

MEALS DIRECT
БЕСПЛАТНЫЕ ОБЕДЫ И УЖИНЫ
 ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ И ТЕХ,
 У КОГО ЕСТЬ ПРОБЛЕМЫ СО ЗДОРОВЬЕМ,
 ИМЕЮЩИХ ПРОГРАММУ ОТ ШТАТА ПЕНСИЛЬВАНИЯ.
 Привезём домой свежие продукты и горячие обеды и ужины.
267-921-6458

РЕКЛАМА ЖИЗНЬ 22

215-354-0844 • 1-888-349-8877

**НЕТ
ВОЙНЕ**

June 1, 2022

Russian-American Newspaper "ADVERTISEMENT and LIFE"

www.adandlife.com

COMFORT Home Care
 АГЕНТСТВО ПО ОБСЛУЖИВАНИЮ
 ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ НА ДОМУ
**ОФИЦИАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
 ПО ОБСЛУЖИВАНИЮ КЛИЕНТОВ
 РОДСТВЕННИКАМИ
 или ДРУЗЬЯМИ**
 Квалифицированный уход медсестер,
 физиотерапевтические процедуры, персональный уход,
 уборка, покупка продуктов и приготовление пищи
ВЫСОКАЯ ЗАРПЛАТА **БЕНЕФИТЫ!**
215-355-8350 **БОНУСЫ!**
OVERTIME!
 ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ МЛАДШИЙ ОБСЛУЖИВАЮЩИЙ ПЕРСОНАЛ

Summer PRESEASON
40% UP TO OFF
SALE
 *Excludes prior purchases, layaways & other discounts. Shoes only, certain merchandise excluded & some exclusions apply.
 JUSTA FARM SHOPPING CENTER • 1966 County Line Rd. Huntingdon Valley, PA 19006 • 215-969-9626 • HOT-FOOT-BOUTIQUES.SHOPTIQUES.COM

ПОКУПКА И ПРОДАЖА ДОМОВ
GALINA SERGUEEVA
 Binner & Sergueeva Team
215-201-6979
 www.GreatPAhomes.com
RE/MAX HOMEPOINT

INSURANCE Xchange
HEALTH INSURANCE
Open Enrollment 2022
 13032 Bustleton Ave, Unit F, Phila, PA 19116
215.764.3200
 www.Insurancexchg.com
ERIC GASPARYAN

Ambassador Home Care Agency
 Your Home Health Guardians
ОФОРМЛЯЕМ ПРОГРАММУ WAIVER БЕСПЛАТНО
ЕСЛИ ВЫ УХАЖИВАЕТЕ ЗА СВОИМИ ПОЖИЛЫМИ РОДСТВЕННИКАМИ И ДРУЗЬЯМИ И ХОТИТЕ СДЕЛАТЬ ЭТО ВАШЕЙ РАБОТОЙ ИЛИ ПОМЕНЯТЬ АГЕНТСТВО, ОБРАЩАЙТЕСЬ К НАМ, У НАС САМЫЕ ЛУЧШИЕ УСЛОВИЯ РАБОТЫ!
• SIGN UP BONUS ▶ \$500
• Зарплата ▶ до \$15
• Сверхурочные ▶ до \$22
• Оплачиваемый отпуск, больничные, персональные дни
• Оплачиваемые праздничные дни - в 1,5 раза
• БЕСПЛАТНАЯ медицинская страховка ("0" deductible) и Dental Plan
 www.ambassadorhomeagency.com
215.486.1080 10125 Verree Rd, St 300 Philadelphia, PA 19116

Independent Home Care Agency
215-821-3078
 ГОВОРИМ ПО-РУССКИ
Вам нужна помощь? У вас проблемы со здоровьем?
 Звоните нам 24 часа 7 дней в неделю.
 Помогаем получить Waiver. Программу по уходу на дому. Мы привезём вам домой молочные продукты, горячие завтраки, обеды и ужины совершенно бесплатно!
\$600 БОНУС ПРИ УСТРОЙСТВЕ НА РАБОТУ! **ТЕСТ НА КОВИД НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА!**
 Благодаря программе штата Пенсильвания **PAS (Personal Assistant Service)**, вы сможете ухаживать за своими родственниками и при этом получать высокую заработную плату, оплачиваемый отпуск, медицинскую страховку.
 www.independenthc.com 9892 Bustleton Ave, Suite 203 Philadelphia PA 19115

Ольга Стоянова
 Поможет вам получить программу **Waiver** и все связанные с этим сервисы **АБСОЛЮТНО БЕСПЛАТНО**
267-269-7598

TRUCKING CO. **732.757.5343**
516.901.6171
НЕОБХОДИМО ИМЕТЬ:
 ■ Опыт работы в США на траке и трейлере не менее 1 года.
 ■ T-Endorsment (double-triple), чистые права и знание английского языка на бытовом уровне.
 ■ Оплата от \$1775 до \$2700 в неделю. Гарантируем годовую зарплату \$92К-\$140К
 ■ Оплачиваемый отпуск
 ■ Перевозим только по терминалам комплекса. Нет погрузки и выгрузки
 Dedicated рейсы возможны: дома каждые выходные!!!
25 лет в бизнесе

PENNSYLVANIA DERMATOLOGY SPECIALISTS 1122 Street Road #204 Southampton PA 18966
 MEDICAL • SURGICAL • COSMETIC
215-999-SKIN (7546)
ЛУЧШАЯ ДЕРМАТОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА В SOUTHAMPTON
ПОЛНЫЙ СПЕКТР МЕДИЦИНСКИХ, ХИРУРГИЧЕСКИХ И КОСМЕТИЧЕСКИХ ДЕРМАТОЛОГИЧЕСКИХ УСЛУГ
 Доктор говорит по-русски
РОМАН БРОНФЕНБЕРНЕР
 Сертифицированный врач-дерматолог, доктор медицинских наук
 www.pennderm.com info@pennderm.com
 Принимаем Medicare и основные виды страховок Для пациентов без страховки - доступные цены

ALLCARE

M E D I C A L E Q U I P M E N T

О Ф И С М Е Д И Ц И Н С К И Х П Р И Н А Д Л Е Ж Н О С Т Е Й

Пн.Вт.Ср.Пт. 10am – 6pm
Чт. 9am - 6pm
Сб. 10am – 2pm

Принимаем Medicare
и большинство страховок

8348 Bustleton Avenue
Philadelphia, PA 19152

215-745-4010

Не боритесь с болью в одиночку - МЫ ВАМ ПОМОЖЕМ!

- ГОСПИТАЛЬНЫЕ КРОВАТИ
- ИНВАЛИДНЫЕ КОЛЯСКИ
- РАЗЛИЧНЫЕ ВОКЕРЫ
- ПРИКРОВАТНЫЕ КОМОДЫ
- СТУЛЬЧИКИ ДЛЯ ВАНН
- КИСЛОРОДНЫЕ АППАРАТЫ
- ДЫХАТЕЛЬНЫЕ СРАР > МАШИНЫ
ВРАР >
- ДИАБЕТИЧЕСКАЯ ОРТОПЕДИЧЕСКАЯ ОБУВЬ. Всевозможные СТЕЛКИ И НАКЛАДКИ для коррекции ноги и стопы.
- ДИАБЕТИЧЕСКИЕ НОСКИ, ЛЕЧЕБНЫЕ ЧУЛКИ, ГОЛЬФЫ, КОЛГОТКИ



НОВИНКА!



www.independenthc.com

Independent Home Care Agency

Вам нужна помощь? У вас проблемы со здоровьем?



 **Высокопрофессиональный медицинский персонал** с большим опытом работы окажет необходимую квалифицированную помощь на дому.

 **МЕДСЕСТРЫ** внимательнейшим образом выслушают ваши жалобы на состояние здоровья и примут все необходимые меры по их устранению: свяжутся с лечащим врачом, окажут помощь по

залечиванию ран, язв, псориаза, экземы.

Проведут реабилитацию на дому после операций и лечение на дому после госпиталя.

 **ФИЗИОТЕРАПЕВТЫ** с помощью комплекса упражнений и лечебного массажа помогут в восстановлении двигательных функций.

 Наши замечательные **ПОМОЩНИКИ** обеспечат вас необходимыми продуктами, приготовят вкусный обед, сделают уборку, помогут с купанием.

Если в ваш дом пришла беда и близкий вам человек нуждается в уходе, ЗВОНИТЕ НАМ!

Помогаем получить Waiver. Программу по уходу на дому. Мы привезём вам домой молочные продукты, горячие завтраки, обеды и ужины совершенно бесплатно!



Тест на ковид на дому.

\$600 БОНУС ПРИ УСТРОЙСТВЕ НА РАБОТУ!

Благодаря программе штата Пенсильвания **PAS (Personal Assistant Service)**, вы сможете ухаживать за пожилыми родственниками, родителями, друзьями, нуждающимся в этом по медицинским показателям.

КТО ЛУЧШЕ БЛИЗКИХ МОЖЕТ ПРОЯВИТЬ ЗАБОТУ!

При этом ваш труд будет оплачен: высокая зарплата, медицинская страховка, включая стоматологию и зрение.

Медсестры и работники по уходу, а также Occupational Therapists, Speech Therapists and Physical Therapists ARE WELCOME!
Предоставляем полную медицинскую страховку.

9892 Bustleton Ave, Suite 203,
Philadelphia PA 19115

215-821-3078
Говорим по-русски

absolutetherapycare
personal, professional, experienced



10125 Verree Road, Suite 100, Philadelphia, PA 19116

СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ БОЛИ И РЕАБИЛИТАЦИЯ

- ◆ Диагностика и эффективное лечение заболеваний костно-мышечной и нервной систем
- ◆ Реабилитация после травм, переломов и ортопедических операций
- ◆ Реабилитация после автомобильных аварий и производственных травм
- ◆ Используем современную аппаратуру и лазерное лечение
- ◆ Применяем лечебный массаж и мануальную терапию для снятия болей и ускоренного восстановления

Наша цель - помочь вам избавиться от болей и научить контролировать симптомы болезни с помощью правильной биомеханики и упражнений

В ОФИСЕ РАБОТАЮТ
ЛАРИСА ЛЕВИН, МРТ, ФИЗИОТЕРАПЕВТ
MARYAN KAUTA, DPT Licenced Physical Therapist
NATALIYA PONA, PTA Licenced Physical Therapist Assistant



НЕ НАДО ТЕРПЕТЬ БОЛЬ.
ПРИХОДИТЕ - МЫ ПОМОЖЕМ!

Tel: 215-464-8900
Fax: 215-464-6046

www.absolutetherapycare.com

ДНЕВНОЙ ЦЕНТР ЗДОРОВЬЯ И ОТДЫХА ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ

ДАЧА

**Дорогие Дачники!
Мы открыты.
С нетерпением ждём встречи со своими старыми и новыми друзьями!**

Каждый день на Даче для вас:

- ◆ Великолепный, зеленый и благоустроенный парк
- ◆ Здоровая и вкусная еда 3 раза в день!
- ◆ Разнообразные блюда, приготовленные профессиональными поварами на Даче!
- ◆ Медицинский уход, визиты врачей.
- ◆ Помощь социального работника в получении слуховых аппаратов, фудстемпов и различных государственных программ.
- ◆ Развлекательная программа, концерты, арт-терапия, йога, кружки по интересам.



На Даче хорошо и зимой и летом!

250 Geiger Rd, Philadelphia, PA 19115

215-677-7710

ИММИГРАЦИОННОЕ ПРАВО

ВСЕ ВИДЫ ВИЗ И ПЕТИЦИЙ



MEMBER OF THE AMERICAN IMMIGRATION LAWYERS ASSOCIATION

- Петиции на родственников
- Визы жениха/невесты
- Получение гражданства
- Получение убежища
- Петиции о прощении
- Визы для спортсменов
- Визы для выдающихся людей
- Визы для инвесторов

БЕСПЛАТНАЯ ПЕРВАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

ATTORNEY AT LAW

Licensed in NY

Elena Alexeeva

275 E. Street Road, Suite 9
Feasterville, PA 19053

215-494-9289

Temkin & Associates

elena@temkinlegal.com
www.temkinlegal.com

БЕСПЛАТНЫЕ ОБЕДЫ И УЖИНЫ

для пожилых людей и тех, у кого есть проблемы со здоровьем, имеющих программу от штата Пенсильвания.

Привезём домой свежие продукты и горячие обеды и ужины.

Для информации о программе, позвоните по телефону:

267-921-6458

MEALS DIRECT
 3853 Aramingo Ave, Unit #27
 Philadelphia, PA 19137
office@mealsdirect.info Mon.-Fri. 9 am -5 pm



БЕЗКОШТОВНІ ОБІДИ ТА ВЕЧЕРІ

для людей похилого віку та людей з проблемами здоров'я, які мають програму від штату Пенсільванія.

Привеземо додому свіжі продукти і гарячі обіди та вечері.

За інформацією зателефуйте за номером:

267-921-6458



TRIUMPH HOME CARE

**БОНУС
\$500.00**

ДЛЯ НОВЫХ
СОТРУДНИКОВ

Наше агентство
по уходу
за пожилыми людьми
позаботится о Вас,
Ваших родных и близких

Вы стали старше и понимаете, что уже не легко делать то, что раньше не вызывало никаких трудностей. Но жизнь идёт вперёд и вам сейчас уже требуется помощь. У вас никогда не было программы по уходу за пожилыми людьми. Обратитесь к нам, и мы поможем вам получить такую программу! Она обеспечит вам достойный, профессиональный уход и помощь.

**СЛУЖБА
УХОДА
НА ДОМУ**

Позвоните,
и Вы узнаете о нас больше

215-220-3920

2600 Philmont Ave., Suite 218A
Huntingdon Valley, PA 19006
www.TriumphHomeCare.com

Приглашаем на работу
квалифицированных Home Care Attendants
Отличная зарплата перечисляется прямо на Ваш банковский счёт!

Alpha-Beta

MEDICAL EQUIPMENT AND SUPPLIES

- Больничные кровати
- Стульчики
- Инвалидные коляски (в т.ч. электрические)
- Костыли
- «Вокеры»
- Лечебные чулки
- Протезы груди и лифчики к ним
- Памперсы, прокладки, трусы



**БЫСТРАЯ
ДОСТАВКА
ОТЛИЧНОЕ
ОБСЛУЖИВАНИЕ**

У НАС ВЫ МОЖЕТЕ ПРИОБРЕСТИ:
ДИАБЕТИЧЕСКУЮ И
ОРТОПЕДИЧЕСКУЮ ОБУВЬ

ПРИНИМАЕМ:

- Independence Blue Cross
- Blue Shield (PPO/HMO)
- Ameri Health
- Keystone 65 complete
- Keystone Plan East
- Bravo Senior Partner
- Health Partners
- Medicare -Medicaid

МЫ ОТКРЫТЫ:
ПН.,ЧТ.: 9AM-7PM
ВТ.,СР.,ПТ.: 9AM-5PM

Greater N.E. Medical Center,
10890 Bustleton Ave., Suite 100, Phila, PA 19116

215-676-7622

HealthSmart Medical Center

Полный спектр лечения заболеваний внутренних органов

- Комбинация фармацевтических и натуральных препаратов для лечения диабета, щитовидной железы, артрита, остеопороза, гипертонии, болезней сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта, кожи и других заболеваний.
- Лечение климакса и нарушений менструального цикла с использованием натуральных препаратов изготовленных по индивидуальному заказу.
- «Мужское здоровье» — гормональные изменения, проблемы потенции, простаты.
- Лечение аллергии новейшим методом иммунотерапии.
- Лечение депрессии и неврозов натуральными препаратами.
- Консультации по приёму витаминов и натуральных добавок.
- PEMF — Pulsed Electromagnetic Field Therapy.

Леонид Магиденко, MD

БОЛЕЕ 30 ЛЕТ
ПРАКТИКИ

Board Certified in Internal Medicine
Высшая врачебная квалификация в области
«Терапия — Внутренние Болезни»

Диагностика

- В центре проводятся ЭКГ, тест функции легких, ультразвук, термография.
- Анализы на дисбаланс гормонов, витаминов и натуральных компонентов с последующей коррекцией выявленных нарушений.

Медформы

- Вождение грузовиков — Certified Medical Examiner for the Commercial Truck Drivers.
- Права на вождение, формы для учебы, работы, страховок и др.

Принимаем большинство страховок, а также пациентов без страхового покрытия.

518 BUSTLETON PIKE, FEASTERVILLE, PA 19053

(СОСЕДНИЙ БЛОК ОТ ФОРД DEALERSHIP И ПРЯМО РЯДОМ С ЦВЕТЧНЫМ МАГАЗИНОМ BLOOM DE FLEUR)

215-464-6040

В мире

Шантаж Эрдогана

У Финляндии и Швеции нет шансов вступить в Североатлантический альянс без учета опасений Турции. Об этом по итогам переговоров заявил представитель турецкого президента Ибрагим Калын. Процесс вступления в НАТО двух скандинавских государств не сдвинется с места без решения проблем во взаимоотношениях с Турцией. Местные власти готовы блокировать заявки Финляндии и Швеции. Эрдоган хочет, чтобы эти страны признали Курдскую рабочую партию террористической организацией.

Белгород под обстрелами

Десять домов были повреждены при обстреле Белгородского района Белгородской области со стороны ВСУ, сообщил губернатор региона Гладков: «По предварительным данным от главы Белгородского района Владимира Перцева, сегодня при обстреле повреждено 10 домовладений. Восстановительные работы проводить пока невозможно по главной причине — это небезопасно для строителей, так как обстрелы территории продолжаются». Что ж, некоторые города, расположенные недалеко от границы с Украиной, получают то, что российская военная орда творит в Украине.

Чехия и Польша помогают Украине

Чехия и Польша направляют дополнительные вооружения Украине.

Чешские СМИ передали, что в числе дальнейших поставок будут танки Т-72, боевые машины пехоты БМП-1, самоходные пушки-гаубицы.

Украина также получила от Чехии эскадрилью ударных вертолетов Ми-24Д. Вертолет может нести высокоточные

управляемые противотанковые ракеты. Польша передает Украине 18 бронированных самоходных артиллерийских установок Krab калибра 155 мм. Эти установки польского производства могут делать до шести выстрелов в минуту на расстояние до 40 км. Отмечается, что Варшава обучила работе на них около ста украинских артиллеристов.

Подлость Запада

Страны НАТО договорились не поставлять Украине некоторое вооружение. Об этом сообщает DPA ссылаясь на источники в НАТО.

Сообщается, что среди членов Альянса есть такая неформальная договоренность, чтобы «не провоцировать Россию». Договорились не поставлять современное западное оружие, включая тяжелое - танки и самолеты, но страны НАТО могут поставлять советские образцы, чем сейчас они и занимаются. Двумя политическими западных стран, включая Америку, демонстрирует ничтожный уровень, трусость и политическую близорукость нынешних руководителей этих стран - этикие мини-чемберлены.

Путин ставит условия

Путин и премьер-министр Италии Марио Драги провели телефонный разговор. Драги мягко упрекнул Путина в создании мировой продовольственной проблемы в то время, как тот ворует зерно с украинских элеваторов и блокирует передвижение торговых судов в Черном море. Путин, как обычно, не моргнув глазом, нагло соврал, назвав «необоснованными» обвинения в проблемах с поставками продукции на рынки. Он, издеваясь над Драги, заявил, что сложности связаны «со сбоями в работе логистических цепочек и финансовой политикой Запада». Он, фактически, поставил Западу ультиматум, требуя снятия санкций в ответ на разблокировку черноморских портов.

Не поддаваться на шантаж

Министр иностранных дел Украины Дмитрий Кулеба призвал не поддаваться на шантаж России о «коридоре» для украинского урожая через Черное море в обмен на снятие санкций. Как сообщает «Европейская правда», об этом он сказал, выступая на полях Всемирного экономического форума в Давосе. «Нужно ясно понимать противоположное - Россия и только она ответственна за глобальный продовольственный кризис», - сказал Кулеба.

Взрыв на иранской военной базе

На иранской военной базе Парчин произошел взрыв, в результате которого погибли два человека, еще несколько получили ранения.

Информационное агентство Tasnim со ссылкой на иранских официальных лиц заявило, что на одном из объектов базы произошла «промышленная авария». Военная база Парчин находится недалеко от столицы Ирана - Тегерана. Как пишет Jewish News Syndicate, база тесно связана с ракетной программой Ирана, считается, что там размещены объекты, связанные с ядерным оружием. Кроме этого, пользователи Twitter опубликовали фото «мощного взрыва возле Тегерана», но соцсеть удалила фотографию.

Контрабанда иранской нефти

Министерство финансов США объявило о новом санкционном пакете, направленном против сети контрабанды нефти и отмывания денег, принадлежащей силам «Аль-Кудс» и поддерживаемой Россией. В заявлении министерства говорится, что преступная сеть, которую возглавляют официальные представители «Аль-Кудс» и КСИР, способствовала продаже нефти на сотни миллионов дол-

ларов, которые текли в карманы «Аль-Кудс» и «Хизбаллы». По данным финансовой разведки министерства сеть охватывает несколько юрисдикций, включая Иран и Россию.

США конфисковали груз иранской нефти, хранившейся на российском судне недалеко от греческого острова Эвия в Эгейском море, из-за нарушения санкций. По информации греческих СМИ, танкер Lana перевозил более 100 тыс. тонн иранской нефти, что является нарушением санкций США и Европейского Союза против Ирана. Интересно, что судно было под российским флагом. Обслуживал его экипаж из 19 россиян.

Корабли НАТО в Финляндии

В порт Хельсинки вошли четыре корабля США, Германии и Франции. По словам министра обороны Антти Кайкконен, визит кораблей был согласован еще до того, как Финляндия приняла решение подавать заявку на членство в НАТО.

Трагедия в Техасе

По меньшей мере 19 учеников начальной школы, а также учительница, погибли в результате стрельбы в начальной школе в городе Ювалд в американском штате Техас. Еще 13 детей отвезли в больницы, у них ранения разной степени тяжести. 66-летняя женщина и девочка 10 лет находятся в критическом состоянии. Нападавший, 18-летний местный житель Сальвадор Ромас, был застрелен. Согласно сообщениям местной прессы, он был старшеклассником этой же школы. По сведениям из СМИ, мать преступника - наркоманка, поэтому он жил у бабушки. Сам убийца, выходец из неблагополучной семьи, сам был потерпевшим подростком с букетом психологических проблем.

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 несет. 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 несет ответственности за содержание статей и не всегда разделяет мнение авторов.

Новости Пенсильвании и Нью-Джерси

◆ Цены на бензин в районе Филадельфии будут продолжать расти

Цены на бензин продолжают расти в районе Филадельфии. В Пенсильвании средний показатель в пяти округах Филадельфии составляет 4,89 доллара. В Нью-Джерси это 4,73 доллара. AAA заявляет, что цены на бензин будут продолжать расти по мере приближения напряженного летнего туристического сезона. Exxon на Dekalb Pike в King of Prussia продает галлон обычного бензина по цене 4,85 доллара, и с приближением летнего сезона вождения, возможно, будет выше. Многие заправокные станции в районе Филадельфии продают бензин по 4,90 доллара за галлон. Средний показатель в регионе с 5 округами составляет 4,89 доллара. Цены на бензин в конце лета, возможно, будут немного отличаться от цен в начале лета.

◆ Дэвид Маккормик подает в суд из-за подсчета бюллетеней по почте

Кампания Дэвида Маккормика, который участвует в республиканских первичных выборах в Сенат США против знаменитого кардиохирурга доктора Мехмета Оза, подала в суд в Пенсильвании в понедельник, чтобы попытаться убедить округа подчиниться новому решению федерального апелляционного суда, которое могло бы помочь ему наверстать упущенное. В иске Маккормика содержится просьба к суду штата потребовать от округов незамедлительного подсчета бюллетеней, отправленных по почте, на обратном конверте которых не указана дата или указана от руки. Это первый —

но, вероятно, не последний — судебный процесс между Озом и Маккормиком, бывшим генеральным директором хедж-фонда.

◆ Палата представителей против принятия законопроекта об оружии

Усилия законодателей-демократов в Пенсильвании запретить владение, продажу или производство крупнокалиберного полуавтоматического огнестрельного оружия в среду ни к чему не привели, поскольку республиканцы в Палате представителей штата вновь продемонстрировали свое решительное несогласие с предложениями об ограничении использования оружия.

Массовое убийство 19 детей и двух учителей в начальной школе Робба в Увальде, штат Техас создало «моральное обязательство действовать сегодня, прежде чем это произойдет еще раз». Законодательный орган с большинством Республиканской партии уже давно отклоняет призывы губернаторов-демократов за последние два десятилетия ужесточить законы о контроле над оружием, отвергая такие идеи, как расширение проверки биографических данных или ограничение количества покупок оружия, которые один человек может совершить в месяц.

◆ Детское питание на пути в Пенсильванию

Со Nestle объединяется с федеральным правительством, чтобы решить проблему нехватки детского питания. Самолеты доставят еще одну партию смеси из Германии, и ожидается, что она прибывает в среду в вашингтонский международный аэропорт имени Даллеса. Затем смесь

будет доставлена на предприятие Nestle за пределами Аллентауна, штат Пенсильвания. Она будет доставлена в больницы, семьи WIC и розничные магазины штата. Эта смесь специально предназначена для детей с аллергией на коровье молоко.

◆ Усиление охраны в школах Нью-Джерси после трагической стрельбы в школе в Техасе

Трагическая стрельба в школе в Техасе побудила губернатора Нью-Джерси Фила Мерфи дать указание правоохранительным органам усилить свое присутствие в школах штата. В настоящее время нет никаких реальных угроз школам Нью-Джерси, «но NJSP увеличит свое присутствие в школах, где охранники являются основными правоохранительными органами». Прокуратура округов сообщит своим полицейским управлениям, чтобы они увеличили свое присутствие в школах в своих районах.

◆ Lucy The Elephant снова открылся для посетителей

Достопримечательность на берегу была подготовлена к открытию как раз к выходным, посвященным Дню памяти. Lucy the Elephant снова открыла свои двери для туров. Знаменитое место в Маргейте было закрыто с сентября, пока бригады рабочих восстанавливали металлический экстерьер Люси. Строительство еще не закончено, но экскурсии будут проводиться каждый день. Начиная с 27 мая 2022 года, Слониха Люси и магазин подарков будут открыты для публики каждый день с 10:00 до 17:00. Первый тур дня начинается в 10:15, а последний тур начинается в 16:15.

Нужна победа

Война в Украине переходит в затяжную фазу, а проведение российскими войсками фортификационных работ подтверждает, что РФ готовится к переходу в оборону. Об этом заявил министр обороны Украины Алексей Резников во время обращения в Совете иностранных дел ЕС на уровне министров обороны с участием генерального секретаря НАТО.

«По многим признакам Россия осуществляет подготовку к ведению долговременной военной операции. Война переходит в затяжную фазу. Мы видим, как в Херсонской области, в Запорожской области российские оккупанты активно осуществляют инженерные и фортификационные работы, чтобы при необходимости перейти к обороне», — сказал Резников. Министр сообщил, что вдоль границы Украины с Беларусью активные маневры совершают белорусские войска. Поэтому Украина вынуждена резервировать часть сил на случай, если Москва дождет Минск и принудит его к открытому вторжению.

«Война рушит украинскую экономику. С каждым днем увеличивается потребность в ресурсах для восстановления. Затягивание войны влечет за собой риск глобального продовольственного кризиса, а также очередного миграционного кризиса. Учитывая это, мы хотим победить врага и освободить наши территории в кратчайшие сроки», — подчеркнул министр обороны.

Он рассказал, что власти пытаются скоординировать усилия всех партнеров — ЕС, НАТО, США, Великобритании, Канады, Австралии, Японии и других стран — таким образом, чтобы разложить возможные поступления в три условные корзины: краткосрочную, среднесрочную, долгосрочную. «Мы наглядно видим, что Россию можно победить на поле боя. Это освободит мир от тирании, а Европу — от постоянной угрозы», — подытожил Резников.

ZN.UA

БЛМ — ещё больше коррупции

Одна из лидеров БЛМ — Патрисс Каллорс — вновь оказалась в центре коррупционного скандала. Она сдала отчётность о работе своего фонда в налоговую службу. Из него выяснилось, что высокопоставленная БЛМщица спускала деньги жертвователей на личные нужды своего семейства. Например, её родной брат Пол Каллорс получил от «семейного» фонда 840 000 долларов — за оказание неких охранных услуг. А экс-партнёр Патрисс и отец её ребёнка заработал 970 000 долларов — за помощь в «проведении мероприятий» и оказание «креативных услуг».

В общей сумме фонд Каллорс спустил за год порядка 37 миллионов долларов. Они пошли на некие «гранты», покупку недвижимости, полёты на частных самолётах и вложения в акции. У самой Каллорс уже в собственности имеются четыре дома в элитных районах Калифорнии. Недавно её фонд купил и ещё один дом — за шесть миллионов

долларов — в канун празднования годовщины смерти Джорджа Флойда. Это поместье предназначено для того, что лидеры БЛМ там отдыхали от тяжёлых революционных будней. Причём вся недвижимость располагается в округах, где проживают одни лишь белые. БЛМщики могут сколь угодно воевать с «белыми привилегиями», но сами стремятся при первой возможности ими воспользоваться. В ответ на обвинения в коррупции БЛМщики заявляют, что они «переосмысливают» и «деколонизируют» понятие благотворительности. Мол, под этим они понимают инвестирование пожертвований в улучшение жизни чернокожих — конечно, в собственном лице.

