

ПРЕМЬЕРА!
24 АПРЕЛЯ
 в 7:40

Михаил БЕЛОВ
 Ольга АНИЧКОВА
 Михаил ГВОЗДИНОВ

Комедия Анатолия ТРИШКИНА

Temple Oheb Shalom
 7310 Park Heights Avenue
 Baltimore, Maryland 21208

СЕМЬ РАЗ ОТМЕРЬ

Билеты
 (443) 650-8025

РЕКЛАМА

ЖИЗНЬ

6

888-349-8877 • 443-831-3695

читайте газету на

March 18, 2020

Russian-American Newspaper "ADVERTISEMENT and LIFE"

www.adandlife.com

National Capital Legal Services

Русскоговорящий адвокат

Елизавета Крюкова and Associates

БОЛЕЕ 15 ЛЕТ ПРАКТИКИ

MEMBER of American Immigration Lawyers Association

8230 Old Courthouse Rd., Ste. 200, Vienna, VA 22182
 Toll Free: 1-888-323-5588
 Tel.: 703-534-5588
 Fax: 703-534-5585

www.ncls-inc.com
 law@ncls-inc.com

Вы имеете право получить освобождение от экзамена на гражданство США -

ЕСЛИ

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

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

ЗВОНИТЕ 1-301-320-0729

ДОКТОР Татьяна Резников

Врач высшей американской категории

— ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ:

- Болей в шейном, грудном и поясничном отделах позвоночника
- Болей в суставах и мышцах
- Ущемлений нервов в различных отделах позвоночника

— ЭЛЕКТРОДИАГНОСТИКА НЕРВНЫХ ПОРАЖЕНИЙ

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

ТРЕБУЮТСЯ ВОДИТЕЛИ КЛАСС А - DRY VANS!

НЕТ ОПЫТА - НЕ ПРОБЛЕМА, МЫ ОБУЧАЕМ!

УВАЖАЕМАЯ МУЖСКАЯ РАБОТА. ВЫСОКАЯ ЗАРПЛАТА.

- LOCAL и на дальние рейсы!
- СВЕЖИЕ ТРАКИ И TRAILERS!
- 24/7 ДОСТУП К ДИСПЕТЧЕРАМ
- ВОЗМОЖНЫ ВЫХОДНЫЕ ДОМА!
- ПАРКОВКА УДОБНО РАСПОЛОЖЕНА С 95-й И WOODHAVEN ROAD

ЗАРПЛАТА ПО МИЛЯМ ИЛИ СТАВКА (минимум \$6000/месяц)

ЗВОНИТЕ ПО ТЕЛ: **445.444.1699**

LAW OFFICE OF
ZHANNA A. MAYDANICH P.A.

РУССКОГОВОРЯЩИЙ АДВОКАТ

11403 Cronridge Drive, Suite 230
 Owings Mills, MD 21117

443-394-3900

e-mail: Zhanna@zmatlaw.com
 www.Zmatlaw.com

19 лет практики

Адвокаты

Вадим Мжень и Jack Lebowitz

Baltimore
410-654-3602
 Rockville
301-998-6100
 www.MarylandInjuryLawyer.net

АВАРИЯ?
 звоните 24 часа в сутки
410-935-6369

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

ADVANCED PHYSICAL THERAPY, LLC**ЕСЛИ ВЫ СТРАДАЕТЕ**

- болями в шее, спине, пояснице, мышцах и в суставах
- болями, связанными с последствиями автомобильных аварий, спортивных или производственных травм
- проблемами баланса, двигательного аппарата, головокружениями
- женскими урологическими проблемами



Предоставляется транспорт.

РАБОТАЕМ И В ВЕЧЕРНЕЕ ВРЕМЯ

410-415-0005
 Fax: 410-415-0006
 говорим по-русски

Принимаем все страховки, включая Медикер.

4000 Old Court Road, Suite # 100,
 Baltimore, MD 21208

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

**AMERICAN FINANCIAL NETWORK INC.**

FINANCING THE AMERICAN DREAM

**OLEKSANDR NAUMOVYCH**

Mortgage Loan Officer

NMLS# 1901024

Phone: **301.708.0400**

Cell: **571.278.6266**

Email: **AlexN@afncorp.com**

Fax: **301.708.0406**

9200 Corporate Blvd, Suite 320,
 Rockville, MD 20850

www.afncorp.com/rockville

ПОКУПКА И РЕФИНАНСИРОВАНИЕ

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ ПОДХОД К КАЖДОМУ КЛИЕНТУ

БЕСПЛАТНАЯ ПРЕ-КВАЛИФИКАЦИЯ НА ИПОТЕЧНЫЙ ПРОДУКТ

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ИПОТЕЧНЫЕ ПРОДУКТЫ В СООТВЕТСТВИИ С ВАШИМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ

ОФОРМЛЕНИЕ КРЕДИТОВ В 50 ШТАТАХ

MIN. CREDIT SCORE 500

96% CUSTOMER SATISFACTION

FHA AND VA LOANS

100% FINANCING AVAILABLE



Безупречная репутация и персональный подход к каждому клиенту!



Securityplus
 FEDERAL CREDIT UNION

Елена Бердичевская

Mortgage Loan Officer,
 NMLS #: 227663

SPECIAL OFFER
FREE APPRAISAL

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

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

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

7135 Windsor Blvd, Windsor Mill, MD 21244

yelena.berdichevskaya@securityplusfcu.org

www.securityplusfcu.org



EXIT
 EXIT ON THE HARBOR REALTY

Svetlana Kagalnikskaya
 REALTOR



ПОМОЩЬ ПРИ ПОКУПКЕ, ПРОДАЖЕ, АРЕНДЕ и ИНВЕСТИРОВАНИИ

- ANGEL VALLEY CR. EDGEWOOD, MD

Сдается basement с отдельной ванной комнатой, без мебели. Кухня, стиральные машинки в общем пользовании с хозяином. \$550 в месяц.

Cell: 443-204-3597

Office: 410-919-9660

БЕСПЛАТНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ
 lana@exitontheharbor.com



1744 East Joppa Rd. Parkville, MD 21234



Eugene Yeroshenko
 Insurance Broker

DRIVE SAFELY, BE COVERED!

Страховое агентство

BRAVO

MD, VA и DC

СТРАХОВАНИЕ
 автомобиля | недвижимости | бизнеса

Удобные и выгодные условия

301-222-3364

301-316-8714

bravoegene1@gmail.com

ОПЫТНЫЙ РУССКОГОВОРЯЩИЙ АДВОКАТ



АЛЕКС ПОБЕРЕЖСКИЙ
ДОКТОР ЮРИСПРУДЕНЦИИ США

Помощь на русском языке 410-484-3130

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

Первая бесплатная конфиденциальная консультация

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

410 - 484 - 0400

www.ALexHelp.com



ГРАЖДАНСКИЕ ДЕЛА

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

УГОЛОВНАЯ ЗАЩИТА

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

АГРЕССИВНО ПРЕДСТАВЛЯЕМ ВАШИ ИНТЕРЕСЫ

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

РЕКЛАМА и ЖИЗНЬ

www.adandlife.com

ИНФОРМАЦИОННО-РЕКЛАМНАЯ ГАЗЕТА
PUBLISHER -VITAL CONNECTIONS INC.

Издатель

Виталий Рахман

Менеджер

Ирина Вольская

Редактор

Владимир Крастошевский

Дизайнеры

Зорина Кункина

Екатерина Кириченко

1051 County Line Rd., Unit 112

Huntingdon Valley, PA 19006

215-354-0844 * 215-354-0842

215-240-4396 * 1-888-349-8877

Fax: 215-354-1323

e-mail: vc.inc@aol.com

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

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

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

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

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

Новости Балтимора

◆ Коронавирус в штате Мэриленд

Коронавирус стремительно распространяется по Соединенным штатам, и Мэриленд не является исключением. Согласно сообщению губернатора Лэрри Хогана (Larry Hogan), обнаруженному на прошлой неделе, в Мэриленде уже тогда были зафиксированы 6 подтвержденных случаев заражения коронавирусом COVID-19. Заражение вызвано контактами с носителями этого вируса, произошедшими за пределами Мэриленда. Зараженными коронавирусом оказались жители графств Prince George, Harford и Montgomery. Те из них, у кого появились симптомы заболевания, госпитализированы, остальные находятся в условиях домашнего карантина. Хотя в США введены строгие меры, ограничивающие проникновение в страну носителей вируса COVID-19, в ближайшее время можно ожидать некоторого увеличения числа жителей штата, зараженных коронавирусом.

◆ Все транспортные средства Балтимора требуют обновления

Статистика свидетельствует о том, что циркулирующие по Балтимору автобусы, выходят из строя в шесть раз чаще, чем в других крупных городах, например, в Сент-Луисе или Денвере. Ремонт на линиях городского метро происходят в пять раз чаще, чем в Кливленде или Вашингтоне, а наземные рельсовые вагоны (трамваи) выходят из строя в 3 раза чаще, чем в Питтсбурге или Солт-лейк-Сити. Управление транспортом Мэриленда (Maryland Transit Administration) не способно систематически обновлять подведомственные транспортные средства из-за отсут-

ствия необходимого финансирования. Эксперты считают, что для приобретения новых автобусов, вагонов метро и трамваев Управлению необходимо выделять по 500 миллионов долларов ежегодно в течение шести лет. Необходимое финансирование Управления транспортом должно быть обеспечено принятием соответствующего законодательного акта.

◆ Финансирование политических кампаний за счет налоговых поступлений

Городской совет Балтимора обсуждает возможность направления денежных поступлений от налога за энергию на финансирование политических кампаний. Соответствующий законопроект был внесен на рассмотрение Городского совета его членом Кристерфер Бёрнетт (Kristofer Burnett). Согласно законопроекту администрация города должна выделять фонду Fair Election 2,5 миллиона долларов из суммы налогов за энергию. Отчисления не должны повлечь за собой увеличения налога.

◆ Взятка политическому деятелю

Лэнс Лукас (Lance Lucas), бывший президент Черной торговой палаты Мэриленда (Maryland's Black Chamber of Commerce), а ныне бизнесмен, руководящий некоммерческой организацией Digit All Systems, предстал перед судом по обвинению в даче крупной взятки политическому деятелю. Лукас признал, что он дал взятку Cheryl Glenn, делегату Генеральной Ассамблеи штата, председателю демократической секции нижней палаты. Общая сумма взятки, переданная частями, составила 42,5 тысяч долларов. Коррупционные действия

Гленн тоже были расследованы агентами ФБР, и она предстала перед судом. Обоим предстоит провести значительный срок за решеткой.

◆ Весна в Мэриленде

Весна в Мэриленде наступила на три недели раньше, чем обычно. Метеорологи считают, что это результат необыкновенно теплого февраля. По данным Национальной службы океанических и атмосферных процессов (National Oceanic and Atmospheric Administration) весь зимний период, прошедший по метеорологической шкале с 1 декабря по 29 февраля, был рекордно теплым. Появление листьев и цветение некоторых деревьев, активность птиц и лягушек – все это свидетельствует о наступлении весенней погоды. Такая картина характерна не только для Мэриленда, но и для всего региона Средней Атлантики и юго-востока Соединенных штатов.

