенциальными спектаклями, которые, как ни крути, несут гуманистический смысл? Можно переписать историю страны (не в первый раз это делается в России), но заставить культуру работать на государство можно только тогда, когда, изнасиловав, государство убьет культуру. У нынешнего государства кишка тонка сладить с культурой. Запретить — это пожалуйста, но культура, как видно по театральному репертуару нынешнего сезона, всегда просочится сквозь запреты. И в конечном счете, скомпрометированные культурой, запреты рухнут. Скорей бы так.

Виктор Ерофеев, писатель, литературовед, телеведущий, автор книг "Русская красавица", "Хороший Сталин", "Акимуды" и многих других, кавалер французского Ордена Почетного легиона.

ШЕСТЬ МИФОВ ОБ УХОДЕ ЗА ЛИЦОМ

Для вас, женщины

Пока существуют человеческие знания и опыт, будут существовать заблуждения и предрассудки, которыми люди делятся с окружающими. Вот об этих заблуждениях и пойдёт речь.

Миф 1: скрабом необходимо постоянно пользоваться.

Косметологи говорят вот что:

— скраб, вообще, не лучшее средство, поскольку его воздействие на кожу слишком агрессивно, особенно если это кожа лица;

— скрабом можно пользоваться не чаще двух раз в неделю;

— скраб должен быть не с острыми, а с округлыми абразивными частичками.

Желающие с помощью него избавиться от стандартной проблемы жирной кожи — угрей, а заодно и освежить цвет лица получают обратную реакцию. Поры, которые сначала очистятся и вздохнут свободнее, от слишком настойчивого очищения «решат», что их хотят иссушить, и начнут защищаться, более активно вырабатывая кожное сало, т.е. будут постоянно расширенными и «забитыми».

Единственное исключение из правила — скраб в салоне красоты. Если это профессиональная однократная процедура, после которой кожу со знанием дела успокоят, защитят от воспалений и восстановят защитный слой, то никакого вреда скраб не нанесёт. Один нюанс — такую салонную процедуру следует делать не чаще одного раза в месяц.

Миф 2: натуральная косметика лучше синтетической.

Во-первых, и в самых главных, не обольщайтесь. Вся современная косметика — синтетическая. Это раньше косметолог лично «варил» волшебный крем из собственноручно собранных травок и продавал его по сходной цене постоянным клиентам. Сейчас косметолог сотрудничает с парой-тройкой компаний и предлагает своим клиентам их продукцию.

Во-вторых, натуральные ингредиенты (вроде ланолина, например) — сильные аллергены, которые могут вызвать серьёзные дерматологические реакции, особенно у людей с чувствительной кожей.

В-третьих, наибольшей натуральности без дополнительных неоправданных расходов поможет достичь косметика с пометкой «гипоаллергенно». Она гарантированно не будет содержать ни синтетических, ни каких-нибудь других отдушек и красителей.

Миф 3: главная причина морщин — солнце.

На самом деле морщины имеют разное происхождение. Есть морщины мимические, есть морщины статические, есть даже гравитационные морщины. Наряду с ними, конечно, есть и те самые, которые «от солнца». Точнее — от ультрафиолетового спектра излучения. Они представляют собой плотную очень мелкую сеточку перекрещивающихся бороздок. От них можно защититься солнечными очками, игнорированием пляжа, специальной солнцезащитной косметикой или обычной косметикой с солнцезащитными фильтрами.

Попутно заметим, что мнение о том,

что на сухой коже морщины проявляются раньше, вовсе не миф. От ультрафиолетового излучения любая кожа становится более сухой, а значит беззащитной, а сухая кожа — тем более. Но тут за рецептом далеко ходить не надо — увлажняйте, защищайте и по возможности избегайте прямых солнечных лучей.

Миф 4: солярий вредит ничуть не меньше, чем солнце.

На самом деле так, да не так. В солярных лампах нет полного спектра солнечного излучения. Там присутствуют лишь те его части, которые дают загар, то есть UVB. Кстати, именно поэтому солярий выглядит несколько неестественно. Большая часть ненужных и вредных лучей (UVA) отсекается, соответственно, на кожу приходится меньше тепловой и световой агрессии. Поэтому солярий, безусловно, менее вреден, чем «натуральное» солнце. Однако специалисты советуют в любом случае использовать солнцезащитные фильтры (которые есть во всех средствах для загара в солярии). При этом они советуют лицо закрывать, например, полотенцем.

Миф 5: самостоятельная чистка лица вредна.

Ничего страшного в результате чистки лица в домашних условиях не произойдет, но механическая чистка в салоне — мероприятие куда более эффективное. Во-первых, при самостоятельной чистке лица невозможно обеспечить нужную степень аккуратности воздействия. Во-вторых, самому некоторым участкам лица просто не видно, и очистить их может только кто-то другой. В-третьих, перед чисткой необходимо подготовить кожу, то есть размяг-

чить комедоны (содержимое пор), что тоже лучше делать при помощи специальных препаратов. Обыкновенное, всем доступное распаривание провоцирует стресс тканей кожи, что чревато куперозом. В-четвертых, после механического выдавливания воспалённых прыщиков и очистки забитых пор необходимо нанести специальные средства, предотвращающие воспаление.

В принципе, если вы уверены, что на «слепых» участках вашего лица ничего выдавливать не надо, если вы обладаете средством для размягчения кожных выделений и хорошим неагрессивным противовоспалительным средством, можете смело вооружаться ватными палочками или одноразовыми салфетками и чиститься сколько душе угодно.

Миф 6: существуют косметические средства, которые могут устранить серьёзные проблемы вроде морщин, угрей или целлюлита.

Это, пожалуй, самый распространённый косметологический миф. Кому же не хочется, чтобы фея с волшебной палочкой или баночкой всё немедленно устроила как нельзя лучше. Но, нет, не устроит. Фея — это сам пациент. То, что любая кожная проблема — лишь отражение проблемы внутренней, это вам любой косметолог скажет. И возжеленное избавление принесёт лишь комплексная терапия — курс витаминов, а то и лекарств, режим питания, курс салонных процедур и последующее внимание к себе — чтобы не запускать процесс. А перед этим — посещение не только косметолога, но и дерматолога, эндокринолога, гинеколога...

Полина Штрих

Family owned well established
(25 years in business)
environmental consulting company
looking for employees

Limited computer skills, ability to learn,
DL and car required.

Long term employment opportunity.
Benefits, retirement plan,
end of year bonus, etc.

Call Alex

443-829-5857



ПЕЧАТАЕМ:
КНИГИ
БРОШЮРЫ
ПЛАКАТЫ
ПОСТЕРЫ
КАТАЛОГИ
ФОТОГРАФИИ
БИЗНЕС КАРТОЧКИ

ЛЮБОЕ
КОЛИЧЕСТВО
ЭКЗЕМПЛЯРОВ

215-354-0842

ВОЗМОЖЕН ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ПЕРЕВОД
С РУССКОГО НА АНГЛИЙСКИЙ И С АНГЛИЙСКОГО НА РУССКИЙ

ПЕРЕВОДЧИК И НОТАРИУС
Судебный переводчик, член Американской Ассоциации Переводчиков

МИЛАНА

- ← ПЕРЕВОДЫ ПИСЬМЕННЫЕ, УСТНЫЕ
(включая в MVA, иммиграционной службе,
медицинских офисах и т. д.)
- ← НОТАРИАЛЬНЫЕ УСЛУГИ
на русском и английском языках

410-440-0930

Email: gorkypark29@gmail.com

CDL TRAINING!