В Калифорнии уже запущено расследование махинаций с фондами БЛМ, через которые за время погромов прошли сотни миллионов. Посадят ли кого-то из видных БЛМщиков, считающих себя неприкасаемыми — большой вопрос, но с дальнейшей «деколонизацией» донатов у них могут обостряться проблемы.

Малек Дудаков

Венесуэльский культ Байдена

Полный вперёд: вслед за снятием некоторых санкций с Кубы Белый дом проанонсировал послабления и для Венесуэлы. Впервые речь о восстановлении отношений с Каракасом шла ещё в марте — но тогда Байдену так и не удалось ни о чём договориться. Сейчас намечается попытка № 2.

На фоне топливного кризиса Вашингтону позарез нужна венесуэльская нефть. В марте Байден пытался уговорить Мадуро пойти на частичные реформы, которые бы дали Белому дому сохранить лицо, отменяя санкции. Теперь о реформах уже речи не идёт — Мадуро лишь предложил провести формальные переговоры с оппозицией в Мексике. Причём США готовы закрыть глаза на тесное сотрудничество Каракаса с Москвой — на которое эта сделка не повлияет. Мадуро на днях даже назначил экс-посла в России главой венесуэльского МИД. В обмен Вашингтон откроет доступ венесуэльским компаниям к финансовым рынкам США и отменит нефтяное эмбарго. В Госдепе отказываются комментировать подробности сделки — понимая, как она бьёт по репутации США. Но на это приходится идти, лишь бы спасти свою экономику. Цены на топливо продолжают безостановочно расти — впервые во всех штатах Америки, включая нефтеносные, они превысили 4 доллара за галлон. Приближается традиционно активный летний сезон — когда стоимость бензина и дизеля может достигнуть в ряде штатов психологического барьера в 10 долларов.

Байден ещё хочет пригласить Венесуэлу на свой «Саммит Америки» в июне. Удастся ли его администрации со второй попытки уговорить Мадуро к сотрудничеству — во многом зависит от давления испаноязычного лобби в Вашингтоне — которое резко негативно восприняло очередные переговоры с Каракасом. Ясно одно: другого такого шанса померить топливный кризис у Байдена может уже и не быть.

Малек Дудаков

Вспоминая Валерию Новодворскую

Валерии Ильиничне Новодворской 17 мая исполнилось бы 72 года. Отдавая дань памяти этой необыкновенной женщине, умнице, несгибаемому борцу с советской властью — помещаем этот материал.

Ее арестовали в лучших традициях позднесоветской борьбы с диссидентством, признали «психической», заключили в казанскую спецпсихбольницу, пытали. Как пытали — из уст самой Валерии Ильиничны:

«1. Избиение (уголовников охрана может забить сапогами до смерти, я такие случаи помню; политических — нет, их надо сломать, но предоставить живыми).

2. Привязывание жесткое (до онемения конечностей, до пролежней; в особенных случаях привязывают так, чтобы веревки впивались в тело до крови. В таком состоянии могут продержаться неделю).

3. Сульфазин, или «сера» (везде был запрещен, кроме СССР). Одна инъекция, или сразу две — в разные точки, или даже четыре (в руку, ногу и под лопатки). Дикая боль в течение 2–3 дней, рука или нога просто отнимаются, жар до 40, жажда (и еще могут воды не дать).

4. Бормашина. Привязывают к креслу и сверлят здоровый зуб, пока сверло не вонзается в челюсть. Потом зуб пломбируют, чтобы не оставалось следов.

5. Газообразный кислород подожжено. Вводят его толстой иглой под кожу ноги или под лопатку. Вводят кислород 2–3 минуты, больше не выдерживают обе стороны (палачи глохнут от криков, жертва падает в обморок). Политзаключенным вводят кислород по 10–15 минут. Ощущение такое, как будто сдирают кожу (газ отделяет ее от мышечной ткани). Возникает огромная опухоль, боль ослабевает в течение 2–3 дней.

6. Аминазин (очень болезненные инъекции, при этом вызывают цирроз печени, непреодолимое желание заснуть — а спать не дают — и губят память вплоть до амнезии).

7. Галоперидол (аналоги трифтазин и стелазин, но они слабее). Создают дикое внутреннее напряжение, вызывают депрессию («черное излучение» Стругацких), человек не может заснуть, но постоянно хочет спать, не может ни сидеть, ни лежать, ни ходить, ни писать (судороги рук изменяют почерк до неузнаваемости, не дают вывести букву), ни читать, ни думать. Неделя ударных доз — и нейрореплетический шок. Несколько месяцев — и потеря рассудка гарантирована.

8. Инсулиновый шок с потерей сознания (уничтожает целые участки мозга, снижает интеллект, память тоже пропадает).

9. Электрошок. Убивает сразу двух зайцев: во-первых, это пытка током, а во-вторых, разрушается непоправимо мозг... Делается все это без ненависти к объекту воздействия: просто нудная, советская работа».

Начало 1970-х, председателем КГБ — просвещенный иезуит (который даже когда-то писал стихи) Юрий Андропов, ныне увековеченный благодарными потомками в мемориальных досках, памятниках, проспектах, кораблях...

«Вопрос стоял так: человек ты или нет? Нужно было подтвердить свою человеческую сущность, идя на смерть». Новодворская выдержала год истязаний. При этом занима-



лась английским, французским, латынью, греческим, переводила Овидия, Томаса Манна, Камю. «Даже главврач-полковник любил поговорить со мной о Таците и Гиппократе». Под любезные разговоры об античности 21-летняя девушка дошла до полного истощения: седина, дистрофия, обездвиженность. О трагедии стало известно на Западе, и Новодворскую отпустили умирать домой. А она выжила. И еще «хапнула» преследований при Горбачеве: «17 арестов, 17 голодовок по 15 суток — это моя личная маленькая ленинградская блокада, более восьми месяцев... Помещение практически не отапливалось, я до сих пор ощущаю этот ледяной холод, от которого мерзло даже лицо. Зимой там было 7–8. Летом дотягивало где-то до При голодовке это ощущалось особенно мучительно».

Эти строки хорошо бы прочитать тем, кто любил, сидя в уютном кресле перед монитором, посмеяться над «безумной Новодворской». Она была Жанной д'Арк русского свободолубия, волюнтерства (но не революции, не фанатизма; фанатиков, будь то коммунисты, фашисты, нацисты или религиозные фундаменталисты, врагов «свободы, гуманности и хорошего вкуса» она, признавалась, ненавидела).

На фото: Валерия Новодворская в юности. Валентина Буряя

Министерство "правды" отменяется

Сообщается, что Министерство внутренней безопасности приостанавливает работу т.н. «Совета по управлению дезинформацией» всего через три недели после того, как его создание было оспорено республиканцами. Руководительница Нина Янкович написала заявление об отставке. Администрация Байдена теперь пытается выставить Янкович жертвой, потому что журналисты набросились на нее и поставили под сомнение ее роль, сославшись на множество сомнительных позиций в отношении свободы слова и государственной цензуры, а также ее провокационные видеоролики в TikTok. «Нина Янкович подвергалась неоправданному и гнусным личным нападкам и угрозам физической расправы», — говорится в заявлении представителя DHS. «Эти клеветнические измышления недобросовестных представителей правого крыла против высококвалифицированного эксперта и против усилий по улучшению борьбы с контрабандой людей и внутренним терроризмом отвратительны», — заявил заместитель пресс-секретаря Белого дома Эндрю Бейтс. Поскольку республиканцы, вероятно, получают большинство в одной или обеих палатах Конгресса на выборах 2022 года, к Янкович, вероятно, возникнет множество дополнительных вопросов относительно ее роли в скандальном Совете.

Charlie Spiering, Breitbart Kontinentusa.com

AllTown PHARMACY АПТЕКА

НАТУРАЛЬНЫЕ
И ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ
ПРЕПАРАТЫ

РУССКИЕ И
АМЕРИКАНСКИЕ ЛЕКАРСТВА,
ТРАВЫ, КРЕМЫ

Western Union:

- Оплата счетов
- Money order
- Денежные переводы

ОТКРЫТКИ И
ТЕЛЕФОННЫЕ КАРТОЧКИ



215-354-9440
Fax: 215-354-9118

1137 Bustleton Pike, Feasterville, PA 19053

БЕСПЛАТНАЯ
ДОСТАВКА
НА ДОМ

БОЛЕЗНИ НОГ



ДОКТОР
ГЕННАДИЙ
ЛИНЕЦКИЙ

ВЫПУСКНИК
TEMPLE УНИВЕРСИТЕТА

- ◆ Вросшие и грибковые ногти
- ◆ Деформированные косточки
- ◆ Артриты ног
- ◆ Пяточные шпоры
- ◆ Кожные заболевания ног
- ◆ Болезненные мозоли
- ◆ Плоскостопие
- ◆ Воспалённые вены
- ◆ Варикозные вены и отёки ног
- ◆ Артритные боли

ДОКТОР ДЕЛАЕТ
ДОМАШНИЕ ВИЗИТЫ

ОРТОПЕДИЧЕСКАЯ
ОБУВЬ



ПРИНИМАЕТ МЕДИКЕР,
МЕДИКЕЙД (ACCESS),
И ДР. СТРАХОВКИ

ЗВОНИТЕ
215-333-9941

ОПЕРАЦИЯ

«ОВЕРЛОРД»

Вспоминая Вторую мировую

78 лет назад, 6 июня 1944 года, началась одна из знаменитых и судьбоносных военных операций Второй мировой — Операция «Оверлорд». Это было начало высадки союзных войск в Нормандии. Сообщение, переданное на волнах радио BBC 5 июня 1944 года, адресовано французским участникам сопротивления, которые должны были начать действия по саботажу в немецком тылу. Сообщение было закодировано: это вторая часть четверостишия известного стихотворения Поля Верлена «Осенняя песня».

Долгие пени
Скрипки осенней
Зов неотвязный,
Сердце мне ранят,
Думы туманят,
Однообразно.

Первая часть передавалась из Великобритании во Францию несколькими месяцами раньше, что означа-



У. Черчилль и маршал Монтегю.
22 июля 1944 года

ло подготовку к операции. Сегодня историки говорят, что «Оверлорд» — это самая большая и сложная военная операция в истории. Идея высадки союзников появилась еще в 1942 году, но детальное планирование началась в январе 1944, после встречи в Тегеране Уинстона Черчилля, Франклина Рузвельта и Иосифа Сталина. Командовать операцией поручено генералу Эйзенхауэру.

Место высадки хранилось в секрете до самого ее начала. Диверсии, совершенные партизанами в устье Сены наводили нацистов на мысль, что высадка должна произойти именно там. А дата высадки оставалась неизвестной до последней минуты и для самих ее участников. Плохая погода и беспокойное море долго мешали отдать оконча-



тельный приказ.

Наконец, в ночь с 4 на 5 июня в штаб Эйзенхауэра пришла благоприятная метеосводка. «Let's go!» — восклицает генерал. Огромный флот, насчитывающий 1200 военных кораблей и 5700 транспортных, под прикрытием 277 минных тральщиков приближается к берегам Нормандии.

В ту же ночь в окрестностях города Кан спущено 23000 американских и британских парашютистов. Более 5000 бомбардировщиков совершают налеты на скопления гитлеровских войск.

Вечером 5 июня 1944 в 21.15 вторая часть четверостишия из «Осенней песни» Поля Верлена танслируется на BBC. Утром в 5.45 слышны первые залпы, сделанные с приближившихся к нормандским пляжам ко-

раблей. В 6.30 начинается высадка в секторе американских военных, в 7.30 — британских.

Утром 6 июня, когда высадка уже в самом разгаре, Генерал де Голль в той же студии BBC в Лондоне делает обращение к французам: «Франция, 4 года захваченная, но Франция не побежденная! Франция восстала, чтобы принять участие в сражении. Где бы ни находились сыны Франции, ваше предназначение просто и свято: боритесь с врагом, всеми средствами, изо всех сил!»

В битве, со стороны союзников, было задействовано 130 тысяч человек, полторы тысячи танков, 3 тысячи пушек, более 5 тысяч самолетов-бомбардировщиков и столько же — истребителей. Освобождение Нормандии продлилось до конца лета 1944. В ее ходе было убито 54000 немецких солдат, 24000 американских, около 20000 британских и канадских. Более 20000 мирных жителей погибли под бомбежками и обстрелами.

Каждый год 6 июня Франция на своем Атлантическом побережье отдает им дань благодарности и вечной памяти погибшим солдатам.

Арина Макарова

АБСОЛЮТНОЕ ОРУЖИЕ

Америка, Америка...

Расовый вопрос — альфа и омега американской политики. Для того, чтобы проиллюстрировать это утверждение, давайте поставим мысленный эксперимент и представим себе, что Республиканская партия выдвинула своим кандидатом на одном из предыдущих президентских выборов не Митта Ромни, а афроамериканца Германа Кейна, и что Кейн на выборах победил Барака Обаму. Смогло бы это изменить ситуацию и положить конец неблагоприятной расовой возне? Боюсь, что нет.

До тех пор, пока жива «прогрессивная» идеология (а она, увы, не проявляет никаких признаков одряхления), расовому оружию суждено занимать почетное место в арсенале американских «сил мира и прогресса». Поясно свою мысль.

Когда президент Никсон упразднил обязательную воинскую повинность, движение против войны во Вьетнаме незамедлительно скукожилось и испустило дух, а вместе с ним рухнули и надежды радикальных лидеров, оседлавших антивоенное движение. Они рассчитывали по ленинскому рецепту «превратить империалистическую войну в гражданскую», произвести революцию и на плечах пацифистов прорваться к власти. Но «прогрессивная» молодежь, которая, как выяснилось, лишь прикрывала радикальными лозунгами шкурные интересы самосохранения, оказалась недоброкачественным революционным материалом. Хуже того, трудящиеся массы продемонстрировали еще меньшую готовность к восприятию «передовой» идеологии. Пришлось вождям несостоявшейся американской революции заново переосмыслить свою стратегию.

Решение, к которому они пришли, было подсказано еще в 1930-е годы известным итальянским коммунистом Антонио Грамши. Получив время и место для интенсивной умственной работы в фашистской тюрьме, Грамши после долгих раздумий подверг коренному пересмотру постулаты марксистской теории и пришел к выводу, что основоположник ошибался: рабочий класс не есть могильщик капитализма, наоборот — он только и мечтает о том, чтобы выбиться в буржуазию, и в лучшем случае может послужить слепым орудием в революционной борьбе, но отнюдь не ее знаменосцем и главной движущей силой. Это было особенно очевидно в Америке с ее поразительным экономическим динамизмом и социальной мобильностью, где известная формулировка «Мой сын будет владельцем завода, на котором я работаю» отражает заветные чаяния трудящихся.

Согласно учению Грамши, необходимой и достаточной предпосылкой решительных преобразований общества может быть только гегемония революционного движения в сфере культуры. Из этого следовало, что интеллигенции — единственному подлинно революционному классу общества — необходимо установить контроль над школами,

университетами, органами массовой культуры и СМИ. Если радикальным силам удастся подчинить своему влиянию общество и повести его за собой по «правильному» пути, если они смогут разложить общество до такой степени, что оно насковозь прогниет и, словно перезревший плод, само упадет им в руки, революционеры достигнут своей цели, без единого выстрела захватив власть. Усвоив рецепты итальянского коммуниста, американские левые двинулись на завоевание командных высот американской культуры. По аналогии с известным этапом развития китайского коммунистического движения они окрестили свое грандиозное предприятие «Великим походом по институтам».

Но если рабочему классу не суждено стать «могильщиком капитализма», кому поручить эту великую задачу? Если не классовая борьба, какая идея может быть положена в основу революционного движения в качестве его главного мобилизующего начала? Специфика американской истории не замедлила подсказать решение. Поскольку американское общество считает рабство «великим грехом» своей страны, несмыслаемым пятном на совести Америки, искупление расовой вины будет начертано на знамени революции: обвинения в расизме станут тараном, с помощью которого революционные силы сокрушат бастионы капитализма.

Могущественный агитационный аппарат левого движения заработал на полных оборотах. На американцев обрушилась лавина пропаганды. Расизм был объявлен высшим злом и самым ужасным преступлением против человечества, а искупление греха расизма и дискриминации — единственной достойной целью любого человека, прислушивающегося к голосу совести. Все социальные и экономические проблемы процветали через расовый фильтр, все невзгоды общества выпаривались до расового ингредиента. Под знамена левого движения были призваны его естественные союзники — черные националисты, которым было поручено нагнетать расовую напряженность, расковыривать расовые раны, не давая им зарубцеваться. На протяжении десятилетий американский народ приучали видеть в расовом начале суть всех вещей и главное содержание политики. Тактика увенчалась полным успехом и в конечном итоге принесла левым высший приз — Белый дом.

Так что же произошло бы в том маловероятном случае, если бы Герман Кейн был номинирован Республиканской партией в качестве ее кандидата в президенты, а затем одержал победу над Бараком Обамой на всеобщих выборах? Погасло бы пламя расового антагонизма, столь старательно раздуваемое прогрессистами? Никогда в жизни! Неужели левые отказались бы от своего самого эффективного оружия только потому, что вместо их ставленника на посту президента оказался другой афроамериканец, но консервативных убеждений? Капитуляция в расовом вопросе означала бы полный крах «прогрессивного» дела, адепты которого в последние десятилетия

возлагали все свои надежды на расовую карту. При этом они даже нередко прибегают к нехитрому приему, приписывая оппонентам свои собственные замыслы и отражая несуществовавшую агрессию.

Отличным примером может послужить история, в центре которой стоял некий Гэри Сик, член Совета национальной безопасности при президенте Картере. Он объявил, что во время предвыборной кампании 1980 года доверенные лица кандидата в президенты от Республиканской партии Рональда Рейгана на тайных встречах в Европе с иранскими представителями уговорили тех не отпустить американских заложников до выборов в Америке, чтобы подорвать шансы на переизбрание президента Джимми Картера. На самом деле, как выяснилось, Картер безуспешно пытался установить связь с Тегераном, чтобы путем уступок склонить иранских правителей отпустить заложников до выборов и тем самым повысить свои шансы. Не может быть, чтобы Рейган не попытался сделать то же самое, решили люди Картера. Не имея никаких доказательств вины оппонентов, они приписали им свои собственные тайные помыслы.

В расовой политике завязано слишком много интересов, чтобы можно было надеяться на какое-то улучшение. Неужели политики, чья карьера целиком базируется на расовых претензиях, вдруг возьмут и признают, что Америка достигла поразительного прогресса в области расовых отношений и их политическая позиция утратила основание? Неужто левые покорно признают, что истек срок годности их самой эффективной тактики, и заключат мир с консервативными оппонентами? Неужто расовые аферисты вроде Джесси Джексона и Эла Шарптона, чье материальное благополучие зависит от раздувания пламени расового антагонизма, добровольно слезут с подмостков и отправятся на поиски более честного способа пропитания? Неужто расовые сутенеры, и в первую очередь громадный корпус бюрократов, занимающихся распределением льгот в рамках политики «позитивного действия», объявят, что считают свою задачу выполненной, и удалятся на покой? Рассчитывать на это, по меньшей мере, наивно. Все они будут сражаться до последнего за свои привилегии.

Бойцам «прогрессивной» армии, естественно, была бы поручена роль авангарда в отражении угрозы. Они объявили бы, что Кейн — не «настоящий» представитель черной расы, что он предал свой народ, что он — «орео» (печень, черное снаружи, но с белой начинкой — символ расового предательства в глазах черных националистов), что он продался «расистской Партии чаепития» и стал орудием реакции...

Но может быть, афроамериканцы, зачарованные перспективой еще одного соплеменника в Белом доме, отказались бы следовать в кильватере своих самозванных «лидеров»? История не дает оснований для такого оптимизма. Даже самые удачливые республиканские кандидаты из числа афроамериканцев, Кен Блэкуолл из Огайо и Майкл Стил

из Мэриленда, в своих кампаниях смогли набрать лишь по 20% голосов. Так что можно сказать, не особенно опасаясь ошибиться, что и в данном случае афроамериканский электорат прислушался бы к голосу своих самозванных представителей. Большая пресса с энтузиазмом подхватила бы обвинения «истинных представителей афроамериканской общины» и стала бы настоятельно предупреждать, что избрание на пост президента консервативного афроамериканца ни в коем случае не означает победы над расистским злом. Наоборот, трубила бы «Нью-Йорк таймс», а за своим флагманом — и все другие либеральные СМИ, война продолжится, коварный враг лишь изменил тактику и, подобно хамелеону, перекрасился в другой цвет, чтобы обмануть доверчивых обывателей. Ситуация слишком опасна, чтобы можно было успокоиться, необходимо сохранять бдительность и стоять на страже прогрессивных завоеваний. Утрата бдительности смерти подобна! К оружию, граждане!

В основании всех крупных «прогрессивных» движений лежит рациональное начало. Профсоюзное, феминистское движение, движение геев — все поначалу преследовали разумную и оправданную цель. Но по мере того, как эти движения крепились, мужали и шли от победы к победе, они постепенно перерождались в свою противоположность. Профсоюзы превратились в косную тоталитарную силу, в удавку на горле американской экономики. Феминистские лидеры добиваются лишь привилегий для себя и пренебрегают интересами женщин. Движение геев, добившись полного равноправия, ныне ратует за признание гомосексуализма предпочтительной сексуальной ориентацией. И все три движения стали носителями леволиберальной идеологии и верными оплотами радикального крыла Демократической партии.

Это в полной мере относится и к «движению в защиту гражданских прав». Сегодня это движение, изначально ставившее себе цели расового равенства, провозглашенные Мартином Лютером Кингом-младшим, выродилось в идеолого-коммерческое предприятие, предназначенное криками о невзгодах бедноты трущоб держать общество в состоянии перманентного покаяния, а на самом деле призванное лишь преследовать радикальные цели и поддерживать сибаритское благополучие его самозванных лидеров.

Короче говоря, если бы Герман Кейн был выбран президентом Соединенных Штатов, расовая составляющая политической жизни Америки не только не отмерла бы, но наоборот — ее острота лишь возросла бы. Как, между прочим, и произошло после избрания Барака Обамы. Что бы ни случилось, крепкому и поразительно живучему сорняку расового антагонизма ничто не грозит. Левые старатели не настолько глупы, чтобы перестать разрабатывать эту золотую жилу, которая на протяжении стольких лет давала такую богатую руду.

В. Вольский (1938–2015)

МЫ ОТКРЫТЫ

САНАТОРИЙ На Rennard

www.northeastadc.com

Northeast Adult Day Care

11048 Rennard St. Philadelphia, PA 19116

Northeast Adult Day Care –

ЭТО СОЮЗ здоровья, отдыха, активной, интересной жизни, общения и необыкновенно вкусной, здоровой еды!

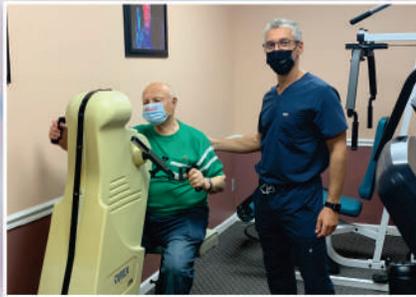
У нас есть все, что нужно пожилому человеку для хорошего самочувствия и отличного настроения!

- комплекс медицинских услуг
- богатая и разнообразная культурная программа
- горячие завтраки и обеды из местного ресторана с учетом пожеланий и диеты наших подопечных. и многое, многое другое

Дорогие украинцы,
в эти тяжёлые
для всех нас дни

МЫ С ВАМИ!

Мы приветствуем ВАС!
Будем очень рады встретить своих постоянных посетителей и вновь пришедших друзей, которым, без сомнения, очень понравится у нас!
Мы вернём вам хорошее настроение после вынужденной изоляции, вернём позитив и радость жизни!



215-671-0200

Приходите к нам в гости, почувствуйте себя как дома и оставайтесь у нас навсегда!

VitaCare агентство по уходу за пожилыми людьми приглашает на работу **Field Registered Nurse to Supervise Home Health Aides.**

Пенсильвания RN диплом необходим.

Мы ищем организованного, дисциплинированного и заботливого человека, который бы смог ездить в North, West, Center, South Philadelphia, Montgomery, Conshohocken, Delaware, and Bucks Counties.

Выпускники медицинских колледжей приветствуются!

Полный рабочий день, гибкие часы работы, прекрасная оплата и бенефиты.

Желающим работать в субботу, воскресенье-welcome!

Вы сами устанавливаете свой график!

Звоните Ирине или e-mail resume to
Equal Opportunity Employer



215-953-9225
vitacare2003@comcast.net

Call Irina or e-mail your Resume
EOE

VitaCare Home Health Agency is looking for a **Field Registered Nurse to Supervise Home Health Aides.**

Pennsylvania RN license required. We are looking for an organized and self-disciplined individual with pleasant and caring personality who will be travelling to North, West, Center, South Philadelphia, Montgomery, Conshohocken, Delaware, and Bucks Counties.

New graduates are welcomed!

Full-time, flexible hours, great pay and benefits.

Willing to work on Saturday, Sunday welcome

You will be your own boss!!!

255 East Street Rd., Feasterville, PA 19053

В ГОСТЯХ У ГИППОКРАТА

Доктор Влад советует

Общество порой охватывают разного рода «психические эпидемии». Оголтелая борьба с животным жиром дошла уже до того, что пару лет назад английский хирург-кардиолог Шайам Колвекар призвал власти принять закон о полном запрете сливочного масла, заявил, что только так, по его мнению, можно сократить число сердечных приступов. Давайте же разберёмся с этим кошмарным жиром...

Про вред холестерина вы слышали. А известно ли вам, что для поступающего в организм жира эволюция даже создала отдельный механизм его доставки до потребителей, настолько он важен! Представьте себе аэропорт. Все категории граждан – дяди и тёти, дети и старики, цветные и белые – идут в общую очередь. И только одну, особо важную категорию граждан пропускают через депутатский зал. Так и в организме. Белки, углеводы и микроэлементы всасываются через стенки кишечника. И попадают в «плацкарт» – в общую транспортную систему, то есть в кровяное русло, где кого только нет. А жиры спокойно проходят в отдельный вход и начинают движение в мягких креслах лимфатической системы. За что им такой почёт? И куда их несёт этот отдельный транспорт?

Лимфокапилляры, собравшие в тонком кишечнике самых важных пассажиров, сливаются в ручейки, ручьи, речки и, наконец, впадают в «Волгу» – главное лимфатическое русло. И куда же оно втекает? В плечевую вену. Не странно ли? Зачем было огород городить, если всё равно в кровь хотели закинуть? Зачем нужно отдельное спецрусло для жиров от кишечника куда-то вверх, к левому плечу? Не проще было бы бросить эти жиры в кровь где поближе вместе со всем остальным? Организм потом разберет. А секрет прост. Как особо ценный ресурс, жир собирается отдельно и спецрейсом доставляется самому главному потребителю.

Именно потому и впадает лимфатическая река в плечевую вену, что оттуда венозная кровь идёт прямоком в лёгкие. Оказывается, потребитель номер один для жиров – это наши лёгкие. Почему именно им такой почёт? А всё просто: без еды мы можем жить долго, десятки дней. Без воды поменьше – считанные дни. Без кислорода – десятки секунд. Вот как важна бесперебойная поставка кислорода организму! Поэтому поставщику кислорода – самый главный приоритет! Ибо, когда счёт идёт на секунды, малейшие сбои могут стать фатальными и уже ничего не поправишь.

Прочтя это, вы уже догадались: лёгкие работают на жиру. Кирпичики жирных кислот спешно разгружаются из состава сразу по прибытии на лёгочную станцию и немедленно идут на производство альвеолярного сурфактанта, который и обеспечивает весь газообмен в лёгких. Лёгкие забирают столько жира, сколько им нужно, после чего кровь отправляется дальше. Это значит, что остальные потребители получают необходимые им жиры по остаточному принципу. Сначала восполняется критическая необходимость, потом то, что может подождать.

И вот английский доктор, который

МИФ О ХОЛЕСТЕРИНЕ

всю жизнь имел дело с сердцем, а не с лёгкими, говорит нам, что сливочное масло нужно запретить. Оно вредно. Оно холестерин. А человек, который не английский доктор, после прочитанного сразу вспомнит, что в народе барсучьим жиром лечат туберкулёз, воспаление лёгких, бронхиты, бронхопневмонию. И что бабушка была права, когда при простудах и кашле помогала лёгким справиться с болезнью, давая внучку горячее молоко с мёдом и доброй ложкой сливочного масла.

Язвенные проблемы с желудком или двенадцатиперстной кишкой? Кушайте масло! Оно язвочки обволакивает и заживляет. В дохимическую эпоху врачи лечили язвы длительными молочными диетами. И ничего, прекрасно всё рубцевалось без всяких современных реактивов. Просто молоко люди пили. А что такое масло? То же молоко, только сильно сгущённое. Холецистит? Панкреатит? Желчекаменная болезнь? Кушайте сливочное масло. Там ведь не только жиры, но и витамины, могущие помочь. Голова стала плохо работать? Открываем учебник по биохимии, читаем про мозг: «В функционировании нервной ткани очень важную роль играет такой липид, как холестерин. Холестерин в норме обязательно содержится в нейронах, глиальных клетках, и особенно много его в миелиновых оболочках аксонов». Ранние климакс или импотенция? Не надо было годами сидеть на обезжиренной диете, товарищ: половые гормоны синтезируются из жиров! Что же касается холестерина, которым так пугал английский врач, то употребление сливочного масла как раз снижает концентрацию холестерина в сосудах из-за высокого содержания в сливочном масле мононенасыщенной олеиновой кислоты.

Однако мировое холестериновое пугало уже построено. Людям внушили: желтки яиц, икра, масло сливочное – ни в коем случае! Там же сплошной холестерин! Сначала у вас будет атеросклероз, а потом инфаркт или инсульт. Но...