◆ Криминальная хроника

Ежедневно полицейские сводки сообщают об очередных происшествиях, сопровождаемых уличной стрельбой и её жертвами. На прошлой неделе в Торговом центре графства Балтимор в результате пулевого ранения был убит человек. В другом месте, в районе Rosedale, при перестрелке были ранены 5 человек. Полиция обнаружила жертв перестрелки около полуночи на парковке Kenwood Road. Все они были направлены в госпиталь. На северо-западе Балтимора, в районе Ashburton прибывшая по вызову полиция нашла мужчину с множеством пулевых ранений. В госпитале, куда он был доставлен, мужчина скончался. Ни в одном случае не удалось установить, кто совершил убийства.

Неустойчивость финансового рынка

Финансовые рынки и цены на нефть в продолжают скачки на фоне опасений из-за нового коронавируса, которые не умерили во втором за две недели экстренное снижение процентных ставок в США, ни другие меры по поддержанию экономики. Центробанки по всей Азии и Европе также снижают процентные ставки и вливают дополнительные средства в систему в попытке смягчить экономические последствия вируса, однако успокоить паникующих инвесторов пока не удается. Некоторые финансовые аналитики считают, что волатильность рынка связана в большой степени с действиями инвесторов, которые зарабатывают на т.н. «коротких сделках» - покупают акции вниз и продают, когда цены растут. Кое-где в Европе запретили «короткие сделки».

Прогнозы не радуют

Ожидается, что международные поездки сократятся в этом году на 10,5 процента на фоне хаоса в сфере туризма и отдыха, вызванного распространением коронавируса. К таким выводам пришла отраслевая консалтинговая компания Tourism Economics. В случае если этот прогноз сбудется, это станет крупнейшим снижением объема перевозок в годовом исчислении.

Последствия будут кратковременными

Удар, нанесенный вспышкой коронавируса американской экономике, будет иметь краткосрочные последствия заявил министр финансов Стивен Мнучин.

Мнучин заявил, что Министерство финансов и Федеральная резервная система работают над поддержанием деятельности рынков, предоставляя «ликвидность без ограничений». Он также отметил, что проходят переговоры с демократами в Палате представителей по поводу комплекса экономических мер. Министр финансов добавил, что администрация рассматривает возможность заморозки выплаты студенческих федеральных кредитов и освобождения от уплаты определенных видов пошлин для компаний, пострадавших из-за вспышки вируса.

Майкл Флинн будет помилован

Экс-советник по нацбезопасности Майкл Флинн может совсем скоро получить президентское помилование. Он лишь три недели находился на посту советника Дональда Трампа. Почти сразу после вступления в должность ему устроили неожиданный допрос в Белом доме два агента ФБР. Позже они обвинили Флинна в даче ложных показаний и завели против него уголовное дело в рамках расследования «Рашагейта». Позже оказалось, что документы допросов были искажены таким образом, чтобы обвинить генерала в даче ложных сведений агентам ФБР. Впоследствии Флинн отказался от своих признательных показаний, данных под давлением.

Еще один отправился к гурьям

Один из высокопоставленных полевых командиров иранского Корпуса стражей исламской революции Фархад Дабириян убит в Сирии 6 марта при неизвестных обстоятельствах. Об этом сообщило иранское агентство FARS. Подробности о его убийстве не публикуются.

Известно только, что убитый в течение длительного времени курировал сирийской направление в КСИР. Боевики иранского Корпуса стражей исламской революции сотрудничают с проиранскими шиитскими отрядами и Хизбаллой для оказания помощи режиму Башара Асада и для создания в Сирии инфраструктуры для борьбы с Израилем.

Чрезвычайные меры

Европейские страны принимают новые жесткие меры в связи с пандемией новой коронавирусной инфекции. В Чехии ввели чрезвычайное положение. Словакия запрещает въезд всем иностранцам, кроме имеющих в стране вид на жительство. Будут закрыты школы, аэропорты, рестораны. Больше всего заболевших и умерших в Италии. Президент США заявил, что Соединенные Штаты на 30 дней вводят мораторий на въезд граждан стран Шенгенской зоны, в которую входит подавляющее большинство стран ЕС. Этот шаг вызвал резкую реакцию Евросоюза. В заявлении ЕС утверждается, что США предприняли его в одностороннем порядке, без предупреждения.

Спорная инициатива

В Украине презентовали Национальную платформу примирения и единства, которая рассматривает реинтеграцию Донбасса. Платформа, будет координировать общественные организации и способствовать диалогу с «той стороной», сказал на презентации заместитель секретаря Совета национальной безопасности и обороны Сергей Сивохо. Украинская пресса сообщает, что презентацию платформы, которая направлена на реинтеграцию неподконтрольной части Донбасса, пытались сорвать представители националистических сил,

которые считают, что заявленная инициатива играет на руку Путину.

Путин - навсегда

Владимир Путин поддержал предложение изменить положение Конституции, ограничивающее число президентских сроков. Это позволит 67-летнему Путину еще долго оставаться у власти после окончания нынешнего, в теории последнего, срока в 2024 году. В соответствии с предложенными изменениями, которые формально должен поддержать предстоящий общенациональный референдум и одобрить Конституционный суд, нынешний российский лидер получит право еще дважды баллотироваться в президенты и, таким образом, продлить свое 20-летнее правление в Кремле до 2036 года, а возможно, и дольше. Несколько лет назад Жириновский уже предлагал объявить Путина царем.

Китай насильно изымает донорские органы

Китай гарантирует получение любых донорских органов в течение 24-72 часов – по соответствующей цене. Для любого, кто знаком с системой добровольного донорства органов в Соединенных Штатах, где среднее время ожидания для печени превышает 300 дней, такая доступность вызывает вопрос об источнике органов. Ба самом деле, давно уже не для кого не секрет, что китайские власти преследуют, заключают в тюрьмы и затем принудительно делают операции по извлечению органов у последователей движения Фульгун, у уйгурских мусульман и других категорий китайцев, которых коммунистическое правительство считает неблагонадежными. Этот «бизнес» приносит китайскому правительству постоянный и серьезный доход.

УРОК ПОЛИТГРАМОТЫ

Феодализм:

У Вас есть две коровы. Ваш хозяин забирает часть молока.

Социализм:

У вас есть 2 коровы. Одну вы отдаете соседу.

Коммунизм:

У вас есть 2 коровы. Государство забирает обеих коров и дает вам немного молока.

Тоталитаризм:

У вас есть две коровы. Правительство забирает обеих, а вас призывает в армию.

Диктатура:

У вас есть две коровы. Правительство забирает обеих, а вас расстреливает. На молоко налагается запрет.

Классический капитализм:

У вас есть 2 коровы. Вы продаете одну и покупаете быка. Ваше стадо множится. Вы продаете стадо и на вырученные деньги уходите на пенсию.

Капитализм по-французски:

У вас есть 2 коровы. Вы выходите на забастовку, организуете беспорядки и блокируете дороги, т.к. вам хочется, чтобы у вас были три коровы.



Капитализм по-итальянски:

У вас есть 2 коровы, но вы не знаете где они. И решаете пойти пообедать.

Капитализм по-испански:

У вас было два быка, но вы устроили корриду, порешили обоих, потом плюнули на все, потому что началась сиеста.

Капитализм по Соросу:

У вас есть две коровы. Вы продаете три коровы дочерней компании в Корее, используя кредит из брюссельского банка, полученный на имя тещи. Затем вы перекупаете уже четырех коров с помощью американского посредника, который оформляет на ваше имя дарственную, чтобы вы не платили налоги с пяти коров. Евросубсидии, которые вы получаете за

молоко шести коров, вы инвестируете в корейскую дочернюю компанию; в годовом отчете пишете, что у вас восемь коров, и списываете с налогов все свои расходы.

Капитализм по-швейцарски:

У вас 5000 коров. Ни одна из них вам не принадлежит, но вы их доите, да еще берете деньги с владельцев за их хранение.

Капитализм по-индийски:

У вас есть 2 коровы. И вы на них молитесь.

Капитализм по-пакистански:

У вас отродясь не было коров, но вы



искренне считаете индийских коров — своими.

Новозеландский капитализм:

У вас есть две коровы. Та, что слева, довольно сексуальная.

Сюрреализм:

У вас есть два жирафа. Государство их забирает и требует, чтобы вы брали уроки игры на баяне.



ДОКТОР
Татьяна
Резников

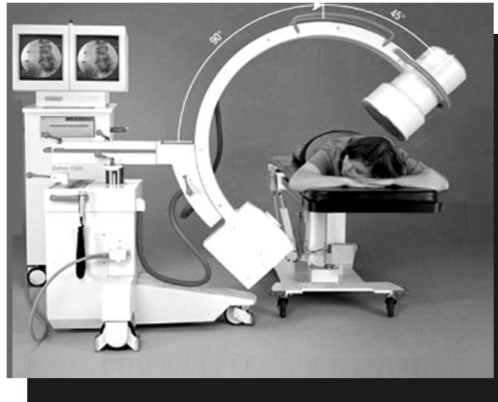
Врач высшей американской категории

PAIN TREATMENT
CENTER OF MARYLAND

■ ДИАГНОСТИКА
И ЛЕЧЕНИЕ:

- Болей в шейном, грудном и поясничном отделах позвоночника
- Болей в суставах и мышцах
- Ущемлений нервов в различных отделах позвоночника

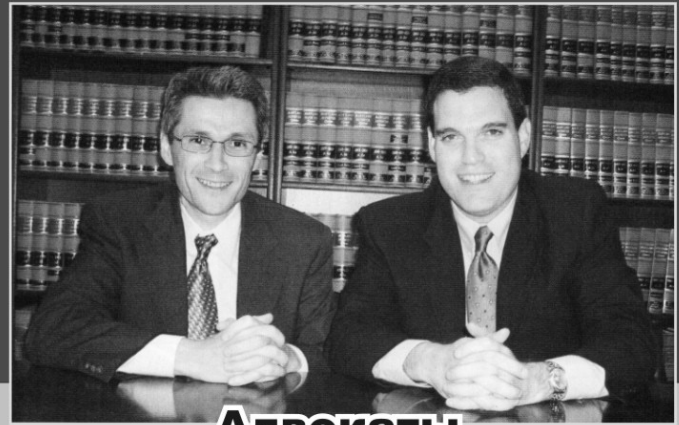
■ ЭЛЕКТРОДИАГНОСТИКА
НЕРВНЫХ ПОРАЖЕНИЙ



410-833-1011

116 Westminster Pike
Suite #106
Reisterstown, MD 21136

Принимаем
большинство страховок
и Medicare



Адвокаты

Вадим Мжень и Jack Lebowitz

Специальные телефонные линии
юридической помощи на русском языке
Baltimore **410-654-3602** Rockville **301-998-6100**

ПЕРВАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ - БЕСПЛАТНО

- АВТОМОБИЛЬНЫЕ АВАРИИ
- МЕДИЦИНСКИЕ ОШИБКИ
- ТРАВМЫ В ДОМАХ ДЛЯ ПРЕСТАРЕЛЫХ
- ВОЖДЕНИЕ В НЕТРЕЗВОМ СОСТОЯНИИ
- КРИМИНАЛЬНАЯ ЗАЩИТА
- КРАЖИ, НАРКОТИКИ, НАПАДЕНИЯ И ДР.

Никакой оплаты до успешного завершения дела в случае автомобильных аварий и иных травм

АВАРИЯ?

звоните 24 часа в сутки:

410-935-6369



www.MarylandInjuryLawyer.net

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

B. W. MEDICAL SUPPLY, Inc
ОФИС МЕДИЦИНСКОГО ОБОРУДОВАНИЯ

ЕСЛИ У ВАС ВОЗНИКЛА
НЕОБХОДИМОСТЬ В:

- * электрической коляске
- * госпитальной кровати
- * переносном туалете
- * стульчике и перилах для ванной
- * приспособлениях для ходьбы
- * кислородных аппаратах и ингаляторах
- * медицинских чулках и колготках
- * электрогрелке, электрофорезе
- * парафиновых ваннах

всем этим вас обеспечит внимательный и доброжелательный персонал нашего офиса.