**ОКАЗЫВАЕМ ПОМОЩЬ В ПОЛУЧЕНИИ
CDL LICENSE CLASS "A"**

- ПРЕДОСТАВЛЯЕМ ТРАКИ ДЛЯ ТРЕНИНГА
- ПОМОГАЕМ НАЗНАЧИТЬ ТЕСТ В КРАТЧАЙШИЕ СРОКИ
- СОПРОВОЖДАЕМ НА ЭКЗАМЕН
- ОКАЗЫВАЕМ ПОМОЩЬ С ПОСЛЕДУЮЩИМ ТРУДОУСТРОЙСТВОМ

267-441-6600 | 267-455-4433

Ваш досуг

Решение
Судоку
в №18, 2022 г.

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

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

КУЛЬТУРНЫЕ ХРОНИКИ

95-лет со дня рождения Олега Ефремова

Для зрителей Олег Ефремов прежде всего — народный герой из любимых фильмов: «Берегись автомобиля», «Три тополя на Плющихе», «Айболит 66», «Гори, гори, моя звезда». Но кино было лишь вишенкой на торте жизни Ефремова. Главной страстью для него был театр! В кадре он казался мягким, стеснительным, даже неуверенным в себе. А за кадром Олег Ефремов был абсолютно другим человеком. На алтарь своих желаний и целей он мог положить абсолютно все и делал только то, что казалось правильным ему! Жёнам и детям он отводил только второстепенные роли. Но, несмотря на все это, каждый, с кем Ефремова сводила судьба, до сих пор говорит о нем с благоговением, безмерным уважением и утверждает, что ему «можно простить все!». Как это удавалось Олегу Ефремову? В чем была его магия?



С юности Олег Ефремов вел дневник, в котором в день поступления в театральный вуз записал: «Стать главным режиссером МХАТа». Ни больше, ни меньше! Но после учебы в легендарный МХАТ его не взяли. Отступить Ефремов не привык. Раз МХАТ для него закрыт — тогда он создаст свой театр! Еще лучше! Так появился «Современник». Костяк Ефремовского театра-студии составили Галина Волчек, Игорь Кваша, Евгений Евстигнеев, Олег Табаков — все будущие звезды первой величины! Каждый оставил свою карьеру ради команды Ефремова. Играли, где придется, веря в лучшие дни. Ефремов заражал своим азартом так, что можно было забыть обо всем, день и ночь думать только о новом спектакле.

«Ефремов временами казался мне ужасно несправедливым, даже безжалостным. ...Но за ним невозможно было не пойти!» — так сказал режиссер Леонид Хейфец. Но так мог сказать каждый, кто попал под магию Ефремова. Он был гением общения и угадывал, что нужно людям раньше, чем они могли понять это сами. Он умел играть на чувствах людей, затрагивать самые глубокие струны и... вербовал самых талантливых. В личной жизни Ефремова одна муза сменяла другую. Влюбленные женщины его сначала вдохновляли, а потом... мешали работать. Без преувеличения можно сказать, что любая его роль в кино вызвала огромную любовь зрителей. Он был для каждого родным, понятным. Своей психофизикой, внешностью, талантом Олег Ефремов «попал в

эпоху». Но, как ни странно, при всей популярности Ефремова в кино, он сниматься не любил и делал это исключительно чтобы заработать денег. И никогда в ущерб театру. Только в отпуск, или в выходные, или ночами... И всегда во время съемок Ефремов решал проблемы театра.

Так, на съемочной площадке фильма «Берегись автомобиля» им овладела идея фикс — переманить к себе Деточкина — Иннокентия Смоктуновского. Уговоры шли между каждым дублем. Как только выключалась камера, Ефремов убеждал, что Смоктуновский должен работать в его театре. И убедил.

В 1970 году Ефремову предложили возглавить МХАТ. Он был в шаге от цели, которую поставил себе еще в юности! Но что делать с «Современником»? Ефремов решил все кардинально. Он бросил «Современник» и... позвал коллег за собой. В нем как всегда жил дикий азарт — создать что-то новое, парить! Сначала его никто не поддерживал, и он гордо ушел из театра один. Потом понял, что без команды у него ничего не получится и применил как всегда свое невероятное обаяние. В результате — увел половину «Современника».

Полтора десятка лет во главе МХАТа Олег Ефремов мечтал избавиться от старых актеров, которые достались ему «в нагрузку» к театру. Он привел свою, молодую труппу и делал ставку именно на них. Но «старички-мхатовцы» совсем не хотели перемен и бунтовали. И когда наконец отремонтировали старое здание МХАТа в Камергерском переулке, Ефремов решил, что подходящий момент настал. Нужно разделить театр на два. В историческом здании должна базироваться основная труппа театра во главе с ним. А «балласт» — остаться в здании на Тверском бульваре.

Был большой скандал! Об этом рассказала актриса Светлана Коркошко, которая оказалась как раз в лагере ненужных Ефремову актеров. Многие тогда обвиняли Ефремова в том, что ради того, чтобы победить в этой войне, он решил переступить через людей, идти до конца, без жалости — ради своих амбиций, желания славы. Но это было не так. Движущей силой Ефремова было только одно чувство, одно желание: возродить великую легенду — МХАТ! И плевать ему было, что будут о нем говорить, на какие жертвы придется пойти и останется ли он «великим» в памяти потомков.

Олег Ефремов почти не отдыхал. Нервничал, спешил поставить что-то выдающееся! Он изменился... исчезла его знаменитая улыбка... он был всем недоволен. «Мы все какие-то пустые, никчемные», — говорил он сыну на репетициях... Конечно, был алкоголь, неиз-

менная сигарета... Даже когда он заболел и начались проблемы с дыханием. Стал избегать людей. Было лишь одно место, где он мог уединиться от всех — это его дача. Он отобрал у всех ключи и стал ездить туда один. 30 апреля 2000 года, на Пасху, Олег Ефремов собрал вокруг себя всю семью — будто чувствовал, что ему осталось жить совсем недолго. Через месяц он скончался...

«Я отстаивал своё дело»: 105 лет со дня рождения Юрия Любимова

Под его руководством Театр на Таганке превратился в «остров свободы в несвободной стране» и стал одним из самых посещаемых в столице.



30 сентября 1917 года в Ярославле родился театральный режиссер и педагог, знаменитый худрук Театра на Таганке Юрий Петрович Любимов.

Свой творческий путь он начал как актер. В 17 лет Любимов был принят в студию при Московском Художественном театре II, на сцене которого сыграл свою первую роль. После закрытия МХАТа II в 1936 году поступил в Театральное училище им. Щукина, во время учебы играл эпизодические роли в театре Вахтангова. В 1940-м был призван в армию и в годы Великой Отечественной служил в Ансамбле песни и пляски НКВД.