85 процентов калорий в составе питания северных народов это жиры. И никакого тебе атеросклероза! Больше того, люди, поедающие много жирного мяса, часто не имеют никаких проблем с повышенным холестерином. А вот налегающие на всякие обезжиренные йогурты и прочие оздоровительные продукты порой имеют проблемы с избыточным содержанием холестерина в крови. Откуда? А дело в том, что холестерин мы не только поедаем. Он ещё и вырабатывается в самом организме как строительный материал для клеточных оболочек. Больше поедаем – меньше собственного вырабатывается, меньше поедаем – больше своего вырабатывается. Поэтому повышенным содержанием холестерина в крови (и атеросклерозом сосудов) может страдать даже человек, который старается не есть жирного вообще. Не в холестерине дело, а в обменных процессах организма. Их и надо регулировать. Тут как с диабетом – кто-то ест много сладкого и не болеет диабетом. А кто-то заболевает. Кто-то ест много жирного и имеет нормальный уровень холестерина. А кто-то ест мало и имеет атеросклероз. Потому что все люди разные. Есть склонность заболеть. Нет не заболеть.

Голландские геронтологи установили, что повышенный холесте-

рин у стариков как-то предохраняет их от рака и инфекционных болезней (смертность от данных факторов среди стариков с высоким холестерином ниже) и совершенно никак не влияет на смертность от сердечно-сосудистых. Больше всего шансов дожить до 99 лет именно у дедушек с высоким уровнем холестерина в крови! То же самое показали французские исследования, проведённые среди бабушек, – максимальную продолжительность жизни показали как раз «холестериновые старушки».

Российский ученый-геронтолог Жорес Медведев, которому лечащий врач приписал лекарство под названием «Липитор» от повышенного холестерина, решил разобраться с побочными эффектами от его приема.

Он обнаружил, что постоянный приём холестеринапонижающих лекарств вызывает в конце концов поражение мозга – ухудшение памяти, болезни Альцгеймера и Паркинсона. И это – прямые следствия понижения уровня холестерина. Многие биохимики (не врачи) с фактами на руках уже много лет протестуют против холестериновой теории атеросклероза. Но кому слышны их крики? Холестериновый психоз стал руководством к действию для политиков и целых стран. В Америке к холестериновой проблеме относятся как к терроризму – очень серьёзно. Всемирная организация здравоохранения разместила холестерин среди таких убийц здоровья, как курение, алкоголь, СПИД, гепатит В, голод. Вот он какой ужасный! И вот результат – в 2007 году мировой рынок фармацевтических препаратов, снижающих холестерин в крови (и ускоренно приводящих стариков в гости к Паркинсону и Альцгеймеру), перевалил за 40 миллиардов долларов. «Эта демонизация холестерина является совершенно ошибочной, – воскликнул после той истории Медведев. Действительно странно, как может быть убийцей здоровья не вирус, а тот материал, из которого сделаны клетки? Откуда взялась эта легенда? Как проникла в массовое сознание?..

Толком недоказанная теория стала руководством к действию и для практикующих медиков, и для политиков. Тут же нашлась и «подтверждающая статистика»: в Великобритании и Америке с 1983 года по 1999 произошло снижение смертей от сердечно-сосудистых заболеваний! Почему? Не за счёт ли того, что мы усиленно боролись с врагом номер один – холестерином? Действительно, в диете американцев и европейцев количество «жиромясных» калорий упало. Не зря, значит, боролись! Но никто не обратил внимания на то, что, хотя во Франции состав национальной диеты не изменился, там тоже произошёл спад сердечно-сосудистой смертности на 30 процентов. А это значит, что общий спад смертности по сердечно-сосудистым болезням случился из-за общего прогресса медицины – больше стали спасать инфарктников и инсультников, а вовсе не в результате оголтелой борьбы с куриными яйцами.

Несмотря на свою полную неподтвержденность, холестериновая теория и не думает сходить на нет. Потому что за 70-е и 80-е годы вышли сотни книг с диетами, рассказывающие гражданам о вреде холестерина. На прилавках магазинов появились сотни разновидностей «низко-

холестериновой» и «обезжиренной» продукции. Национальный институт здоровья США разработал новые стандарты питания для нации, рекомендовал американцам обезжиренные молоко, творог, мясо, сыр и сократив потребление яиц до... двух штук в неделю. И, что самое ужасное, обезжиренную диету стали рекомендовать детям с двух лет! А что такое обезжиренная диета? Это проблемы с лёгкими и кислородным обеспечением, гормонами, умственной деятельностью, делением клеток, пищеварением, иммунитетом и, как ни парадоксально, с лишним весом, потому что недостаток жиров обычно компенсируют углеводами. А в детском возрасте это может стать фатальным и отразиться на всей дальнейшей жизни ребёнка.

Да, но почему же тогда сокращение жиров в диете всё-таки даёт статистический эффект в виде сокращения смертности? Потому что у людей с нарушенным жировым обменом и генетической склонностью к сердечно-сосудистым заболеваниям это действительно так! Однако подходить с мерками больных людей ко всему обществу, прописывая здоровым диету больных, – идиотизм. Из кого набирали группы испытуемых, на которых доказали вред холестерина? Из групп риска по сердечно-сосудистым. Как показали эксперименты, у них действительно жёсткая диета продлевает жизнь. Однако «памперсы», необходимые только больным, теперь натягивают на всю нацию.

Что же касается разделения жиров на вредные животные и якобы полезные растительные, то недавно западный исследователь Дуайт Ланделл показал, что причиной повышенного производства организмом эндогенного холестерина является воспаление сосудов. Покрывая их изнутри слоем жира, организм тем самым спасает себя от воспаления. Откуда же берётся воспаление, с которым организм начинает бороться так отчаянно, что доводит себя до атеросклероза? А из-за ухода из рациона жиров и замещения их углеводами. Эти самые избыточные углеводы (сахара по сути), плавая в крови, начинают реагировать с белками, образуя огромные молекулярные «коряги», которые в самом буквальном смысле царапают стенки сосудов, вызывая их хроническое воспаление. Вот от этого и спасается организм, дав команду печени на повышенное производство холестерина, чтобы «заштукатурить» им повреждения.

Пусть у вас перед глазами стоит пример жителя американского Денвера, который своим образом жизни буквально сокрушил все современные медицинские представления о сердечно-сосудистых болезнях и холестерине. Этот 88-летний мужчина стал буквально открытием для американской кардиологии. Он много десятилетий подряд ел по 25 яиц ежедневно и с точки зрения американской науки давно должен был умереть, забив все «трубы» холестерином, поскольку потреблял его в 20(!) раз больше рекомендованной врачами нормы. Но именно ему была посвящена статья в бостонском медицинском журнале под названием «Нормальный уровень холестерина в плазме крови у потребителя яиц». День, когда она была опубликована, стал первым днём крушения холестеринового мифа.

Александр Никонов

550 State Road, Suite 113
Bensalem, PA 19020
215.244.4466

www.dhomehealth.com



Dynamic
HOME HEALTH CARE

Мы поможем вам с оформлением всех программ Waiver и Option

БОНУС ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ! ОТЛИЧНЫЕ БЕНЕФИТЫ!

- ВОЗМОЖНОСТЬ ПОЛУЧАТЬ ХОРОШУЮ ЗАРПЛАТУ В ТОТ ЖЕ ДЕНЬ.
- ОПЛАЧИВАЕМЫЙ ОТПУСК И ПЕРСОНАЛЬНЫЕ ДНИ.
- МЕДИЦИНСКАЯ И ЗУБНАЯ СТРАХОВКИ.
- ПЕНСИОННЫЙ ПЛАН 401К.
- БЕСПЛАТНЫЙ LIFE INSURANCE
- ОБУЧАЕМ



Квалифицированная помощь у вас дома

Иногда мы нуждаемся в помощи, чтобы оставаться в стенах родного дома, окруженными семьей, друзьями и привычными ценностями.

Агентство по уходу за больными на дому Dynamic Home Health Care обеспечивает квалифицированный уход, позволяя людям всех возрастов наслаждаться высоким качеством жизни и сохранять независимость в комфорте собственного дома.

Personal Assistance Services Program

Ваша работа по уходу за
родными, нуждающимися
в помощи, оплачивается.

Мы принимаем

- Medicare
- Medicaid
- Cigna Health Spring (formerly Bravo)

- Keystone First
- United Healthcare
- Commercial Insurance
- Self Pay

Требуются

на работу
Full/Part time
Home Health Aides,
RN, PT, LPN и OT

Если Вам за 60...

ОСТАНОВИТЬ ХРОНИЧЕСКОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ

Ученые проследили цепочку запуска воспалительной реакции и обнаружили новые «корневые» мишени для предотвращения хронического процесса. Теперь они готовы тестировать лекарства, потенциально останавливающие воспаление.

В ответ на бактерии, вирусы или другие патогены в организме активизируется путь NLRP3 и запускается воспалительная реакция. Вероятно, отложения токсичных белков бета-амилоида при болезни Альцгеймера также приводят в движение NLRP3. Как показали предыдущие исследования, запускаемая NLRP3 воспалительная реакция способствует дальнейшей агрегации амилоида и вносит значительный вклад в развитие болезни, объясняют авторы.

После активации белки NLRP3 прикрепляются друг к другу, постепенно формируя сначала ядро нитевидной структуры, а затем всю последующую цепочку. Теперь с помощью криоэлектронной микроскопии ученые смогли визуализировать этот процесс и определить «конец» воспалительной реакции, сообщается на сайте Боннского университета.

Они смогли проследить, как удлиняется нитевидная структура и определить направление ее роста.

Выводы имеют важные последствия для терапии многих заболеваний. «Эти результаты позволят нам нацеливаться на концевую участок воспалительной реакции с помощью лекарств или антител и предупреждать хроническое воспаление», — прокомментировал соавтор работы Эльман Берман.

Хроническое воспаление характерно для многих заболеваний, от болезни Альцгеймера и артрита до рака до волчанки. Недавно исследователи показали, что антитела альпак могут справиться с первопричиной воспаления в организме.

В самом крупном испытании ЛСД помог снизить тревожность у 65% больных

Фармацевтическая компания MindMed объявила о предварительных результатах второй фазы клинических испытаний высоких доз ЛСД для лечения тревожности. Судя по полученным учеными данным, одна или две дозы этого психоактивного вещества способны быстро и мягко снизить уровень тревожности. Однако для подтверждения этих выводов требуются более масштабные исследования.

До сих пор единственным испытанием эффективности ЛСД в терапии тревожности было скромное по количеству участников исследование швейцарских ученых 2014 года. Его целью было установить безопасность и эффективность применения этого вещества. Результаты оказались многообещающими, появились признаки того, что благоприятное воздействие ЛСД окажется долгосрочным.

Новое исследование было проведено в Университетской больнице Базеля, сообщает New Atlas. Испытание было рандомизированным, с участием контрольной группы, и включало 46 участников. Они дважды принимали дозу ЛСД (200 мкг) с перерывом в шесть недель. Спустя 16 недель после второй сессии было отмечено



снижение тревожности по шкале Спилберга (STAI).

Данные, представленные MindMed, указывают на то, что 65% пациентов (13 из 20) в группе ЛСД продемонстрировали клинически значимое уменьшение количества баллов по STAI более чем на 30%. Всего 9% участников из группы плацебо (2 из 22) показали похожие результаты.

Что касается безопасности приема 200 мкг ЛСД, то в основном были зафиксированы только слабые побочные эффекты и лишь один случай «острой кратковременной тревоги и бреда». Долгосрочных последствий не было.

Любопытной особенностью этих испытаний стало также отсутствие сопутствующих психотерапевтических протоколов, которые обычно сопровождают прием психоделиков в медицинских целях. В данном случае исследователи сосредоточились исключительно на фармакологическом действии ЛСД.

В прошлом году канадские ученые обнаружили один из возможных механизмов, способствующих повышению социальных взаимодействий под влиянием ЛСД. Это открытие поможет выявить терапевтический потенциал психоактивного вещества в лечении определенных психических расстройств, в частности тревожности и алкогольной зависимости.

Средиземноморская диета быстро снижает симптомы депрессии

Ученые представили результаты первого рандомизированного исследования, которое доказывает пользу изменения питания в борьбе с клинической депрессией. Они настаивают, что консультация пациента с диетологом должна стать обязательной частью программы стандартного лечения.

В последние годы многие исследования показали, что здоровье кишечника определяет психическое здоровье человека через ось кишечник-мозг. Здоровый кишечник, в первую очередь, означает биоразнообразие кишечных бактерий — микробиоту. Кроме того, известно, что 90% серотонина вырабатывается именно в кишечнике, поэтому изменение диеты уже давно рассматривается в качестве инструмента для снижения симптомов психических расстройств.

Ученые из Технологического университета Сиднея провели короткий 12-недельный эксперимент с мужчинами с депрессией в возрасте от 18 до 25 лет. Добровольцы из первой группы под руководством диетологов изменили питание на средиземноморскую диету, а участники из второй при-

держивались привычного образа жизни.

Средиземноморская диета богата овощами, фруктами, цельнозерновыми продуктами, жирной рыбой, оливковым маслом и орехами. Потребление красного мяса сведено к минимуму.

В рамках эксперимента диетологи уделяли особое внимание достаточному количеству свежих цельных продуктов в рационе участников, снижению потребления продуктов быстрого приготовления, а также сахара и красного мяса.

Наблюдения показали, что изменение рациона быстро привело к значительному улучшению симптомов. Почти все участники решили продолжить следовать новой диете после окончания эксперимента, отметили авторы.

Известно, что примерно 30% пациентов с депрессией не реагируют на стандартные методы лечения, а существующие антидепрессанты не дают серьезного прогресса в эмоциональном состоянии. Ученые считают, что психологам и психотерапевтам следует обращать внимание своих пациентов на возможности диеты для улучшения состояния и направлять их на обязательные консультации к диетологам во время курса лечения.

Сегодня наиболее перспективной стратегией лечения депрессии считается псилоцибин. Клинические исследования показали, что вещество значительно опережает по эффективности антидепрессанты и действует путем изменения мышления людей.

Продолжение. Начало в №№ 19–21.

Режим питания при диабете также играет важную роль. Однако мнения диетологов по вопросу о том: как часто необходимо принимать пищу при диабете, расходятся. Традиционная школа диетологии придерживается мнения, что если человек питается 5–6 раз в сутки, то это дает максимальный лечебный эффект. В течение дня должно быть 3 основных приема пищи (речь идет о завтраке, обеде и ужине). Каждый прием может иметь 2–3 блюда. Также больной может сделать в течение дня 2 или 3 перекуса, состоящих из 1 блюда. Желательно организовать режим питания так, чтобы пища принималась большим каждые сутки примерно в одно и то же время.

Каждый прием пищи должен иметь определенное количество калорий. Общая калорийность должна распределяться примерно так:

- во время 1-го завтрака — 25%
- во время 2-го завтрака — 10–15%
- на обед — 25–30%,
- на полдник — 5–10%,
- во время 1-го ужина — 20–25%,
- во время 2-го ужина — 5–10%,

Но есть и приверженцы точки

зрения, что больному лучше всего принимать пищу 2–3 раза в течение дня, чтобы не создавать излишнюю нагрузку на поджелудочную железу.

Также преобладает мнение, что лучше всего сделать так, чтобы человек питался богатой углеводами пищей преимущественно в первой половине дня.

Вот еще несколько разработанных диетологами правил, позволяющих увеличить лечебный эффект:

- необходимо, чтобы человек питался в последний раз не позднее, чем за 3 часа до сна;
- блюда, богатые клетчаткой, должны идти первыми в списке;
- если человек питается небольшим количеством сладостей, то лучше их есть во время основного приема пищи, а не в качестве перекуса, так как в последнем случае наблюдается более резкое повышение сахара в крови;
- нельзя принимать пищу сразу после физических нагрузок, после стрессов;
- необходимо, чтобы человек питался умеренно, избегал переедания и покидал стол с чувством легкого голода.

Застолья при антидиабетической диете

Диабет требует многих ограничений, и некоторые врачи категорически запрещают своим больным участие в застольях, поскольку, они, как правило, сопровождаются перееданием и большим потреблением высокоуглеводистых блюд. Однако это не всегда правильный подход.

Нельзя принуждать человека к тому, чтобы он питался всегда дома, не ходил бы в рестораны, кафе, на банкеты, в гости. Во-первых, это невозможно, а во-вторых, нужно учесть, что прием пищи выполняет не только физиологическую, но и социальную роль.

Продолжение в следующем номере.

Michael Steiman

АМЕРИКАНСКИЙ АДВОКАТ, ГОВОРЯЩИЙ ПО-РУССКИ

- ✓ 46 лет успешной практики
- ✓ Миллионы долларов, выигранных для клиентов
- ✓ Безукоризненная репутация
- ✓ Строгая конфиденциальность



АДВОКАТ, КОТОРОМУ ДОВЕРЯЮТ!

Индивидуальные консультации по вопросам автомобильной страховки и другие юридические проблемы

СПЕЦИАЛИЗАЦИЯ:

- Автодорожные аварии
- Производственные травмы
- Травмы в результате падения
- Оформление завещаний

Первая консультация по любому юридическому вопросу - **БЕСПЛАТНО**
Наш офис удобно расположен в центре Филадельфии и в Норд-Исте по адресу:
8510 Bustleton Avenue

Пожалуйста, звоните в наш офис по телефонам
215-564-1866 в дневное время
или **215-322-0235** в выходные дни и вечернее время, чтобы назначить встречу.
Оставьте сообщение

МЫ ЗАЩИТИМ ВАШИ ИНТЕРЕСЫ

МАРИНА КАЦ

The Law Offices of
Kats Jamison
& Associates



- АВТОМОБИЛЬНЫЕ АВАРИИ
- ТРАВМЫ НА ПРОИЗВОДСТВЕ
- МОТОЦИКЛЕТНЫЕ АВАРИИ
- АВТОБУСНЫЕ АВАРИИ
- МЕДИЦИНСКИЕ ОШИБКИ
- УШИБЫ И ПАДЕНИЯ
- НЕСЧАСТНЫЕ СЛУЧАИ

А также:
Социальное обеспечение
Иммиграционное право
Корпоративное право
Семейные конфликты
Криминальное право
Недвижимость

**PERSONAL INJURY CASES
FREE CONSULTATION
NO RECOVERY-NO FEE**

**1-800-LAW-1917
215-396-9001**

1 Bustleton Pike, Feasterville, PA 19053

Attorney At Law

ALEXANDER RATNER

27 ЛЕТ ПРАКТИКИ

ВНИМАНИЕ - СПЕЦИАЛЬНЫЕ ЦЕНЫ!

Простой развод при обоюдном согласии (плюс судебные издержки)	\$299
Составление завещания	от \$99
Living will	\$50

ВСЕ ВИДЫ ЛЕГАЛЬНЫХ УСЛУГ

TRAFFIC TICKET:

если мы не снимем Ваши points, то мы возвратим Ваши деньги



10162 BUSTLETON AVE.,
PHILADELPHIA, PA 19116

Говорим по-русски

(215) 969-4520

После 6 вечера (215) 603-3724

Law Office Of Lidia Alperovich, LLC Attorney at Law

1200 Bustleton Pike, Suite 13, Feasterville, PA 19053

Phone: **215-355-9105** Fax: **215-355-9108**

Лицензии в штатах Пенсильвания и Нью-Джерси

ПЕРВАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ БЕСПЛАТНО

Несчастные случаи:

- автомобильные аварии;
- травмы на работе,
- на улице,
- в общественном месте;
- укусы собак.

Уголовное право.

Корпоративное право:

- открытие или приобретение бизнесов,
- юридическая помощь в ведении бизнеса,
- решение конфликтов между партнёрами.

Семейное право:

- разводы,
- алименты,
- договор между супругами,
- раздел имущества,
- брачный договор,
- право на опеку.

Нарушения правил дорожного движения

- лишение прав,
- уменьшение штрафов.

Вождение автомобиля в нетрезвом состоянии.

Вопросы недвижимости.



МЫ ГОВОРИМ НА РУССКОМ, ИВРИТЕ И УКРАИНСКОМ ЯЗЫКАХ

INTEGRATED MEDICAL CARE15501 BUSTLETON AVENUE, SUITE A
PHILADELPHIA PA 19116**СПРОСИТЕ НАС - КАК ПОБЕДИТЬ БОЛЬ**CALL TODAY **215-742-7033** ЗВОНИТЕ СЕГОДНЯ**СПЕЦИАЛИСТЫ ПО ЛЕЧЕНИЮ БОЛЕЙ И
ТРАВМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА**Клинику возглавляет врач высшей американской категории,
специализирующийся в области лечения **ЗАБОЛЕВАНИЙ
ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА**
И ПОСЛЕДСТВИЙ НЕВРОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ, ТРАВМ**ЛЕЧЕНИЕ ПОСТРАДАВШИХ В АВТОАВАРИЯХ**

- ◆ БОЛИ В ШЕЙНОМ И ПОЯСНИЧНОМ ОТДЕЛЕ
- ◆ ПРЕД- И ПОСЛЕОПЕРАЦИОННАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ
- ◆ БОЛИ В СУСТАВАХ, АРТРИТЫ
- ◆ ПОСЛЕДСТВИЯ НЕВРОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ
- ◆ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ ИНЪЕКЦИИ ДЛЯ СНЯТИЯ БОЛЕЙ И МЫШЕЧНЫХ СПАЗМОВ
- ◆ РЕАБИЛИТАЦИОННАЯ МЕДИЦИНА, ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ БАССЕЙН
- ◆ многое другое....

**MIKHAIL FREYLIKH, MD**

Physical Medicine & Rehabilitation

(215)671-8840

Board Certified

Fax
(215)671-1933Consultations, Electrodiagnostics, Physical and Manual Therapy,
Musculoskeletal Rehabilitation

Болезни
суставов,
слабость мышц,
больные плечи,
колени,
кисти рук.

Ортопедическая
медицина.

Неоперативное
лечение колен,
замещение
внутрисуставной
жидкости колен.

Боли острые и
хронические
в шее и
позвоночнике.

Обезболивающие уколы**826 Bustleton Pike, Suite 201, Feasterville, PA 19053**

здание обойти слева и на обратной стороне самая левая дверь

For Correspondence: PO BOX 547, Feasterville, PA 19053

ЕСЛИ
У ВАС НЕТ СТРАХОВКИ,
ЕЁ ВАМ НЕ ПОТЕРЯТЬ...,
а если вам болит, то у нас
вам будут помогать!

Недавно или
давно прибывшие пациенты,
не имеющие медицинской страховки, смогут получить
лечение в нашем офисе за очень
доступную цену.



Law Offices of Leo Mikityanskiy, P.C.

Licensed in PA, NY, NJ and US Patent and Trademark Office

Офис в Филадельфии
275 E. Street Rd, Suite 4, Feasterville, PA 19053
215-357-1400

Офис в Нью-Йорке
1517 Voorhies Avenue, Brooklyn, NY 11235
718-256-3210

www.LMattorney.com

Многолетний опыт работы в судах. Профессионализм и репутация.

ПЕНСИОННОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ И ЗАЩИТА ИМУЩЕСТВА

- Предпенсионное планирование и правильное оформление передачи имущества и наследства
- Сохранение недвижимости и имущества при планировании Medicaid для получения услуг PCA (home care), nursing home
- Трасты – трастовые декларации и соглашения – Защита имущества от кредиторов и разводящихся супругов
 - Revocable / Irrevocable Trusts, передача недвижимости
 - Special Needs Trusts для людей на Disability – сохраняют SSI и Medicaid и позволяют получать компенсации
- Трасты для недвижимости во Флориде
- Доверенности, завещания и назначение опекунов для несовершеннолетних детей
- Оформление опекунов (Guardianship) в суде
- Уменьшение налогов на наследство (Estate Taxes), подоходных налогов (Income Taxes) и налогов с продажи имущества (Capital Gains Taxes)
- Проверки/аудит Medicaid и Social Security

СЕМЕЙНОЕ ПРАВО

- Разводы по согласию и без
- Ведение сложных судебных разводов
- Брачные контракты – Separation Agreements, Prenuptial / Postnuptial Agreements
- Раздел имущества, custody, посещение детей, алименты

ДЕЛОВОЕ И КОРПОРАТИВНОЕ ПРАВО

- Составление и проверка контрактов
- Разногласия между партнерами
- Покупка и продажа бизнесов
- Оформление корпораций и договоров между акционерами

ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНАЯ СОБСТВЕННОСТЬ

- Патенты – американские и международные
- Торговые марки и создание брендов
- Авторские права

Планирование выхода на пенсию и распределения имущества непригодно для многих людей и часто избегается.



Многие не считают нужным планировать заранее, пока что-то не случается, и тогда возникает вопрос: “Что мне делать?” Я специализируюсь в области пенсионного планирования и защиты имущества. Некоторые стратегии подарков и переводов являются хорошим способом избежать налогообложения наследства и получить права на получение Медикейд (Medicaid).

Как я могу планировать распределение недвижимости и в то же время защитить от кредиторов?

Ваша недвижимость может быть передана в Limited Liability Company (LLC) и организаторы LLC могут управлять недвижимостью через LLC. Еще один способ защиты собственности и недвижимости - это передача в trust (траст). В зависимости от ваших целей, могут быть созданы многие виды трастов, предлагая различные степени защиты и контроля над собственностью. Трасты - это юридические лица для хранения и передачи недвижимости и имущества, аналогичные в некотором отношении корпорациям.

В дополнение к трастам часто используется завещание. Завещание - это инструкция, как распределить вашу собственность после вашей смерти. Использование завещания и Траста в сочетании поможет гарантировать, что ваше наследство защищено и вашим инструкциям следуют до тех пор, кото-

Правильное Пенсионное и Medicaid Планирование

рые вы сами определите, без ограничения в длительности. Передача Ваших денег и собственности в определенные виды трастов, созданные, например, для блага ваших детей или внуков, может сохранить ваше право на SSI и Medicaid. Однако не каждый траст сохранит ваши права и защитит Ваши деньги и имущество, чтобы они могли перейти к вашим наследникам. Существует много видов и вариантов трастов, и траст должен быть создан определенным образом и правильно составлен, чтобы обеспечить максимальную выгоду.

Как правильно передать наследство, если наследник получает Медикейд или SSI?

Есть определенные виды трастов, которые помогут вам обеспечить благополучие детей, если они сейчас получают или будут нуждаться в долгосрочном уходе из-за физических или психологических ограничений. Обеспечение должно быть тщательно спланировано и оформлено, чтобы подарки, наследство или ваши пенсионные счета не повлияли на их права на получение государственных пособий, включая Медикейд и SSI.

Возможно ли держать Rental Property (недвижимость для сдачи в аренду) при Medicaid Планировании?

С некоторыми видами трастов, созданных на имя детей и содержащими недвижимость вы можете сохранить за собой право сдавать недвижимость в аренду (rent) и контролировать все вопросы, связанные с арендой, а траст будет получать платежи от собственности, находящийся в трасте.

Нужен ли мне Медикейд, чтобы покрыть расходы на долгосрочное лечение или дом престарелых (nursing home)?

Когда вам будет 65 лет, вы можете получить Medicare, но Medicare не покрывает все медицинские расходы. Например, Medicare полностью платит только за первые 20 дней пребывания в доме престарелых. Стоимость дома престарелых составляет в среднем от \$10,000 до \$12,000 в месяц, что может быстро разрушить даже существенные сбережения. Медикейд дается только тем, кто в нем финансово нуждается. Если у вас есть незащищенные имущество или деньги для оплаты расходов на медицинские услуги, программа Медикейд ожидает, что вы полностью потратите свои деньги до того, как она начнет покрытие медицинских услуг. Подать заявление на Медикейд не так просто, как отдать все имущество вашим детям и сразу же получить все права. Медикейд рассматривает все подарки и переводы, сделанные в течение пяти предыдущих лет, и высчитывает период, в течение которого долгосрочный уход не будет оплачиваться, если подарки и передачи не попадают в специальные исключения. Этот период неоднократно увеличивался, и в Конгрессе сейчас обсуждается увеличение периода до семи лет.

Можно ли получить Медикейд, если нужно быстрее, чем через пять лет?

Пятилетний период можно избежать при тщательном планировании, но варианты, доступные вам, зависят от вашего возраста, состояния здоровья, семейно-

го положения и планируете ли вы подать на Медикейд через пять лет, два года или завтра. Знающий адвокат поможет вам распорядиться так, чтобы иметь право на Медикейд и сохранить большую часть или все ваше имущество. Даже если вы серьезно больны и нуждаетесь в Медикейде завтра, есть способы, чтобы сохранить часть ваших денег.

Какие документы я должен иметь в наличии, чтобы сделать мою болезнь или старость легче для моих детей?

Кроме плана защиты и распределения имущества (завещания, трасты, подарки и переводы собственности и другие методы), доверенность (Power of Attorney) сделает так, что ваши дети смогут принимать личные и финансовые решения за вас и подписывать юридические документы, если вы потеряете способность принимать решения и подписывать самостоятельно. Несмотря на недопонимание значительности доверенностей, это серьезные юридические документы и они должны быть надлежащим образом подготовлены, объяснены вам и подписаны, иначе они не будут действительными или не будут работать так, как вы хотели.

Каждая из этих тем сложна, с участием федерального права и законов штата, регуляторных и налоговых вопросов, и каждая тема заслуживает отдельного обсуждения. Для того чтобы защитить свое имущество на индивидуальном уровне и запланировать передачу по наследству, вы должны обсудить эти варианты с грамотным и знающим адвокатом.