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

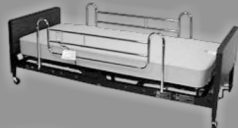
Если вы не можете сами приехать к нам, мы привезем и отвезем вас нашим транспортом.

Мы всегда рады видеть вас в нашем офисе по адресу:
226 REISTERSTOWN Rd.
Baltimore, MD 21208
410-602-7766

Из Вашингтона и окрестностей звоните, пожалуйста, **1.800-616-8146**



Будьте здоровы!



ABSOLUTE
Home Health Care

www.myabsolutecare.com

Мы понимаем ваши проблемы и предлагаем профессиональную помощь в их решении.

НАША ЦЕЛЬ - ВАША УЛЫБКА И ЗДОРОВЬЕ



МЫ ПЕРЕЕХАЛИ

7920 McDonogh Rd., Suite 103
Owings Mills, MD 21117

410-580-9100

О КОРОНАВИРУСЕ

После того, как мне позвонили и написали двенадцать друзей в один день с вопросами о коронавирусе, я поняла, что пора все же написать и ответить всем и сразу.

Я смотрю статистические данные и их динамику, которые показывают, что эпидемия не сравнима по силе, например, с эпидемиями 2004 и 2009 года. Это не значит, что не нужно быть осторожными, это значит, что паники быть не должно. Карантин и основные превентивные мероприятия должны быть, особенно в тех районах, где большой поток людей, но на ТВ и радио должны об этом говорить вирусологи, а не журналисты и политики. Нам с вами стоит подумать, как выстроить свою жизнь в этот период.

Этот грипп, исходя из тех скромных данных, что можно почерпнуть из компетентных источников, относится к азиатскому типу. Но, в отличие от них, имеет скрытый период не 72 часа, а 7-14, а по некоторым данным даже 28 дней. Кроме того, у молодых людей с сильной иммунной системой он проходит легко, с небольшими симптомами, на которые молодые люди могут не обратить внимание и продолжать социальную активность. Часто разносчиками становятся люди, не подозревающие, что являются носителями вируса.

Отсюда совет первый: Старайтесь по возможности избегать толпы; ходите в магазин за продуктами не в часы пик, чтобы не стоять в очереди в кассу; отмените походы на мероприятия, где будет много детей или молодёжи, особенно, если это будет проводиться в закрытом помещении. Лучше вообще воздержаться, если возможно, от посещения мест, где собирается много людей.

Вирусы в отличие от микробов не жизнеспособны. Они боятся солнечного света, сухого холода или жары, легко окисляются кислородом воздуха. Если вы посмотрите на карту мира с индикацией распространения вируса, то Африка и Сибирь пока самые чистые. Конечно, нельзя списывать со счетов несовершенство ранней диагностики в этих регионах, но все же сухая жара и сухой холод помогают остановить вирус. И наоборот, влажная и тёплая зима в этом году способствует распространению его во многих странах.

Поэтому совет второй: Проветривайте ваши квартиры и дома; если есть ультрафиолетовые лампы, используйте их. Включайте очистители воздуха, если они у вас есть, каждый день, и наоборот, не используйте пока увлажнители воздуха. Советую приобрести озонаторы (ионизаторы). Озон наверняка убьёт не только все вирусы в вашем доме, но все бактерии, причём, даже там, куда ультрафиолет не доберётся; любая тень остановит свет, а вот газ пролезет везде. Не забудьте, что озонирование нужно проводить в тех комнатах, где нет людей, так как в большом количестве он небезопасен. После того, как двери комнаты откроются, через 10 – 15 минут озон превратится опять в кислород и помещение станет доступным. Озонаторы, в отличие от масок, не подорожали на Амазоне и стоят недорого. Эта машина пригодится вам и в бу-

душем. Особенно советую приобрести ее, если с вами живут пожилые люди, онкобольные или те, кто недавно перенёс бронхит, пневмонию или тяжёлую простуду. А также те, кто болеет сейчас, ведь несмотря на тотальную рекламу коронавируса, остальные виды гриппа или простуды ещё никто не отменял. Такой озонатор поможет в школьных классах или детсадах. Ведь именно там всегда проблемы с проветриванием.

Судя по карте распространения болезни, этот вирус делает свою грязную работу там, где привычка к курению особенно распространена. В отличие от других азиатских вирусов гриппа, этот поражает не верхние дыхательные, а нижние дыхательные пути, в том числе, и лёгкие. Потому люди, проживающие в промышленных зонах и курильщики имеют больший риск, потому должны быть особенно осторожны и построить свою защиту от вируса на основе повышения иммунной системы.

Вирусы – это предельно примитивные существа, вот почему против них трудно выстроить защиту. Они способны проникнуть в клетку, захватить ядро и заставить клетку работать на себя любимых, при этом они отравляют клетку продуктами своей жизнедеятельности и убивают ее. Судя по поведению коронавируса, это один из слабых вирусов. Если скрытый период от 7 до 14 дней, это значит, что деление вируса замедленно и захват организма происходит медленнее, чем при обычных азиатских типах, а лишь тогда, когда вирусы размножатся до критической массы. Это значит, что сильная иммунная система сможет справиться с ним еще на подходе к захвату, значит, пора ее укреплять. С другой стороны, большой скрытый период опасен тем, что симптомы могут проявиться слишком поздно.

Совет третий: Проверьте вашу бутылочку с мульти-витаминами на наличие железа и цинка, два этих компонента укрепляют иммунную систему, используйте их на протяжении всего периода эпидемии. К этим витаминам добавьте витамин С в ударных дозах (1 – 2 грамма после еды каждый день)). Витамины не обязательно должны быть дорогими, главное, что они должны содержать цинк и железо в дозах, сравнимых с дневной нормой. (Дневная норма в процентах даётся в списках ингредиентов).

Поскольку бактерии - антагонисты вирусов, рутинное употребление пробиотиков поможет в борьбе с ними. Если вирус уже начал свою разрушительную работу, то большое количество слизи, состоящее из мёртвых клеток тела пойдет через желудочно-кишечный тракт. Мёртвые клетки нашего тела – прекрасная среда для развития нового цикла инфекции, вот почему обильное кисло-сладкое тёплое питье и энтеросорбенты помогают не заболеть вторично, и это касается всех видов гриппа или простуды. Это особенно важно для тех, кто собирается в путешествие, приготовьте все заранее, чтобы не тратить потом время на аптеки.

Маски: носить или не носить? Сообщения, что маски не помогают задерживать вирус появились недавно, и, я думаю, спровоцированы они тем, что многие, поддавшись панике, затарились масками на десятилетия вперед, а госпиталям и клини-

кам сейчас их не хватает. На самом деле обычные одноразовые маски не задерживают вирус, но чисто механический барьер могут построить. Ведь вирус живёт и здравствует долго только в биожидкостях. Микрокапли слюны, которые мы выделяем при разговоре, кашле или чихании, как раз хорошо задерживаются такой простой маской. Другое дело, стоит ли ее надевать где-то ещё, кроме как в госпитале, больнице или дома при уходе за больным. Может быть, просто избегать толпы, очередей, ненужных тусовок и, если не удалось самоизолироваться, например в транспорте, просто меньше разговаривать. Маски не случайно называются одноразовыми, они работают только несколько часов, и использовать их вторично не стоит. Наши собственные биожидкости, пойманные в виде тумана, создают в маске прекрасную среду для размножения бактерий и вирусов, и маски, используемые вторично, становятся источником заражения.

Санитайзеры, которые скупаются сейчас тоннами, тоже палка о двух концах. С одной стороны, они дают нам иллюзию безопасности, с другой - высушивают кожу до состояния пустыни Гоби. Вирус по-прежнему слишком большой, чтобы проникать через кожный барьер, но достаточно маленький, чтобы проникнуть через глубокие микротрещины кожи. Вирус можно убить не только хлором или лизолом, его убивают: спирт, уксус и сода, перекись водорода, лимонная кислота и серебро. Пакетики со сложными тканевыми салфетками, пропитанными жидким мылом – это уже средство защиты, которое можно брать с собой - любое мыло - санитайзер. Кстати, серебряный санитайзер можно легко сделать самим. Берём пузырёк из под старого лака для волос или спрея для волос маленького размера, опускаем в него старую сломанную цепочку или сережки, или ещё какой серебряный лом, заливаем водой и через 6 – 10 часов (в зависимости от размера пузырька или серебряной вещи) санитайзер готов, причем вечный. Все что требуется это подливать воду. У меня такой в машине уже лет пять.

И даже, если у вас или ваших близких появились симптомы, похожие на заражение коронавирусом, все ещё не стоит паниковать, нужно действительно обратиться в больницу, настоять на обязательном тесте. Экспресс-тест, как правило, не показывает точный генотип вируса, а определяет по маркерам только его принадлежность к семье азиатских. Только полный тест, который будет готов только через 7-10 дней, сможет точно определить его принадлежность. Но усиление иммунной системы, профилактику отёка лёгких и лечение симптоматики можно и нужно начать сразу же.

Я понимаю, что все простые средства, что я указала, кажутся несерьёзным оружием против такой страшной болезни. Но, как правило, самые простые средства – самые эффективные, правда, если их использовать и относиться к ним серьёзно. Удачи нам всем.

Lana Finley

Советы японских врачей, лечащих COVID-19. Каждый должен следить за тем, чтобы ваш рот и горло были влажными, а не сухими. Делай-

те несколько глотков горячей воды каждые 15 минут. Вирус Уханя не является термостойким и погибает при температуре 26-27 градусов. Даже если вирусы попадут в ваш рот, питьевая вода или другие жидкости вымывают их через пищевод в желудок, а там кислоты в желудке убьют их.

Тайваньские эксперты советуют простую самопроверку, которую мы можем проводить каждое утро. Сделайте глубокий вдох и задержите дыхание более, чем на 10 секунд. Если вы успешно завершите его, не кашляя, не испытывая дискомфорта, стеснения и т.п., то это доказывает, что в лёгких нет фиброза, и это указывает на отсутствие инфекции.

Причины психического заболевания в третьем возрасте

Всякий раз, когда я преподаю уроки медицинской клиники студентам четвертого курса, я задаю следующий вопрос: по каким причинам люди третьего возраста испытывают умственные затруднения? Обычные ответы: мозговые изменения, начало болезни Альцгеймера. Я отвечаю: нет! Есть три наиболее распространённых ответственных фактора:

- неконтролируемый диабет;
- инфекция мочевыводящих путей;
- обезвоживание

Люди старше 50 лет перестают испытывать жажду и перестают пить жидкости.

Когда некому им напомнить о том, что необходимо пить воду и другие жидкости, они быстро «высыхают». Обезвоживание является серьёзным фактором и влияет на весь организм. Оно может вызвать внезапную спутанность сознания, гипертонию, учащенное сердцебиение, боль в груди, остановку сердца, кому и, даже, смерть. Я настаиваю - это не шутки!

Вода нам нужна в организме. Обезвоживание - это часть естественного процесса старения. Люди старше 50 лет имеют меньший запас воды в организме, но они не чувствуют жажды и необходимости пить воду, потому что их внутренние уравнивающие механизмы работают не так хорошо. Хотя люди старше 50 лет могут выглядеть совершенно здоровыми, эффективность химических реакций и функций ухудшается во всем их организме.