После демобилизации Юрий Любимов вернулся в Театр им. Вахтангова, где исполнил более тридцати ролей. Среди них — молодого дворянина Олега Кошевого и Ромео, Шубин в спектакле «Накануне» по роману Тургенева и Виктор из «Иркутской истории» Арбузова. Здесь же дебютировал как режиссер, поставив в 1959 году спектакль «Много ли человеку надо» по пьесе Александра Галича.

Наряду с работой в театре Юрий Любимов снимался в кино. Его фильмография насчитывает около двух десятков картин, в том числе «Беспокойное хозяйство», «Робинзон Крузо», «Кубанские казаки», «Композитор Глинка». Кроме того, в конце 1950-х Любимов начал преподавать в Театральном училище им. Щукина. Спектакль студентов его курса «Добрый человек из Сезуана» впоследствии стал визитной карточкой Театра на Таганке, который Любимов возглавил в 1964 году.

Под руководством Любимова театр превратился в «остров свободы в несвободной стране» и стал одним из самых посещаемых в столице. На его сцене играли Владимир Высоцкий, Валерий Золотухин, Вениамин Смехов, Алла Де-

мидова, Борис Хмельницкий, Леонид Филатов, Семен Фарада и многие другие выдающиеся актеры.

Любимов в своих постановках обращался к актуальным темам и болевым точкам эпохи. В начале 1980-х под запрет цензуры попали спектакли «Владимир Высоцкий», «Борис Годунов» и готовящийся «Театральный роман». А после очередного конфликта с властями режиссера уволили из Театра на Таганке и лишили гражданства. В эмиграции он ставил спектакли, в основном оперные, по всему миру: «Евгений Онегин» в Бонне, «Саламбо» в Парижской опере, «Пир во время чумы» и «Мастер и Маргарита» в Стокгольме, «Страсти по Матфею» в «Ла Скала», «Золото Рейна» в Ковент-Гардене...

В 1989 году Любимову вернули гражданство и восстановили в Театре на Таганке, которым он руководил до 2011 года и где создал в общей сложности около ста спектаклей. После ухода с Таганки Любимов поставил «Бесов» на сцене Вахтанговского театра и «Князя Игоря» в Большом. Его последней работой стало либретто «Школы жен» для «Новой Оперы». Премьера состоялась за несколько месяцев до кончины Юрия Любимова в октябре 2014 года.

Американская актриса Гвинет Пэлтроу отметила 50-летие

Актриса снимается в кино уже более трех десятков лет. Она состоявшаяся звезда и имеет несколько престижных наград. В 2022 году она, вероятно, наиболее известна по роли Пеппер Поттс, жены Тони Старка в фильмах кинематографической вселенной Marvel.



Гвинет Пэлтроу родилась в Лос-Анджелесе в 1972 году в богатой семье. Ее отец продюсер и режиссер Брюс Пэлтроу, а мать — актриса Блайт Дэннер. Гвинет Пэлтроу дебютировала на большом экране в музыкальном романтическом фильме 1992 года «Крик» с Джоном Траволтой в главной роли. Ее следующий проект, приключенческий фильм Робина Уильямса «Крюк», вышел в том же году. Широкую известность и признание в Голливуде она получила благодаря триллеру Дэвида Финчера «Семь» 1995 года и экранизации Джейн Остин «Эмма» 1996 года. Фильм «Влюбленный Шекспир» принес Пэлтроу премию Оскар в категории «Лучшая женская роль». А роль в картине «Доказательство» принесла Пэлтроу «Золотой глобус».

По материалам СМИ

ЧУДЕСА МЕРТВОГО МОРЯ

Депрессия никого не выбирает – и богат, и бедняк от стресса страдает...

Проблемы здоровья и долголетия давно изучаются учеными разных стран.

В 1953 году учеными Уонстоном и Криком была открыта структура ДНК, на которых расположены многочисленные гены – участники молекул ДНК.

И стало ясно, что механизм старения организма укрывает гены.

В 1988 году перед учеными США встал вопрос о полной расшифровке генома человека, на что было выделено 3 миллиарда долларов.

И только в 2004 году генетики выяснили, что эти не кодирующиеся участки молекул ДНК представляют собой баланс ионов (H^+ и OH^-), связанных нормальным кислотно-щелочным состоянием всего организма, pH крови. (7,35 – 7,45 норма).

Расшифровка генома человека показала, что не всё в нашей жизни зависит от деятельности наших генов. И чтобы успешно лечить заболевания и обеспечить здоровье и долголетие, необходимо устранить отрицательное воздействие доминирующих факторов внешней среды.

Нашу жизнь можно сравнить с американскими горками – у всех бывают взлеты и падения. Богачи, бедняки, воры, бизнесмены, юристы, бомжи, представители любой профессии и любого социального слоя время от времени чувствуют, что почва уходит из-под ног...

Ощущение депрессии знакомо многим. Сил нет, ничего не хочется делать, настроение на нуле...

Депрессия – это болезненное состояние угнетенности, безысходности и отчаяния...

Большинство людей подвержены ежедневному стрессу.

Организм стареет сопротивляясь ему, но когда напряжение слишком велико и постоянно – это приводит к хронической усталости...

Именно стресс провоцирует депрессию. Наиболее подвержены ей люди с повышенной возбудимостью нервной системы. Усугубляет депрессию плохое питание, повышенный уровень сахара в крови, болезни щитовидной железы, серьезные физические дефекты, аллергия и хронический болевой синдром. Отличить депрессию от обычного плохого настроения несложно...

Депрессии свойственны:

1. нежелание двигаться, что-нибудь делать.
2. тоска, отчаяние, тревога, раздражительность.
3. утрата интереса к любым занятиям.
4. постоянное чувство вины.
5. мрачный взгляд на будущее.
6. повышенное внимание к своему здоровью, прислушивание к себе, не болит ли что-нибудь.
7. бессонница или частый продолжительный сон.
8. потеря аппетита или постоянное чувство голода.
9. ощущение постоянного дискомфорта.
10. мысли о смерти, самоубийстве.

Сопровождается это состояние и целым рядом вегетативных расстройств (усталость, потливость, плаксивость), а также обострением хронических заболеваний, что связано с иммунной и эндокринной системой. Чаще всего страдают депрессией зимой, когда день становится короче и темней. Солнце и яркий свет предотвращают депрессивное состояние, особенно, утреннее солнце. Осилить депрессию помогут равномерный, спокойный образ жизни, рациональная гигиена, полноценное питание, воздержание от алкоголя, кофе и чая.

Способствуют оздоровлению регулярные прогулки и работа на свежем воздухе, водные процедуры, аутогенные тренировки. Вывести человека из депрессии возможно при создании ему в доме и на работе спокойных условий, окружив его теплом и лаской, заботливо подбадривать и успокаивать его.

Преодолеть депрессию можно самими простыми и доступными каждому средствами, и не всегда есть необходимость в применении дорогостоящих медикаментов и процедур.

В первую очередь, попробуйте действовать по принципу:

- то, что нельзя изменить, нужно принять как должное;
- изменить обстановку в доме (обои, шторы);
- найти общение с новыми людьми, поменять круг интересов;
- уяснить, что жизнь состоит не только из работы и обязательств перед детьми и родителями;
- диеты специальной нет.