Звоните в адвокатский офис Леонида Микитянского по телефону (215) 357-1400

Слушайте нас на DANU RADIO на волне 98,9 FM HD2

Вещие слова

Будь я Дьявол

Пол Харви, скончавшийся в 2009 году на девяносто первом году жизни, на протяжении десятиков лет был фактически единственным голосом консерватизма в эфире, слышным на всю страну. Начиная с 1950-х, на протяжении четырех с лишним десятилетий программу Paul Harvey News транслировали 1200 радиостанций и 300 станций радиосети вооруженных сил, Пола Харви еженедельно слушали 24 миллиона человек, 300 газет печатали транскрипты его передач, которые неизменно пользовались огромной популярностью.

«Он клеймил злоупотребления в системе социальной защиты, выступал за смертную казнь, сетовал по поводу роста государственного долга, обличал бесчинства безмозглых бюрократов, стыдил безответственных родителей, потакающих капризам детей, предупреждал о ползучей агрессии левого радикализма и о сползании страны в болото моральной деградации, — с невольным уважением писала о нем «Нью-Йорк таймс». — Он ратовал за здоровый индивидуализм, патриотизм и веру в Бога, и превозносил фундаментальную порядочность простых людей».

Но, пожалуй, самое известное его выступление — это вещее предостережение Америке, с которым он выступил в 1965 году. Привожу его полностью в надежде, что читатели по достоинству оценят этот поразительный документ. Называется он «Будь я Дьявол».

Будь я Князь тьмы, я бы, естественно, стремился погрузить во тьму весь мир. Я бы захватил власть над третьей территории земного шара и четырьмя пятими его населения, но не находил бы покоя до тех пор, пока в мои руки не упало бы самое спелое яблоко с того древа. И я бы стал раздумывать, что нужно делать, чтобы подчинить моей власти Соединенные Штаты Америки.

Я бы начал с кампании шепотков. С мудростью змия я бы нашепывал вам на ухо, как я нашепывал на ухо Еве: «Поступай по своей воле», «Следуй голосу своих прихотей». Молодым я бы нашепывал: «Библия — всего лишь миф». Я бы убеждал их в том, что не Бог создал человека, а наоборот — человек создал Бога. Я бы внушал им, что зло есть добро, а добро — это мещанство. В уши молодоженам я бы вкладывал мысль, что работа унижает человека, а пьяный досуг его возвышает. Я бы советовал им не слишком усердствовать в вере, в патриотизме, в соблюдении норм морали. А пожилых я бы научил молиться. Я бы научил их повторять за мной: «Отче наш, иже еси в Вашингтоне...».

Будь я Дьявол, я бы научил писателей, как описывать извращения настолько привлекательно, чтобы все остальное на их фоне казалось читателям пресным и скучным. Я бы заставил кинематограф соревноваться с телевидением в похабщине, а телевидение — с кинематографом.

А потом, будь я Дьявол, я бы занялся оргработой. Я бы внедрился в профсоюзы и ратовал за то, чтобы рабочие

поменьше трудились и побольше предавались праздности, ибо праздные люди обычно трудятся на меня.

Я бы продавал наркотики как можно более широкому кругу покупателей. Я бы продавал спиртное дамам и господам из светских кругов, остальных я бы глушил пилюлями. Будь я Дьявол, я бы поощрял школы оттачивать юные интеллекты, но давать полную волю их необузданным страстям... Пусть себе веселятся на просторе. Я бы поручил атеистке представлять меня перед высшими судебными инстанциями страны и заставил бы проповедников провозглашать с амвона, что она права. *(Имеется в виду воинствующая безбожница, основательница и глава организации «Американские атеисты» Мадлен Мюррей О'Хейр, по иску которой Верховный суд США в 1963 году вынес судьбоносное постановление о запрете на чтение Священного Писания в общественных школах. — В. В.)*

Лестью и посулами власти я бы побуждал суды выносить решения против Бога и за порнографию. Действуя подобным образом, я бы изгнал Бога из зала суда, затем из классной комнаты и, наконец, из обеих палат Конгресса, а потом в его собственных церквях я бы подменил религию психологией и обожевлением науки, позволив человеку приобрести достаточно знаний, чтобы создать сверхоружие, не приобретя достаточно мудрости, чтобы держать его под контролем.

Будь я Сатана, я бы сделал символом Пасхи крашеное яичко, а символом Рождества — бутылку. Будь я Дьявол, я бы грабил имущих и отдавал награбленное завистливым до тех пор,

пока не истребил бы инициативу честолюбивых. Вслед за тем созданное мной полицейское государство силой погнало бы всех обратно на работу. Потом я бы распустил семьи, одел детей в униформу, заставил бы женщин работать в шахтах, а несогласных погнал бы на принудительные работы в концлагеря. Иными словами, будь я Сатана, я бы просто продолжал делать то, что он уже делает, и весь мир катился бы ко всем чертям в преисподнюю.

Еще раз отмечу: это провидческое предостережение увидело свет в 1965 году, когда Америку захлестнула «прогрессивная» волна», и леворадикальные силы, воспользовавшись шоком, в который повергло страну убийство президента Кеннеди, фактически захватили власть и стали толкать ее к социалистической пропасти.

Но это также значит, что в недрах спокойных, мещанских 50-х уже зревали планы революционного восстания прогрессистов под видом бунта студенческой молодежи против косности и застоя. Все самоубийственные тенденции, все «цветы зла», которые расцвели столь пышным цветом к нашему времени, уже тогда были налицо, но лишь считанные единицы, лишь самые трезвомыслящие и прозорливые смогли распознать страшную угрозу и найти в себе мужество открыто бросить вызов господствующему мировоззрению, предупреждая своих сограждан о смертельной опасности. Среди них почетное место принадлежит Полу Харви.

Виктор Вольский (1938–2015)

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Американский ученый доктор Стивен Джуан, преподающий в Сиднейском университете антропологию и социальные дисциплины, выпустил серию книг под названиями «Занимательная анатомия», «Занимательная антропология», где рассказал о научных фактах, забавных и полезных, открытых недавно. А журналистка Дженнифер Эккерман, пишущая для New York Times и National Geographic, издала «Краткую историю человеческого тела». Ниже приведены некоторые любопытные факты из их книг.

Кто рождается с зубами?

Младенцы обычно рождаются без зубов. Так распорядилась природа — для того, чтобы мать при кормлении не отвергала младенца, когда кормит грудью. Но вот вам факт: примерно один из двух тысяч младенцев рождается с одним прорезавшимся зубом. И тогда его кормление превращается для матери в сухую муку. Она автоматически старается реже его кормить поменьше и вообще раньше отлучает от груди. Младенцу приходится просто воевать за то, чтобы поесть.

С младенчества у него формируется комплекс обиды на мир. И тогда в зрелом возрасте он старается завоевать его. Антропологи установили, что большинство мировых лидеров-диктаторов родились с прорезавшимся зубом. Юлий Цезарь, Ганнибал, Наполеон, Муссолини, Гитлер...

Боль от грудного вскармливания не позволила матерям дать этим младенцам достаточно любви. Поэтому такие

младенцы не только стремятся завоевать всех и вся, но и очень ревнивы. Им страшно потерять любовь.

Алкоголь стимулирует творчество

В творческой среде употребление алкоголя очень распространено. А все почему? Оказывается, он стимулирует правое полушарие мозга, которое отвечает за воображение, зрительные образы и нестандартные креативные ходы. И в малых дозах употребление способствует творческим находкам.

А левое полушарие, отвечающее за логику и память, связанное с ответственностью и точностью деталей, погружает в оцепенение. Поэтому переизбыток алкоголя создает особый вид творчества — абсолютно бессмысленного. Некоторые ученые говорят, что людям, у которых доминирует левое полушарие, даже полезно иногда расслабляться рюмкой-другой и включать правое полушарие.

Туго затянутый галстук влияет на зрение

Наши глаза работают больше, чем любой другой орган. Чтобы понять, какая нагрузка на них приходится, представьте, что надо пройти пешком 80 километров за день. Да ноги отваливаются от такой непосильной работы! А вот глаза ничего, не отваливаются. Между тем острота нашего зрения зависит от кучи факторов. К примеру, туго затянутый галстук может сказаться на зрении. Американские ученые в процессе многолетних исследований обнаружили, что у 67% мужчин ухудшение зрения связано именно с плотно затянутым воротом. Потому что таким образом ограничивается приток крови к глазам, также это влияет на кровяное давление,

что, в свою очередь, тоже сказывается на остроте зрения.

А еще ученые советуют глубоко и ровно дышать носом. Это позволяет получить больше кислорода, в котором так нуждаются наши глаза. Доказано, у тех, кто правильно дышит (носом и глубоко) и не курит, зрение лучше и дольше сохраняется.

Если часто смеяться, к врачам можно не ходить

Мы начинаем смеяться в возрасте 12 недель. Смех — это высшая форма защитной реакции. Фрейд считал, что смех помогает нам справляться с похотливыми мыслями. А Чарльз Дарвин вообще отводил смеху важную роль в эволюционном развитии. Мол, снимает напряжение и помогает восстановить психическую стабильность. Без смеха мы бы все давно сошли с ума и никакого прогресса не достигли бы.

Доктор Норман Казенс открыл, что смех помогает возвращать здоровье. Как же это происходит? С точки зрения биохимии смех подавляет образование кортизола, который негативно действует на иммунную систему. От смеха повышается обмен веществ, стимулируется мышечная ткань и выбрасывается масса полезных гормонов в кровь. Смех предупреждает депрессию, сердечные заболевания и повышает болевой порог. Ну и, конечно, в целом укрепляет иммунную систему. Есть даже поговорка, что если каждый день смеяться, врач не понадобится.

Одно из последних исследований показало, что от смеха значительно повышается концентрация слюнного иммуноглобулина А (IgA). Это антитела, связанные с сопротивляемостью респираторным заболеваниям верхних дыхательных

путей. В общем, возможно, однажды наступит времена, когда вместо врача начнут посылать за клоуном.

Будете спать в две фазы, жизнь станет гармоничнее

Бывает ли такое, что вы просыпаетесь среди ночи и не можете уснуть час-другой? Ворочаетесь и думаете, что это бессонница, и даже боретесь с ней. А на самом деле это нормально для человеческого организма — перерыв среди ночи на бодрствование. Антрополог Кэрол Уортман из Университета Эмори обнаружила, что спать нужно в две, а то и в три фазы.

Привычное представление о том, что надо непрерывно проспать всю ночь, ошибочно. Например, в культурах, далеких от цивилизации, по-прежнему спать ложатся с заходом солнца, потом где-то в полночь просыпаются и час-другой болтают обо всем, даже танцуют, занимаются любовью, смеются у костра, медитируют, молятся и опять идут спать. Но электрический свет сбил наши биологические графики.

Томас Вер, психиатр из США, провел эксперимент. Посадил испытуемых в естественные условия, без электричества, и стал следить за их графиком. Сначала они непрерывно спали по 11 часов, а затем их сон тоже распался на две фазы. Они засыпали на четыре часа, потом просыпались, два часа бодрствовали и опять засыпали на четыре часа. После эксперимента волонтеры стали чувствовать себя лучше, спокойнее, у них улучшились творческие способности и фантазия. Впрочем, может, это случилось еще и потому, что они жили в естественных условиях и в полной безопасности на всем готовом. У любого из нас, думаю, в такой ситуации наступила бы в душе полная гармония.

Prestige NHCM, Inc.
Home Care Agency

АГЕНТСТВО ВЫСШЕЙ КАТЕГОРИИ

Первое русскоязычное агентство по уходу за больными на дому, имеющее самую Высшую Американскую Медицинскую Аккредитацию. У нас имеется городская постоянная программа обслуживания.



ТОЛЬКО У НАС:

- Самый большой опыт работы с людьми, нуждающимися в помощи
- Квалифицированный персонал, имеющий большой опыт работы в госпиталях Америки и России
- Медсестры, имеющие специализацию в кардиологии, хирургии и онкологии
- Профессиональные физиотерапевты помогут избавиться от хронической боли и заболеваний суставов
- При необходимости вам сделают анализ крови на дому, и результаты немедленно будут сообщены вашему врачу

Принимаем основные виды страховок!

ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ МЕДСЕСТЕР И МЛАДШИЙ ОБСЛУЖИВАЮЩИЙ ПЕРСОНАЛ.

Опыт работы не обязателен. В офисе проводятся бесплатные курсы. Немедленно обеспечиваем работой.

Всем работникам компания полностью оплачивает медицинскую страховку, включая лекарства и «Дентал план».

Также предоставляется оплачиваемый отпуск и удобные часы работы.

ПОЗВОНИТЕ НАМ И УЗНАЙТЕ, ЧТО МЫ МОЖЕМ ДЛЯ ВАС СДЕЛАТЬ

215 • 677 • 3299

**СКИДКИ
ДО 40%***

**ЗАСТРАХУЙТЕ СВОЙ АВТОМОБИЛЬ
В КОМПАНИИ СО ЗНАКОМЫМ ИМЕНЕМ**

**ОФОРМЛЯЕМ СТРАХОВКИ
ПО ВСЕЙ ПЕНСИЛЬВАНИИ
И НЬЮ ДЖЕРСИ**

**8420 Bustleton Ave.,
Philadelphia, PA 19152
215-305-5555**

**2651 Huntingdon Pike,
Huntingdon Valley, PA 19006
215-709-5555**



**Марат
Иошпа**



*Возможность предоставления скидки и ее размер зависит от порядка, действующего в том или ином штате. State Farm Mutual Automobile Insurance Company, State Farm Indemnity Company-Bloomington, IL. Страховые полисы State Farm и обращения за ними, а также иные формы и требуемые удостоверения выполняются на английском языке. Перевод данного документа осуществлен в ознакомительных целях. При возникновении любых разногласий предпочтение отдается английской версии.

statefarm.com

Boris Volynsky
Broker/Owner
215-837-0405



Oleg Bondarenko
215-771-6346

Dzmitry Radzevich
267-210-5183



215-953-9500

1051 County Line Rd., Suite 107
Huntingdon Valley, PA 19006



АБСОЛЮТНЫЕ

ПОРЯДОЧНОСТЬ ПРОФЕССИОНАЛИЗМ КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТЬ

Большой выбор различных домов
в Филадельфии, Bucks County, Montgomery County.
New construction.

Гибкие комиссионные для продавцов.
Максимальное снижение цены
покупаемого дома для покупателей.

SALE

NE

Поступил в продажу прекрасный **condominium** в р-не **Philmont & Bustleton**. 1-й этаж (без ступенек). Good for handicaps. 2 спальни, 2 ванные, широкие двери, высокие потолки. Самое лучшее расположение в development. Близко к транспорту и магазинам. Просят **\$290,000**

Condo 55+ **Verree & Bustleton**. 2 спальни, 2 ванные второй этаж с балконом. Очень хорошее состояние. Законченный утепленный бейсмент с туалетом и большими кладовыми. Очень близко к транспорту и магазинам. Просят **\$215,000**

Pathway condominium рядом с почтой. 2 спальни, 2 ванные. 2-й этаж. Солнечная сторона. Просят **\$173,000**

RENT

NE. Scotchbrook. 2/3 спальни. Гараж. Участок, бейсмент. Тихая улица. Хорошее состояние. Близко к транспорту и магазинам. **\$1,875**

Buck County (Centennial Station). 55+, 2 спальни, 2 ванные. Большая площадь (1600 sq.ft). Дом с лифтом. Есть бассейн. Хорошее состояние. **\$1,875**

SHORT SALE: для продавцов, у которых сумма мортгиджа превышает стоимость дома, ведём переговоры с банком о продаже и снижении долгов

ПОМОГАЕМ

в получении мортгиджа по различным программам.

ПРЕДЛАГАЕМ

программы для людей, покупающих дома впервые.

ПРИГЛАШАЕМ

на работу Real Estate агентов на выгодных условиях

Любые **БЕСПЛАТНЫЕ** конфиденциальные консультации по вопросам Real Estate в любое время

США — сверхдержава мира

Только цифры

В 2016 году Владимир Путин назвал Соединённые Штаты Америки единственной сверхдержавой мира. Через пару месяцев его слова дословно повторил министр обороны Финляндии. В феврале 2020 года Александр Лукашенко, по итогам первого за четверть века визита госсекретаря в Минск и возобновления посольских отношений назвал Америку «Ведущей державой» и «Величайшей Империей», это дословно. Что же такое Соединённые Штаты и каково их значение? Несколько цифр и фактов, которые помогут это понять.

1. США на первом месте по отчислениям на НИОКР. Америка тратит на научно-исследовательские и опытно-конструкторские работы около \$500 миллиардов в год. Китай, для сравнения — 440. Япония — 180. Россия — 36 млрд. 2. США на первом месте по размеру спутниковой группировки. У США больше спутников (государственных и коммерческих), чем у четырёх последующих стран — Китая, России, Японии и Великобритании — вместе взятых. У Америки более 1200 аппаратов, причём этот разрыв не сокращается, а увеличивается.

3. США на первом месте по количеству ядерных реакторов и по объёмам ядерной генерации. На 2019 год у США 99 ядерных реакторов. Россия — на пятом месте в мире, у неё 37 ядерных реакторов. Если сложить все ядерные реакторы России, все ядерные реакторы пост-советских стран и все ядерные реакторы, которые строит Росатом зарубежом — это всё равно будет меньше, чем в одних только США. Доля ядерной генерации в общей энергетике России составляет 17%, в США 20%.

4. США на первом месте по запасам физического монетарного золота. Более 8 тысяч тонн. У России чуть более 2 тысяч тонн.

5. США на первом месте по взносам в бюджет ООН. 22.5% бюджета организации. У России — 2.4%. Меньше всех в Совете Безопасности из пяти стран. И в три раза меньше скажем Японии, которая в совет безопасности не входит.

6. На начало 2020 года на территории США располагался самый мощный суперкомпьютер планеты — Sierra. И 9 суперкомпьютеров в первой двадцатке. У Китая в двадцатке — 4 машины, у России ни одной. Однако недавно японский Fugaku — сверх американицев с первой строчки. Впрочем временно. На территории США возводятся сразу несколько суперкомпьютеров, которые значительно превзойдут Fugaku в ближайшие годы.

7. На территории США расположена — самая большая фондовая биржа мира, Нью-Йоркская. На втором месте Лондонская. На третьем Токийская. На четвёртом Шанхайская. Под размерами подразумеваются объёмы торгуемых активов. На Нью-Йоркской торгуется весь мир.

8. На территории США расположен — самый большой завод мира. Завод Боинг в Сиэтле.

9. На территории США расположена штаб-квартира и резиденция ООН. Именно на территории Соединённых Штатов собирается Гене-



ральная Ассамблея из всех стран и Совет Безопасности из пяти постоянных членов с правом «вето».

10. США на первом месте по количеству нобелевских лауреатов за всю историю премии, с гигантским опережением от ближайшего преследователя — в два с половиной раза опережая Великобританию.

11. Американская Конституция — древнейшая действующая Конституция мира. Ей 232 года. К ней есть 27 поправок.

12. Америка на первом месте по количеству атомных подводных лодок. В три раза больше, чем у России. У США их 65, у России — 21.

13. США высаживались на поверхность Луны шесть раз. Во время этих экспедиций сделано 11 тысяч фотографий и вывезено 400 килограмм грунта. США каждый год выдают по запросам пробы грунта в дюжину различных лабораторий и научно-исследовательских университетов.

14. США первая страна Земли по экспорту продукции агро-промышленного комплекса, продовольствия во всех формах и видах. Первая по экспорту гражданского авиапрома. Первая по экспорту оружия, в два раза опережая Россию.

15. США вторая страна Земли по темпам промышленной автоматизации. Лишь на 4 страны приходится 70% годовой промышленной автоматизации планеты. Китай, США, Япония и Германия. Южная Корея пятая. Иногда страны меняются местами. Китай каждый год устанавливает 81 тысячу промышленных роботов, США 28–36 тысяч, по нарастающей, при Трампе, побив собственный абсолютный исторический рекорд. Россия, для сравнения, 600–800 штук, меньше Тайланда. И не входит даже в топ-15.

16. Население США за минувшие 20 лет, с начала века, выросло на 53 миллиона человек. С 281 миллиона до 334 миллионов. По данным департамента ООН по народонаселению, ежегодный естественный прирост значительно выше мигрантского. Для сравнения, население России на несколько сот тысяч человек меньше, чем в двухтысячном году, считая с присоединённым Крымом. Естественного прироста нет вообще, есть естественная чистая убыль, которая зачастую не перебивается даже мигрантскими притоками. Подчеркнём, что речь идёт только о официальных цифрах. Население США

и каждый год докупается ещё 6–7 миллионов стволов. Право на свободное владение оружием гарантировано 2 поправкой Конституции США и является атрибутом свободного человека.

20. В составе МКС, международной космической станции — 8 американских сегментов, 1 европейский, 1 японский и 5 российских. 60% бюджета станции — составляют взносы США.

21. Соединённые Штаты первая страна планеты которая получила работающий спутник на орбите Марса. Первая страна планеты которая получила работающий марсоход на поверхности красной планеты. Сегодня у США на поверхности Марса два работающих аппарата Curiosity и InSight, которые исправно шлют телеметрию и фотографии очень высокого качества. И в июле США успешно запустили третий аппарат — «Персеверенс».

22. Последние пять лет бьются исторические рекорды за всё пост-советское время по запросам на гринкарту из России. В 2018 и 2019 годах по 400 тысяч обращений. Что в десятки раз превосходит выделенные на Россию квоты.

23. Россия неоднократно в своей истории прибегала к американской гуманитарной помощи. Самая известная, но далеко не единственная это так называемый лендлиз во время 2й мировой войны. О лендлизе можно писать очень много и долго, мы дадим только пару цифр. За все годы войны СССР произвёл 430 миллионов банок мясных консервов, а по лендлизу получил свыше 2 миллиардов банок. Соединённые Штаты фактически спасли СССР от голода в 43 году. В СССР караванами шли корабли гружённые консервами, чаем, сахаром, сгущёнкой, сухим молоком, шоколадом, мукой и т.п. 50% всей взрывчатки в годы войны — были лендлизовскими. 60% всего авиатоплива. Практически весь пеницилин и сульфаниламиды, спасшие миллионы жизней больных и раненных. Миллионы тонн стали и сотни тысяч тонн цветмета, от 30 до 70% от собственного советского производства в зависимости от отрасли, 18% бронетехники и так далее. Большинство грузовиков под всеми «Катюшами» в годы войны — тоже были лендлизовскими.

является третьим в мире, после Китая и Индии.

17. 61% всех финансовых резервов планеты хранится в долларах. 20% в евро. В юане 1.9%, это меньше чем в британском фунте, японской йене и столько же, сколько в канадском долларе. Данные за 2019 год.

18. 68% всех микрочипов и полупроводников мира принадлежит американским компаниям. Это право собственности. При этом реальная сборка это Тайвань, первое место — четверть всей планетарной сборки, затем идут Южная Корея и Япония. На территории Северной Америки (США+Канада) физически собирается больше микрочипов, чем на территории Китая. Китай даже для своих собственных суперкомпьютеров использует американские микрочипы. Вопреки мнению российских обывателей рунета, Китай крайне далек от технологического лидерства, а индекс экономической сложности Китая — ниже Мексики. Это факты сегодняшнего дня, хотя в рунете обыватели почему то думают, что Китай «вот-вот» свергнет Америку. В феврале месяце в Соединённых Штатах, в Аризоне, началось строительство самого совершенного предприятия мира по производству микрочипов, срок завершения 2023 год.

19. На 334 миллиона населения на руках у американских граждан — более 400 миллионов единиц оружия. Во владении американских граждан находится около 40% всего огнестрельного оружия Земли

ZEN

Pilgrim Travel Group		9630 Bustleton Ave., Phila 19115
подробности на сайте www.pilgrim-group.org		215-464-4565
18-25 июня сб.-сб.	НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПАРКИ АМЕРИКИ (8 дней) Колорадо — Денвер. Подъем на поезде на одну из самых высоких гор. Самый высокий подвесной мост в мире. Парк Меса Верде с многоэтажными индейскими деревянными доколумбовой эпохи. Купание в термальных бассейнах. Юта — парки Арок и Коньонлэнд. Солт-Лейк-Сити и мормоны. Вайоминг — Тетон и Еллоустоун национальные парки. PRIVATE TOUR. Маленькая группа.	\$1600+air
4-15 сентября	ХОРВАТИЯ-СЛОВЕНИЯ-ЧЕРНОГОРИЯ (12 дней)	\$1850+air
16-25 сентября	Вся Италия (10 дней)	\$1650+air
24 октября - 2 ноября	ОТДЫХ В МЕКСИКЕ. ВСЕ ВКЛЮЧЕНО, курорт 5* (10 дней)	\$1300
6-16 декабря	ОТДЫХ В ДОМИНИКАНСКОЙ РЕСПУБЛИКЕ. ВСЕ ВКЛЮЧЕНО, курорт 5* (11 дней)	\$1900
6-20 декабря	ОТДЫХ В ДОМИНИКАНСКОЙ РЕСПУБЛИКЕ. ВСЕ ВКЛЮЧЕНО, курорт 5* (15 дней)	\$2500



JUNE 2ND — JUNE 15TH, 2022

NETCOST CLUB SPECIALS



PACKAGES MAY VARY. IMAGES FOR ILLUSTRATION PURPOSE ONLY



Cereal
• Kellogg's 9.6 - 13 oz
• Cap 'N Crunch 11.8 - 12.6 oz
Selected Varieties

\$3.99
SAVE UP TO 33%



Gamma-A Salaka And Sparts
Smoked In Oil
190 - 240 g
Selected Varieties

\$2.49
SAVE UP TO 29%



Family Tree German Brand Bologna

\$4.99 /LB
SAVE 50¢ /LB



Family Tree Bologna Mortadella

\$4.99 /LB
SAVE 50¢ /LB



Dietz & Watson American Cheese
• White
• Yellow

\$3.99 /LB
SAVE \$1 /LB



Ken's Dressing
8 - 9 oz
Selected Varieties

\$1.99
SAVE 31%



Mrs. Cubbison's Crotons 5 oz
Selected Varieties

\$1.49
SAVE 38%



Family Tree Mushrooms 19.6 oz
Selected Varieties

\$3.59
SAVE UP TO 37%



Progresso Bread Crumbs 15 oz
Selected Varieties

\$2.49
SAVE 24%



Edy's Ice Cream 48 oz
Selected Varieties

\$3.99
SAVE 47%



Eggo Waffles 11.6 oz
Selected Varieties

\$2.99
SAVE 30%



Happy Surprise Chocolate Eggs 20 g
Selected Varieties

79¢
SAVE 39%



Simply Orange Juice 52 oz
Selected Varieties

\$3.49
SAVE 30%



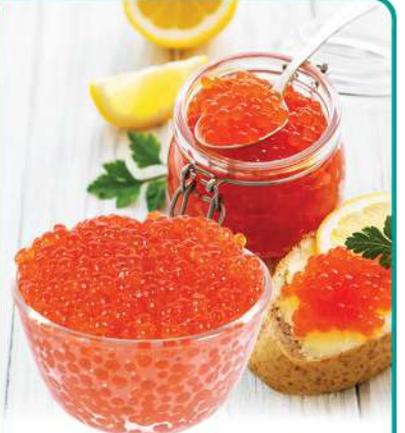
Family Tree Premium Salmon Caviar 114 g

2 FOR \$14.99
\$8.99
BUY MORE SAVE MORE



Family Tree Premium Salmon Caviar 90 g

2 FOR \$11.99
3 FOR \$17.49
\$6.99
BUY MORE SAVE MORE



Peter Pan Pink Caviar Red

\$49.99 /LB
SPECIAL PRICE

SHOP ONLINE www.NetCostMarket.com

OVER 30 ZIP CODES in PA AVAILABLE FOR HOME DELIVERY

• 11701 Bustleton Ave. | Philadelphia, PA 19116 (Leo Mall) | Tel. 267.672.2500
• 2417 Welsh Rd. | Philadelphia, PA 19114 (Bluegrass Plaza) | Tel. 215.795.3773

All the SPECIAL PRICES are available with NetCost® Club membership only. Free registration in store or with online account. Details in-store or online at www.NetCostMarket.com

РАБОТАЕМ НА ВАС И ДЛЯ ВАС!



РА И FL

У ВАС ЕСТЬ
ВЫБОР

A
AREA LENDING
LLC
 NMLS 2079475

МОТГИДЖ

Программы
 финансирования и
 рефинансирования
 30, 20, 15 Years Conv Fixed,
 FHA, 5/1 7/1 Arm

**НОВЫЕ ПРОГРАММЫ
 ФИНАНСИРОВАНИЯ**

К
О

40 years - первые 10 лет только интерес
 Нет SSN
 Нет Грин карты
 1099 доход
 Менее 2 лет дохода
 Инвестмент без документации дохода
 Маленькая кредитная история
 Деньги на покупку и ремонт

111 Buck Rd, Unit 500 Suite 1
 Huntingdon Valley 19006

☎ **215-647-0012**

Программа передач НТВ-Америка с 6 по 12 июня 2022 г.