Итак, вот вам два совета:

1. Привыкайте пить жидкость: воду, соки, чай, кокосовую воду, молоко, супы, желе и фрукты. Используйте так называемую «богатую воду» - это арбуз, дыня, персики, ананасы. Апельсин и мандарин тоже работают. Важно, чтобы каждые два часа вы пили немного жидкости. !

2. Постоянно предлагайте жидкости людям старше 50 лет в вашей семье.

Если они отказываются от жидкостей, и однажды вы обнаруживаете, что они растеряны, расстроены, им не хватает воздуха, они проявляют недостаток внимания - будьте уверены, это почти наверняка симптомы обезвоживания.

Арнальдо Лихтенштейн,
врач, клинический директор клиники De Las Clinicas.



LOVING CARE HOME SERVICES

Агентство по уходу за пожилыми людьми

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



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

Вы хотите окружить ваших родных заботой?

- Приходите к нам!

Вы хотите получить отменный сервис?

- Приходите к нам!

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

**НАДЕЖНЫЙ И ДУШЕВНЫЙ ПРОВАЙДЕР
ПОЗАБОТИТСЯ О ВАС С ТЕПЛОМ И ЛЮБОВЬЮ**

МЫ ПРЕДОСТАВЛЯЕМ ПОЛНЫЙ КОМПЛЕКС УСЛУГ НА ДОМУ

**ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ
ПРОВАЙДЕРОВ**

Отличные условия.
Минимальная оплата \$14+

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

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

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

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

Говорим по-русски

Rullex

ОБЪЯВЛЯЕТ НАБОР

☞ **SUBCONTRACTORS**
☞ **CREW LEADERS**
☞ **TOWER CLIMBERS**



**ДЛЯ УСТАНОВКИ
И ОБСЛУЖИВАНИЯ
ОБОРУДОВАНИЯ
В СФЕРЕ
ТЕЛЕКОММУНИКАЦИЙ**

Опыт работы приветствуется
Высокая оплата труда и постоянная
занятость ГАРАНТИРУЮТСЯ

267-237-9944 267-398-2028

ТРЕБУЮТСЯ ВОДИТЕЛИ КЛАССА - DRY VANS!

**НЕТ ОПЫТА -
НЕ ПРОБЛЕМА,
МЫ ОБУЧАЕМ!**

- LOCAL и на дальние рейсы!
- СВЕЖИЕ ТРАКИ И TRAILERS!
- 24/7 ДОСТУП К ДИСПЕТЧЕРАМ
- ВОЗМОЖНЫ ВЫХОДНЫЕ ДОМА!
- ПАРКОВКА УДОБНО РАСПОЛОЖЕНА С 95-Й И WOODHAVEN ROAD



**ЗАРПЛАТА ПО МИЛЯМ
ИЛИ СТАВКА
(минимум
\$6000 /месяц)**

**УВАЖАЕМАЯ
МУЖСКАЯ
РАБОТА.
ВЫСОКАЯ
ЗАРПЛАТА.**



ЗВОНИТЕ ПО ТЕЛ: 445.444.1699

Жила-была простая афроамериканская женщина по имени Рейчел — то есть ЖИЛА как афроамериканская женщина, а БЫЛА видной борцуньей за права черных людей, угнетаемых, как известно, белой нелицемерью. Помимо известности и славы, эта борьба принесла ей то, что обычно сопутствует двум первым ингредиентам, а именно, деньги, должности и уверенность в завтрашнем дне. Рейчел президентствовала в отделе Национальной Ассоциации Продвижения Цветного Народа (НААСР), профессорствовала в Университете Восточного Вашингтона, омбудменовала (вернее, — вуменствовала) в муниципальной комиссии своего города и, видимо, еще немножко шила.

И, конечно, регулярно выводила свой цветной народ на демонстрации против засилья белых угнетателей. «Мы, черные американцы... — кричала она в установленный перед нею букет из десятка-другого микрофонов, — ... мы не позволим!.. мы не потерпим!.. мы требуем!..» И продвинутый цветной народ, вместе с примкнувшей к нему бесцветной толпой, интенсивно бил в ладоши, свистел в два пальца, топал ногами и кричал неразборчиво, но согласно — то есть, как минимум, не безмолвствовал.

Рейчел любили все — и вышеупомянутый цветной народ, и студенты, и чиновники, и пресса. Особенно преста: ведь эта энергичная женщина представляла собой яркий пример жизненного, морального и карьерного успеха продвинутой афроамериканской феминистки. Поэтому она ничуть не удивилась, когда очередной телеканал в очередной раз запросил ее взять у нее очередное интервью. Рейчел ожидала, что разговор, как всегда, пойдет об участившихся преступлениях на почве расовой ненависти, но уже первый вопрос оказался совершенно неожиданным.

«Действительно ли вы афроамериканка?» — поинтересовался репортер.

«Я не понимаю, о чем вы», — pokrившись красными пятнами, промямлила борцунья. «Ваши родители... — уточнил интервьюер. — Правда ли, что они белые — оба?» Рейчел вскопчила и выбежала из комнаты. Поговаривали, что кто-то видел, как она изменившимся лицом бежит пруду, но за это я уже не ручаюсь. Выяснилось, что женщина, мягко говоря, нафантазировала касаясь своей расовой принадлежности. Что оба ее родителя блее белого танца и белого шума. Что родителям обрыдло, наконец, вранье избрательной дочурки, и они согласились возвестить об этом публично.

Возможно, кто-то из вас помнит этот скандал — он разразился не так давно, и даже израильский левацкий листок под названием «Гаарец» посвятил ему статью, с первых же абзацев, впрочем, ушедшую в обсуждение вопроса, кого следует считать евреем. Но Б-г с ними, с евреями — вернемся лучше к несчастной Рейчел. Угораздило же бедняжку родиться от — как это принято определять в Америке — чистокровного кавказского (то есть белого) отца и чистокровной кавказской (то есть белой) матери — ну так что?! Не от кавказской же овчарки! Признавшись в итоге в своей генетической ущербности, Рейчел Долежал объявила, что не собиралась никого обманывать: она ДЕЙСТВИТЕЛЬНО чувствует себя

ХАИМ-БА-СЕРЕТ



негритянкой! Или, как она сформулировала это позже, ТРАНСНЕГРИТЯНКОЙ...

И вот прошло два года, и корреспондент уважаемой некоторыми английской газеты «Гардиан» приехал в штат Вашингтон поинтересоваться развитием тогдашних событий и текущим положением дел. Положение, скажем прямо, не ахти. Рейчел Долежал не только лишена поста Президента, но и исключена из родной ассоциации, а также с треском выставлена из университета. Закрыв перед нею двери и муниципалитет — и не только он. Вот уже много месяцев Рейчел пытается устроиться на работу — не профессором, о чем вы?! — хотя бы кассиршей в супер. Не берут. Единственные полученные ею предложения касались съемок в порно или в реалити-шоу (что, как известно, примерно одно и то же). Бывшая суперзвезда цветного сопротивления питается на продовольственные талоны и не может заплатить за квартиру.

Короче, занавес.

И я спрашиваю вас, друзья, какого черта? Они что там, совсем спятили, в стране совмещенных сортиров? Почему усатый-бородатый обладатель мужского полового члена имеет право в любой момент объявить себя вуменом и лишь на этом основании потребовать (и получить!) свободный доступ в женскую душевую, а вполне себе смуглая кавказская не-овчарка не может считаться цветной, даже если очень этого хочет?

Расизм! Чистейшей воды расизм тех, кого объявляют жертвами расизма, скажете вы и будете совершенно правы. Давно известно, что нет большинства расистов, чем левые подлещи. Они могут часами распинаются перед вами о правах арабского человека, а потом на голубом глазу спросить, недоверчиво скривив рот: «Вы что, хотите жить с арабами?»

Но меня в данном случае интересует несколько другой момент, описываемый ивритским выражением «хаим-ба-серет». Дословный перевод — «живут в фильме» — плохо отражает презрительный, насмешливый характер оригинала, адресованного тем, кто, отказываясь признавать реальную действительность, предпочитает жить в воображаемом мире, наподобие персонажей киноленты. Хаим-ба-серет.

Рейчел Долежал — как и другая Рейчел, Корри, — та самая истекающая розовыми соплями дурочка, которая попала в Газе под бульдозер ЦАХАЛА, — представляет собой ти-

пичную жертву левого вранья, поселения людей в фильме, в иллюзорной, воображаемой действительности. Там, в иллюзии, все люди братья-сестры или даже бесполо-равные ангелы, а туалеты совместны уже хотя бы потому, что ангелы, извините, не испражняются. Там можно остановить войну добрым словом, подружить волка с овцой и одной лишь силой желания стать кем угодно — хоть транснегром, хоть марсианином, хоть соковыжималкой — только захоти. Рейчел Долежал захотела — и стала. И Рейчел Корри захотела — и стала. И не их вина, что потом кино столкнулось с реальностью, с бульдозером, с черным расизмом, с левым враньем. Вина — на глунах-убийцах, заставивших их поверить в красивую сказку.

Ба-серет (то есть в фильме) живут отнюдь не только рейчел-корри-долежалы, клинические идиоты и ромео-джульетты, временно потерявшие разум по причине внезапной влюбленности. Ба-серет живут еще и люди убеждений, отчего-то именуемых «левыми». В самом деле, леваки всегда устремлены к некому воображаемому идеалу (социальной справедливости, устранения эксплуатации, всеобщего равенства, всеобщей самореализуемости или загадочной субстанции т. н. «универсальных» ценностей). Как показывает исторический опыт, этот идеал ВСЕГДА оказывается невозможным на практике, что ничуть не мешает леваку с пеной у рта утверждать прямо противоположное. Иными словами, жить ба-серет.

Моя воля — я бы так их и называл: «басереты», отменив другие, совершенно не отражающие суть названия. Ну, при чем тут хорошее слово «левый», принадлежащее отнюдь не к сфере идеологии, а к ориентации в пространстве? Или, скажем, «либерал» — ну, какие из них либералы? Нет ничего более несовместимого с «либерти», то есть свободой, чем тоталитарные замашки басеретов.

Последнее, кстати, является их важным характеристическим признаком, и это закономерно. Что остается делать басерету, когда он сталкивается с фактом реальности, решительно противоречащим его воображаемой модели? Известно что: пытаться изо всех сил исправить упрямую действительность, дабы переместить ее к себе, в кино, в свой чудный мир прекрасных иллюзий. Басерет не просто изобретает fake news — этого мало; басерет выстраивает целую fake universe. Длинное укорачивает, ко-

роткое вытягивает, круглое квадратирует, а квадратное круглит, и тут уже, понятное дело, никак не обойтись без гильотины, судебной тройки, гестапо, БАГАЦа, Гулага и Аушвица.

Вот вам совсем свежий пример. Если, согласно сценарию фильма, президентство Трампа должно непременно вызвать взрыв ксенофобии и антисемитизма, а упрямая реальность все никак не взрывается, то следует ей помочь. И вот, как по мановению волшебной сценарной палочки, по всей Америке громятся еврейские кладбища, а еврейские учреждения получают анонимные сообщения о подложенной бомбе. Бомбы пока иллюзорны, что дополнительно указывает на связь анонимов не с каким-нибудь условным Ку-клукс-кланом, а именно с преобладающими в идеологическом миреже басеретами. Первый такой уже арестован — как и следовало ожидать, это отнюдь не «типичный избиратель Трампа» и не «фашиствующий реднек», а шизанутый молодой афроамериканец Хуан Томпсон, более-менее типичный представитель Black Lives Matters, то есть натуральный гриб из грибницы Хиллари, Сандерса, CNN и «Нью-Йорк Таймс». Одним словом, басерет.