Что касается витаминов и минералов, то снижение их в организме человека может привести к психическим нарушениям и многим другим трудноизлечимым болезням, включая онкологию...

Вот почему я хочу поделиться своим персональным опытом использования препаратов, охраняющих наше здоровье от повреждающих факторов внешней среды и борьбы со свободными радикалами и «окислительным стрессом».

В мои планы не входит популяризация компании «Доктор Нонна», так как, эта элитная компания известна во всем мире, успешно помогает людям в 40 странах мира уже более 24 лет и имеет более 3-х миллионов подписчиков, поэтому, в нашей с вами рекламе не нуждается...

Единственной моей целью является донести до моего постоянного читателя объективные и необходимые знания, почему эта продукция не имеет аналогов в мире...

Итак, вся продукция компании «Доктор Нонна», создана на основе уникальных солей, минералов и грязи Мертвого моря и используется с давних времен.

Мертвое море – уникальное место, где поверхность воды находится на 400 м ниже уровня мирового океана, вода в море чрезвычайно солёная, и содержит чуть ли не всю таблицу Менделеева, с содержанием соли 31,5%. В составе грязи Мертвого моря в 3-10 раз больше

целебных веществ, чем в остальных сульфидных грязях.

Она является прекрасным терапевтическим средством и благотворно влияет на кровообращение, нервную систему, качество кожи.

В солях Мертвого моря содержится экологический комплекс минералов и микроэлементов, который играет важную роль в поддержании здоровья.

Широко используется не только вода, но и соль Мертвого моря.

Обилие солей и минералов в воде Мертвого моря, сделало невозможным наличие жизни в водоеме, отсюда и название – Мертвое.

Но есть исключение: в Мертвом море обитает несколько разновидностей бактерий и один вид водорослей.

Итак, особенностью продукции «Доктор Нонна» является БИООРГАНОМИНЕРАЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС или Halo Complex™,

Постараюсь доступно объяснить, как он работает:

В Мертвом море живёт Архебактерия – это самая древняя клетка на Земле, которая смогла выжить в экстремальных условиях Мертвого моря. Она на протяжении всей своей жизни и по сей день копила в себе «код выживания».

Благодаря двум мощным факторам: «коду выживания» и соленой воде Мертвого моря, в которой находится большое количество Калия, Магния, Натрия, Кальция, Брома и других биологически ценных компонентов, компании удалось получить самый мощный природный антиоксидант.

Уникальная структура архебактерии обладает необыкновенной жизненной силой и является мощным несыскаемым источником белков, аминокислот и антиоксидантов.

Группа ученых во главе с доктором Нонной смогли извлечь природные свойства архебактерии и поставить их на службу людям, создав продукты нового поколения...

Сочетание эксклюзивной формулы Halo Complex™ и целебных свойств Мертвого моря даёт беспрецедентную эффективность продукции компании Dr. Nona, использование которой оздоравливает организм, замедляет процессы старения, защищает от вредного воздействия окружающей среды, способствует регенерации кожи и дает возможность выглядеть моложе, свежее, бодрее.

Halo Complex™ – является неотъемлемой частью продукции, которая, действительно, не имеет аналогов в мире ни по лечебной ценности препаратов, удобству и легкости применения их, так и по цене...

Сегодня каталог компании Dr. Nona предлагает более 50-ти продуктов, основанных на формуле Halo Complex™ с минералами Мертвого моря. Все они являются комплексным решением многих проблем.

Одна из причин старения – это минеральный голод, что приводит к тому, что из пищи вместо необходимых веществ поглощаются группы схожих радиоактивных элементов,

которые приводят к развитию различных неизлечимых заболеваний.

Ещё одной особенностью препаратов является наличие в них уникальной АУТО-ТРОФИЧЕСКОЙ СИСТЕМЫ. АТС способствует нормальному обмену веществ в клетках тканей нашего организма, регулирует скорость поступления питательных веществ, глубоко, трансдермально, через кожу, проникновению препаратов к внутренним органам с лечебной целью, а также не допускает поступление внутрь вредных элементов.

Эта система высвобождает необходимые соединения из отработанных клеток и направляет их на построение и обогащение новых клеток.

Сегодня практически не существует естественной пищи, выращенной без применения химических удобрений или мяса животных без гормонов.

Кроме искусственных витаминов необходимо учитывать химизацию всей пищевой промышленности и экологическую обстановку на нашей планете Земля.

Мало того, надо помнить, что ни одно живое существо, кроме человека, не подогревает и не кипятит себе пищу, убивая при этом все необходимые витамины.

И лишь Человек, обладая разумом, способностью творить, строить, изобретать, делает это... из-за чего и находится на нижней ступени, в вопросах выживания, по сравнению с другими представителями земной фауны.

Суммируя всё вышеперечисленное, становится понятным то, почему люди не перестают болеть...

Многим из нас чудеса борьбы со старостью попросту недоступны: «уколы красоты», уколы стволовых клеток, озонотерапия, гормональные инъекции стоят слишком дорого, не правда, ли?

Что же, так и будем стареть, по старинке?

А ведь, 60% успеха в деле сохранения молодости и здоровья зависит от вашего отношения и уважения к самому себе, дорогому...

Да-да, не от генов и не от финансовых возможностей, а от того, как вы спите, что едите, как и чем поддерживаете иммунную систему...

ПРОФИЛАКТИКА – это единственное спасение в нашем атомном веке.

А что, Вы, дорогие читатели, знаете о компании «Доктор Нонна»?

Искренне желаю всем, чтобы не пришло то время, когда время уже ушло...

УДАЧИ!

Рубрику ведет:

Нелли Нутельс, врач-терапевт с многолетним опытом работы в Украине, биоэнерготерапевт, American, Certified Holistic Health Therapist / Counselor, Reiki-practitioner.

Профессиональные консультации, ранняя диагностика, индивидуальный подход – лечение больного, а не болезни, реальная, качественная и доступная помощь.

Тел 410-602-9592

Adult Medical Day Centers

443-914-2161 410-205-5579
LIFEWAY and Healthy Life

ТРЕБУЮТСЯ:

ВОДИТЕЛИ,
РАБОТНИКИ
ПО ОБСЛУЖИВАНИЮ
КЛИЕНТОВ

443-858-7935 410-409-0084

B. W. MEDICAL SUPPLY, Inc
ОФИС МЕДИЦИНСКОГО ОБОРУДОВАНИЯ

ЕСЛИ У ВАС ВОЗНИКЛА
НЕОБХОДИМОСТЬ В:

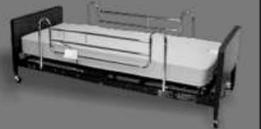
- Медицинском поясе для спины, коленников, поддержке для запястья и голеностопа
- Переносном туалете
- Стульчике и перилах для ванной
- Приспособлениях для ходьбы
- Ингаляторе
- Медицинских гольфах, чулках и колготках
- Электрогрелке
- Электрофорезе
- Прокладках, дайперсах, пеленках и одноразовых перчатках

Всем этим вас обеспечит внимательный и доброжелательный персонал нашего офиса.