ПОНЕДЕЛЬНИК 6 ИЮНЯ	ВТОРНИК 7 ИЮНЯ	СРЕДА 8 ИЮНЯ	ЧЕТВЕРГ 9 ИЮНЯ	ПЯТНИЦА 10 ИЮНЯ	СУББОТА 11 ИЮНЯ	ВОСКРЕСЕНЬЕ 12 ИЮНЯ
<p>AM 06:00 «УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ» 08:40 «БИЗНЕС-КЛУБ» 09:00 «ЕДИМ ДОМА» 09:30 «ПОЕДЕМ, ПОЕДИМ» 10:15 «ЖИВАЯ ЕДА С СЕРГЕЕМ МАЛОЗЕМОВЫМ» 11:00 «ЧУДО ТЕХНИКИ» 11:45 «СЕКРЕТ НА МИЛЛИОН» PM 01:30 «СУД ПРИСЯЖНЫХ» 02:20 «СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ» 04:30 «ИХ НРАВЫ» 04:55 «ТЕЛЕПОЛИКЛИНИКА» 05:15 АЛЕКСЕЙ МАКАРОВ В СЕРИАЛЕ «КУБА-2» 7-Я С. 06:05 «ЗА ГРАНЬЮ» 07:00 НИКИТА ПАНФИЛОВ В СЕРИАЛЕ «ПЁС-3» 13-Я С. 08:00 «ДНК» 09:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 09:30 ПРЕМЬЕРА НТВ-АМЕРИКА. СЕРГЕЙ ЖАРКОВ В СЕРИАЛЕ «ДЕЛЬФИН» 11-Я И 12-Я С. 11:30 «ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ» AM 12:15 «ЧУДО ТЕХНИКИ» 01:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 01:30 АЛЕКСЕЙ МАКАРОВ В СЕРИАЛЕ «КУБА-2» 7-Я С. 02:20 «ЗА ГРАНЬЮ» 03:10 «СУД ПРИСЯЖНЫХ» 04:00 «ДНК» 05:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 05:30 «ПОЕДЕМ, ПОЕДИМ»</p>	<p>AM 06:00 «УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ» 09:00 «ЕДИМ ДОМА» 09:30 «ИХ НРАВЫ» 10:00 «КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС» 11:00 «ЧУДО ТЕХНИКИ» 11:45 «СВОЯ ИГРА» PM 01:15 «СУД ПРИСЯЖНЫХ» 02:05 ПРЕМЬЕРА НТВ-АМЕРИКА. СЕРГЕЙ ЖАРКОВ В СЕРИАЛЕ «ДЕЛЬФИН» 11-Я И 12-Я С. 03:50 «ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ» 04:30 «БИЗНЕС-КЛУБ» 04:50 АЛЕКСЕЙ МАКАРОВ В СЕРИАЛЕ «КУБА-2» 8-Я С. 05:40 «ЗА ГРАНЬЮ» 06:40 НИКИТА ПАНФИЛОВ В СЕРИАЛЕ «ПЁС-3» 14-Я С. 07:40 «ТИМЕ OUT С ОЛЕГОМ ФРИШЕМ» 08:00 «ДНК» 09:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 09:30 ПРЕМЬЕРА НТВ-АМЕРИКА. СЕРГЕЙ ЖАРКОВ В СЕРИАЛЕ «ДЕЛЬФИН» 13-Я И 14-Я С. 11:30 «ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ» AM 12:15 «ЧУДО ТЕХНИКИ» 01:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 01:30 «ТИМЕ OUT С ОЛЕГОМ ФРИШЕМ» 01:50 АЛЕКСЕЙ МАКАРОВ В СЕРИАЛЕ «КУБА-2» 8-Я С. 02:40 «СУД ПРИСЯЖНЫХ» 03:30 «ЕДИМ ДОМА» 04:00 «ДНК» 05:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 05:30 «ИХ НРАВЫ»</p>	<p>AM 06:00 «УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ» 09:00 «ЕДИМ ДОМА» 09:30 «ОДНАЖДЫ» 10:10 «ИХ НРАВЫ» 10:40 «ТИМЕ OUT С ОЛЕГОМ ФРИШЕМ» 11:00 «ЧУДО ТЕХНИКИ» 11:45 «КВАРТИРНИК НТВ У МАРГУЛИСА» PM 01:00 «СУД ПРИСЯЖНЫХ» 01:50 ПРЕМЬЕРА НТВ-АМЕРИКА. СЕРГЕЙ ЖАРКОВ В СЕРИАЛЕ «ДЕЛЬФИН» 13-Я И 14-Я С. 03:30 «ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ» 04:15 «ДОКТОР СВЕТ» 05:00 АЛЕКСЕЙ МАКАРОВ В СЕРИАЛЕ «КУБА-2» 9-Я С. 05:45 «ЗА ГРАНЬЮ» 06:40 НИКИТА ПАНФИЛОВ В СЕРИАЛЕ «ПЁС-3» 15-Я С. 07:40 «ТЕЛЕПОЛИКЛИНИКА» 08:00 «ДНК» 09:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 09:30 ПРЕМЬЕРА НТВ-АМЕРИКА. СЕРГЕЙ ЖАРКОВ В СЕРИАЛЕ «ДЕЛЬФИН» 15-Я И 16-Я С. 11:30 «ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ» AM 12:15 «ЧУДО ТЕХНИКИ» 01:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 01:30 «ТЕЛЕПОЛИКЛИНИКА» 01:50 АЛЕКСЕЙ МАКАРОВ В СЕРИАЛЕ «КУБА-2» 9-Я С. 02:40 «СУД ПРИСЯЖНЫХ» 03:30 «ЕДИМ ДОМА» 04:00 «ДНК» 05:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 05:30 «ИХ НРАВЫ»</p>	<p>AM 06:00 «УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ» 09:00 «ЕДИМ ДОМА» 09:30 «ТЫ НЕ ПОВЕРИШЬ» 10:20 «ИХ НРАВЫ» 10:40 «ТЕЛЕПОЛИКЛИНИКА» 11:00 «ЧУДО ТЕХНИКИ» 11:50 «НАШПОТРЕБНАДЗОР» PM 12:40 «НАУЧНОЕ РАССЛЕДОВАНИЕ» 01:30 «СУД ПРИСЯЖНЫХ» 02:20 ПРЕМЬЕРА НТВ-АМЕРИКА. СЕРГЕЙ ЖАРКОВ В СЕРИАЛЕ «ДЕЛЬФИН» 15-Я И 16-Я С. 04:10 «ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ» 05:00 АЛЕКСЕЙ МАКАРОВ В СЕРИАЛЕ «КУБА-2» 10-Я С. 05:45 «ЗА ГРАНЬЮ» 06:40 НИКИТА ПАНФИЛОВ В СЕРИАЛЕ «ПЁС-3» 16-Я С. 07:40 «БИЗНЕС-КЛУБ» 08:00 «ДНК» 09:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 09:30 ПРЕМЬЕРА НТВ-АМЕРИКА. СЕРГЕЙ ЖАРКОВ В СЕРИАЛЕ «ДЕЛЬФИН» 17-Я И 18-Я С. 11:30 «ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ» AM 12:15 «ЧУДО ТЕХНИКИ» 01:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 01:30 «БИЗНЕС-КЛУБ» 01:50 АЛЕКСЕЙ МАКАРОВ В СЕРИАЛЕ «КУБА-2» 10-Я С. 02:40 «СУД ПРИСЯЖНЫХ» 03:30 «ЕДИМ ДОМА» 04:00 «ДНК» 05:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 05:30 «ПЕРВАЯ ПЕРЕДАЧА»</p>	<p>AM 06:00 «УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ» 09:00 «ЕДИМ ДОМА» 09:30 «ЗВЕЗДЫ СОШЛИСЬ» 10:40 «БИЗНЕС-КЛУБ» 11:00 «ДАЧНЫЙ ОТВЕТ» PM 12:00 «ТЫ СУПЕР! 60+» 02:10 «СУД ПРИСЯЖНЫХ» 03:00 ПРЕМЬЕРА НТВ-АМЕРИКА. СЕРГЕЙ ЖАРКОВ В СЕРИАЛЕ «ДЕЛЬФИН» 17-Я И 18-Я С. 04:45 «ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ» 05:25 АЛЕКСЕЙ МАКАРОВ В СЕРИАЛЕ «КУБА-2» 11-Я С. 06:10 «ДНК» 07:00 НИКИТА ПАНФИЛОВ В СЕРИАЛЕ «ПЁС-3» 17-Я С. 08:00 «ЖДИ МЕНЯ» 09:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 09:30 «ПЕРСОНА ГРАТА» 10:00 ПРЕМЬЕРА НТВ-АМЕРИКА. СЕРГЕЙ ЖАРКОВ В СЕРИАЛЕ «ДЕЛЬФИН» 19-Я И 20-Я С. 11:50 «МЫ И НАУКА. НАУКА И МЫ» AM 12:40 «И СНОВА ЗДРАВСТВУЙТЕ!» 01:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 01:30 «ПЕРСОНА ГРАТА» 02:00 АЛЕКСЕЙ МАКАРОВ В СЕРИАЛЕ «КУБА-2» 11-Я С. 02:50 «СУД ПРИСЯЖНЫХ» 03:40 «ЕДИМ ДОМА» 04:10 «ДНК» 05:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 05:30 «ПЕРСОНА ГРАТА»</p>	<p>AM 06:00 ПРЕМЬЕРА НТВ-АМЕРИКА. СЕРГЕЙ ЖАРКОВ В СЕРИАЛЕ «ДЕЛЬФИН» 19-Я И 20-Я С. 07:50 «МЫ И НАУКА. НАУКА И МЫ» 08:40 «ЖДИ МЕНЯ» 09:30 «ТЕЛЕПОЛИКЛИНИКА» 09:50 «ГЛАВНАЯ ДОРОГА» 10:20 «ДОКТОР СВЕТ» 11:00 «ЖИВАЯ ЕДА С СЕРГЕЕМ МАЛОЗЕМОВЫМ» 11:50 «ПОЕДЕМ, ПОЕДИМ» PM 12:40 «КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС» 01:40 «ТИМЕ OUT С ОЛЕГОМ ФРИШЕМ» 02:00 «СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ» 04:20 «СВОЯ ИГРА» 05:10 «ПО СЛЕДУ МОНСТРА» 06:00 ПРЕМЬЕРА НТВ-АМЕРИКА. МИХАИЛ ЕВЛАНОВ В ФИЛЬМЕ «МАМКИНА ЗВЕЗДОЧКА» 09:45 «СЕКРЕТ НА МИЛЛИОН» 11:30 «ТЫ НЕ ПОВЕРИШЬ» AM 12:20 «ПОЕДЕМ, ПОЕДИМ» 01:10 «ГЛАВНАЯ ДОРОГА» 01:40 «КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС» 02:30 «ДОКТОР СВЕТ» 03:15 «СЕКРЕТ НА МИЛЛИОН» 04:55 «ИХ НРАВЫ» 05:20 «СВОЯ ИГРА»</p>	<p>AM 06:00 «СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ» 08:15 «ПО СЛЕДУ МОНСТРА» 09:05 «ЖИВАЯ ЕДА С СЕРГЕЕМ МАЛОЗЕМОВЫМ» 10:00 «ПЕРВАЯ ПЕРЕДАЧА» 10:30 «ЕДИМ ДОМА» 11:00 «ЧУДО ТЕХНИКИ» 11:45 «ДАЧНЫЙ ОТВЕТ» PM 12:45 СЕРГЕЙ ГОРОБЧЕНКО В СЕРИАЛЕ «ВИЖУ-ЗНАЮ» 19-Я И 20-Я С. 02:30 «НАШПОТРЕБНАДЗОР» 03:20 «ОДНАЖДЫ» 04:10 «СВОЯ ИГРА» 05:00 «ПОРТФОЛИО» 07:00 ЕКАТЕРИНА ДОЛГОВА В ФИЛЬМЕ «РОЗЫГРЫШ» 10:30 «КВАРТИРНИК НТВ У МАРГУЛИСА» 11:45 СЕРГЕЙ ГОРОБЧЕНКО В СЕРИАЛЕ «ВИЖУ-ЗНАЮ» 19-Я И 20-Я С. AM 01:20 «ЧУДО ТЕХНИКИ» 02:00 «ДАЧНЫЙ ОТВЕТ» 02:50 «НАШПОТРЕБНАДЗОР» 03:40 «ОДНАЖДЫ» 04:25 «ЕДИМ ДОМА» 04:55 «ПЕРВАЯ ПЕРЕДАЧА» 05:20 «СВОЯ ИГРА»</p>

Читайте нашу газету
на сайте
www.adandlife.com

Спрос и предложение
труда



JN Distributor
215-335-3584

МУЖЧИНЫ!!!
СТОЛЬКО ПРИЧИН ПОЗВОНИТЬ НАМ!

1. Близко - Northeast
2. Легко осваивается работа - склад, развозка заказов по магазинам
3. Возраст - любой
4. Английский - минимальный
5. Зарплата - МАКСИМАЛЬНАЯ

ЖДЁМ ВАС!!!

В американскую строительную компанию требуются люди на полный рабочий день с опытом работы в Америке. Необходим свой инструмент и транспорт. 267-401-3232

EXPERT HOME CARE - требуется персонал по уходу на дому. Только у нас: бесплатная зубная и медицинская страховка, 401 K plan, отпускные/персональные дни. Отличная оплата, overtime и bonus. Тел. 215-364-0340.

Требуется Dental Assistant, Front Desk Manager for a dynamic growing Dental Office. Very good salary, benefits and bonuses. 215-355-4007, 267-243-2461

В Home Care Agency требуются помощники по уходу за пожилыми людьми. Хорошая оплата, 215-953-9225 Ольга

В агентство Comfort Home Care требуются помощники по дому на полный/неполный рабочий день. Высокая зарплата, отпуск, самая лучшая медицинская страховка, бонусы. У нас всегда есть работа! Звоните по телефону (215)355-8350.

В ресторан требуются официанты и помощники на кухню со знанием английского языка. 215-971-6511

В офис физиотерапии требуется licensed massage therapist с опытом работы. E-mail your resume: Absolutetherapycare@gmail.com Звонить: 267-567-8910

АГЕНТСТВУ Comfort Home Care по уходу за пожилыми на дому

ТРЕБУЮТСЯ ННА/Home Makers

Высокая зарплата, бенефиты. Оплачиваемый отпуск. Самая лучшая медицинская страховка. У нас всегда есть работа.

215-355-8350

В агентство по уходу за пожилыми людьми требуются "Independent Home Care Agency" помощники по уходу за пожилыми людьми. Высокая з/плата. Бенефиты. Отпуск. Оплачиваемый overtime. \$600 бонус при устройстве на работу. 215-821-3078

Требуется рабочий, помощник в бизнес по установке полов. 267-255-9005

Магазину NetCost Market требуются продавцы и кассиры на полный рабочий день, а также повар 267-672-2500

В Expert Home Care на Full time и Part time требуется RN. Опыт желателен. 215-364-0340

Агентству по уходу за пожилыми людьми требуется Director of Nursing and RN на Full/Part time с опытом работы. Резюме по email: recruit.homecare.1@gmail.com, чтобы получить полную информацию о работе.

Временная работа на лето. Требуется работник в бассейн Emerald Way condo, Оплата чеком \$12/час Работа с 11 ам до 8 pm 7 дней в неделю (можно со сменщиком). 267-752-8859

Long haul reefer transportation company - требуется an entry level or experienced Dispatcher/Logistics Coordinator. Resumes, cover letter and salary requirements to operations@ntranslogistics.com

Long haul trucking company is offering a CDL Class A driver position for 4.5-5 days trip to CA/AZ. New equipment, friendly office personnel, timely and competitive salary, stability and assurance in future. Phone 215.776.3392

В связи с расширением компании N-Trans с подписанием новых контрактов - требуются водители грузовиков CDL класса A на стабильные рейсы. 215-776-3392

Требуется люди для работы на крыше с опытом и без. 267-243-8039

Comfort Home Care, Inc F/P time требуется Personal Care Aides/ младший обслуживающий персонал. Премия/Bonus для новых сотрудников. 215-355-8350

Health Smart Medical Center/Dr.Magidenko's office - требуется Medical Assistant. Bilingual is a must. Please email resume fax at 215-464-6046

Компании Niksen требуются на работу на вышках (tower climbing) с опытом и без. Также приглашаем на работу на самых выгодных условиях subcontractors. Стабильный заработок и самые высокие цены. 732-642-3300

Транспортной компании требуется кандидат на должность помощника офис-менеджера с возможностью продвижения на должность офис-менеджера в будущем. Резюме по адресу operations@ntranslogistics.com

Требуется AT TOWERS - SUBCONTRACTORS и ребята с опытом в сфере телекоммуникаций. Работа не дальше 4х часов от Филадельфии. Высокая заработная плата от \$250 до \$1500 в день. 267-309-0994 оставьте сообщение с вашим именем

В медицинский офис на Full Time требуется receptionist/administrator. Знание английского и опыт работы не менее 1 года обязательны. 215-742-7033

Требуется люди для работы на siding & roofing. Опыт не обязателен. 267-353-6698.

В компанию All Care на customer service требуется сотрудник со знанием английского языка. Хорошие бенефиты, отличная страховка, оплата праздничных и выходных. Звонить после 5 PM. 267-243-3863

Требуется СЕКРЕТАРЬ со знанием английского языка и компьютера на полную рабочую неделю. Оплата чеком. Обращаться по телефону: (215) 431-0907

Требуется повар, помощник повара. Full time, part time . 443-854-9777

В занятой cleaning service требуются девушки на полный рабочий день. Хорошая з/плата. Транспортном обеспечиваем. 267-577-0459

KHAVINSON & ASSOCIATES P.C.

Хотите работать в области иммиграционного права?

ИЩЕМ ЭНЕРГИЧНОГО ОФИСНОГО СОТРУДНИКА
ДЛЯ ЮРИДИЧЕСКОЙ ФИРМЫ В BUCKS COUNTY, PA.

НЕОБХОДИМЫ: Степень бакалавра в любой области; Английский/русский (устный и письменный); Знание MS Word; Право на трудоустройство в США.

Присылайте резюме: tatiana@immigrationwise.com
lawclerk5@immigrationwise.com

Гражданам Украины

Хотите результат - Обращайтесь

Профессионалы помогут оформить документы для получения статуса TPS (Temporary Protection Status), разрешения на работу, а также заполним документы для приглашения в США по программе Uniting for Ukraine.

267-528-9911

HOLLAND Produce & Deli

ТРЕБУЮТСЯ
на постоянную и временную работу (с опытом и без)

ПРОДАВЦЫ
ПОМОЩНИКИ ПОВАРА
КАССИРЫ
РАБОЧИЕ

215-357-4011 **111 Buck Road**
Southampton, PA 18966

Требуется Массажист, желательно с license. Отправьте резюме по адресу: absolutetherapycare@gmail.com или звоните по тел. 215-464-8900

Ambassador Home Care Agency
Your Home Health Guardians

ОФОРМЛЯЕМ ПРОГРАММУ WAIVER АБСОЛЮТНО БЕСПЛАТНО

215.486.1080

У НАС САМЫЕ ВЫСОКИЕ ЗАРПЛАТЫ И БОНУСЫ!

ТРЕБУЮТСЯ
в сеть ресторанов в Филадельфии

- ПОВАРА-ПРОФЕССИОНАЛЫ
- ОФИЦИАНТЫ
- ПЕВЕЦ/ТАМАДА
- ПОСУДОМОЙЩИК

215-206-7686 • 267-506-6787

АГЕНТСТВО

A-TEAM
Home Care
215-598-6991

ОБЕСПЕЧИМ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ УХОД И ПОМОЩЬ
ДЛЯ ВАС И ВАШИХ БЛИЗКИХ

the BEST 2019
the BEST 2020
the BEST 2021

Мы - лучшие!

Каждый наш новый сотрудник
получит бонус в размере более, чем
\$2,000

Приглашаем на работу home attendant. Отличные условия. 215-355-2358

Приглашаем на работу квалифицированных Home Care Attendants. Зарплата до \$15+. 215-220-3920

**НИЗКИЕ ЦЕНЫ
НА СТРАХОВКУ
ВОВТАЙ**

для водителей траков



215-355-5050

Транспортная компания ищет кандидата на должность **ПОМОЩНИКА ОФИС-МЕНЕДЖЕРА** с возможностью продвижения на должность офис-менеджера в будущем

Говорить по-английски, компьютерные навыки и основные программы Microsoft **ЯВЛЯЮТСЯ ОБЯЗАТЕЛЬНЫМИ**

Сильные математические и расчетные навыки, хорошая память, организаторские способности и самодисциплина, а также способность работать в быстро меняющейся среде, чтобы уложиться в сроки

Компания обеспечит возможность обучения и повышения квалификации, пока кандидат желает развиваться

Пожалуйста, отправьте ваше резюме по адресу operations@ntranslogistics.com

Ольга Стоянова

Поможет вам получить программу Waiver и все связанные с этим сервисы

АБСОЛЮТНО БЕСПЛАТНО

267-269-7598



В занятой гараж в Нордисте, Филадельфия, требуется **МЕХАНИК** с опытом работы. Дружный коллектив. Хорошая и своевременная оплата, можно наличными. (215) 500-6668

New Dermatology office in Feasterville looking for a person who must be fluent in English (#1) as my main patient base is English speaking but also Russian. Our starting pay is \$17 per hour, we offer health, vision, dental (employer paid) and 401k (with match.) I really want people who are looking to stay and grow with the practice and are team players. If interested, please send information over to Resume@pennderm.com and we can look into it.

Ambassador Home Care Agency требуются сотрудники, самые лучшие условия работы и бенефиты. 215-486-1080

В траковую компанию требуются водители. Опыт работы в США на траке и трейлере не менее 1 года. Гарантированная оплата от \$1775 до \$2700/неделю, Гарантируем годовую зарплату \$92K-\$140K. Т.732-757-5343, 516-901-6171

Мужчины!!! Столько причин позвонить нам! Близко- Northeast, Работа легко осваивается - склад, развозка товаров по магазинам, Возраст-любой, Английский-минимальный, Зарплата-МАКСИМАЛЬНАЯ. Ждём Вас! тел. 215-335-3584

Требуется девушка на работу в офис в Northeast. Хороший английский, знание компьютера, умение работать с людьми. 267-243-5423

Требуются Водители CDL class A. Рейсы на выгодных условиях. Мастерская, паркинг, склад в одном месте. 267-334-7880

Компании Doors and Windows требуются **INSTALLERS/ УСТАНОВЩИКИ**. 215-338-4126

В дневной санаторий на Rennard требуется женщина для работы на кухне и по уходу за пожилыми людьми. Оплата чеком. Легальный статус обязателен. 215-671-0200

Kitchen & Bath требуется designer/salesperson. Опыт не менее 2-х лет, возраст-не моложе 21 года. Прекрасная оплата, условия работы. 215-704-7300 Влад

В дневной санаторий на Реннард требуется водитель на полный рабочий день. Оплата чеком, легальный статус обязателен. 215-671-0200

Требуются **ЖЕНЩИНЫ** на работу по уборке домов. **ВОЗМОЖЕН PART TIME ПО СУББОТАМ**. 215-715-7806

Требуется помощник Physical therapist, PT. Умение проводить массаж и знание английского и русского языков обязательно. 215-671-0200

В Петровский Маркет срочно требуются Кассиры и помощники повара на кухню. 215 330-1024

ТРЕБУЮТСЯ

МЕДСЕСТРЫ
с опытом работы в NE Aria

Хорошие условия и оплата

РЕЗЮМЕ ПО FAX: 215-953-9301

215-953-9225 АЛЕКСАНДРА или ИРИНА



Требуется повар и помощник повара. Работа в утренние часы, оплата чеком, бенефиты. 267-230-7341

Health Smart Medical Center is looking for bilingual Medical Assistant. please email inquiries and CV/Resume to manager@healthsmartmed.com

Работа. Нужны рабочие на стройку. Внутренние и наружные работы. 267-210-5321

Ищу специалиста по каминам. 267-237-4316

Приглашаем на работу квалифицированных Home Care Attendants. Зарплата до \$15+. 215-220-3920

Требуются водители CDL на dry van. Выходные дома. 215-796-2171

Требуется **ВОДИТЕЛЬ CDL** на региональные рейсы. Оплата - Заработок 2500 \$ в неделю. Минимум 3200 миль в неделю гарантированы. Volvo автомат, повторяющиеся регулярные рейсы, дома через день. 1-609-457-6819. 1-609-457-6819

Требуются работники на внутренние ремонтно-строительные работы. Хорошая зарплата, необходим свой транспорт. 267-808-3563 Слава

Приглашаем на работу квалифицированных home care attendant Отличная зарплата. 610-639-2026

Требуются на постоянную и временную работу с опытом и без: помощники повара, кассиры, продавцы, рабочие. 215-357-4011

В компанию по установке **НАРУЖНОЙ РЕКЛАМЫ** (Sign Company) требуется **INSTALLER** с опытом и без. Постоянная работа в пределах Филадельфии. Базовое знание англ. языка и американские водительские права обязательны. Оставьте сообщение на телефон: (267)230-3229

В гараж требуется человек для работы с машинами, механик и сварщик. (215) 669-9566

Компанія з ремонту та встановлення вікон шукає молодого та енергійного хлопця. З/П \$18 на старт. Очікуємо: знання англійської на розмовному рівні, наявність Driver License, бажання працювати. Дзвоніть за номером: 1-773-877-9779, Назар

Divinsky Law Firm, PC. ищет целеустремленных и организованных сотрудников на несколько должностей [адвокат, помощник юриста]. *Мы готовы помочь вам войти в курс дела *Хорошая атмосфера, достойная зарплата *Требуется хорошее владение английским, русским, компьютером *Желателен опыт работы в офисе. Присылайте резюме - marina@divlawpa.com. 267-631-1200

Компании HVAC требуются спецвисты по ремонту оборудования. \$300+ в день. Специалисты по установке оборудования - \$250+ в день. Помощники - \$170 в день. 215-429-6638

В **АВТОСАЛОН/ DEALERSHIP** в центре Нордиста требуется энергичная **СОТРУДНИЦА** (сотрудник) для заказа и учета автозапчастей. **ТРЕБОВАНИЯ:** ответственность, хорошее знание английского, компьютера. Опыт работы приветствуется (267) 504-2458 Дружный коллектив, стабильный график работы. Своевременная оплата, можно наличным

Мальчику 3.5 лет требуется квалифицированная няня, имеющая опыт работы с детьми. Знание русского, украинского, английского языков желательны. Чистый рекорд. 212-441-0099 Звонить в любое время.

На постоянную работу требуется **СБОРЩИК-МОНТАЖНИК** электрических изделий. Умение паять и читать электрические схемы обязательно. Хорошие условия работы, оплачиваемые праздники и отпуск. (215) 962-1539

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

АВИАБИЛЕТЫ, ВИЗЫ

989 Avenue of Americas,
Floor 21, New York, New York 10018



A&S Travel

Нью-Йорк - Москва- Ст.-Петербург- Нью-Йорк
Нью-Йорк - Киев- Нью-Йорк
Нью-Йорк - Тель-Авив - Нью-Йорк

**ЛУЧШИЕ ЦЕНЫ
ЛУЧШИЙ СЕРВИС**



(212) 239-8000 (Алла) | (718) 743-1119 taxes not included

ПОСЫЛКИ НА УКРАИНУ И В СТРАНЫ БЫВШЕГО СНГ

Самые низкие цены на денежные переводы

DNIPRO

1916 Welsh Rd
(Old Bustleton - Welsh Rd Shopping Center)

215-969-4985
215-728-6040

10-я посылка - **БЕСПЛАТНО**
Все посылки застрахованы

**БЕСПЛАТНО ЗАБИРАЕМ ПОСЫЛКИ ИЗ ВАШЕГО ДОМА,
БЫСТРО, КАЧЕСТВЕННО И НАДЕЖНО ПЕРЕДАЕМ В РУКИ АДРЕСАТА**

В компанию Ed-dington Industry на постоянную работу требуются **ТОКАРИ** и **ФРЕЗЕРОВЩИКИ**. С опытом и без опыта. **ОБУЧАЕМ**. Возле пересечения Street Rd & I 95, Bensalem. Предоставляем бенефиты. 215-639-0675 Сергей

В компанию по установке наружной рекламы (Sign Company) требуется **INSTALLER** с опытом и без. Постоянная работа в пределах Филадельфии. Базовое знание англ. языка и американские водительские права обязательны. Оставьте сообщение (267)230-3229

В авто фарбувальний цех (Auto Body shop) потрібен кваліфікований **АВТОМАЛЯР** з досвідом роботи. Хороші умови роботи, товариський колектив, своєчасна оплата, можливість кар'єрного росту. (215) 500-6668

Требуется женщина с пон по пятн, желательно, с машиной для уборки домов в р-не NE, недалеко от Net-cost. Забираем с Bustleton. Уборка одного дома двумя персонами. Хорошая зарплата. 215-990-7273

Компанія з ремонту та встановлення вікон шукає молодого та енергійного хлопця. З/П \$18 на старт. Очікуємо: знання англійської на розмовному рівні, наявність Driver License, бажання працювати. (773) 877-9779, Назар

Занятия по фортепьяно, с большим преподавательским и концертным стажем, набирает учеников любого возраста. Цены умеренные. Тел. 215-677-1426.



Педагог по фортепьяно, с большим преподавательским и концертным стажем, набирает учеников любого возраста. Цены умеренные. Тел. 215-677-1426.

В Action physical therapy на Part time (16 hrs /week) требуется сотрудник на Front Desk. 215-947-3443 Resume направляйте на адрес: Resonsept@gmail.com

Требуется работник на окна, двери, умеющий работать с металлом. 215-281-6949

В обувной магазин требуется продавец. 215-464-9592

Молодой парень 30 лет ищет работу. Есть желание работать и учиться. Ответственный. Без вредных привычек. 267 800 9826

Mortgage Company looking for a Bi-Lingual Office Manager / Processing Manager, Russian necessary, Ukrainian or Polish optional. Call or email Mike miked@mortgagephilly.com

СРОЧНО требуется **ВОДИТЕЛЬ CDL класса А** на региональную позицию, \$0,73 за милю. Автоматические грузовики Volvo, гибкое домашнее время. 1-609 207 7405.