Мне часто приходится слышать, что, мол, «левые» в Израиле — это что-то одно, а в Европе, мол, совсем-совсем другое. Что, мол, галльонская партия МЕРЕК сильно отличается от гитлеровской НСДАП, и обе — от сталинской ВКП (б). Глупости, друзья. Как говаривала моя бабушка, зильбе дрек. Все они, без исключения — типичные басереты, то есть живут/жили воображаемым неосуществимым идеалом и изо всех сил стараются/старались реализовать его посредством вышеупомянутых инструментов. И неважно, в какой именно области и из какого материала выстроен этот идеал — из марксистской политэкономии с примесью мессианства, из прекраснотушных соплей с примесью анархизма или из нордических рун с примесью ницшеанства — важно, что и то, и другое, и третье, и пятое, и десятое — кино, иллюзия, пустота, сотрясение воздуха.

У власти басереты обычно только страшны, а в оппозиции еще и нелепы. Самой ужасной для них становится ситуация, когда реальность явно перевешивает тщательно подготовленную иллюзию. Вспомните, как в течение долгих месяцев полчища телевизионных басеретов убеждали нас, что Хиллари Клинтон уже, считай, президент. Они попросту не допускали иной возможности, поднимая на смех любого робкого оппонента. Те, кто смотрят сейчас новый сезон сериала Homeland, наверняка обратили внимание на тамошний антураж: в фильме действует женщина-президент, похожая на Хиллари, декламирующая Хиллари-тексты, с помощником, поразительно напоминающим мини-Обаму (цветом посветлее, ростом пониже и ртом поменьше). А еще там, само собой, фигурируют коварные израильяне, безбожно клеветующие на Иран, и честные мусульмане, безвинно страдающие из-за поклевков злодейских разведслужб (где засели злые разжигатели войны — видимо, республиканцы).

Иными словами, сериал снимался в полной уверенности, что победа останется за басеретами, а дальше

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

которая ПО ЧЕТВЕРГАМ и ВОСКРЕСЕНЬЯМ курсирует между Бруклином, Балтимором и Большим Вашингтоном от двери до двери.

Мы приглашаем вас также в увлекательные экскурсии из Большого Вашингтона и Балтимора по историческим и живописным местам Восточного Побережья.



С МАРШРУТКОЙ ВСЁ БЛИЗКО!

Возможны индивидуальные заказы.

4-5 апр., субб.-воскр.	ВЕСЕННИЙ НЬЮ-ЙОРК. ЗНАКОМСТВО С ВЕРХНИМ МАНХЭТТЕНОМ, музей КЛОЙСТЕРС и новые места острова. Опера «Мадам Баттерфляй» в МЕТРОПОЛИТЕН-ОПЕРА. (гостиница с завтраком, билеты в оперу и музей включены) \$300
25 апр., субб.	ОДНОДНЕВНАЯ ПОЕЗДКА В НЬЮ-ЙОРК. ИЗ КЛАССИКИ БРОДВЕЙСКИХ МЮЗИКЛОВ - «ПРИЗРАК ОПЕРЫ». . . \$160
23 мая, субб.	СОТНИ СКУЛЬПТУР В ПРЕКРАСНОМ БОТАНИЧЕСКОМ САДУ. ГЕРОИ КАРТИН РЕНУАРА, МАНЕ, ОЖИВШИЕ В ТРЕХМЕРНОМ ИСПОЛНЕНИИ. День, проведенный на свежем воздухе, среди прекрасных деревьев и цветов, на берегу пруда, в созерцании скульптур запомнится вам навсегда. \$100
20 июня, субб.	ОДНОДНЕВНАЯ ПОЕЗДКА В НЬЮ-ЙОРК. БАЛЕТ ЭЙФМАНА «РУССКИЙ ГАМЛЕТ» В ЛИНКОЛЬН-ЦЕНТРЕ. \$160

ВСЕ ПОЕЗДКИ НА СПЕКТАКЛИ В НЬЮ-ЙОРК СОСТОЯТСЯ, ЕСЛИ ОТМЕНЯТ КАРАНТИН.

8 авг., воскр.	СКАЗОЧНЫЕ ФЕЙЕРВЕРК И ШОУ ФОНТАНОВ В САДАХ ДЮПОНА ПОД МУЗЫКУ БАЛЕТА П.И.ЧАЙКОВСКОГО «СПЯЩАЯ КРАСАВИЦА». \$140 Запишитесь, пожалуйста, до 3 апреля, чтобы успеть получить места.
Апр.10,25. Май 1,9,15,29. Июнь 6,12,19,26. Июль 3,10,24. Авг.1,7,15,21,29. Сент. 9,12,17. Окт.1,9,17,30. Ноябрь 6,21. Дек.5,18,29.	ЛУЧШЕЕ В КАНАДЕ. 6 дн. Автобус из Нью-Йорка. Монреаль, Квебек, Оттава, Торонто, Ниагара, Тысяча островов. \$890
Апр.10,28. Май 6,23. Июнь 12. Июль 1,22. Авг. 7,19. Сент. 4,17. Окт.10,21. Ноябрь.21. Дек.5,27.	АТЛАНТА, НОВЫЙ ОРЛЕАН И ДОРОГИ ЮГА. 10 ДН. Автобусный тур \$1450
Апр.9,28. Май 5,14,23. Июнь 6,16,27. Июль 4,14,24. Авг.1,11,20. Сент.2,12,22,30. Окт.10,20,30. Ноябрь.7,17,26. Дек.12,24	ЧИКАГО И ВЕЛИКИЕ ОЗЕРА. 6 дн. . \$920
Апр.10,25,30. Май 1,5,9,16,23. июнь 6,18,27. Июль 3,17,24. Авг.7,15,28. Сент. 5,17,26. Окт.9,17,29. Ноябрь.7,28,26. Дек. 5,18,29.	КАЛИФОРНИЯ, НЕВАДА, АРИЗОНА, ЮТА. 10 дней. \$1490 + перелет



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

Много лет назад в центре Вашингтона, у здания галереи Коркоран, привлекала к себе всеобщее внимание «танцующая пара» высотой в 6 метров. Многие узнавали очаровательную молодую женщину и ее партнера, героев картины Ренуара «Танец в Буживале».

В музее проходила выставка работ скульптора Сьюарда Джонсона, выполненных им по темам полотен импрессионистов. Это было совершенно необычно и удивительно, тем более что скульптуры разрешалось трогать руками, фотографироваться с ними. Нас, привыкших к тиши музеев, коробила чрезмерная простота общения с произведениями искусства. Только побывав на Земле Скульптур, я поняла замысел их создателя. В прекрасном ботаническом саду, на фоне прудов, на естественных холмах, герои скульптур вписались в природу, они отдыхают здесь вместе с вами и вполне уместно сфотографироваться с ними на память.

Где же такая земля и как она возникла? В 1987 году Сьюард Джонсон, скульптор, сторонник крупных форм, задумал создать поблизости от своей студии площадку, где шестиметровые фигу-

ЗЕМЛЯ СКУЛЬПТУР

ры будут смотреться естественно, не зажатые в стенах музея или мастерской. В проект, задуманный Джонсоном, должны были войти образовательный центр, музей и выставка под открытым небом. Штат Нью-Джерси выделил 35 акров земли, на которой прежде проходили торгово-промышленные выставки, был ипподром, и еще оставались участки густого леса. В 1989 году территорию обнесли фигурной металлической оградой, и по проекту нью-йоркского архитектора Брайана Кери началось создание Земли Скульптур. Три существовавших с 1920-х годов огромных здания реконструировали, одно из них даже перенесли на новое место. В них теперь музей, выставочные залы. В 1992 году, по окончании работ, люди увидели необыкновенное сочетание искусства и природы. Сотни скульптур расположены среди двух тысяч деревьев, сотен кустов роз и рододендронов, зарослей бамбука, тихих прудов и важно разгуливающих живых павлинов.

Около ста скульпторов ежегодно представляют свои работы для демонстрации на Земле Скульп-

тур. Здесь самые разные направления современного искусства – от реалистических до абстрактных конструкций, окрашенных в яркие цвета. Без постамента, на траве расположились фантастические чудовища, то ли собаки, то ли ящеры. Стриженные деревья образуют таинственный коридор, невидимый снаружи, внутри которого скульптуры и фонтан. Бассейн с фонтанами окружен причудливыми фигурами, за каждым поворотом что-то неожиданное и интересное.

Тем приятнее встреча со старым знакомым, с Сьюардом Джонсоном, работы которого так порадовали и удивили нас в галерее Коркоран. Среди леса, под небом, на берегу настоящего, а не нарисованного ручья, прекрасная «Купальщица» с картины Ренуара воспринимается как неотъемлемая часть природы. Композиция по мотивам «Завтрака на траве» Эдуарда Мане вызывает желание присоединиться к отдыхающим на берегу ручья и разделить с ними трапезу. Вот почему фотографии с героями скульптур в музее казались кощунством, а здесь это совершенно естественно.

За одним из столиков действующего кафе, среди других посетителей сидят молодая женщина с девочкой, скульптура по мотивам «Сестер» Ренуара. На вершине естественного холма, на ветру, стоит с маленьким сыном Камилла, жена Клода Моне. Кафе папаша Фюрнеза, где завтракают ренуаровские гребцы, на самом берегу пруда, а в нескольких шагах от него еще одно кафе, где и вы можете подкрепиться. Герои картин импрессионистов, выведенные Джонсоном из двумерной плоскости, обрели плоть и вместе с нами наслаждаются прекрасным воздухом и лесом.

Рассказывать о произведениях искусства – неблагодарная работа, их нужно видеть, чтобы почувствовать себя частью удивительного мира, объединившего живую природу и искусство.

День, проведенный на Земле Скульптур, останется в вашей памяти навсегда, и еще не раз вы захотите вернуться в этот восхитительный мир. Не зря люди бросают монеты в здешние бассейны. Думаем, вы сделаете то же.

Приятного Путешествия!

В ГОСТЯХ У ГИППОКРАТА

Доктор Влад советует

Что делать, если за зиму вы накопили «энергетические запасы», которые отложились в виде жировых складок? Ведь вас вряд ли успокоит то, что так организм решил противостоять холодам и компенсировать недостаток солнца в период короткого светового дня! Вспомните, что зимой вы невольно увеличивали объем и калорийность рациона, снижали свою физическую активность и большую часть времени находились в тепле и комфорте. Конечно же, все это сказалось на внешности и на состоянии здоровья в целом. Многие, особенно женщины, отмечают, что их волосы, ногти и кожа к концу зимы далеко не в лучшем состоянии. Также их сопровождает чувство тяжести и вялость. «Причину нужно искать в том, что после зимы в организме всегда недостает витаминов, а попутно скапливается много «гадости и вредности»: плохой холестерин, лишняя жидкость и токсины», — объясняет диетолог Сабина Курбанова.

Глобальная чистка

В основе любого очищения лежит насыщение организма водой. Диетологи советуют: ближе к весне количество потребляемой чистой воды необходимо увеличить, примерно до 2 литров в день. «Очень хорошо выводит шлаки вода, выпитая натощак (любая питьевая или минеральная без газа). Выпивайте 2-2,5 стакана за пару часов до завтрака», — советует специа-

ДЕТОКС (ОЧИЩЕНИЕ) ПОСЛЕ «ЗИМНЕЙ СПЯЧКИ»

лист по детоксу Кира Троицкая. Лучше всего добавить в воду немного лимонного сока, а если нет аллергии — мед, но не больше 1 чайной ложки на литр.