У нас есть специальная обувь для диабетиков, лечебное белье из хлопка, шерсти, ангоры и много других необходимых предметов.

Если вы не можете сами приехать к нам, мы привезем и отвезем вас нашим транспортом.

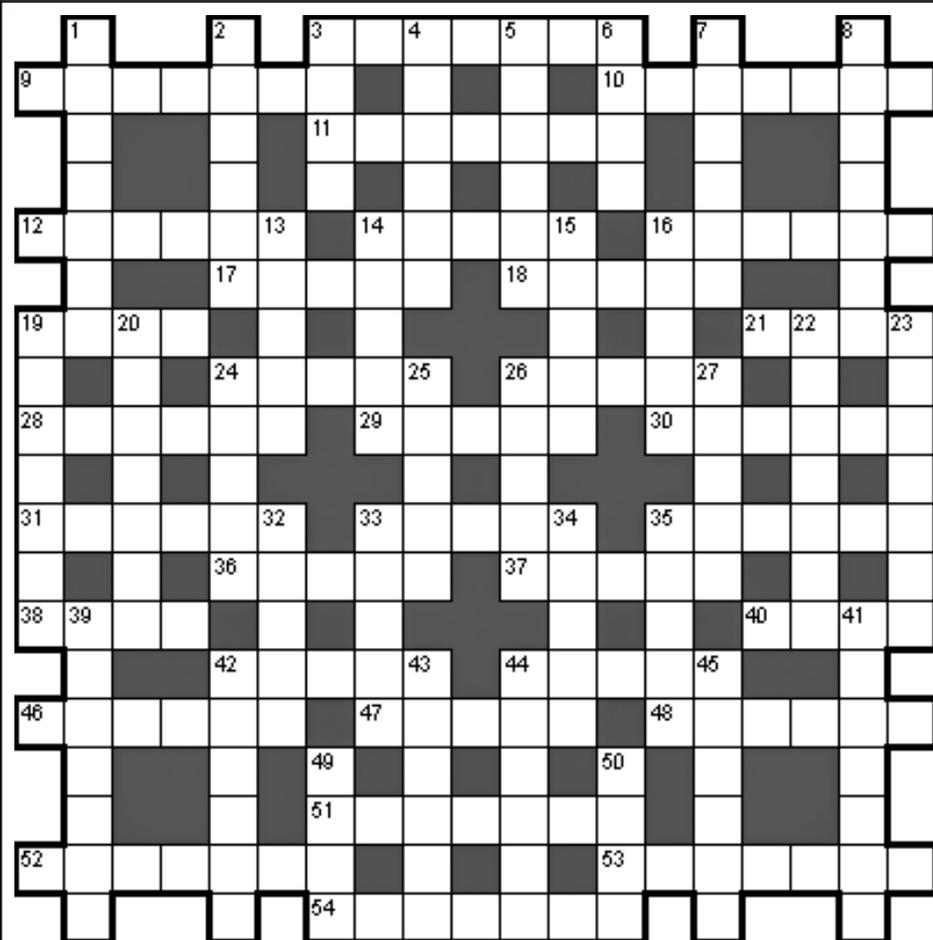
Будьте здоровы!



Мы всегда рады видеть вас в нашем офисе по адресу:

6860 REISTERSTOWN Rd.
Baltimore, MD 21215
410-602-7766

Из Вашингтона и окрестностей звоните, пожалуйста, 1.301-946-1888



По горизонтали:

3. Совокупность данных о количественном и качественном состоянии каких-либо природных ресурсов.
9. Бальный танец.
10. Химический элемент.
11. Машинка для пробивания отверстий в бумаге.
12. Верхняя часть мужского костюма.
14. Воспитанник закрытого среднего военно-учебного заведения в царской

России.

16. Очки без ушных дужек.
17. Контрольный листок для получения чего-либо, доступа куда-нибудь.
18. Рубящий инструмент.
19. Лиственное дерево.
21. Военный противник, неприятель.
24. Типографские литеры и пробельный материал.
26. Умение, созданное привычками, упражнениями.

28. Питательная жидкость для ухода за кожей.
29. Старинная, твёрдая и упругая сталь для клинков.
30. Жестокий человек, кровопийца.
31. Часть песни.
33. Одна из количественных характеристик геометрических тел.
35. Один из создателей славянской азбуки.
36. Медный мундштучный духовой музыкальный инструмент.
37. Священная книга в мусульманстве.
38. Звено гусеничной цепи трактора, танка.
40. Участок земли под лесом.
42. Стиль позднего классицизма в искусстве.
44. Крик гусей.
46. Помещение для содержания собак.
47. Трос для буксировки, швартовки кораблей, подъёма грузов.
48. Многолетнее растение с твёрдым стволом.
51. Жестокая драка.
52. Режущий инструмент из двух раздвигающихся лезвий с кольцеобразными ручками.
53. Обращение верующего к божеству.
54. Правление, основанное на произволе и насилии.

По вертикали:

1. Коктейль из сухого белого вермута и джина или водки с лимонной цедрой и оливками.
2. Представитель отряда высших млекопитающих.
3. Отдельный снимок на кино- или фотоплёнке.
4. Лекарственное растение.
5. Тайна.
6. Приспособление для управления транспортным средством.
7. Кормовая культура, медонос.
8. Небольшой сосуд для соли.
13. Дикая свинья, вепрь.
14. Изделие из луба, бересты, лучины.
15. Помидор.
16. Сильное, резкое движение.
19. Карлик.
20. Кондитерское изделие из фруктовой массы и сахара.
22. Ответ, возражение, замечание на слова собеседника, говорящего.
23. Человекообразная обезьяна.
24. Музыкальный ансамбль.
25. Парный бальный импровизационный танец.
26. Выражение, в котором не полностью высказанная мысль может быть понята по догадке.
27. Электрический обогревательный прибор особой формы.
32. Пора дня, года.
33. Внешний вид, наружность.
34. Механизм ударного действия для обработки металла давлением.
35. Отрицательный электрод.
39. Вид искусства.
41. Способность человека ощущать внешние воздействия.
42. Автор, скрывший своё имя.
43. Степень доброкачественности.
44. Парусный военный корабль.
45. Мексиканская водка.
49. Создание чего-нибудь нового в определённых условиях с целью исследования, испытания.
50. Орган размножения у растений.

52. Ножницы.
53. Молитва.
54. Тиражируя.
52. Коктейль.
47. Канат.
48. Деревянный.
51. Подорожник.
44. Ампер.
44. Горелка.
38. Трап.
40. Дана.
42. Ампер.
44. Горелка.
37. Кирпич.
36. Труба.
37. Обём.
35. Кирпич.
36. Труба.
32. Путь.
20. Пастель.
22. Реплика.
23. Горилла.
24. Ган.
14. Короб.
15. Томат.
16. Порыв.
19. Литера.
6. Рубль.
7. Клевер.
8. Солонка.
13. Капелан.
14. Кадет.
16. Пенсне.
17. Табачный.
10. Ультразвук.
11. Дыро-
9. Маляр.
53. Молитва.
54. Тиражируя.
52. Коктейль.
47. Канат.
48. Деревянный.
51. Подорожник.
44. Ампер.
44. Горелка.
38. Трап.
40. Дана.
42. Ампер.
44. Горелка.
37. Кирпич.
36. Труба.
37. Обём.
35. Кирпич.
36. Труба.
32. Путь.
20. Пастель.
22. Реплика.
23. Горилла.
24. Ган.
14. Короб.
15. Томат.
16. Порыв.
19. Литера.
6. Рубль.
7. Клевер.
8. Солонка.
13. Капелан.
14. Кадет.
16. Пенсне.
17. Табачный.
10. Ультразвук.
11. Дыро-
9. Маляр.