В компанию Ven's Landscaping требуется люди для покоса травы, стрижки кустов, уборки территории. Помощники для укладки дорожек и строительства опорных стенок. 215-630-8611

Требуется независимый **ОПЕРАТОР-ВЛАДЕЛЕЦ POWER ONLY** для Северо-восточного региона. Мы бесплатно предоставим прицеп по цене \$2,75 за милю в порожнем или загруженном состоянии. 1-609 207 7405

Компании срочно требуется водитель **CDL class A. Local distance. Хорошие условия. Достойная оплата.** 267-334-7880

В занятый **CLEANING SERVICE** **СРОЧНО** требуется женщина с машиной и без. Хорошая высокая оплата. Звонить по телефону: (267) 265-3308

Требуется **ВОДИТЕЛЬ CDL class A** на local. Каждый день дома. Необходимо иметь clean criminal record и чистый Drivers record. За милю 0.70 cents and up в зависимости от квалификации. (267) 243-3130, оставьте сообщение и вам перезвонят

В авто покрасочную мастерскую (Auto Body shop) требуется квалифицированный **ПОКРАСЧИК** с опытом работы. Хорошие условия работы, дружный коллектив, своевременная оплата, возможность карьерного роста. (215) 500-6668

Уроки английского языка. Тел. 215-407-2239

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

Высококвал. тренер - частные уроки по футболу для детей, которым нужно подтянуть технический и тактический кругозор: (609)937-5876,

Опытный тренер даёт уроки настольного тенниса у вас дома. Т. 267-242-7173

Продам Куплю



Куплю **ПИШУЩУЮ МАШИНКУ** с русским шрифтом. Недорого. Звонить Михаилу по пятн., субб., воскр. в любое время. 215-464-2082

Продаю Мерседес ML-320 Джип, белого цвета, 154. мили пробег, 2003 года., \$3,000. 267-231-7874

РЕМОНТ И УСТАНОВКА ВСЕХ ВИДОВ КРЫШ И ОКОН



ROOFING & WINDOWS

267-243-8039 www.alsroofing.org

Продаётся дуплекс в районе Lockart. Две спальни ванная на каждом этаже backyard в хорошем состоянии Заселён \$499,000 267-391-7419

Сдаётся великолепный townhouse в Bucks County, 363 Milford Ct, Newtown, PA 18940: 3 спальни, 1.5 ванны, ЦК, бассейн, теннисный корт, баскетбольная и детская площадки. Council Rock School District. \$2,850/мес. Вода и электричество не включены. Ищем квартирантов с хорошей кредитной историей. RE/MAX Elite, 215-962-0880 Геннадий.



REAL ESTATE
продажа недвижимости

НУЖНО ПРОДАТЬ ИЛИ КУПИТЬ НЕДВИЖИМОСТЬ в РА? Галина Сергеева поможет. 215-201-6979, 1800-213-7431

Сдаю меблированную комнату в кондо на Bustleton ave. рядом с Петровским Маркетом. \$700/mos. Желательно женщине. 267-231-7874

Сдаю комнату roommate в трехкомнатной квартире в хорошем р-не. \$750 + 1/2 utilities. 215-626-3943

Служба ухода на дому. Позвоните и узнаете о нас больше. 215-220-3920

Rent

Сдаются студии, 1 bdr., 2 bdr apartments на Bustleton ave, Ламинатные полы. Хорошие условия. Принимаем 8-ю программу. 215-778-4900

Сдаётся комната с отдельным входом на одного человека. Парковка, отдельная кухня и санузел. Р-н 19116. 215-349-0558

Продаётся или сдаётся дача-квартира в Bungalow Community в Catskills в р-не Монтиселло. Две спальни, две террасы из каждой спальни. Бассейн. Цена по соглашению. 551-242-7177 Лера

В центре NE сдаются в **рент** полностью отремонтированные помещения: 2 units, 2 этаж, каждый по 1,200 sq ft. Паркинг, место для рекламы. Рядом остановка автобуса. Идеальное помещение для accounting & law office бизнесов. 267-243-2461

Сдаётся Row House. 3 bdr, 1.5 bath. A/C \$1,400 267-391-7419



Услуги

Сдаётся в **рент** бизнес Dry Cleaning полностью оборудованный. 215-275-4710. Михаил

Срочно сдам комнату женщине в районе магазина "Петровский Маркет". Цена договорная. Звонить по телефону: (267) 249-3819

ELIZA CONSTRUCTIONS GROUP, LLC выполняет все виды внутренних и наружных работ. Обслуживаем residential, commercial, real estate properties, 15 лет в бизнесе. 267-210-5321

ДОСТАВИМ ВАШИ ПОСЫЛКИ ИЗ США В РОССИЮ



8 лет в бизнесе по доставке
Авиа и морем

Все посылки застрахованы

Доставку можно оформить
на сайте: easyship.ru

или привезти по адресу: **9808 Bustleton ave.,
Philadelphia (Петровский Маркет)**

929-999-7648

973-771-4420

**НАРУЖНЫЕ РАБОТЫ,
ЛЮБЫЕ ПРИСТРОЙКИ
К ДОМУ, ЗАБОРЫ, ДЭКИ,
НАВЕСЫ, FRAMING.**
215-715-6329

КРЫШИ- плоские,
шиферные, деревянные.
SIDING, GUTTERS. Окна,
двери, Деревянные
навесы. Лицензия,
качество и гарантия. 15
лет в бизнесе. 267-210-
5321

**LANDSCAPING.
ДИЗАЙН УЧАСТКОВ,
MULCH, КАМНИ. РАТЮ.
ЧИСТКА ЗАРОСЛЕЙ.
УДОБРЕНИЕ ТРАВЫ,
ВЫРАВНИВАНИЕ
ЛАНДШАФТОВ.
ОБРЕЗАЕМ ДЕРЕВЬЯ И
КУСТЫ.** 215-715-6329

**СТРОИТЕЛЬНЫЕ
РАБОТЫ.** Качественная,
профессиональная
покраска, внутри дома
и снаружи, полы: паркет,
ламинат, керамика.
Переоборудование и
finish basement. Окна,
двери. Licensed & insured.
215-715-6329

VIKAR construction.
Внутренние работы: •
керамическая плитка •
полы: паркет, ламинат,
винил • малярные
работы • окна, двери.
Качественно и
доступно. Тел. 215-676-
0165, 215-906-2409; 215-
760-1209.

Перевозим дома,
квартиры, офисы.
Умеренные цены.
Бесплатная оценка работ.
Качество и порядочность
гарантируем. Тел. 215-
651-8796.

Болезни суставов и
позвоночника не дают
нам полноценно жить и
работать. В медицинском
центре проводится
мягкое и безболезненное
лечение. 215-671-8840.

Компания "Sunset Auto Re-
pair" поможет привести в
порядок ваш автомобиль.
Тел. 267-343-3317, Никита,
Михаил.

**ПАССАЖИРСКИЕ
ПЕРЕВОЗКИ**
в аэропорты
(индивидуальные и
шатл). Морские порты,
консульства. Любые
поездки по городу.
Работаем в режиме
такси. Обслуживаем
свадьбы и другие
торжества. К вашим
услугам минивены от
1-17 мест. Тел. 267-403-
9900

Услуги по омоложению лица
и другие косметические
процедуры предлагают
опытные лицензированные
косметологи "Absolute
Smile". 215-331-7585, 215-
774-5050, 215-355-4007

**ЛЮБЫЕ РЕМОНТНЫЕ
РАБОТЫ. РАЗУМНЫЕ
ЦЕНЫ.** *Бетон
*Малярные*Столярные
*Сантехника*Электрика
*Ламинат *Ковролин. 267-
777-2043, 267-670-6641

РЕМОНТ КОМПЬЮТЕРОВ.
Десктоп, лаптоп и
серверов. Дизайн,
установка, конфигурация
office and home network.
Бесплатная диагностика
*Сборка компьютеров
на заказ *Удаление
вирусов*Восстановление
данных. 267-971-5807 sup-
port@snc-service.com

**ИММИГРАЦИОННОЕ
ПРАВО.** Опытный
адвокат Елена
Алексеева. Первая
консультация. (215)
494-9289; e-mail: ele-
na@temkinlegal.com;
website: www.temkinle-
gal.com См. рекламу в
газете. 215-494-9289

Услуги по омоложению лица
и другие косметические
услуги. 215-355-4007

**Любые ОКНА И
ДВЕРИ, любой дизайн.**
Быстро, качественно,
хорошие цены,
инсталлируют. Давно
заркомендовавшая
себя компания, открыла
второй магазин. См.
рекламу. 215-338-4126

**А TEAM - агентство
Home Care предлагает
новым full time
сотрудникам Hazard
pay + БОНУС - \$150 и
прекрасные бонифиты.**
215-598-6991

Ремонтирую и продаю
швейные машины и
пылесосы по доступным
ценам. Тел. 215-869-3856
Саша

**ЭЛЕКТРИЧЕСКИЕ
РАБОТЫ.** Commercial,
residential, industrial. 267-
393-2375. Tony

**РЕМОНТ И ПЕРЕТЯЖКА
МЯГКОЙ МЕБЕЛИ**
с возможным
изменением дизайна.
Работа проводится на
дому или с вывозом.
267-443-0829 Валерий

**Профессиональные
услуги. ПЕРЕВОД
ДОКУМЕНТОВ.** Инна
тел: 443-831-3695
email: sfera77@hotmail.
com

**Dallmer Adjusters
Inc. - максимальная
финансовая
компенсация от вашей
страховой компании в
случае повреждения
жилья и имущества.**
**БЕСПЛАТНАЯ
ОЦЕНКА.** Мы
постараемся прислать
незамедлительно
оценщика к вам домой.
Добиваемся для
клиента наибольшей
выгоды. 215-245-4504
Please speak English

**ROOFING, SIDING, GUT-
TERS.** Ремонт крыш,
сайдинга и водостоков.
Free Estimate. 267-353-
6698

Не надо терпеть боль
в одиночку. Приходите,
мы поможем. Услуги
физиотерапевта. 215-464-
8900

Болезни ног. Доктор делает
домашние визиты. 215-
333-9941

Физическая реабилитация
в офисе и на дому. 215-
953-9944

Botox and Dermal fill-
ers в опытных руках
лицензированного
специалиста. 267-990-8668

В компанию Ben's Landscaping ТРЕБУЮТСЯ

**Рабочие для
покоса травы, стрижки кустов,
уборки территории**



**Помощники для
укладки дорожек
и строительства стенок**



215.630.8611

**Профессиональная
помощь от
наркотической
зависимости по
доступным ценам.**
Прогрессивные
методы лечения,
анонимность. Все
виды страховок с
планами PPO или
наличный платёж. 714-
798-3423

Знакомства

Мужчина 39 лет хочет
познакомиться с
гражданкой США. 267-528-
7520

Разное

Курорты Венгрии,
Болгарии, Чехословакии.
267-250-6020.

**Очаровательный
молодой кот (1,5 года)
породы "сфинкс" ищет
невесту для создания
семьи. Кот очень
добрый, покладистый,
с прекрасным
характером. Лучший
в Филадельфии!!!
Порядочность
гарантируем! 267-815-
2101**

**Центр лечения от
наркотической
зависимости. South
California Road to
Recovery. Срочная
круглосуточная
помощь! Одна
из лучших
лицензированных
клиник в Калифорнии.**
714-798-3423

**Для лечения в Песчаном,
Словакия (опорно-
двигательный аппарат)
ищу компаньона/
компаньонку в августе.**
С предложениями
обращаться по тел. 215-
254-5055

**БЕСПЛАТНАЯ
КОНСУЛЬТАЦИЯ ПО
НЕДВИЖИМОСТИ.** А также
помощь при закрытии от
\$1,000 - \$5,000. Larisa An-
druska, Realty Mark: (610)
812-9217, call or text mes-
sage

Alex & Son.
Выполняем все
виды ремонтно-
строительных работ:
электрика, сантехника,
окна, двери, полы.
Переоборудуем
ванные,
кухни, бейсменты.
**ПРОЧИЩАЕМ
КАНАЛИЗАЦИИ С
ГАРАНТИЕЙ.** Ремонт
хитеров и бойлеров.
267-596-4829 Алекс

**Настройка,
регулировка и ремонт
ФОРТЕПИАНО.**
Большой опыт. 215-
552-7154

Каменщик-
профессионал
выполняет любые виды
работ из кирпича, блоков,
мелкие бетонные работы.
Подпорные стенки,
отмостки, площадки под
кондиционеры. Патио.
Качественно. Недорого.
267-401-8204

**ПОСЫЛКИ ИЗ США В
РОССИЮ . Доставку
можно оформить на
сайте: easyship.ru или
по адресу: 9808 Bustle-
ton ave., Philadelphia
(Петровский Маркет).
929-999-7648, 973-771-
4420 (Подробности в
рекламе)**

**Требуются РАБОТНИКИ
в Cleaning Company**
в Пенсильвании
(окрестности Филадельфии,
Харрисбург, Ланкастер)
РАБОТА НОЧНАЯ
При необходимости
поможем с жильем **443-858-5566**

**ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВЫПОЛНЯЕМ
ЛЮБЫЕ ВИДЫ
САНТЕХНИЧЕСКИХ
РАБОТ**
НЕДОРОГО,
БЫСТРО и
КАЧЕСТВЕННО!
267-205-0247 Денис

**Absolute
REALTY GROUP**
Broker/ Owner
Multi-Million Dollar Producer
100% Club Member
Boris Volynsky
Office: 215-953-9500; 215-953-9501
Fax: 215-953-9502 Cell: 215-837-0405
bvvolynsky@yahoo.com 1051 County Line Road Suite 107, Huntingdon Valley, Pennsylvania PA 19006

**PENNSYLVANIA
DERMATOLOGY SPECIALISTS**
MEDICAL • SURGICAL • COSMETIC
1122 Street Road
#204
Southampton
PA 18966
**ЛУЧШАЯ ДЕРМАТОЛОГИЧЕСКАЯ
КЛИНИКА В SOUTHAMPTON**
ПОЛНЫЙ СПЕКТР МЕДИЦИНСКИХ, ХИРУРГИЧЕСКИХ
И КОСМЕТИЧЕСКИХ ДЕРМАТОЛОГИЧЕСКИХ УСЛУГ
215-999-SKIN (7546) | www.pennderm.com
info@pennderm.com

Ваш досуг

Решение Судоку
в №21, 2022 г.

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

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



Семейный бизнес, посвященный
службе русской общины

Мы поддержим вас в трудный час, снимем с вас бремя забот и максимально облегчим ваши страдания. Мы гарантируем САМЫЕ НИЗКИЕ ЦЕНЫ и помогаем с покупкой мест на любом кладбище по вашему усмотрению. (значительная экономия при предварительном планировании) Предоставляем финансовую помощь членам русской общины, беспроцентный кредит, большие скидки для ветеранов войны и труда. В случае необходимости обеспечиваем транспортом и проводим консультацию на дому.
Мы приветствуем в нашем штате



Леонида Колтмана
(Licensed Funeral Director, член Коллегии
Директоров Congregation Beth-Solomon)

и кантора

Бориса Казанского
(консультанта по
религиозным вопросам).



В их лице вы найдете людей, хорошо понимающих, сочувствующих вашему горю и готовых помочь советом и поддержкой.

215-927-5800

1-800-622-6410

Suburban North Chapel

Bruce Goldstein Supervisor

Carl Goldstein Supervisor

310 2nd Street Pike
Southampton, PA 18966
(between County Line & Street Road)

6410 N. Broad Street
Philadelphia, PA 19126

60 ЛЕТ НАЗАД НАЦИСТСКОГО ПРЕСТУПНИКА АДОЛЬФА ЭЙХМАНА КАЗНИЛИ В ИЗРАИЛЕ

Судебный процесс по делу главного организатора Холокоста Адольфа Эйхмана проходил в Иерусалиме и завершился вынесением смертного приговора, который был приведен в исполнение в ночь на 1 июня 1962 года.



11 апреля 1961 года в окружном суде Иерусалима начался процесс по делу бывшего оберштурмбаннфюрера СС, начальника так называемого "еврейского отдела" Главного управления имперской безопасности "третьего рейха" Адольфа Эйхмана (Adolf Eichmann) — одного из главных нацистских преступников, лично ответственного за преследование, изгнание, депортацию и массовое уничтожение евреев в Европе.

Процесс привлек огромное внимание международного сообщества и завершился вынесением Эйхману смертного приговора, который был приведен в исполнение ровно 60 лет назад — в ночь на 1 июня 1962 года.

"Окончательное решение еврейского вопроса"

В январе 1942 года Эйхман участвовал в организации и составлении протокола Ванзейской конференции — совещания представителей правительства и руководителей нацистской партии Германии, на котором обсуждались действия и меры по "окончательному решению еврейского вопроса". В марте и октябре этого же года он организовал еще две подобные конференции в Берлине. Протоколы "эксперта по еврейскому вопросу" впоследствии послужили доказательным материалом для обвинения в Иерусалиме.



Зал суда в Иерусалиме

Эйхман был на редкость педантичен и лично совершал инспекционные поездки в образованное нацистами генерал-губернаторство на территории оккупированной Польши, где располагалось немало концлагерей и лагерей смерти "третьего рейха", в еврейское гетто в Варшаве, в Освенциме.

Он тщательно проверял оборудование концлагерей и проводил осмотр газовых камер, руководил координацией всего транспорта, на котором евреев отправляли в концлагеря и гетто, контролировал соблюдение расписания движения поездов, следил за наполняемостью вагонов — и делал все это в высшей степени

скрупулезно, проверяя каждую деталь. Обладая жесткой расчетливостью, Эйхман хладнокровно воплощал задуманное нацистским руководством на практике. Эмоции были ему чужды.

Побег в Аргентину, похищение и доставка в Израиль

После окончания Второй мировой войны в Европе встал вопрос наказания нацистских преступников. Во время Нюрнбергских процессов в 1945–1949 годах Международный военный трибунал вынес приговоры главарям нацистов и другим обвиняемым, однако многие из тех, кто непосредственно отвечал за уничтожение миллионов людей в лагерях "третьего рейха", смогли тогда избежать наказания. Адольф Эйхман был среди них.

После капитуляции Германии в мае 1945 года и непродолжительного пребывания в американском плену он "залег на дно" и жил под чужим именем, а в 1950 году при поддержке католической церкви бежал по "крысиной тропе" в Аргентину, где много лет вел жизнь скромного служащего одной из небольших фирм.

Продолжение следует

ВСЕ ТИПЫ ПОКРЫТИЙ ПОЛА

УСТАНОВКА И РЕМОНТ
ПРОФЕССИОНАЛИЗМ * КАЧЕСТВО

ПАРКЕТ ЛЕСТНИЦЫ
КАРПЕТ ПОРУЧНИ
ЛАМИНАТ КЕРАМИКА



ВАДИМ

Infinityflooring999@gmail.com Cell 267-255-9005

Ольга Стоянова

Поможет вам
получить
программу
Waiver
и все связанные
с этим сервисы
АБСОЛЮТНО БЕСПЛАТНО



267-269-7598

ПЕРЕВОЗКИ мебели от Майями до Бостона и в Филадельфии

Доставка в аэропорты,
чистка ковра.

215-669-1386

Скидки пенсионерам



КУЛЬТУРНЫЕ ХРОНИКИ

1 июня — Международный день защиты детей

Международный день защиты детей отмечается ежегодно более чем в 30 странах мира и является одним из наиболее старых международных праздников. Решение о его проведении было принято в 1925 году на Всемирной конференции в Женеве, посвященной вопросам благополучия детей. Впервые день защиты детей был проведен в 1950 году в 51 стране мира. ООН поддержала эту инициативу и объявила защиту прав, жизни и здоровья детей одним из приоритетных направлений своей деятельности. Главная цель — это заострить внимание общественности на реальных детских проблемах.

Все детские права и свободы отражены в Декларации прав ребенка, которая была принята Генеральной Ассамблеей ООН в 1959 году. Она провозглашает равные права детей в области воспитания, образования, социального обеспечения, физического и духовного развития независимо от цвета кожи, национальной принадлежности, общественного происхождения, имущественного положения и др. Декларация призывает родителей, общественных организации, правительства признать права детей и содействовать их осуществлению.

После окончания Второй мировой войны, когда проблемы сохранения здоровья и благополучия детей были как никогда актуальны, в 1949 году в Париже состоялся конгресс женщин, на котором прозвучала клятва о борьбе за обеспечение прочного мира, как единственной гарантии счастья детей. А через год, в 1950 году 1 июня был проведен первый Международный день защиты детей, после чего этот праздник проводится ежегодно. У Международного дня детей есть флаг. На зеленом фоне, символизирующем рост, гармонию, свежесть и плодородие, вокруг знака Земли размещены стилизованные фигурки — красная, желтая, синяя, белая и черная. Эти человеческие фигурки символизируют разнообразие и терпимость. Знак Земли, размещенный в центре, — это символ нашего общего дома.

Дети в разных странах сталкиваются с различными проблемами. Так, в Европе и Америке большой проблемой считают негативное воздействие телевидения и Интернета. А вот в странах Африки и Азии детям угрожают голод, СПИД, военные конфликты и неграмотность. Дети умирают там от нехватки врачей и медикаментов. Неудивительно, что в таких странах уровень детской смертности во много раз выше. Кроме того, они не получают необходимого образования из-за отсутствия образовательных учреждений. В некоторых странах детей используют в качестве бесплатной рабочей силы и даже продают в рабство.

Во всем мире существуют благотворительные фонды, которые проводят различные акции, направленные на улучшение жизни детей. Они соби-



рают средства для помощи одиноким детям по всему миру. Ведь каждый ребенок имеет право на счастливое детство. Таким фондом является ЮНИСЕФ.

Он был создан в 1946 году. Главной целью его создания было оказание помощи детям, которые пострадали во время Второй мировой войны. С 1953 года эта организация начала оказывать благотворительную помощь детям всего мира, попавшим в трудную жизненную ситуацию. Особое внимание при этом уделяется детям из неблагополучных и развивающихся стран.

Действия современных государственных органов направлены в сторону улучшения ситуации с детьми во всем мире. Так, благодаря активной и успешной деятельности Организации Объединенных Наций по вопросам образования, науки и культуры (ЮНЕСКО), детская ситуация за последние десять лет имеет значительные улучшения, 100 тысяч детских жизней были сохранены, а миллионы детей смогли получить достойное детство.

Мы должны отчетливо понимать, что с открытием каждой новой школы, детской поликлиники, больницы, приютов для детей строится будущее всей планеты.

1 июня устраиваются различные развлекательные мероприятия для детей. Благотворительные акции во всем мире направлены на улучшение жизни детей. С их помощью собираются средства, чтобы помочь одиноким детям по всему миру, помочь обрести им хоть немного того, чего они были лишены при рождении или за годы своей, пока еще недлинной, жизни.

«Я сыграла почти всё, что мне хотелось»: 85 лет со дня рождения актрисы Софики Чиатурели

21 мая народной артистке Грузии и Армении Софики Чиатурели исполнилось бы 85 лет. За свою жизнь актриса успела исполнить множество разноплановых ролей. Она с лёгкостью играла как юных девушек — например сестру Бенджамина в фильме «Не горюй!», — так и мудрых взрослых женщин. Так, актриса исполнила роль 80-летней Сидони в драме «Тепло твоих рук». Зрительскую любовь и признание она завоевала после комедии Аллы Суриковой «Ищите женщину». Талантом Чиатурели восхищались многие. Её не раз награждали почётными орденами и призами международных кинофестивалей.



50 лет Кьяре Мastroяни

На своей родине, во Франции, актрису Кьяру Мastroяни знают все. Она дочь двух легенд кино — француженки Катрин Денев и итальянца Марчелло Мastroяни. Так что никто не удивился, когда девушка, поступив на факультет археологии,



все-таки бросила учебу, чтобы пойти по стопам своих знаменитых родителей.

Кьяра родилась в Париже и ее родители расстались, когда ей было три года. Однако это никак не отразилось на ее воспитании. Актриса не раз говорила, что, живя со сводным братом Кристином (сыном Катрин Денев от режиссера Роже Вадима) и мамой, она часто виделась с отцом. Причем они поддерживали дружеские отношения до его смерти в 1996 году. Также именно Марчелло Мastroяни, а не Катрин Денев, сподвиг Кьяру начать сниматься в кино.

Кьяра дебютировала в кино в 1993 году в фильме «Любимое время года». Однако известность ей принесла роль в комедии «Высокая мода» в 94-м, где также снимались ее отец, Софи Лорен, Ким Бэйсингер и Джулия Робертс. В настоящее время на счету Мastroяни около 50 работ в фильмах, в том числе музыкальная комедия «Возлюбленные», в которой она работала вместе с Катрин Денев. Кьяра Мastroяни получила номинацию на премию «Сезар» за свой первый художественный фильм «My Favorite Season» (1993), а главную роль играла ее мать — Катрин Денев. В следующем году она появилась у Роберта Альтмана в фильме «Prt -Porter». Ее первая главная роль состоялась в 1995 году, в романтической комедии «Дневник обольстителя» (Le Journal du s ducteur). В настоящее время знаменитость проживает с детьми во Франции и снимается в кино.

Гений песни. 110 лет назад родился поэт Лев Ошанин

Его песни пела вся страна — Советский Союз. «Пусть всегда будет солнце!», «Издавна долго течет река Волга...» и многие другие стали всенародными. И, конечно, «А у нас во дворе есть девочка одна...». (Кстати, в апреле этого года исполнилось 60 лет со дня первого ее исполнения, в 1962 году.) Успех был фантастический. За пластинками стояли километровые очереди. Из каждого окна неслось: «Среди шумных подруг не приметна она... А я все гляжу, глаз не отвожу». Сразу же последовало продолжение — «И опять во дворе нам пластинка поет, и проститься с тобой все никак не дает...»

На следующий год, в апреле 1963-го, композитор Аркадий Островский и поэт Лев Ошанин завершили лирическую трилогию песней «Ты глядел на меня...». Она звучала на всю страну в исполнении незабываемой Майи Кристалинской: «Ты глядел на меня, ты искал меня всюду... Я тебя подожду, только ты приходи навсегда». (Роберт Рождественский говорил о Кристалинской: «Ты эхом нашей юности была».) Высокый, седой, вальяжный, Лев Иванович был олицетворением успеха, благополучия: за популярные, часто исполняемые песни шли большие авторские отчисления. Но мало кто догадывался, что даже у такого человека не было на душе полного покоя, удовлетворения. Не только из-за личной жизни. Она у него, как у многих, была в полосочку.



В свободном полёте: 145 лет со дня рождения Айседоры Дункан

Айседора Дункан родилась 27 мая 1877 года в Сан-Франциско. Она стала одним из основоположников свободного танца. В начале XX века Дункан открыла свои школы в Европе и США, а в 1921 году переехала в СССР по приглашению советских властей. Здесь она познакомилась с поэтом Сергеем Есениным.

Айседора Дункан, вдохновившая на танец огромное число людей. Хотя она и не создала школу танца, именно благодаря ей многие исполнители начали экспериментировать с танцем. Айседора Дункан стала основоположницей танца модерн. Как она начала танцевать? Она говорила так:

«Характер ребёнка определён уже в утробе матери. Перед моим рождением мать переживала трагедию. Она ничего не могла есть, кроме устриц, которые запивала ледяным шампанским. Если меня спрашивают, когда я начала танцевать, я отвечаю в утробе матери. Возможно, из-за устриц и шампанского». Уже ребенком она учила танцевать других детей, хотя не ходила ни в какую танцевальную школу.

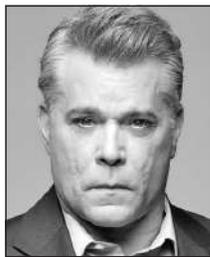
Ее восприятие жизни было таким же легким, как и ее танец. Материальные невзгоды казались ей веселым приключением. Айседора была уверена, что «самое лучшее наследство, которое можно оставить ребенку, это способность на собственных ногах прокладывать себе путь». И уверенно прокладывала его сама. А ее семья с удовольствием поддерживала все ее начинания и идеи.

Умер звезда фильма «Славные парни» Рэй Лиотта

Умер знаменитый голливудский актер Рэй Лиотта, прославившийся съемками в фильме «Славные парни». 67-летний актер умер во сне в Доминиканской Республике — там сейчас проходят съемки фильма «Опасные воды». Съёмочная команда в шоке и не знает, как будут заканчивать работу над проектом.

Карьера Лиотты в последнее время вновь была на подъеме. В прошлом году он снялся в фильме «Множественные святые Ньюарка», «Брачная история» и «Нет внезапного движения». В скором времени актер должен был приступить к съемкам в проекте «Вещество», где вместе с ним должны были сыграть Деми Мур и Маргарите Куэлли. Рэй Лиотта прославился благодаря роли гангстера Генри Хилла в фильме «Славные парни», где его партнерами стали Роберт Де Ниро и Джо Пеши. Культовый фильм принес ему несколько кинонаград. Также зрители помнят его по роли в фильме «Поле его мечты», где он сыграл «Босоногого» Джо Джексона.

По материалам СМИ



РУССКИЙ ПРАВОСЛАВНЫЙ ХРАМ В ЧЕСТЬ ИКОНЫ БОЖЕЙ МАТЕРИ «ВСЕХ СКОРБЯЩИХ РАДОСТИ»

Расписание богослужений

см. на сайте
www.churchofourlady.org

Божественная Литургия -

в 10 часов утра
каждое Воскресение

Всенощное Бдение -

в 17 часов каждую Субботу

При храме имеется
иконно-книжная лавка

ОСНОВАН В 1951 ГОДУ.