В течение дня выпивайте перед каждой трапезой 1,5 стакана воды или травяного чая (отвара шиповника, ромашки и др.). Такие напитки способствуют восстановлению энергетического баланса и насыщают организм витаминами (особенно витамином С, который необходим для укрепления иммунитета). Последнюю порцию воды следует выпить за 2 часа до сна. Для лучшего эффекта детоксикации Кира Троицкая рекомендует одновременно принять активированный уголь или любой другой сорбент — например, энтеросгель. А если добавить в программу очищения салонные процедуры, то процесс очищения будет более эффективным.

Дыхательная гимнастика

Хорошей составляющей детокса станет короткий комплекс дыхательных упражнений. Их можно выполнять в любое свободное время. Так вы повысите метаболизм в организме и насытите ткани кислородом. Учитесь медленно вдыхать — через нос, а выдыхать ртом. После вдоха задержите дыхание на 5 секунд.

Утром после сна сделайте несколько глубоких вдохов с одновременным подъемом на носки и вытягиванием рук вперед, а при выдохе опускайтесь на полную ступню и вытягивайте руки вдоль тела. Затем выполните наклоны вперед на вдохе, а на медленном выдохе — выпрямляйтесь. Так-

же можно сделать несколько приседаний (на вдохе) и подъемов (на выдохе).

И у вас получится небольшая, но полноценная утренняя гимнастика. Мужчинам то же самое можно делать с гантелями, килограмма по три хотя бы.

Пересмотрите свой рацион

Чувствуете, что немного прибавили в весе за зиму? Специалисты по здоровому питанию не рекомендуют сразу садиться на жесткую диету — это может стать дополнительным стрессом для организма, который захочет в скором времени вернуть потерянные килограммы, а иногда и прибавить лишнего — на «черный день».

Для начала исключите из рациона все мучное и сладкое, сведите к минимуму потребление жиров (но не забывайте о полезных Омега 3 жирных кислотах, которые нам жизненно необходимы). Можете на несколько дней попробовать монодиету — например, рисовую (рис — отличный абсорбент). С ней хорошо совмещаются салаты из свежей зелени и огурцов, кефир, питьевой нежирный и несладкий йогурт. Однако помните о необходимости приема витаминно-минерального комплекса, поскольку вместе со шлаками из организма вымываются витамины и многие микроэлементы.

Как выйти из «зимней спячки»?

7 советов от диетолога-нутрициониста, специалиста по детоксу Юлии Тюриной:

Правило №1 — никаких голодовок и экспресс-диет;

Правило №2 — питание с соблюдением малых порций — не более 250 грамм — сокращаем объем желудка;

Правило №3 — облегчаем рацион, заменяя мясо рыбой. Сокращаем количество молочных продуктов и кофе, пьем больше чистой воды. «Советую еще ежедневно, если нет противопоказаний, съедать 1 грейпфрут», — дополняет рекомендации Юлия Тюрина;

Правило №4 — дважды в неделю устраиваем разгрузочные дни — на овощах, крупах, фруктах (их лучше есть немного, в первой половине дня), квашеной капусте, орешках, растительном масле;

Правило №5 — готовим только на пару или запекаем, также исключаем тяжелые сочетания (например, хлеб с маслом или вареньем);

Правило №6 — как можно больше двигаемся, гуляем или бегаем на свежем воздухе. Добавляем любые фитнес-тренировки (на улице, в зале, дома);

Правило №7 — обязательно высыпаться, иначе все наши усилия по детоксу пойдут насмарку.

Взбодрите свой организм не только изменениями в рационе и добавлением активности — наполните жизнь позитивными эмоциями: улыбайтесь, радуйтесь приближающейся весне и делайте все с удовольствием. В любом деле важен настрой, а уж если вы решили обновиться — тем более!

Источник: anysports.tv

Доктор Владимир Ячменников

Здоровье

МОЖНО ЛИ ПИТЬ ВОДУ ПОСЛЕ ЕДЫ...

В последнее время мне почему-то часто стали задавать один и тот же вопрос: можно ли пить воду (или любую другую жидкость — чай, кофе, компоты и т.д.) во время еды или сразу после еды. Якобы некоторые «целители» утверждают, что пить воду во время еды (или сразу после еды) категорически нельзя, что якобы должно пройти, по крайней мере, 2 часа после принятия пищи, и только тогда можно будет попить. Объясняют это «целители» так: дескать, вода, принятая во время или после еды, смывает пищу из желудка, и пища после этого плохо переваривается. И, дескать, вода разжижает желудочный сок, что тоже якобы сильно мешает перевариванию пищи в желудке.

И, на самом деле, часть правды в этом мифе есть. Но совсем не в том механизме, который обрисовывают нам различные малограмотные «целители».

Давайте во всем этом разберемся подробнее. Но сразу хочу ответственно заявить, что пить воду во время еды (или сразу после) — МОЖНО. Эта вода ничего не вымывает и ничего не разжижает. Разные безграмотные спекуляции то и дело обрушиваются на наши головы. Хорошо, что мы начинаем им верить все меньше и меньше. Дело в том, что желудок — это не просто кожаный курдюк, куда все сваливается, там все это перемешивается, а затем эта смесь идет дальше. Все, мягко говоря, несколько сложнее.

В желудке есть продольные складки. По продольным складкам малой кривизны желудка вода быстро проходит к приврат-

нику 12-перстной кишки и быстро покидает желудок. При этом вода практически не смешивается с желудочным соком. Поэтому совершенно не важно, когда вы пьете — во время еды, до еды или после еды. В любом случае вода, поступающая, в желудок, а потом в 12-перстную кишку, не сможет хоть сколько-то серьезно разжижить ни желудочный сок, ни поджелудочный сок, ни желчь, ни кишечный сок. Все разговоры о разжижении желудочного сока водой являются спекуляцией и совершенно безосновательны. Поэтому пейте воду, когда хотите, и не придавайте значения высказываниям безграмотных «целителей».

И в самом деле, если бы вода хоть в малейшей мере мешала пищеварению, то любой суп наносил бы организму непоправимый вред... Но люди годами едят супы, и все у них с пищеварением нормально. Больше того, все знают, что каждый день «надо поест чего-нибудь жиденького». А зарабатываются гастриты, чаще всего, именно отсутствием жидкой пищи.

Итак, вывод первый: пить можно до еды, во время и после еды. Это никак не помещает пищеварению. Но... Тем не менее, есть одно большое НО... Начну с предистории. В практике советских рентгенологов (проф. В. Д. Линденбратен) был такой случай. Надо было добиться удержания бариевой каши в желудке на время, необходимое для рентгенологического исследования. Но оказалось, что если кашу давать без предварительного подогрева (сразу из холодильника), то каша покидает желудок быстрее, чем рентгенологи успевали настроить свою

тогдашнюю (1969 год), не столь совершенную аппаратуру. Рентгенологи заинтересовались этим фактом, провели эксперименты и, выяснили, что, если запивать пищу холодными напитками (например, ледяной водой или пепси-колой со льдом), то время пребывания пищи в желудке сокращается с 4–5 часов до 20 минут (подробнее об этом в докторской диссертации Линденбратена Виталия Давидовича «Материалы к вопросу о действии на организм тепла», 1969, Институт экспериментальной медицины АМН СССР, г. Ленинград). Т.е. при приеме холодной воды, пища буквально выталкивается из желудка. Это, во-первых, прямой путь к ожирению, так как такой пищей невозможно насытиться и чувство голода наступает очень быстро. Во-вторых, так и начинаются гнилостные процессы в кишечнике, потому что нормального переваривания, как такового и не было.

Кстати, это тот путь, на котором «Мак-Дональдс» и сделал себе огромные деньги. Запивая еду (сэндвичи, гамбургеры, хот-доги) ледяными напитками, человек никогда не сможет наесться фаст-фудом, а значит, придет перекусить еще и еще раз. При этом на горячие напитки — чай, кофе или устанавливается достаточно высокая цена. Зато ледяная «Кока-Кола» стоит сравнительно дешево и агрессивно навязывается яркими плакатами и цветовой гаммой. Но это относится не только к «Кока-Коле», все холодные напитки очень быстро покидают желудок.

В желудке происходит подготовка белков к последующей обработке и усвоению.

Поэтому, внимание! Если вы выпиваете любой холодный напиток после еды, то белковая часть пищи не будет полноценно переработана в желудке, белки не будут расщеплены на аминокислоты. Пищевой комок быстро покинет желудок, и вся белковая составляющая будет просто гнить в кишечнике (необработанный белок при температуре 36,6 градуса сравнительно быстро начинает гнить). Вы не только зря потратите деньги на питание, но, вместо пользы, получите вред в виде кишечных воспалительных заболеваний (колиты, энтериты) и дисбактериоза.

Думаю, что на основе этого наблюдения и появился не очень грамотный миф, который так любят приводить современные «целители» — не пить воду после еды в течение 2 часов. Дело в том, что раньше в деревнях воду не подогревали, а пили такой, какая она есть. А чаще всего (особенно зимой), питьевая вода в деревнях ледяная. Поэтому в той обстановке запрет пить любую воду после еды и имел оздоровительный смысл. Сейчас, когда мы пьем в основном подогретую воду — чай, кофе, компоты и т.п. — этот запрет смысла уже не имеет.

Итак, вывод второй: не пейте холодных напитков до или после еды. Все жидкости должны иметь температуру не ниже комнатной. Это же самое относится и к приему мороженого: не стоит есть мороженое после еды, эффект будет тем же самым — пищевой комок быстро покинет желудок и его белковая составляющая останется не переваренной.

Алексей Фалеев



1515 Reisterstown Road
Suite 200
Pikesville, MD 21208
Igormaltsev@kw.com



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

REALTOR

ИГОРЬ МАЛЬЦЕВ

ПРОДАЖА

● **REISTERSTOWN/DEER PARK**

Отдельно стоящий дом 4/2/1. Дому 1 год, превосходное состояние, внимание к деталям. Кухня с современным оборудованием и гранитными столешницами, просторные комнаты, двухуровневая гостиная с камином. Ландшафтный дизайн, дренажная система. В комплексе есть бассейн, теннисный корт. Отличное расположение. **\$619,900**

● **REISTERSTOWN/WOODENBRIDGE CT**

Кондо/Townhouse 3/1/1 в хорошем состоянии. Обновленная кухня, комнаты на верхнем уровне, а также жилой нижний уровень, выход на патио из кухни. В комплексе есть бассейн. Удобное расположение. **\$132,000**

● **PIKESVILLE/SNOWMEADOW LN**

Просторное кондо 1/1 с лофтом. Отличное состояние. Хорошая планировка, много естественного освещения, большой балкон. Вода, отопление, оплата за бассейн включены в condo fee. Прекрасное расположение в тихом районе. **\$117,900**

RENT

● **REISTERSTOWN/CORK LN**

Кондо 2/1 в хорошем состоянии. Все что нужно для комфортного проживания. W/D. Удобное расположение вблизи магазинов. **\$1,200**

ПОМОЩЬ В ПРОДАЖЕ, ПОКУПКЕ И АРЕНДЕ ЖИЛЬЯ

ВСЕ КОНСУЛЬТАЦИИ - БЕСПЛАТНО

Многолетний опыт работы в сфере недвижимости



**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.

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.