ПО ГОРИЗОНТАЛИ:
ОТВЕТЫ

Новое Агентство по уходу за пожилыми людьми



COMPLETE HOME CARE

МЫ ПЛАТИМ БОЛЬШЕ ВСЕХ, НЕ НАРУШАЯ ЗАКОН! У НАС ПРЕКРАСНЫЕ БЕНЕФИТЫ!

НАШЕ АГЕНТСТВО НОВОЕ, НО С БОЛЬШИМ ОПЫТОМ РАБОТЫ С РУССКОЙ ОБЩИНОЙ!

Бесплатно: Отпечатки пальцев, CPR, First Aid и Physical Exam

410-343-4353
Address: 90 Painters Mill, Ste 215 Owings Mills, MD 21117

ТРЕБУЮТСЯ РАБОТНИКИ ПО УХОДУ ЗА ПОЖИЛЫМИ ЛЮДЬМИ НА ПОЛНЫЙ И НЕПОЛНЫЙ РАБОЧИЙ ДЕНЬ

DRAPER & KRAMER MORTGAGE CORP.

ALEX NAUMOVYCH

Loan Officer

Говорю на русском, украинском, английском языках

ALEXN@DKMORTGAGE.COM MORTGAGESDMV.COM

Свыше 120 5-звездочных отзывов

NMLS ID #1901024 | Co. NMLS ID #2551

M: 571.278.6266 **9210 Corporate Blvd**
O: 240.642.3615 **Suite 345**
Rockville, MD 20850

Adult Medical Day Center

Healthy Life

ТРЕБУЮТСЯ: ВОДИТЕЛИ И РАБОТНИКИ ПО ОБСЛУЖИВАНИЮ КЛИЕНТОВ

443-858-7935 • 410-409-0084

Спрос и предложение труда



Ищу РАБОТУ

Ян Брайловский проводит набор детей для индивидуальных занятий в онлайн режиме по математике и шахматам. Тел. 267-968-6923, 215 - 969 - 4034

По вопросам размещения рекламы звонить: 888-349-8877, 443-831-3695



REAL ESTATE
продажа недвижимости

В MEGA MOVING SERVICE CO. Требуется водители. 443-939-1181

Прекрасный Отдельный Дом в PIKESVILLE. Полностью обновлённый дом на тихой улице в Summit Park. 3 Спальни, 2/1 ванных. Камин. Паркет. Высокие потолки. Новая Кухня с Гранитом. Новые ванные, окна, полы, HVAC. Summit Park School. Close to Quarry Lake, Shopping, Beltway. Это - Дом Вашей Мечты! Only: \$486,911. Tel 410-236-1901.



АГЕНТСТВО FIRST CHOICE HEALTH ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ ПРОВАЙДЕРОВ И КЛИЕНТОВ, НУЖДАЮЩИХСЯ В ПОМОЩИ

Phone: (410) 645-7982
Fax: (410) 645-7983
contact@firstchoice-health.org

301 Main Street, Ste 1E
Reisterstown, MD 21136
www.firstchoice-health.org

АДВОКАТ АЛЕКСАНДР БИНДЕР

АВТОМОБИЛЬНЫЕ АВАРИИ

ТЫСЯЧИ ВЫИГРАННЫХ ДЕЛ

Вы ничего не платите **443-GET-PAID**
до успешного завершения дела **443-438-7243**



Услуги

У вас есть право получить освобождение от экзамена на гражданство. Позвоните по тел. 301-320-0729 и мы вас проконсультируем.

REMODELING COMPANY

В КОМПАНИЮ ПО РЕМОНТУ ДОМОВ

ТРЕБУЮТСЯ РАБОЧИЕ

- При необходимости возможно обеспечение жильем и транспортом
- Full time гарантирован
- Опыт работы желателен

Hiring helpers
Students welcome

443-827-8089

Физиотерапевтический офис в самом центре Pikesville, MD ищет на PT помощника. Обучаем на работе. Знание русского и английского языков и работа с компьютером необходима. 410-415-0005, 410-960-7900. Резюме по факсу: 410-415-0006

Замечательный просторный Дом в Owings Mills. Редкая возможность купить просторный дом (больше 4,000 кв фт) на 1.87 акра земли, с гаражом на 2 машины. 5 спален, 4/1 ванных. Паркет, Камин, Дэк. Законченный нижний этаж... \$900,000. Tel. 410-236-1901

Профессиональный (сертифицированный) перевод документов: свидетельств о рождении, браке, разводе, смерти, аттестатов и т. д. Инна Браславская 443-831-3695 (моб.) 410-526-0598 (дом.) innabraslavsky@hotmail.com

ПЕРЕВОДЧИК И НОТАРИУС Милана. Переводы письменные и устные. Нотариальные услуги на русском и английском языках. 410-440-0930

В МЕДИЦИНСКИЙ ОФИС

ТРЕБУЮТСЯ ВОДИТЕЛИ

НА ТРАНСПОРТ КОМПАНИИ

443-695-0666

Принимаем на работу персонал по уходу на дому. 301-260-0338

Требуется водители на грузовые автомобили компании SMS. Прекрасные условия. 410-375-3469

Investment Property in Reisterstown. Отдельный Дом на тихом дворе, с квартирантами, которые платят \$2,000 в месяц. 4 спальни, 2/1 ванных. Законченный нижний этаж... Всего: \$320,000. Tel: 410-236-1901

BW Medical Supply - офис медицинского оборудования - всегда готов помочь вам выбрать необходимое для вас медицинское оборудование и приспособления. Привезем и отвезем вас на своей машине. 410-602-7766, 800-616-8146

Финансовая независимость с Натальей Спак: страхование жизни, умножение капитала, long term care, last expense policies, переводы пенсии из 401к и 403b в персональные IRA, нотариальные услуги 443-858-4448

В магазине Sunfresh Produce Market всегда есть свежеспеченный хлеб из новой пекарни. Заходите. 806 Reisterstown Rd. 410-415-6420

MEGA MOVING SERVICE. Перевозка мебели и грузов на любые расстояния. 443-939-1181

ПОМОЖЕМ ИЗДАТЬ СОБСТВЕННУЮ КНИГУ

книгу о вашем творчестве или
книгу о вашей жизни и истории семьи,
книгу воспоминаний и встреч с интересными людьми,
книгу для ваших близких, детей и внуков

ведь, если не Вы, то кто раскроет семейные тайны и расскажет то, что кроме вас уже никто рассказать не сможет!