Крещения, Венчания,
Освящение домов,
машин и пр.
просим оговаривать
заранее

**Настоятель
нашего храма
отец Валерий -
служит
молебны и панихиды
после службы
в Воскресение**

(215) 718-4794

560 N 20th Street, Philadelphia, PA 19130 (угол 20-й и Brandywine Street)
Парковка в выходные дни и после 18:00 свободная
(см. карту на сайте www.churchofourlady.org)

Jen Travel

215-725-3962
267-250-6020

www.jentravelus.com

lzytravel@gmail.com



ТУРЫ

АВИАБИЛЕТЫ

КУРОРТЫ

САНАТОРИИ

КРУИЗЫ

- ОФОРМЛЕНИЕ ДОКУМЕНТОВ
- ПЕРЕВОД ДОКУМЕНТОВ
- ПАСПОРТА. ВИЗЫ
- ПРИГЛАШЕНИЯ
- НОТАРИАЛЬНЫЕ УСЛУГИ
- АПОСТИЛИ

понедельник - пятница с 10 до 6 pm,
суббота - с 10 до 2pm.

11880 Bustleton Ave.
Phila, PA 19116

Вещи вокруг нас

МИКРОВОЛНОВКА

Микроволновка — одно из самых любимых приспособлений на кухне. Ведь разогревать, размораживать и даже готовить еду в ней очень удобно и быстро. Однако ученые говорят, что далеко не все продукты можно подвергать термической обработке в микроволновке. Например, чеснок. И об этом стоит помнить.

Перси Лебарон Спенсер считается изобретателем микроволновой печи, ведь именно он впервые заметил, что СВЧ-излучение способно нагревать предметы. Существует несколько версий того, как это случилось. По одной из них Перси случайно положил на магнетрон свой бутерброд и затем обнаружил, что он нагрелся, а по другой — во время работы с магнетроном в его кармане расплавилась шоколадка. Произошло это в 1945 году, а уже в 1946-м был выдан первый патент на изготовление микроволновок.

Несколько фактов о первой микроволновке

Высота — примерно с рост человека. Вес — 340 кг. Мощность — 3 кВт (это примерно в два раза больше мощности современной микроволновки). Цена — 3000 долларов. Первые микроволновые печи использовались только для быстрого размораживания продуктов в военных госпиталях, их серийное производство началось в 1949 году.

Почему в микроволновке так быстро нагревается и готовится еда? В то время, когда тепло в обычном духовом шкафу постепенно проникает

через пищу, энергия в микроволновке сразу проникает на 2,5 сантиметра внутрь продукта, ускоряя разогрев и приготовление блюд.

Что нельзя класть в микроволновую печь

Несмотря на наличие споров, насчет того, вредны ли микроволновые печи для человека или нет, официальных доказательств вредности нет. Однако существуют научно доказанные предостережения по нескольким продуктам, которые не следует класть в микроволновую печь.

Грудное молоко. «Журнал американской академии педиатров» провел тесты на 22 образцах замороженного грудного молока, которое было разогрето в микроволновой печи. Результаты показали повышенный рост кишечной палочки в молоке, а именно, в 18 раз больше, чем в молоке, разогретом без микроволновки. В образцах молока, разогретых в микроволновой печи, было обнаружено существенное понижение активности лизоцима — фермента с антибактериальными свойствами, который препятствует размножению бактерий.

Брокколи. Любая термическая обработка разрушает полезные вещества в продуктах, особенно в овощах и фруктах. Для брокколи наиболее щадящим способом приготовления является паровая обработка, так как во время нее разрушается наименьшее количество антиоксидантов флавоноидов (после обычной варки в воде — 66%). В то время как приготовление или разогрев в микроволновой печи с небольшим количеством воды приводит к уничтожению до 97% полезных веществ овоща.

Замороженные фрукты. Заморозка фруктов — один из способов сохранить в них питательные вещества подольше. Но, оказывается, что их ни в коем случае нельзя размораживать в микроволновой печи. Еще в 70-х годах российские ученые доказали, что размораживание фруктов в микроволновке приводит к превращению полезного глюкозида (производное от глюкозы) и галактозида в канцерогенные вещества.

Замороженное мясо. Для того чтобы разморозить кусок мяса в микроволновой печи, потребуется достаточно много времени (около 15–30 минут), а если кусок слишком большой, тогда его края успеют приготовиться до того, как разморозится середина.

В момент, когда температура достигает 60 градусов Цельсия, в мясе начинают активно размножаться бактерии, и если вы не собираетесь сразу его готовить, то размороженное мясо превратится в источник микробов. Японские исследователи обнаружили, что в мясе, которое находилось в микроволновке больше 6 минут, разрушается около половины витамина B12 (результаты этого исследования были опубликованы в журнале ScienceNews в 1998 году). Считается, что лучший способ разморозить мясо — это положить его в холодильник на ночь или же поместить под струю холодной проточной воды.

Чеснок. Негативно влияет термическая обработка и на противораковые свойства чеснока. Согласно исследованиям, проведенным в 2001 году группой ученых из Pennsylvania State University, 60 секундная обработка в микроволновой печи (или 45-минутная — в духовом шкафу) может разрушить способ-



ность чеснока связывать в естественных условиях канцероген в молочной железе животных. Так же было замечено, что 10-минутный «отдых» толченого чеснока перед обработкой в микроволновой печи в течение 60 секунд предотвращает полную потерю противораковых свойств.

Белковые продукты. Ученые рекомендуют использовать микроволновую печь в меньшей мере для приготовления белковых продуктов. Недавнее австралийское исследование подтвердило, что микроволны приводят к более высокому разрушению белковых молекул, чем их приготовление в духовом шкафу.

Еда в пластиковых контейнерах или пищевой пленке. Используя такие удобные пластиковые контейнеры в микроволновой печи, мы добавляем в еду порцию канцерогенов, так как некоторые токсические вещества переходят из пластика в продукты.

Продукты с большим содержанием воды и в оболочке. Также нельзя класть в микроволновую печь продукты в плотной оболочке и с высоким содержанием воды внутри (например, помидоры или яйца), так как в результате быстрого повышения температуры объем внутри резко увеличивается и еда просто взрывается.

Антон Букреев

ФОРМУЛА КРАСОТЫ

как вы думаете?

Рисовать я умею плохо. Но! Стоит черкнуть на бумаге песочные часы, и я примерно получу очертания идеальной женщины. Пышная грудь, узкая талия, широкие бедра. Вот «евростандарт» на красавицу, и ежели женское тело не вписывается в норму, его можно евроремонтировать силиконом, тайскими таблетками и диетой.

Одни и те же мерки женской красоты давно утвердились всюду. Еще античные философы пытались понять, что такое красота. Для них она выражалась в симметрии и гармонии. В эпоху Возрождения художник Альбрехт Дюрер даже придумал координатную систему, позволявшую якобы понять, вписывается этот человек в каноны красоты или нет. Герои его картин и впрямь идеальны с эстетической точки зрения. Современники Дюрера тоже выискивали «формулу красоты». Так, считалось, что уши и нос красивого человека обязаны быть равновелики, а рот должен быть в полтора раза шире расстояния между глазами. Сегодня поборники научных истин оценивают внешность человека с точностью до сотых долей. Алгебра не поверяет гармонию, она ее судит. Волшебная формула «90 — 60 — 90» (грудь — талия — бедра) неумолимо отсеивает дурнушек. На чем же основан этот критерий?

Узкая талия и широкие бедра у женщины — признак того, что ее тело выделяет вдоволь женских гормонов (эстрогенов), благодаря которым и возможна беременность. Эстрогены вызывают и другие изменения, что так привлекают мужчин. Грудь растет, губы чувственно припухают, отчетливее обрисовывается овал скул, глаза становятся больше, а вот подбородок и челюсти остаются нежными, детскими. Для ученых облик такой лолиты говорит: «У меня все хорошо. Я здорова. Я готова рожать детей и стану им хорошей матерью». Стройная фигура — тому залог. Тело взрослеющих мальчиков обретает иные очертания. Торс становится V-образным, скулы — крепкими, отчетливо выделяется подбородок. Если бы Марат Сафин или Павел Буре перенеслись в каменный век, на них смотрели бы с восхищением. Ведь все их тело говорило бы: «Я полон мужских гормонов! Я — крепкий, могучий, энергичный. Я могу убить на охоте крупного зверя и накормлю добычей семью». Так что красота для природы — дело второе. Она — не самоцель, а ловушка. Главное — выжить и принести потомство! Красивые лица не лучше некрасивых; они легче нам нравятся. Нас влечет к ним. Узор тела сродни узору цветов. На него так падки и шестиногие, что опыляют поросль, и двуногие, что облажают подруг.

С раннего детства ребенок делит людей на «красивых» и «страшных». Детей тянет к смазливим мордашкам, а безобразных, отвратительных людей они откровенно боятся. Еще лет двадцать тому назад американский психолог Джудит Ланглюа дока-



зала, что идеал красоты не является социальным феноменом. Он не воспитывается в людях, а наследуется ими! Взрослея, мы учимся обнаруживать ум и страсть в людях, обделенных красотой, а сами ее образцы отличаем поневоле, бессознательно. Ланглюа проводила опыты с детьми трех и шести месяцев от роду. На мониторе она показывала им два лица. Взрослые участники опыта четко разделяли эти лица: красивое и некрасивое. Как же повели себя малыши, которых никто еще ничему не учил? Дети могли продемонстрировать лишь повадки, присущие им от рождения. Легко было заметить, что малыши смотрели на красивое лицо намного дольше. «На их выбор не влияло мнение общества, — подвела итог опыта Ланглюа, — и все же их выбор совпал с оценками, принятыми в мире взрослых. Дети сами распознали красивое и некрасивое».

Так что же мы бессознательно выделяем, оценивая внешность человека? Прекрасны: здоровая кожа; красивые зубы, ведь они — индикатор здоровья;

красивые волосы (тоже индикатор здоровья); рост чуть выше среднего;

симметричные лицо и фигура (их симметрия — признак того, что человек не перенес ни тяжелой болезни, ни серьезного увечья).

Если у человека по всем этим пунктам «плюсики», ему легче живется. «Когда она, рыдая, увидит с ужасом, что посреди подруг она всего лишь бедная дурнушка!» (Н. Заболотский) — эти страдания красавицам неведомы. Зато на каждом шагу их поджидают приятные пустяки. Психологи не раз ставили опыты, убеждающие, что перед красотой расшаркиваются, безобразия пинают. Вот один из таких примеров. Психолог оставляет в телефонной кабине монету и ждет. Случайный прохожий заглядывает туда, видит монету и вдруг слышит за спиной стук. Оборачивается. Перед ним красotka, словно сошедшая с глянцевого страниц журнала. «Простите, я здесь забыла монету...» Почти все звонившие тут же расставались с денежкой. «Красота — это страшная сила!» Потом условия опыта меняют. Та же монета лежит возле аппарата. Прохожий приятно удивлен. Он уже берет ее в руки. Стук в дверь. Растрепанные волосы, одутловатое лицо, обрюзгшая фигура. «Тут я, что ли, деньги забыла?» Даже воспитанные бюргеры, в чьей стране проводился этот опыт, старались «зажать» находку. Статистика такова: 87 процентов случайных прохожих тут же расставались с деньгами ради красивой женщины, да еще, пожалуй, и

рады были бы приплатить ей, лишь бы она задержалась с ними. А вот некрасивой женщине вернули деньги лишь 64 процента мужчин, да и те делали это «со скрежетом зубным». В другом опыте ломалась машина. Возле нее по очереди стояли красавица и дурнушка. Первой обычно помогали; мимо другой старались быстрее проехать. Кому охота было торчать полчаса или час в компании непонятно с кем?

У каждого из нас есть свое личное пространство. У привлекательных людей оно больше, чем у остальных. Во время следующего эксперимента психологи просили подопытную персону приблизиться к незнакомому человеку, пока тот не возмутится. Если незнакомец был красивым человеком, он резко одергивал попытку навязать ему свою компанию. Как только расстояние между людьми сокращалось до 60 сантиметров, красавец резко отстранялся. А вот человек некрасивый был едва ли не рад, когда кто-то к нему приближался. Шестидесят, пятьдесят, сорок сантиметров... Человек спохватывался, когда расстояние уменьшалось до 25 сантиметров. Что ж, ему с его внешностью не привыкать терпеть! Если человеку есть чем «прельстить воображение», его охотнее принимают на работу и чаще повышают в должности. Его старательно вписывают в коллектив, ведь он украсит любой офис. Фирме не помешало бы иметь свое лицо, ну а мозги... их положено иметь лишь главе фирмы. Так плюсики складываются в солидный куш.

Красоте все возрасты покорны. Взрослые лучше относятся к красивым детям и помогают им. Их крупные глаза, круглые щеки и маленькие носы не только восхищают, но и еще, по словам исследователей, «включают в нас бессознательный механизм, заставляющий помогать этому, как нам кажется, беспомощному ребенку». Зато с некрасивыми детьми не цацкаются. Милашкам же сизмальства все сходит с рук. В школе им легче списать контрольную учителя, и тем труднее вспылить, накричать, выгнать нарушителя правил из класса. Взрослым красавчикам тоже бывает легче совершить преступление, чем людям мрачной наружности. Улыбка, лоск, блеск усыпляют внимание жертвы. Недаром на роль злодеев в криминальных фильмах часто приглашают писаных красавцев. Это — правда жизни, а не условия съемки. Обаяние Роберта Редфорда, элегантность Алена Делона или хрупкое очарование Шарон Стоун — и еще одна жертва трепещет в ловушке, раскинутой хищником. Так бывает в кино. Так бывает в жизни.

Красоту нельзя не заметить. Она бросается в глаза. Ведь каждый из нас располагает рядом сенсоров, реагирующих на красоту. Особенно этим отличаются мужчины. Во время прогулок и поездок, на работе и учебе они непрерывно «сканируют» всех окружающих людей, бессознательно сравнивая их с вложенным внутри каждого идеалом красоты. Встречают не столько «по одежке»,

сколько «по физиогномике». Все происходит моментально: 150 миллисекунд, и ваша гармония поверена чьей-то алгеброй — поверена и осуждена. Никто нас этому не учит. Это заложено внутри нас самих. Странный наблюдается феномен. Чем ближе лицо женщины (или ее фигура) к среднестатистическим данным, тем привлекательнее оно кажется мужчинам. Очевидно, как показывают исследования, все лица, что мы видим, накапливаются у нас в памяти и хранятся в одном из уголков мозга. Нам, жителям городов, суждено дни напролет наблюдать тысячи и даже десятки тысяч человеческих лиц. Из-за нехватки места один образ накладывается на другой, как слайд наслаивается на слайд. В конце концов, из множества лиц получается некий средний образ — милый, приятный, но какой-то безликий. Он не врежется вам в память; он давно там присутствует. Все крайности отброшены. Зато выявляется забавная арифметика красоты. Когда подопытной персоне показывают два красивых лица и просят оценить их, то выясняется, что каждое по отдельности лицо нравится меньше, чем их комбинация. Лицо, составленное из отдельных черт четырех женщин, еще приятнее для глаза, чем каждое из четырех лиц. Среднее статистическое всех женских лиц, увиденных во время теста, кажется еще неотразимее. Оно неумолимо нас влечет.

Впрочем, мы любимся им, но недооцениваем. По шестибальной шкале такое лицо неизменно получает 4-5 баллов. Шарм «королевы красоты» нужно сдобрить какой-нибудь изюминкой — чаще всего некой неправильной деталью. Так, гладкие, но безликие стихи запоминаются случайным перебоем ритма или редкостным словом — своим маленьким багоссо. То же самое с женщинами. У знаменитых топ-моделей Наоми Кэмпбелл и Крис Тарлингтон губы отличаются от идеальных и этим манят. У Кейт Мосс нижняя челюсть заметно меньше, чем полагаюсь бы, и оттого «западает» в душу.

В любом красивом лице, замеченном нами, есть частичка нас самих. Ведь наш идеал красоты не может не включать некоторые черты одного лица, которое мы ежедневно видим по сто раз на дню. Это лицо, преследующее нас в стеклах домов и витринах, зеркалах и на фотоснимках, — наше собственное лицо. Мы невольно нравимся себе и, даже не догадываясь об этом, стараемся стричь под одну — «свою фирменную» — гребенку всех встречных. Подсознательно мы — верх привлекательности, ведь мы всегда стараемся привлечь к себе внимание. Если человек соответствует этому образцу, он нравится нам. Если совсем не похож на нас, настораживает и отталкивает. Так, люди другой расы резко отличаются от нас и поэтому заведомо некрасивы. Зато, очевидно, по этой причине муж и жена в хорошей, крепкой семье выглядят неуловимо похожи друг на друга. Каждый из нас ищет, в сущности, не другую половинку, а свою копию.

Александр Волков

ЦЕНТР МУЗЫКИ И ИСКУССТВ
ДАВИДА ГВИНИАНИДЗЕ
представляет

World renowned
opera star

With the song
around
the world

**DENIS
SEDOV**
(Bass)

11th
5 PM
JUNE

Stanislav Serebriannikov
(piano)

6820 JACKSON ST,
PHILADELPHIA, PA 19135, USA

ЦЕНА БИЛЕТА:
\$50 для людей
ЗОЛОТОГО
ВОЗРАСТА **\$25**

718.200.9044

КОМПАНИИ
ТРЕБУЕТСЯ
водитель **CDL class A**

СРОЧНО

Local distance.
Хорошие условия. Достойная оплата.

267-334-7880

ПОМОЖЕМ ИЗДАТЬ СОБСТВЕННУЮ КНИГУ

книгу о вашем творчестве,
книгу о вашей жизни и истории семьи,
книгу воспоминаний и рассказах
о встречах 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

 SoCal
Road to Recovery

Road to Recovery
South California

**Центр лечения от алкоголя и
наркотической зависимости**

**Бесплатная консультация
по телефону (714) - 798-3423**
Срочная помощь. Звоните круглосуточно!

**Наш центр лечения -
одна из лучших лицензированных клиник
в Калифорнии, которая:**

- предлагает профессиональную помощь по доступным ценам;
- использует самые прогрессивные методы лечения;
- сохраняет анонимность клиентов.
- принимает все виды медицинских страховок с планами PPO или наличный платёж

Мы проводим процедуры по очищению организма от токсинов, восстановлению обмена веществ в организме и нервной системы. Наши специалисты говорят на русском и английском языках.

Наши контакты:
LOCAL NUMBERS - 714-798-3423/844-867-7326;
EMAIL - scrr7057@gmail.com

отзывы клиентов на сайте www.socalroadtorecovery.com

Программа включает следующие услуги:

- первичная диагностика с подготовкой индивидуального плана лечения;
- медицинский осмотр и лабораторные анализы;
- детоксикация - выведение из организма токсинов, продуктов распада алкоголя или наркотика;
- госпитализация - лечение пациентов осуществляется стационарно;
- лечение психических и психологических отклонений;
- групповая и индивидуальная психотерапия;
- оформление отпуска на лечение по медицинским показаниям;
- психологическая и психиатрическая помощь по лечению депрессии, стресса, биполярных расстройств, тревожных расстройств, неудовлетворённостью в личной жизни, тяги к алкоголю или наркотикам, а также устранению проблем с детьми и родственниками;
- социальная адаптация и поддержка от срыва.

Компании AroliTrans Inc
ТРЕБУЮТСЯ ВОДИТЕЛИ CDL
 с опытом работы
РАБОТА СОЛО НА DRY VAN



Выходные - 100% дома
 Достойная оплата

215-796-2171

ТРАКОВАЯ КОМПАНИЯ ПРИГЛАШАЕТ
ВОДИТЕЛЕЙ CDL КЛАССА А



LONG DISTANCE
 РЕЙСЫ НА ВЫГОДНЫХ УСЛОВИЯХ

- МАСТЕРСКАЯ
- ПАРКОВКА
- СКЛАД И ОФИС В ОДНОМ МЕСТЕ

ОПЛАТА ОТ 0.80 C/MILE
И ВЫШЕ!

ХОРОШИЕ УСЛОВИЯ!

ЗВОНИТЕ ПО ТЕЛЕФОНУ: **267-334-7880**

Мальчику 3.5 лет

ТРЕБУЕТСЯ

квалифицированная няня,
 имеющая опыт работы
 с детьми

Знание русского,
 английского языков
 желательны

Знание украинского -
 обязательно

Чистый рекорд.
 Р-н NE Phila

Необходимо
 иметь
 Drivers Licence



Text. or call **212-441-0099**
 Звонить в любое время

В Агентство по Уходу
 за Пожилыми Людьми требуется
НА ПОЛНЫЙ И НЕПОЛНЫЙ
РАБОЧИЙ ДЕНЬ

КООРДИНАТОР

ГОВОРЯЩИЙ
НА АНГЛИЙСКОМ
И РУССКОМ ЯЗЫКАХ

! Опыт работы с людьми
 и знание компьютера
НЕОБХОДИМЫ

Человек должен быть
 дружелюбным, ответственным,
 организованным и терпеливым.

Мы предоставляем хорошие
 бенефиты. У нас замечательный
 дружный коллектив.



Home Health Agency



Home Health Agency is looking for a
FULL/PART-TIME BILINGUAL
ENGLISH/ RUSSIAN-SPEAKING

COORDINATOR

! Experience working with people,
 customer service experience and
 knowledge of computer are
REQUIRED

We are in need of
 friendly, responsible,
 organized and patient person.

We offer good benefits and
 friendly office personnel.

Присылайте резюме
 на email или по факсу

jobsearch19053@yahoo.com
 Fax (215) 953-9301

Please send your resume
 to email or fax

EOE

255 East Street Rd., Feasterville, PA 19053

SOCIAL SECURITY • DISABILITY SSI/SSD MEDICARE/MEDICAID



ГОВОРИМ ПО-РУССКИ

**TINK
TANK**

Cell: 561-306-4030
Office: 561-417-6233
Fax: 561-417-6963

4400 N FEDERAL HWY
SUITE 120
BOCA RATON, FL 33431

ПОМОГАЕМ В ПОЛУЧЕНИИ:

- SSI/SSD
- ПЕНСИОННОГО ПОСОБИЯ
- MEDICARE/MEDICAID
- БЕСПЛАТНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ СТРАХОВКИ
- ПОМОЖЕМ ИСПРАВИТЬ, ВОССТАНОВИТЬ, ОБНОВИТЬ КРЕДИТНУЮ ИСТОРИЮ
- ПОЛУЧЕНИИ 8-й ПРОГРАММЫ (субсидированное жильё) для лиц 55+ (пенсионеры по состоянию здоровья)
- ГРАЖДАНСТВА

Компания уже многие годы помогает людям пожилого возраста во всех штатах, представляя их интересы в Social Security Administration

Работаем с вами на каждом этапе процесса

Заполняем заявки на получение гражданства для людей пожилого возраста без сдачи экзамена на знание английского языка

ПЕРВАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ БЕСПЛАТНО

17 ИЮНЯ

в 7 часов вечера

Northeast Adult Day Care
(Санаторий на Rennard)
11048 Rennard St.,
Philadelphia, 19116

Приглашаем всех на благотворительный концерт
блистательного барда,
замечательного музыканта и певца,
поэта, автора, исполнителя песен Высоцкого
и собственного сочинения –

Алексея Кудрявцева

Алексею с благодарностью рукоплещут и концертные залы, и бардовские фестивали. Он - неоднократный победитель различных конкурсов и фестивалей, многократный обладатель приза зрительских симпатий.

Алексей родился в Москве в 1972 году, начал писать стихи с 14 лет. Организовал несколько музыкальных групп и активно участвовал в концертной жизни России.

Снимался в художественных фильмах, писал песни для театра и кино.

Записал и выпустил 10 музыкальных альбомов, один из которых с песнями Владимира Высоцкого в собственном исполнении.

В настоящее время проживает в городе Брно (Чехия) с женой и сыном.



Организатор Благотворительного концерта Northeast Adult Day Care.
Весь сбор от концерта будет передан в фонд Программы «Надежда» под руководством Ларисы Нарита.
Посетив этот концерт, вы не только получите большое удовольствие,
но и внесете свой посильный вклад в помощь молодым людям с ограниченными возможностями.

Цена билета - \$ 20.00

Пожалуйста, приобретайте билеты заранее.

По всем вопросам обращайтесь по телефону: **267-994-8843**

Это благотворительный проект в поддержку благотворительной организации Программы «Надежда», помогающей молодым людям с ограниченными возможностями.

ТРАГИЧНАЯ ИСТОРИЯ АЙСЕДОРЫ ДУНКАН

145 лет назад родилась танцовщица Айседора Дункан



Айседора Дункан и Сергей Есенин

Ранние годы и карьера

Еще до рождения Айседоры Дункан ее отец обанкротился и оставил семью. Мать танцовщицы — учительница музыки Мария — перевезла четверых детей в Окленд и растила их самостоятельно.

В пять лет Айседору, скрыв возраст девочки, отправили в первый класс. Впоследствии, посчитав школу бесполезной, Дункан ушла из нее и занялась самообразованием — тогда ей было 13. Особое внимание она уделяла обучению музыке и танцам в студии Стеббинс. Большую роль в формировании исполнительского стиля Айседоры сыграла основательница танца модерн Лои Фуллер.

В 18 лет Дункан перебралась в Чикаго и начала выступать в ночных клубах. Она танцевала босиком в свободной тунике (хитоне) и удивляла публику своей пластикой. Вскоре вместе с семьей Айседора уплыла в Лондон на судне для перевозки скота. Чтобы заявить о себе, она начала выступать на светских мероприятиях, вечерах артистов и художников.



Айседора Дункан

Пластика Дункан состояла из мягкого бега, воздушных прыжков, ходьбы и выразительных жестов. Артистка много импровизировала и обладала искусством пантомимы. Отсутствие обуви и свободные одеяния делали танцовщицу особенно легкой. За ней закрепилось прозвище «великая босоножка».

«Дункан танцует естественно, просто, как танцевала бы на лугу, и всем своим танцем борется с обветшавшими формами старого балета, — писали о ней критики. — Эти прекрасные поднятые руки, имитирующие игру на флейте, игру на струнах. Эти всплескивающие в воздухе кисти рук, эта длинная сильная шея».

Благодаря экзотическим танцам Дункан быстро стала известной и обрела покровителей. В 1901 году она подписала контракт на участие в концертах по Европе и вступила в группу Лои Фуллер в Париже. После гастролей, закре-

пивших успех Айседоры, она открыла танцевальные школы в Германии и Франции. В 1903 году артистка посетила Грецию, где инициировала строительство храма для занятий танцами на холме Копанос. Там же она отобрала хор из десяти мальчиков-певцов, которые сопровождали ее танцы — в том числе во время гастролей. В 1904 году Дункан открыла танцевальную школу для девочек под Берлином.

Работа в России

Впервые Дункан посетила Россию в 1904 году и дала несколько концертов в Санкт-Петербурге и Москве. В стране у артистки было много поклонников и последователей, которые открывали студии с обучением ее стилю танца.

В России были изданы две книги Дункан — «Танец будущего» (1907) и «Моя жизнь» (1930). С помощью танца артистка пропагандировала философию новой свободной женщины, развитой интеллектуально и физически.

«Если мое искусство символично, то символ этот только один: свобода женщины и эмансипация ее от закоснелых условностей, которые лежат в основе пуританства», — написала Дункан в автобиографии.

В 1921 году нарком просвещения РСФСР Анатолий Луначарский пообещал артистке финансовую помощь для открытия ее танцевальной школы в Москве. Она с большим воодушевлением приняла предложение переехать в страну большевиков:

«Пока пароход уходил на север, я оглядывалась с презрением и жалостью на все старые установления и обычаи буржуазной Европы, которые я покидала. Отныне я буду лишь товарищем среди товарищей, я разработаю обширный план работы для этого поколения человечества. Прощай, неравенство, несправедливость и животная грубость старого мира, сделавшего мою школу несбыточной».



Айседора Дункан во время танца

Осенью 1921 года газета «Рабочая Москва» сообщила об открытии «школы Айседоры Дункан для детей обоего пола в возрасте от 4 до 10 лет». Особое предпочтение при приеме артистка отдавала детям рабочих. Сначала в школе занималось более 100 детей, но позже их количество сократили до 40, потому что обещанной финансовой поддержки оказалось недостаточно. Большую часть средств на школу Дункан добывала самостоятельно — в том числе на питание

воспитанников. В 1924 году она уехала из СССР и оставила руководить учреждением свою приемную дочь Ирму Дункан. Школа просуществовала до 1949 года.

Личная жизнь до Есенина

В юности Дункан собиралась выйти замуж за бедного поляка Ивана Мироски, но он уже оказался женатым. В Будапеште она познакомилась с актером Оскаром Бережи и закрутила с ним бурный роман. После отношений с театральным режиссером Гордоном Крегом 29-летняя Айседора родила от него дочь Дердри.

В 1907 году Дункан приехала с концертами в Петербург и познакомилась там с Константином Станиславским, который восхищался ее творчеством. Она симпатизировала режиссеру и однажды даже поцеловала его в губы. В своей автобиографии Айседора писала, что в тот момент у Станиславского «был страшно удивленный вид». В 1910 году Дункан родила сына Патрика от Париса Зингера — сына изобретателя швейной машинки Айзека Зингера.

«Я думала, что я очень счастлива, может быть, самая счастливая женщина в мире. Искусство, успех, богатство, любовь — и, главное, прелестные дети», — писала артистка.

Но из-за ревности возлюбленного она решила с ним расстаться. В 1913 году оба ребенка Дункан вместе с гувернанткой поехали в Версаль. По дороге мотор автомобиля заглох, и водитель вышел его проверить. Но машина внезапно завелась и скатилась в Сену. Оба ребенка погибли. От этого удара Дункан не могла оправиться всю жизнь.