**Наши контакты: LOCAL NUMBERS - 714-798-3423/844-867-7326;
EMAIL - scrr7057@gmail.com, наш веб-сайт - socialroadtorecovery.com**

SUNFRESH PRODUCE MARKET ♦ SUNFRESH PRODUCE MARKET ♦ SUNFRESH PRODUCE MARKET

ВНИМАНИЕ! В ПИКЕСВИЛЕ,
REISTERSTOWN RD.,
в районе Slade Ave,
SUNFRESH! SUNFRESH! SUNFRESH!

**В просторном торговом зале
внимательный персонал предложит вам:**

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

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

ЖДЕМ ВАС, дорогие покупатели!

Возле магазина большой бесплатный паркинг.

(410) 415-6420

**806 Reisterstown Road,
PIKESVILLE, MD 21208**

МАГАЗИН РАБОТАЕТ ВСЕ ДНИ НЕДЕЛИ
Понедельник - суббота с 9 утра до 7 вечера
Воскресенье - с 9 утра до 6 вечера.

**МНОГО ПРОДУКТОВ
НА ЛЮБОЙ ВКУС**



ТОЧКА НЕВОЗВРАТА АМЕРИКАНСКИХ СПЕЦСЛУЖБ

В научно-фантастическом романе «Конец Вечности» Айзека Азимова описана удивительная организация – Вечность. Сотрудники этой организации были способны путешествовать во времени и не только контролировать, но и изменять ход человеческой истории. Изменять Реальность. Для успешного изменения человеческой истории сотрудникам этой организации было необходимо всегда

правильно выбрать исходную точку – точку, которая послужила началом определенных событий. Главный герой романа отличался исключительным талантом находить такие точки, чтобы произвести в них, по терминологии Азимова, соответствующие Минимально Необходимые Воздействия для гарантированного изменения Реальности.

Например, вместо того чтобы просто уничтожить «нежелательного» человека, главный герой романа не устраивает крушение звездолета с многочисленными жертвами. Вместо этого он проникает в прошлое и просто переключает маленький контейнер с одной полки космолета на другую. «Несколько часов спустя капитан космолета протянет за ним руку и не найдет его. Полчаса уйдут на розыски, а тем временем сломается двигатель, и капитан потеряет самообладание. В порыве гнева он решится на поступок, от которого воздержался в предшествующей Реальности. В результате важная встреча не состоится; человек, который должен был умереть, проживет годом дольше; другой же, наоборот, умрет несколько раньше».

Какова исходная точка «русского дела» Трампа? Что может служить аналогом того самого Минимально Необходимого Воздействия, которое в конце концов привело к тому, что администрация Обамы начала всеобъемлющую слежку за тогда еще кандидатом в президенты Дональдом Трампом? Любому объективному исследователю должен признать, что все эти вопросы замыкаются на Картере Пейдже. На том самом Картере Пейдже, который ни разу так и не был арестован, и которому до сих пор никто так и не предъявлял никаких обвинений (и теперь уже не предъявит).

Основная проблема американских спецслужб в 2016 году состояла в том, что им пришлось выполнять поставленную задачу в практически невыполнимых условиях. Дело в том, что президент Обама неоднократно настаивал на том, чтобы слежка за политическими противниками производилась спецслужбами только на строго законных основаниях. Видимо, уроки Уотергейта не прошли даром. Картер Пейдж в течение своей карьеры действительно встречался с многочисленными «подозрительными русскими». Высокопоставленными и не очень. Но, с точки зрения американской юриспруденции – подозрительными. Встречался он с ними и когда жил и работал в Москве, и когда жил и работал в Америке, и во время своих визитов в Россию. Дело в том, что сфера интересов его бизнеса – энергетика на постсоветском пространстве. Поэтому, когда в марте 2016 года Картер Пейдж стал рядовым сотрудником выборного штаба Трампа, у администрации Обамы появился уникальный шанс связать Трампа с Россией и объявить Трампа марионеткой Пути-

Масла в огонь подлило и фальшивое «русское досье» на Трампа, заказанное Хиллари Клинтон и ЦК Демократической партии у бывшего резидента британской разведки в Москве Кристофера Стила. Это «досье» состоит из 17 частей (Донесений). Имя Картера Пейджа упоминается в досье много раз. Но тогда, в 2016 году, еще мало кто знал, что «досье» – это фальшивка, традиционный канал внедрения дезинформации российскими спецслужбами. За Картером Пейджем была установлена полномасштабная слежка, а через него – и за всем штабом Трампа. При этом разработка этого дела велась необычно – непосредственно из штаб-квартиры ФБР в Вашингтоне, а не региональным отделением ФБР в Нью-Йорке, как это обычно делалось. Рядовые сотрудники ФБР и в самом деле были серьезно озабочены «русскими» контактами Пейджа. Рядовые агенты ФБР и в самом деле подозревали, что координация внебюджетного штаба Трампа идет из Кремля. Но

никто так и не сказал рядовым агентам ФБР, что на все контакты с «подозрительными русскими» за пределами США Картер Пейдж шел... по заданию ЦРУ. Никто так и не сказал рядовым агентам ФБР, что на все контакты с «подозрительными русскими» внутри США Картер Пейдж шел... по заданию Подразделения Контршпионажа Нью-Йоркского отделения ФБР.

Как мы теперь знаем, Картер Пейдж был внештатным агентом ЦРУ примерно с 2008 года, а внештатным сотрудником ФБР – примерно с 2013 года. В обоих случаях сотрудником он был добровольным и бескорыстным. На этом поприще он способствовал разоблачению нескольких российских шпионов. Показательным является его участие в разоблачении в 2015 году русских шпионов Евгения Бурякова и Виктора Подобного – именно он снабдил их папкой с ничего не значащими документами «для служебного пользования». В эту папку умельцами из ФБР был встроена радиомикрофон, что позволило поймать этих шпионов с поличным.

Но в выборном 2016 году Обаме позарез нужен был повод для внедрения в выборный штаб Трампа. Технически, сделать это было очень просто, но все должно было быть сделано легально, без нарушения закона. Картер Пейдж подвернулся под руку как нельзя кстати – он формально давал ФБР легальный повод для слежки как за ним, так и за всем штабом кандидата Трампа.

Встречи Картера Пейджа с «подозрительными русскими» проходили в 2016 году, как правило, вне территории США – это епархия ЦРУ, а не ФБР. Слежка за Пейджем (а через него – за всем штабом Трампа) проходила на территории США – это епархия ФБР, а не ЦРУ. Поэтому слежка за Картером Пейджем в 2016-2017 годах – с точки зрения ФБР – формально была законной. ЦРУ формально тоже обвинить ни в чем нельзя – они ведь Пейджа не преследовали; а то, что он был «под колпаком» у ФБР, ФБР им не сообщило и вообще не обязано было сообщать. Дело в том, что «неуведомление» одного департамента федерального правительства другим департаментом федерального правительства не является федеральным преступлением.

Разумеется, работа Картера Пейджа на ЦРУ (в качестве разведчика) и ФБР (в качестве контрразведчика) объективно всплыла бы на суде, но фо-

кус-то и состоит в том, что его никто и никогда ни в чем не обвинял, и никакого суда над ним не было и даже не планировалось. Аппаратчики вашингтонского болота просто использовали Картера Пейджа в своих целях – и это должно было сойти им с рук. Но на выборах 2016 года победил Трамп.

В опубликованном 9 декабря 2019 года докладе инспектора Министерства Юстиции Майкла Хоровица указаны 17 нарушений, сделанных агентами ФБР в заявке на суд FISA (этот суд занимается секретными делами – шпионажем, слежкой за американскими гражданами на территории США, и т.п.), и подробно описан процесс, с помощью которого слежка администрации Обамы за политическим противником была полностью легализована.

Оказывается, высокопоставленные сотрудники ФБР «забыли» сообщить суду FISA тот факт, что контакты Картера Пейджа с «подозрительными русскими» – действительные контакты, а не вымышленные, как в «русском досье» – были санкционированы ЦРУ. ЦРУ еще 17 августа 2016 года направило секретный Меморандум в ФБР, в котором подробно объясняется ретивым сыщикам из ФБР, что Картер Пейдж – наш человек. Руководство ФБР этот Меморандум решило проигнорировать. Кстати, доклад Мюллера тоже не содержит никаких упоминаний об этом Меморандуме. Кроме того, ФБР «забыло» сообщить суду FISA, что в основе заявки лежит досье-фальшивка, заказанное штабом Хиллари Клинтон.

Не имея подобной информации, введенный в заблуждение администрацией Обамы суд FISA выдал разрешение на слежку за Картером Пейджем на три месяца. Кроме того, по просьбе ФБР суд продлил эту слежку еще три раза – по три месяца каждый. В январе 2020 года две из четырех заявок на слежку за Пейджем (за октябрь 2016 и январь 2017 года) были признаны Министерством Юстиции США недействительными.

Скорей всего, оставшиеся две заявки (за апрель и июнь 2017 года, когда Трамп уже находился в Белом Доме) ждет такая же судьба. Ведь дело доходило до полного абсурда. Например, чтобы выслужиться перед начальством – директором ФБР Коми – агенты ФБР вкладывали в папку с документами о Картере Пейдже пустые страницы, чтобы сделать папку «потолще» и «весомей» и заслужить похвалу босса. Другой пример абсурда: юрист из команды спецпрокурора Роберта Мюллера, Кевин Клайнсмит, получив электронное письмо из ЦРУ, в котором в очередной раз прямо говорилось, что Картер Пейдж «является источником ЦРУ», добавил «не», и отправил это послание ЦРУ по инстанции. Команда Мюллера обрадовалась – ведь теперь выходило, что Пейдж «не является источником ЦРУ».

В настоящее время суд FISA, разумеется, разгневан. По недавнему решению суда, все агенты ФБР, которые были замешаны в фальсификации заявок на слежку за Картером Пейджем, полностью отстранены от всех секретных расследований.

По терминологии Исаака Азимова, скрытие сторонниками Обамы Меморандума ЦРУ 17 августа 2017 года от суда FISA и является тем Минимально Необходимым Воздействием, которое изменило ход истории.

Под изменением хода истории следует понимать то, что предательство Картера Пейджа знаменует собой тот самый момент времени, когда минимальное воздействие – «неуведомление» – привело к максимально желаемому демократами результату. Но побочным эффектом этого изменения Реальности потенциально может стать политическая смерть не только Демократической партии, но и левой идеологии в целом.

Доклад специального прокурора Мюллера подтвердил, что Трамп марионеткой Путина никогда не являлся – это по юридическим меркам. А по политическим меркам, задача, поставленная Мюллеру, была выполнена, и на выборах 2018 года республиканцы потеряли большинство в Палате Представителей. И это при том, что к моменту инаугурации Трампа 20 января 2017 года ФБР уже имело на руках все доказательства того, что Трамп невиновен. Когда эстафета расследования «русского дела» в мае 2017 года перешла в руки команды специального прокурора Мюллера, они буквально на второй день работы имели на руках все доказательства того, что ни Трамп, ни Пейдж, ни кто-нибудь другой из команды Трампа не связаны с Кремлем.

После Пейджа в западню угодили генерал Флинн. Агенты ФБР, которые под видом дружеской беседы на самом деле его допрашивали, еще накануне допроса знали, что Флинн не нарушал никаких законов. Они знали это, поскольку заранее получили запись прослушки телефона посла России в США Кисляка. Кроме того, им было известно, что Флинн проинформировал агентство, где был ранее директором – Оборонное Разведывательное Агентство (аналог российского ГРУ) – о всех своих контактах с иностранцами. Затем в западню вашингтонского болота угодили Джордж Панадопулос, Пол Манafort, Светлана Лохова, и Роджер Стоун.