888-349-8877

ВОЗМОЖЕН ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ПЕРЕВОД С РУССКОГО НА АНГЛИЙСКИЙ И С АНГЛИЙСКОГО НА РУССКИЙ

Занятия



Крючок

МАСТЕР МАНИКЮРА

Орина

аппаратный маникюр, гель-маникюр, дизайн ногтей

443-844-6339 t.me/orina_yournails

ПЕРЕВОЗКИ мебели от Майями до Бостона и в Филадельфии

Доставка в аэропорты, чистка ковра.

215-669-1386

Скидки пенсионерам



Евгений, блин, Онегин

Профессор (беря зачетку): «Так, вы кто у нас? Ага, Евгений Нахалкин.

Что у вас там, в билете — «Евгений Онегин»? Ну, что же, расскажите мне, голубчик, что вы знаете про своего тезку?»

Студент: — Про Жеку-то?

— Про какого Жеку?

— Ну, у меня у самого кликуха такая — Жека!

— Вот как! Вообще то, насколько я помню, у Онегина никаких таких кликух, как вы изволили выразиться, не было. Ну, что ж, продолжайте.

— Ну, там вначале дядя честно правил...

— Простите, чем же это он правил?

— Ну, это... там, как бы не написано.

— Ага. Ну, как бы продолжайте.

— Ну, а потом он себя уважать заставил. А чего, блин, заставлял! Я бы и так зауважал! Прикинь — отстегнул ему коттедж, прикид всякий, бабла там...

— Хм. Прикинул — старик не слабо отстегнул!

— Ну!

— А что, у Пушкина прямо так и написано — «Бабла»?

— Не, зачем! Пушкин — он реальный мужик был. Все в натуре писал, реально как бы.

— Может, вы хотите сказать, что он был реалистом?

— Ну!

— Ну- ну. А Жека что же?

— Жека-то? Ну, он вначале отстойный совсем был, ну — типа ханурин. У него непруха была сплошная, облом полный... как наследство накатило — сразу понтовый стал. А чего не стать, если на шару?

— Простите, как вы сказали? На какую шару?

— Ну, типа на халяву.

— Ага! Так. Ну?

— Ну, поканал в коттедж — оттянуться. Ну, там — речка, цветочки, пчелки шастают, то да се. Ну, типа — природа.

— Ага, понимаю. Как это у вас живописно выходит. Скажите, а люди там водились на этой типа природе?

— Ну! В натуре! Там сосед был баклан такой торкнувший — Ленский. Ну, по лесу бегал, писал там чего-то — ну, в общем, ошпаренный совсем.

— О, Господи! Бедный Ленский! Ну, хорошо, а еще кто?

— Ну, там еще две герлы были, как бы сестры...

— Ага! А вы случайно не помните, как этих герлов звали?

— Ну! Одна Ольга — она с Володь-

Юмор

Евгений, блин, Онегин

кой Ленским тусовалась. А вторая, Танька — ваще была шиза удолбанная!

— Какая, простите, шиза?

— Удолбанная, ну, в смысле, ушлепнутая, типа — странная.

— Так! Очень вы своеобразно и любопытно излагаете. Ну — дальше.

— Ну, чего, блин? Короче, она как Жеку увидела и сразу тащиться стала от него. Тащилась-тащилась, а потом у нее крышу снесло, и она колбасить стала...

— Это, в каком же смысле колбасить?

— Ну, как бы переживала.

— Ага, понятно! И до чего же доколбасилась?

— Кто?

— Ну, эта — Танька, шиза удолбанная.

— Аа... ну, она заколбасила и стала писать ему это... забыл, как называется... ну, когда не эсэмэс и не имейл, а на этой в натуре — на бумаге...

— Типа — письмо?

— Во! Точно!

— И что же она ему написала?

— Ну, что ей стремно все, ну, типа — я вам пишу, чего еще, в натуре?

— Так, так — как интересно! А Жека, что же?

— А чего — Жека? Он — ничего. Он же знал, что она удолбанная. Но он над ней стебаться не стал. Ну, нарисовался там, крышу ей вправил, чтоб не глючила и уканал опять.

— Очень любопытно! Прямо типа драмы. И что потом!

— Ну, потом там тусовка была у Таньки на бэзнике.

— На чем, простите?

— Ну, на дне рожденья. Потом там разборка была у Жеки с Ленским из-за герлы. А потом они стрелку забили, ну, типа — дуэль. И Жека Володьку замочил.

— Переживал, наверное?

— Ну! Ведь корефаны были. Но там такой расклад был, что сканать никак нельзя. Ну, и пришлось замочить!

— Да, я понимаю. И что же потом приключилось с вашим тезкой?

— Ну — чего? Опять тормозить стал, все не в кайф, замызанный стал совсем, отстойный, ну, это...

— Можете не переводить, я уже как бы научился... понимать. И что же — на том все кончилось?

— Не, зачем! Он однажды на одной тусовке нарисовался, ну типа — на танцулях. А там — Танька.

— Которая шиза?

— Не, она там уже не шиза! Она уже с понтом такая, герла не хилая, генеральша в натуре!

— Да, не слабо! А Жека что ж?

— Ну, он, конечно, к ней подвалил. То да се, ну, типа я от тебя тащусь, а все остальное мне не в кайф!

— Ага! Интересно! А Танька что же?

— Ну, чего? она ему — ты, конечно, чипидрос клевый. Но мне уже все до фени — ну типа я уже другому отдаюсь!

— Вот даже как?

— Ну! И он совсем отпал, тормозной такой стал — как долбоящер!.. ну, вот... вроде и все!

— Мдаа. Очень впечатляющий рассказ, очень! Ну, и как же мне оценить ваш ответ? Вы сами-то как думаете?

— Ну, я думаю это... может на троечку?

— А может на пятерочку?

— Да, нет профессор, что вы — на тройку!

— А я думаю, может, все же — на пятерку?

— Да ничего, тройки хватит.

— Ну, не скромничайте, голубчик. Если бы Пушкин мог слышать все эти ваши идиомы — у него бы крышу сразу снесло! От вашего великого и в натуре, блин, могучего. Ну, типа — языка. Нет, я все же думаю — на пять!

— Да, ну что вы профессор — лучше три!

— Ну, вот что, дорогой мой. Вы мне такого тут наговорили, что мне ваш ответ совсем не в кайф! Я не знаю, на каком языке вы тут изъяснялись, но не на русском, это точно! Так что экзамен по русской литературе обойдется вам в пять штук.

— А трех тысяч не хватит?

— Нет, дорогой мой, не хватит. А то мне очень стремно будет.

— Жаль!

— Ну-ну! Не тормозите, голубчик. А то еще загрузите, и крышу совсем снесет! Кстати, у вас есть... это самое?

— Ну, я взял на всякий случай.

— В конверте, как я учил?

— Ну, да. Реально.

— Вот и отлично! Кладите ее сюда в ящик стола мою пятерку. Вот так! А вот вам ваша троечка (ставит оценку, расписывается, отдает зачетку студенту). Вот теперь можешь канать отсюда спокойно, Жека. Евгений, блин, Онегин!

Автор неизвестен

Владимир Орлов

Баба Яга

Жила-была страшная Баба Яга. Супруга встречала она, Как врага. Порой колотила его Кочергой. Короче, была настоящей Ягой.