В 1914 году она родила мальчика, который скончался через несколько часов после родов. Также Айседора усыновила своих шестерых учениц.



Сергей Есенин, Айседора Дункан и ее приемная дочь Ирма Эрих-Гримм, 1922 год

Роман с Есениным и смерть

В 43 года Дункан начала встречаться с 27-летним Сергеем Есениным. Они познакомились осенью 1921-го на вечеринке художника Жоржа (Георгия) Якулова. Танцовщица пришла на мероприятие в красном струящемся хитоне и покорила поэта. Один из журнальных писателей написал, что Айседора полужела на диване, а Есенин стоял рядом на коленях. По свиде-

тельству очевидца, артистка гладила его по волосам и приговаривала: «Золотая голова».

Она почти не говорила по-русски, а поэт не знал английского языка. Несмотря на разницу в возрасте и языковой барьер, их отношения развивались быстро. Артистка понимала, что в Советском Союзе для карьеры мало перспектив, и хотела взять молодого возлюбленного с собой на гастроли. Чтобы избежать больших проблем с получением для Есенина визы, 2 мая 1922 года они поженились. Это был первый официальный брак артистки. Оба супруга взяли двойную фамилию Есенин-Дункан. Сплетники говорили, что Есенин был влюблен не в саму Дункан, а в ее славу.

Ходили слухи, что перед бракосочетанием Айседора исправила в паспорте дату своего рождения. Она переживала, что молодому мужу не понравится большая разница в возрасте. Насколько был изменен ее возраст — неизвестно до сих пор.

Влюбленные общались жестами и с помощью переводчика. После свадьбы Есенин сопровождал Дункан в турах по Франции, Германии, Бельгии, Италии и США. Поэт не мог смириться с тем, что на гастролях его воспринимали только как спутника Дункан. Он был подвержен частой смене настроения, кричал на жену и даже иногда поднимал на нее руку. Также Есенин имел пристрастие к алкоголю, и однажды Айседора вызвала полицию, чтобы утихомирить мужа. После вспышек неадекватного поведения поэт постоянно извинялся, и жена раз за разом его прощала. Их брак продлился два года.



Айседора Дункан и Сергей Есенин

Когда Дункан уехала за границу без Есенина, тот отправил ей телеграмму: «Я люблю другую. Женат. Счастлив. Есенин». Речь шла о Галине Бениславской, у которой жил поэт. В действительности Есенин на ней не женился. В конце 1925 года его не стало. Менее чем через два года не стало и Дункан.

14 сентября 1927 года танцовщица отправилась на автомобильную прогулку в Ницце. Как всегда, она была облачена в свободное одеяние. Внезапно край длинного красного шарфа Дункан зацепился за колесо, намотался на него и выдернул артистку из автомобиля. Причиной ее смерти стал перелом шеи.

Праха Дункан хранится в колумбарии на кладбище Пер-Лашез в Париже.

Алина Лесик

ПОДВЕДЕНЫ ИТОГИ КАННСКОГО КИНОФЕСТИВАЛЯ

Во Франции завершился 75-й Международный Каннский кинофестиваль. Главный приз, «Золотую пальмовую ветвь», жюри во главе с актёром Венсаном Линдоном присудило фильму Рубена Эстлунда «Треугольник печали» о группе миллионеров, неожиданно оказавшихся на необитаемом острове. Лучшим режиссёром признан Пак Чхан-ук, представивший детективный триллер «Решение уйти», а приз за сценарий вручили Тарику Салеху — он привёз во Францию ленту «Парень с небес». Лента российского постановщика Кирилла Серебренникова «Жена Чайковского» осталась без наград.



Режиссёр «Треугольника печали» Рубен Эстлунд

В субботу, 28 мая, во Франции прошла торжественная церемония закрытия 75-го Международного Каннского кинофестиваля. За главный приз — «Золотую пальмовую ветвь» — и другие награды боролся 21 фильм. Лауреатов определило жюри во главе с французским актёром Венсаном Линдоном. Вместе с ним конкурсантов судили актрисы Ребекка Холл (Великобритания), Нуми Рапас (Швеция), Дипика Падукон (Индия), Жазмин Тринка (Италия)

и режиссёры Йоаким Триер (Норвегия), Ладж Ли (Франция), Асгар Фархад (Иран) и Джефф Николс (США).

Обладателем главного приза стал Рубен Эстлунд, снявший фильм «Треугольник печали» с Вуди Харрельсоном в главной роли. По сюжету модели Карл и Яя путешествуют по миру и отправляются в круиз. Они оказываются на лайнере вместе с олигархом из России, торговцем оружием из Великобритании и другими богачами.

Судно терпит крушение, и группа миллионеров вместе с одной уборщицей оказываются на необитаемом острове. Вскоре привычная иерархия переворачивается с ног на голову, поскольку уборщица оказывается самой приспособленной к жизни в новых условиях.

Для режиссёра эта «Золотая пальмовая ветвь» стала второй — в 2017 году он победил на смотре с лентой «Квадрат».

Интересно, что мнение жюри разошлось с выбором кинокритиков. В рейтинге, который формируется на основе оценок экспертов из разных стран, самый высокий балл получил фильм Пака Чхан-ука «Решение уйти».

Гран-при фестиваля присудили Лукасу Донту за драму «Близко». В ней кинематографист рассуждает на такие темы, как дружба и ответственность. В центре сюжета — двое 13-летних друзей. В какой-то момент их общение внезапно прерывается. Один из героев пытается понять, что между ними произошло.

Обладательницей ещё одной статуэтки стала Клер Дени, снявшая фильм «Звёзды в полдень». В ленте,

основанной на одноимённом романе Дениса Джонсона, говорится об отношениях англичанина и американской журналистки во время Сандинистской революции в Никарагуа. Главные роли исполнили Маргарет Куэлл и Джо Элвин.

Польский режиссёр и сценарист Ежи Сколимовский получил Приз жюри за драму «Иа» с Изабель Юппер. В ленте он предлагает зрителям посмотреть на мир глазами осла: животное встречает на своём пути людей — как хороших, так и плохих — и испытывает различные чувства, от радости до боли.

Такую же награду вручили постановщикам фильма «Восемь гор» Феликсу ван Гронингену и Шарлотте Вандермерш. В их картине разворачивается история дружбы между двумя мальчиками, которые, несмотря ни на какие перипетии, пронесут свои отношения через всю жизнь.

Пака Чхан-ука жюри признало лучшим режиссёром. Действие его детективного триллера «Решение уйти» разворачивается вокруг расследования смерти мужчины. Детектив начинает подозревать супругу покойного в убийстве и в то же время влюбляется в неё.

Актриса Зара Амир Эбрахими получила приз за лучшую женскую роль. Она снялась в драматическом триллере Али Аббаса о жителе Ирана, намеренном очистить город Мешхед от секс-работниц. Аналогичной награды в мужской категории был удостоен Сон Кан-хо за фильм «Посредник». Широкая аудитория также знает актёра по главной роли в нашумевшей картине «Паразиты».

Специальный приз, приуроченный к 75-летию Каннского кинофестиваля, присудили Жан-Пьеру и Люку Дарденн, представившим на смотре свой новый фильм «Тори и Локита». Ранее братья неоднократно становились лауреатами фестиваля. Призами отмечены их работы «Молодой Ахмед», «Мальчик с велосипедом», «Молчание Лорны», «Дитя», «Сын», «Розетта».

Приз за лучшую дебютную работу жюри присудило Райли Кио за фильм War Pony. Ранее постановщица-дебютантка снималась в картинах «Безумный Макс: Дорога ярости», «Дом, который построил Джек» и «Ри-вердэйл». Специального упоминания был удостоен фильм Тиз Хаякавы из Японии «План 75».

Лучшим документальным фильмом стала лента «Всё, что дышит», снятая в копродукции Индии, Великобритании и США. В ней рассказывается о двух братьях из Нью-Дели, которые посвятили свою жизнь помощи птицам.

Накануне церемонии вручения главных наград были объявлены лауреаты конкурса «Особый взгляд», куда отбираются наиболее смелые работы. Главного приза удостоился фильм Les Pires («Худший») Лиз Аоки и Романа Гере. Приз жюри получил Саим Садик за картину Joyland. Лучшим режиссёром был признан Александру Белк, снявший драму «Метроном». Среди актёрских работ жюри выделило игру Вики Крипс, сыгравшую императрицу Елизавету Баварскую в биографической драме «Корсаж», и Адама Бессы (Harka).

Ева Анисимова



AAA DISTRIBUTOR, INC. IS A WHOLESALE, RETAIL AND DISTRIBUTOR OF KITCHEN AND BATH CABINETS, COUNTERTOPS, FLOORING INDUSTRY. LOCATED AT 2501 GRANT AVE PHILADELPHIA, PA 19114



DRIVER

We are looking for a delivery driver in a Friendly Environment Distribution warehouse, we need driver for all local delivery and including tri-state area. If you have 2+ years experience on a 20' to 26' Box Truck (No CLD Required) as a delivery driver and looking for an excellent opportunity, AAA DISTRIBUTOR, INC. is a good place to work for. Responsible for safe loading and unloading of products, safe handling and delivery of kitchen and bath cabinets, countertops, flooring in the tri-state area

REQUIREMENTS:

- 2+ years delivery driving experience kitchen and bath cabinets is Preferred.
- Clean driving license record
- Must be at least 24 years of age.
- Understand and speak the English language
- Able to get DOT Medical Card
- Be authorized to work in the United States
- Be in good health with no medical restrictions
- Ability to pass a physical exam and pre-employment drug test.
- Able to work 63 hours per week 6 days a week

SKILLS AND ABILITIES:

- Operate 20' to 26-foot box truck with automatic transmission.
- Read maps and navigate and follow directions and logs.
- Loading and unloading of products.
- Work overtime.

DRIVERS WORK SCHEDULE

Monday - Thursday 8:00 am – 7:00 pm
Friday 8:00 am – 6:00 pm
Saturday 8:00 am – 5:00 pm
This is total 63 hours per week 6 days a week
Job Type: Full-time
Benefits offered: Paid sick 40 hrs. per year

Salary: starts at \$930.00 Per/week for 63 hours per week 6 days a week
Driver's duty is to Load products deliver to B2B or customers home unload products, Following special pick up and delivery instructions

Call Vlad
215-704-7300



AAA DISTRIBUTOR, INC. SHOWROOM IS A RETAIL/WHOLESALE, DISTRIBUTOR OF KITCHEN AND BATH CABINETS, COUNTERTOPS, FLOORING PRODUCTS. LOCATED AT 2501 GRANT AVE PHILADELPHIA, PA 19114
215-704-7300

KITCHEN & BATH DESIGNER/ SALESPERSON

We are seeking Experienced Kitchen & Bath designer/salesperson for showroom. Duties to include showroom sales, knowledge of 2020 technologies software or CAD drawings software, Excellent verbal & written communication skills, Ability to work retail showroom hours as required, Follow up on customer leads to increase conversion of potential purchasers. Our showroom services for residential homeowners, contractors, developers, architects, wholesalers, designers, over the phone sales, and on line sales.

Also you can visit our website for more info: aaadistributor.com

REQUIREMENTS/SKILLS:

- 2+ years Kitchen & Bath designer/salesperson
- Must be at least 21+
- Knowledge of 2020 technologies or CAD drawings software
- Understand and speak the English language
- Be authorized to work in the United States
- Able to work 63 hours per week 6 days a week
- Excellent verbal & written communication skills
- Detailed oriented and organized

If you are looking to take the next step in your sales career, then we are the company you need! Join our beautiful showroom with 10 kitchens and bath designers' team, our showroom is designed to provide our Kitchen Sales team with good earnings and potential increase based on your sales and experience.

DESIGNER/SALESPERSON SHOWROOM WORK SCHEDULE

Monday - Thursday 8:00 am – 7:00 pm
Friday 8:00 am – 6:00 pm
Saturday 8:00 am – 5:00 pm
This is total 63 hours per week 6 days a week

Salary: \$50,000.00 to \$80,000.00 /year
Job Type: Full-time
Benefits offered: Paid sick 40 hrs. Per year

Call Vlad
215-704-7300
for more info

(Note this Designer/salesperson showroom work Schedule can be changed to 9 pm on a different workdays in a week based on showroom staff Schedule)

ЮМОР

По понедельникам лучше куда-нибудь не посылать. Там уже все с раннего утра занято.

☺☺☺

Работать — не женское дело. Женщина должна ходить на работу, чтобы платья новые показывать!

☺☺☺

Я вот помню, когда доллар был совсем маленьким, ему только 6 рублей было. И с тех пор он рос, повзрослел... И теперь вот он стареет, ему уже за 90. Думаю, скоро он умрет...

☺☺☺

А вы уже пополнили свои сахарно-валяные запасы?

☺☺☺

- Можно мы поживем у вас?
- А вы кто?
- Деньги.
- Живите сколько хотите!

☺☺☺

Коллекционеры денежных купюр не слишком расстраиваются, если обнаруживают в своей коллекции большое количество одинаковых экспонатов.

☺☺☺

Вовочка посмотрел по телевизору интервью Джейн Псаки и понял, как нужно отвечать на вопросы преподавателей на экзамене, когда ничего не знаешь.

☺☺☺

Родители — странные люди: сначала поругают, накажут, а потом с гордостью рассказывают друзьям:

— Мой-то вчера такое учудил! И додумался ведь!

☺☺☺

Заходит мужчина в маске киллера и с бензопилой в ресторан. Подходит к метрдотелю и спрашивает:

— Какой тут столик у вас заказан?



Жена развелась с индейцем из-за его нелепого имени, но дети остались у Разбитого Корята.

☺☺☺

— Дорогой, я вся в расстроенных чувствах лежу уже три часа! Прибиралась в шкафах и нашла 12 платьев, которые еще ни разу не надевала: шесть чуток великоваты, а другие шесть маловаты.

— А что расстроилась-то?

— Ты дурак?! Я не могу решить: мне худеть или толстеть.

☺☺☺

Моя жена в последнее время стала часто употреблять модное слово "гаджеты". Но как-то необычно... По слогам...

☺☺☺

В кабинете стоматолога:

— Доктор, разве гелий устранил боль?

— Нет, конечно, но кричать вы будете очень прикольно!

☺☺☺

Больной начал что-то подозревать, когда врач стал примерять его ботинки.

☺☺☺

Объявление: ООО "Взрывотехника" объявляет о своей случайной ликвидации.

☺☺☺

— Почему появляются мешки под глазами после бессонных ночей?

— Потому, что не увиденные тобой сны заботливо откладываются в специальные мешки, дабы ты смог их посмотреть потом.

☺☺☺

Каждое утро доброе, и оно не виновато, что ты не выспался.

☺☺☺

Хуже соседей сверху могут быть только затопленные соседи снизу.

☺☺☺

Сегодня утром после слов жены: "Я быстренько, сейчас спущусь", сидел в машине, ждал, когда она оденется, чтобы поехать по магазинам.

Так вот: диаметр руля моей машины — 32 сантиметра. Светофор мигает четыре раза перед тем, как переключить цвет. Я могу не дышать 52 секунды!

☺☺☺

Хорошая работа — это когда опаздываешь на полчаса, встречаешь начальника, а он говорит, что ты молодец, что ты сегодня первый!

☺☺☺

Зарплата, ты вообще в курсе, что я работаю?!

☺☺☺

— Буря мглою небо кроет, вихри снежные крутя... Или вот еще: "Над седой равниной моря ветер тучи собирает".

— Господин директор Гидрометеоцентра, нельзя ли о погоде на апрель более конкретно?



☺☺☺

В одном из российских НИИ провели бесчеловечный эксперимент: группа мечтающих о пятнице ученых была помещена в агрессивную среду.

☺☺☺

Первым диссидентом, пострадавшим за свои взгляды, была небезызвестная горгона Медуза.

☺☺☺

— Ничтожество, ты создан с единственной целью — прислуживать мне, моему господину! Повинуйся мне, или я уничтожу тебя и весь твой род.

— Киса, киса, что ты там мяукаешь, кушать хочешь? Иди ко мне, кис-кис...

☺☺☺

Бог создал обезьяну. Та взяла палку, начала трудиться и стала человеком. А вот коту не пришлось никем становиться — он сразу хорошо получился!

☺☺☺

Таксист, подвозивший Николая Валюва, все-таки намазал спасибо на хлеб.

☺☺☺

Лежит старичок на пляже, загорает. Тут большой волной выносит на берег бутылку. Старичок открыл бутылку, а оттуда джин.

— Я Гассан Абдурахман ибн Шамиль, злой маг Абль Фабль Гад 3000 лет назад заключил меня в эту бутылку, ты мой спаситель, и теперь я выполняю...

Старичок что-то прошептал, закупорил бутылку и, выкидывая ее назад, произнес:

— Вот бедолага, второй раз на меня нарывался.

☺☺☺

Свой старенький и дряхлеющий жигуленок он иногда ласково называл "Хламборгини".

☺☺☺

О женском.

Пока он спал, я встала и приготовила ему завтрак, съела его и заснула снова... Он так и не узнал, какая я заботливая.

Бесит, когда говорят, что я сегодня хорошо выгляжу. Я всегда выгляжу великолепно!

☺☺☺

Ищу работу! Хочу работать ребенком в детском саду. Рассмотрю варианты от младшей до подготовительной группы. Ясельную группу не предлагать! Обязуюсь: хорошо есть, крепко спать в тихий час, игрушки могу принести свои.

☺☺☺

Страшно стало рассказывать анекдоты. Сбываются.

☺☺☺

Нет сахара, но слушать не желаю! Как такое может быть? Ведь XXI век!

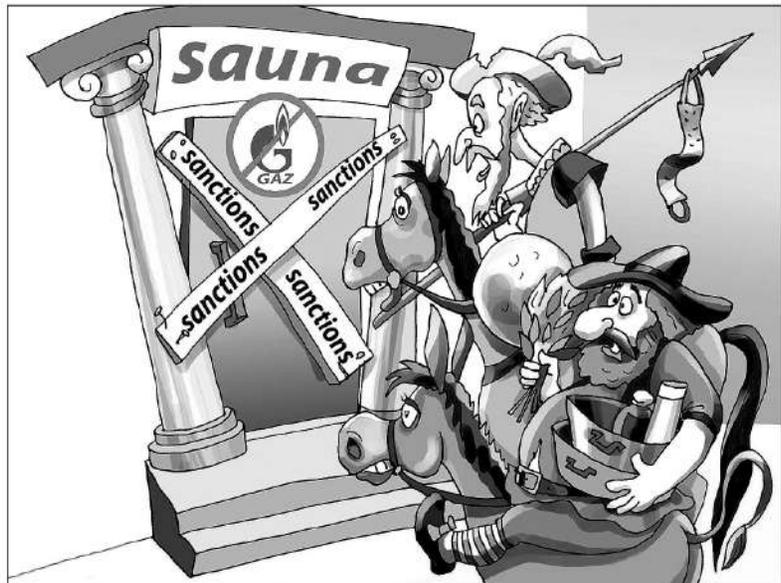
Я другой такой страны не знаю, где так сахар любит человек!

☺☺☺

Пора вспомнить, как изготавливается папирус.

☺☺☺

Как-то, когда я учился в школе, первого апреля мама в шутку наставила мне в дневник двоек. Плохих оценок было так много, что обнаруживший их папа сильно рассердился и хорошенько выпорол меня. Тогда мама призналась в розыгрыше, и вся семья долго смеялась над тем, как папа попался.



ВЫСОКАЯ ЗАРПЛАТА • БОНУСЫ • МЕДИЦИНСКАЯ СТРАХОВКА • ОПЛАЧИВАЕМЫЙ ОТПУСК



**ОБЕСПЕЧИМ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ УХОД И ПОМОЩЬ
ДЛЯ ВАС И ВАШИХ БЛИЗКИХ**

Мы - лучшие!



*Мы постоянно
занимаем
первые места
в категории
Personal Care
and In-
Home Senior Care!*

НАШ ПЕРСОНАЛ ОКАЖЕТ ПРОФЕССИОНАЛЬНУЮ ПОМОЩЬ НА ДОМУ



К вашим услугам:
МЕДСЕСТРЫ
ФИЗИОТЕРАПЕВТЫ
ЛОГОПЕДЫ
ПЕРСОНАЛЬНЫЕ ПОМОЩНИКИ

Помогаем с оформлением документов для получения программ PAS, Waiver, Option

2 Park Lane, Suite 106
Feasterville, PA 19053

ПОЗВОНИТЕ
НАМ: **215-598-6991** 24 ЧАСА,
7 ДНЕЙ В НЕДЕЛЮ

И вы поймете, что сделали правильный выбор

Говорим на русском, английском
и многих других языках
бывшего СССР

**Каждый
наш новый сотрудник
получит бонус в размере более,
чем**

\$2,000

Приглашаем на работу ННА, PCW

- Отличная медицинская страховка, включая Dental & Life insurance
- Оплачиваемый отпуск и больничные
- Оплата праздничных и сверхурочных часов
- Гибкий график работы и др. бонусы

**Для тех, кто желает ухаживать
за своими родственниками,
мы предлагаем обучение
и хорошую зарплату**

*Зарплата наших
сотрудников выше,
чем в других агентствах!
Высоко ценим
ваш труд!*

Транспортная компания N-Trans Inc.

**В связи с расширением и подписанием новых контрактов на перевозки,
принимает на работу в Team**

ВОДИТЕЛЕЙ ГРУЗОВИКОВ CDL class A

на стабильные рейсы

- * нет опыта вождения? обучаем езде на траке с опытным водителем-инструктором
- * стабильные рейсы 4.5 - 5 дней
- * maximum mileage for minimum time
- * drop-and-hook в Philadelphia
- * мы за вас делаем pickup and delivery
- * новая комфортная техника
- * поломались в дороге - починим или предоставим другую машину в течении 2-3 часов
- *** direct deposit your salary straight to your bank account for the trip

**Стабильность - это
N-Trans Inc.**

**А также, представляем индивидуальные курсы
по ускоренной программе учебы
и получения прав CDL class A**

У Вас нет прав CDL class A?

*Не знаете как получить стабильную работу
и достойную зарплату?*

**N-Trans Inc предлагает услуги по сдаче на права
CDL class A**

**для работы водителем-
дальнобойщиком**

*** Обучаем
и трудоустраиваем!!!**

**Мы одни из немногих обучаем
и принимаем на работу
водителей без опыта**



215.776.3392





ПОЛНЫЙ КОМПЛЕКС СТОМАТОЛОГИЧЕСКИХ, КОСМЕТИЧЕСКИХ И ЭСТЕТИЧЕСКИХ УСЛУГ ДЛЯ ВАШЕЙ УЛЫБКИ И ЛИЦА

*Лето в разгаре.
Солнце в венце!
И лучезарная улыбка
на загорелом лице!*

*Лучшее качество!
Доступные цены!*

NEW

**Лицензированные косметологи
с опытом работы более 20 лет
предлагают услуги
по омоложению лица
и комплекс разнообразных
косметических процедур**

**Нитевой лифтинг и увеличение губ
проводит доктор-дантист**

СПЕЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ В ТЕЧЕНИЕ ЛЕТА

15 % скидка на все виды услуг :

лазерное удаление волос, электролиз,
наращивание ресниц, перманентный макияж,
татуаж бровей (microblading).

- У НАС:**
- **КВАЛИФИЦИРОВАННЫЙ ПЕРСОНАЛ.** Наши специалисты внимательные и опытные врачи, профессионалы, прошедшие тысячи часов курсов повышения квалификации.
 - **НОВЕЙШЕЕ ОБОРУДОВАНИЕ,** позволяющее создать максимально комфортные условия для наших пациентов.
 - **ПОЛНАЯ ГАРАНТИЯ** на всё лечение.
 - **БЕЗБОЛЕЗНЕННЫЕ ПРОЦЕДУРЫ,** самые современные методы обезболивания.
 - Самые **ДОСТУПНЫЕ ЦЕНЫ** и беспроцентное финансирование.

Southampton
1045 Street Road
215-355-4007

NE Philadelphia
6737 Harbison Avenue
215-331-7585

НЕТ СТРАХОВКИ?
Наш план-страховка
снизит ваши цены
до 50%

SUNSET
Licensed & Insured
Говорим по-русски

267-343-3317 Миша

Auto Repair

STATE INSPECTION
СКИДКИ для пенсионеров

Full Brake Service
Computer Diagnostics
Tires mounting & Balance
Air Conditioner Service

13440 Damar Dr., Unit E2, Phila., PA 19116

Graduation

Конец мая и начало июня - традиционное время проведения Graduation в Америке. Сам термин Graduation используется американцами в нескольких случаях: это может быть праздничная церемония, связанная с окончанием высшего учебного заведения, high или middle school, или даже детского сада.

Настоящая Академическая церемония, конечно, имеет место по окончании высшей школы и проводится, как правило, на стадионах, в амфитеатрах и концертных площадках при большом скоплении людей. И это понятно: на церемонию приглашают

ation в Cornell проводится в 3 стадии. 2 стадии предусматривают проведение церемонии на уровне как бы отделения, кафедры, специализации обучения, и тогда есть возможность более подробно остановиться на отдельных деталях и конкретных направлениях. А главная церемония - это обязательно стадион с трансляцией всего происходящего на огромных экранах, расположенных по периметру Стадиона. Конечно, всех собравшихся приветствовало руководство университета и представители профессорско-преподавательского состава, выступали и сами бывшие студенты. Лучшие по результатам учебы студенты награждались. Каждый желающий сможет посмотреть подробности церемонии на сайте и иметь эту запись для своего семейного архива.

Поздравляем всех бывших студентов с вступлением в новую жизнь и желаем им дальнейших успехов!

Ирина Полякова

семью - маму, папу, бабушку, дедушку, братьев, сестёр, а также друзей. И когда с трибуны объявляется имя бывшего студента, приветственные возгласы в его честь иногда весьма впечатляющие. Мне довелось присутствовать на аналогичном мероприятии в одном из известных и значимых университетов Америки - Cornell University. В этом году в нем завершили своё обучение студенты в 154 классах, получив соответствующие степени Doctor, Master и Bachelor. Оговорюсь, что Gradu-

ВНИМАНИЕ!

ПЕЧАТАЕМ:
КНИГИ
БРОШЮРЫ
ПЛАКАТЫ
ПОСТЕРЫ
КАТАЛОГИ
ФОТОГРАФИИ
БИЗНЕС КАРТОЧКИ

ЛЮБОЕ КОЛИЧЕСТВО ЭКЗЕМПЛЯРОВ

215-354-0842

ОКНА И ДВЕРИ

WINDOWS & DOORS UNLIMITED

Double Hungs
Sliders
Casements
Bay and Bow
Security door
Entry door
Aluminum Awnings
Garage door
Glass Block

SUPERSALE 25% Off

WE SPECIALIZED IN INSTALLATION
Contractors welcome **ФИНАНСИРОВАНИЕ**

ТРЕБУЮТСЯ INSTALLERS/ УСТАНОВЩИКИ

Изготавливаем окна с энергосберегающим стеклом

Double Hung Sliders Casements Bay and Bow

215-338-4126
windowdoorsunlimited.com

Внимание!
Мы открыли второй магазин по адресу:

SHOWROOMS
7952 Bustleton Avenue Philadelphia, PA 19152 | 555 West Street Rd. Warminster, PA 18974



13032 Bustleton Ave, Unit F, Phila, PA 19116

215.764.3200

www. *Insurancexchg.com*



ERIC GASPARYAN

over 20 yrs experience
licensed in PA, NJ, FL

Доверьтесь нашим специалистам при выборе страхового полиса

**HOME/AUTO
MOTORCYCLE/TRAILER
RENTERS
HEALTH 2022 Enrollment is still open
GROUP HEALTH
DENTAL/LIFE/MEDICARE (over 65)**

**TRUCKING
GARAGE/DEALERS
CONSTRUCTION/BUILDERS RISK
APARTMENTS
COMMERCIAL PROPERTIES
HVAC and MUCH MORE...**

Мы работаем с самыми ведущими страховыми компаниями.
Наши агенты найдут для вас компанию с наилучшими для вас условиями.

МЫ ВСЕГДА ПРЕДСТАВЛЯЕМ ВАШИ ИНТЕРЕСЫ.



НАСЛАЖДАЙТЕСЬ ЖИЗНЬЮ, ЗНАЯ, ЧТО ВЫ ЗАЩИЩЕНЫ!



Carvell

Health Services, Inc

215-942-9696

Carvell Home Care - крупнейшее агентство по уходу за больными на дому.

С нашей помощью вы можете получить программу штата Пенсильвания PAS (Personal Assistant Service) для ухода за родственниками или друзьями.
Звоните нам с любыми вопросами!

**ПОСТОЯННО ТРЕБУЮТСЯ на FULL/PART TIME
ННА/НОМЕМАКЕРС**

ПРЕДОСТАВЛЯЕМ

- Высокую заработную плату
- Полностью оплачиваемую медицинскую страховку (включая dental, vision&prescription plans)
- Оплачиваемый 2-хнедельный отпуск
- Оплачиваемые праздничные дни
- Возможен график работы в вечернее, ночное время и в выходные дни.



Наш медперсонал имеет большой опыт работы в американских госпиталях и Home Care

ЗВОНИТЕ НАМ 24 ЧАСА В СУТКИ И МЫ ОБСУДИМ ВОЗМОЖНОСТЬ МАКСИМАЛЬНОЙ ПОМОЩИ НА ДОМУ

215-942-7555 (рус.) • 215-942-9696 (англ.)

БОЛЕЕ 25 ЛЕТ ЗАБОТЫ О ЛЮДЯХ

1051 County Line Rd, Suite 110, Huntington Valley, PA 19006