Но раньше Ягой Она не была. Была она просто Чертовски мила! И даже не знала, Что станет Ягой, Что будет любимого Бить кочергой.

Бывало, вернется Домой муженек И, тихо икая, Вползет на порог. Глядит и дрожит: На пороге — Яга. Глаза полыхают, В руке кочерга.

И столько в словах Накопившихся чувств, Что с дымом они Вылетают из уст!

Ах, сколько упреков, Ударов и мук Терпел совершенно Невинный супруг! И он от нее Переехал к другой... И стала другая Такой же Ягой.

Опасное зеркало

Неужели вам Еще не ясно, Что смотреться В зеркало опасно? Что оно Уже немало лет Незаметно вам Наносит вред! Ведь порою, В виде одолженья, Намекало вам оно Не раз, Что с годами Ваше отраженье Плохо отражается На вас!

Предложение

— Халды-булды! Сказал индюк индюшке. — Валды-хулды! — Услышал от подружки. И тут без перевода Стало ясно, Что девушка ответила: — Согласна!

Пророк и падишах

Позвал пророка падишах: — Двоится у меня в глазах! Я часто вижу, что луна На две луны разделена! И не в моей могучей власти Соединить две эти части! Ты мне немножко напророчь — Я правду выслушать не прочь! За это ждет тебя награда! — Пророк ответил: — Пить не надо! Не надо пить, — сказал пророк, Тебе мешает твой порок. Из-за него, мой падишах, Двоится у тебя в глазах! — Тут подошел к пророку воин — И мигом был пророк раздвоен.

Мораль для будущих пророков: У падишахов нет пороков!

Феликс Кривин

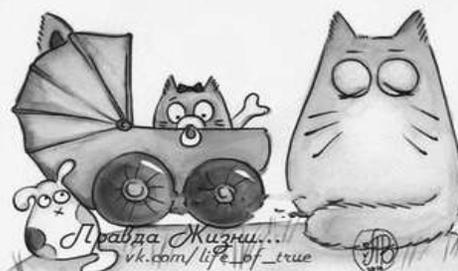
Ходики

Ходики помедлили и стали, Показав без четверти четыре... Общее собрание деталей Обсуждает поведение гири.

«Как случилось? Почему случилось?» Тут и там вопросы раздаются. Все твердят, что Гиря опустилась И что Гире нужно подтянуться.

Очень строго и авторитетно Все детали осуждают Гирю... Три часа проходят незаметно. На часах без четверти четыре.

Глупая женщина пытается перевоспитать мужчину. Умная стремится его научить. И только мудрая совершает почти невозможное - она оставляет его в покое.





ДОКТОР Татьяна Резников

Врач высшей американской категории

- **ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ:**
 - Болей в шейном, грудном и поясничном отделах позвоночника
 - Болей в суставах и мышцах
 - Ущемлений нервов в различных отделах позвоночника
- **ЭЛЕКТРОДИАГНОСТИКА НЕРВНЫХ ПОРАЖЕНИЙ**

410-833-1011
116 Westminster Pike
Suite #106
Reisterstown, MD 21136

ДЕТСКИЙ ВРАЧ Инна Лондон MD., F.A.A.P.

Высшая врачебная категория по педиатрии в Америке – Board Certified

**В ОФИСЕ ИСПОЛЬЗУЕТСЯ
СОВРЕМЕННОЕ ОБОРУДОВАНИЕ
ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ
И ЭКСПРЕСС-ДИАГНОСТИКИ**

Возможность
связи с врачом **24/7**

16220 Frederick Rd, # 420,
Gaithersburg, MD 20877 **301-330-3335**
pediatrics@doctorlondon.org www.doctorlondon.org

Принимаются все основные виды страховок



● ПЕРЕВОД ДОКУМЕНТОВ

свидетельств о рождении,
браке, разводе,
аттестатов, дипломов...

● НОТАРИАЛЬНЫЕ УСЛУГИ

(на русском и английском языках)
доверенности, справки, апостили



**Инна
Браславская**

443-831-3695 (моб.) 410-526-0598 (дом.)
innabraslavsky@hotmail.com

ОТДЫХ НА МЕКСИКАНСКОМ ЗАЛИВЕ

следите за
нашей рекламой

(301)928-4199

Подробности на сайте
www.marshrutka.com



A+ PERSONAL HOME CARE



**ЗАРПЛАТА НАШИХ СОТРУДНИКОВ ВЫШЕ,
ЧЕМ В ДРУГИХ АГЕНТСТВАХ!**

Salim, Inc.
1116 Reisterstown Rd, Suite 202,
Pikesville, MD 21208
Email: APlusPersonalHomeCare@gmail.com

443-660-8757
Факс: 443-379-0073

НОВОЕ АГЕНТСТВО ПО УХОДУ НА ДОМУ

- A+ PERSONAL HOME CARE предоставляет квалифицированную медицинскую помощь, а также немедицинские услуги для пожилых людей.
- У нас работают опытные, прекрасно обученные профессионалы, которые хорошо знают потребности клиентов и обеспечат им качественный уход.
- Наши надежные и ответственные сотрудники не только ухаживают за клиентами, но и являются их друзьями в отсутствие их родных и близких. Это обеспечивает спокойствие семьям клиентов, уверенных в том, что их родные получают необходимый уход и внимание, чтобы чувствовать себя уютно в домашней теплой обстановке.
- Наши квалифицированные сотрудники посещают клиентов на дому по мере необходимости. Во время короткого или длительного визита (24 часа в сутки) они осуществляют эмоциональную и физическую помощь, некоторую помощь по домашнему хозяйству и в повседневной жизни пожилым, ментально и физически больным людям.

ПОЧЕМУ СТОИТ ВЫБРАТЬ ИМЕННО НАС?

- профессионально обеспечиваем услуги, предназначенные для удовлетворения индивидуальных потребностей клиентов;
- уровень обслуживания соответствует самым высоким стандартам в области медицинских услуг;
- сервис осуществляется 24 часа в сутки, включая выходные и праздничные дни;
- сервис материально доступен для пациентов, находящихся в больнице или дома;
- помощь оказывается очень быстро, часто в течение нескольких часов с момента запроса;
- индивидуальный подбор сотрудников по уходу, которые могут наилучшим образом отвечать потребностям клиента;
- регулярная оценка руководством работы сотрудников для того, чтобы обеспечить полную удовлетворенность клиентов.

Новое Агентство по уходу за пожилыми людьми



COMPLETE HOME CARE

**МЫ ПЛАТИМ
БОЛЬШЕ ВСЕХ,
НЕ НАРУШАЯ ЗАКОН!**

**У НАС ПРЕКРАСНЫЕ
БЕНЕФИТЫ!**

**НАШЕ АГЕНТСТВО НОВОЕ,
НО С БОЛЬШИМ ОПЫТОМ
РАБОТЫ С РУССКОЙ
ОБЩИНОЙ!**

**Бесплатно:
Отпечатки
пальцев,
CPR и First Aid**



**ПОЗВОНИТЕ К НАМ
И МЫ РАССКАЖЕМ ВАМ
ПОЧЕМУ МЫ ЛУЧШЕ!**

410-343-4353

**Address: 90 Painters Mill, Ste 215
Owings Mills, MD 21117**