Для вашингтонского болота это было отнюдь не первое подобное дело. В качестве «пробы пера» они искусственно раздули дело экс-шпионки Валерии Плейм в 2003 году. Даже основные действующие лица у этих дел одни и те же: Роберт Мюллер и Джеймс Коми. Осужденный в деле Валерии Плейм, а затем помилованный в 2018 году Трампом Скоттер Либи пострадал от тех же игроков.

Но главное, что объединяет все эти дела – тот факт, что сторонники Обамы во властных структурах (как при администрации Обамы, так и при администрации Трампа) еще до открытия «русского дела» знали, что преследуемые американские граждане являются не преступниками, а расходным материалом в более крупной политической игре.

Нужны ли Америке такие политизированные спецслужбы? Нужны ли Америке спецслужбы, которые подменяют демократические основы нашей республики демагогией?

Следует признать, что спецслужбы Америки эволюционировали. Вполне возможно, что из-за длительного противостояния с советским КГБ американские спецслужбы заразились от них коронавирусом левизны. В результате из защитников американского образа жизни они превратились в некое жалкое подобие тех, с кем боролись много лет. В тех, кто калечит судьбы.

Игорь Гиндлер

Переводы и нотариальные услуги

Переводчик, сертифицированный в судах штата Мэриленд, предлагает услуги по переводу документов: водительских прав, свидетельств о рождении, браке, разводе, аттестатов и др.

Нотариальные услуги

на русском и английском языках: доверенности, справки, апостили, а также помощь в заполнении всех иммиграционных анкет и петиций.

443-831-3695 (cell) Инна Браславская 410-526-0598 (дом.)
INNABRASLAVSKY@HOTMAIL.COM

CDL TRAINING!

ОКАЗЫВАЕМ ПОМОЩЬ В ПОЛУЧЕНИИ CDL LICENSE CLASS "A"

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



267-441-6600

ПЕРЕВОДЧИК И НОТАРИУС

Судебный переводчик, член Американской Ассоциации Переводчиков

МИЛАНА

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

410-440-0930

Email: gorkypark29@gmail.com



National Capital Legal Services

БОЛЕЕ 15 ЛЕТ ПРАКТИКИ

Русскоговорящий адвокат

www.ncls-inc.com law@ncls-inc.com

ЯВЛЯЕТСЯ ЧЛЕНОМ СЛЕДУЮЩИХ АССОЦИАЦИЙ И СУДОВ:

- Американская Ассоциация Иммиграционных Адвокатов (AILA) с 2003 года;
- Ассоциация Адвокатов штатов MD, VA, NY и DC;
- Ассоциация Судебных Адвокатов Вирджинии (VTLA);
- Апелляционный Суд США 3-го, 4-го и 9-го округов;
- Федеральный Окружной Суд США округа Колумбия, штатов MD, VA.

Адвокат **Елизавета Крюкова and Associates**

Семейное Право

- Брачные договоры
- Бракоразводные процессы
- Раздел имущества и алименты
- Усыновление

Иммиграция

- Рабочие визы
- Семейная иммиграция и визы невест
- Статус беженца
- Грин Карта через инвестиции
- Депортационные процессы и другие виды иммиграционных услуг

Судебные Процессы

- Задержки с гражданством и Green Card
- Гражданские споры

Бизнес Право

- Организация предприятий и корпораций
- Контракты (составление, проверка и litigation)
- Бизнес-план
- Приобретение и продажа недвижимости

Банкротство

Наследственное Право и Завещания

Дополнительные Услуги

- Нотариальные услуги
- Traffic cases, DUI
- Переводы, доверенности
- Легализация документов/Апостиль
- Подтверждение диплома

Личный подход к каждому клиенту

Услуги предоставляются на территории 50 штатов

Бесплатные брошюры по актуальным темам

8230 Old Courthouse Rd., Ste. 200, Vienna, VA 22182

Toll Free: 1-888-323-5588

Tel.: 703-534-5588

Fax: 703-534-5585



Killian Law Group, LLC

Александр Биндер

Aleksandr Binder

Говорю по-русски

Прямая линия **443-660-6540**

Killianlawgroup.com

Attorney@Killianlawgroup.com



Роберт К. Стегман III

Robert K. Stegman III

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

443-600-5540

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

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



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

РЕМОНТ ТРЕЩИН В ФУНДАМЕНТЕ и ГИДРОИЗОЛЯЦИЯ

ВВЕДЕНИЕ ИНЪЕКЦИЙ ЯВЛЯЕТСЯ
САМЫМ РАСПРОСТРАНЕННЫМ МЕТОДОМ
РЕМОНТА ТРЕЩИН В ФУНДАМЕНТЕ



Вся работа производится внутри и нет необходимости копать.

Работа вокруг ватерлиний.

Трещины заполняются эпоксидной смолой или полиуретаном, которые устраняют трещины и задерживают проникновение воды.

Большинство трещин в бетонном фундаменте могут быть устранены подобным способом.

КАЧЕСТВО РАБОТЫ
ГАРАНТИРОВАНО

Занимаемся ремонтом фундаментов, набухших стен и любых других трещин

443-850-6948



www.brightelsolutions.com
info@brightelsolutions.com

LIVE ON A BRIGHT SIDE

Sprint AT&T
verizon T-Mobile

ПРИГЛАШАЕМ НА
ПОСТОЯННУЮ РАБОТУ

**SUBCONTACTORS
CREW LEADERS
TOWER CLIMBERS**

ТОЛЬКО
С ОПЫТОМ РАБОТЫ

Для обслуживания и установки оборудования на вышках сотовой связи.



☎ 609.972.7240 ☎ 267.474.4623

BALTODESSA TAX GROUP INC.

1829 Reisterstown Rd., Suite 350
Pikesville, Maryland 21208

Office 410-205-4764

Cell 410-218-9751

Fax 1-443-378-8770

baltodessataxgroup@gmail.com

www.baltodessataxgroup.com

Евгения Махлягина

ЛИЦЕНЗИРОВАННЫЙ НАЛОГОВЫЙ
СПЕЦИАЛИСТ / НОТАРИУС

ЗАПОЛНЕНИЕ НАЛОГОВЫХ ДЕКЛАРАЦИЙ, БУХГАЛТЕРСКИЙ УЧЕТ, НОТАРИАЛЬНЫЕ УСЛУГИ

- ◆ Заполнение ежегодных индивидуальных и бизнес налоговых отчетов для всех штатов с учётом самых последних налоговых законов
- ◆ Налоговое планирование, бухгалтерский учет
- ◆ Открытие нового бизнеса, помощь в получении бизнес-лицензии
- ◆ Составление и оформление доверенности или контракта
- ◆ Услуги нотариуса
- ◆ Перевод документов



НОВЫМ КЛИЕНТАМ
СКИДКА 10%

Sudbrook Car Care Center

Ремонт автомобилей всех марок



**Отремонтим Ваш автомобиль
качественно, быстро и недорого!**

410-602-1022

4400 Milford Mill Rd.

Часы работы:

Пн.-пятн.: 7.30-5.00

Суббота: 8.00-12.00

Михаил и Гриша всегда рады вам помочь!

● ПЕРЕВОДЫ ДОКУМЕНТОВ (CERTIFIED)

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

● НОТАРИАЛЬНЫЕ УСЛУГИ

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

● СОПРОВОЖДЕНИЕ

в суды, MVA,
медицинские офисы,
иммиграционную
службу и др.

**Инна
Браславская**

443-831-3695 (моб.)

410-526-0598 (дом.)

email: innabraslavsky@hotmail.com

ФОТОГРАФ

ИМЕЮЩИЙ НАГРАДЫ ЗА УЧАСТИЕ
В ПРЕСТИЖНЫХ КОНКУРСАХ,
ВЫСТАВКАХ И ФЕСТИВАЛЯХ,

ПРЕДЛАГАЕТ
ФОТОУСЛУГИ НА

СВАДЬБАХ
ДНЯХ РОЖДЕНИЯ
ЮБИЛЕЯХ
и других торжествах

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
КАЧЕСТВО

410-440-0930

www.milanabraslavsky.com
mbraslavsky@gmail.com





ABSOLUTE

Home Health Care

НАША ЦЕЛЬ - ВАША УЛЫБКА И ЗДОРОВЬЕ



*Мы понимаем
ваши проблемы
и предлагаем
профессиональную
помощь
в их решении*

МЫ ПЕРЕЕХАЛИ

**7920 McDonogh Rd.
Suite 103
Owings Mills, MD 21117**

410-580-9100
www.myabsolutecare.com

НАШИ РЕНЕССАНС, ФЕНИКС и РАДУГА

**410-580-9301
443-278-9290
410-363-7275**

В день Св. Валентина Слава Фарбер пел, а Анета Адельберг читала стихи, конечно же, о любви, которой «все возрасты покорны». Члены группы любителей поделок под руководством Шаны изготовили милые безделушки. К 23 февраля Вилен Фастовский подготовил и исполнил песенную программу, потом все мужчины получили подарки. На праздновании 8 марта для нас выступали Алла и Слава, как всегда, очень удачно, а подарки получили все женщины. К нам приезжал представитель посольства Украины и выступил с интересным и содержательным докладом. Праздник Пурим прошёл по всем правилам, с чтением свитка Эстер и весёлым концертом.

Фото Даны Татро



Присоединяйтесь к нам, мы ждем вас!

МИФ О «ЧЁРНОЙ КОШКЕ»

«Хотя Шарапов — это и собирательный образ, но у него есть прототип — Володя Арапов, ставший позднее начальником отдела МУРа. Он участвовал в захвате знаменитой банды Митина, которую мы персонифицировали как «Чёрная кошка».

Георгий Вайнер, автор сценария фильма «Место встречи изменить нельзя»

Окончание. Начало в предыдущем номере

«Всем на пол!»

Бандитское безумие продолжалось. Поздним вечером 1 ноября 1952-го Митин, Лукин, Болотов, Аверченков и Коровин («отличник боевой и политической подготовки с хорошими перспективами») подошли к магазину недалеко от Ботанического сада. Надо сказать, что в октябре 1952 года Совмином СССР было принято решение возложить на милицию охрану торговых и промышленных предприятий. Но Тимирязевский магазин никто не охранял. В кассу стояла небольшая очередь. Митин громко приказал всем лечь на пол. Кассирша возмущалась и отказалась давать деньги. Болотов выстрелил ей в плечо. Обчистив кассу на двадцать четыре тысячи рублей, бандиты вышли на улицу и быстро двинулись вдоль пустынного Сусоколовского шоссе. Двое, одним из которых был Лукин, отстали. Проходивший неподалёку лейтенант милиции окликнул их и попросил предъявить документы. Обернувшись на шум, Митин решил, что лейтенант производит арест, и прервал разговор выстрелом. Смертельно раненный, лейтенант упал ничком, а Митин скрылся в направлении Ботанического сада.

Интуиция сыщика Арапова

В январе 1953 года Лукин и Базаев выступали на соревнованиях по хоккею в Мытищах и приметили там сберкассу на площади Дзержинского. Вся «команда» приехала на условленное место уже через день, около полудня.

Войдя в сберкасса, Митин одним рывком перекрыл дверь тяжёлой батареей и подошёл к кассе. Одна из кассирш закричала, и он дважды ударил её в лицо пистолетом с такой силой, что обойма выпала и отлетела в сторону. Митин встал в центре зала и держал всех под прицелом второго пистолета. Лукин перепрыгнул через прилавок и сгрёб деньги в сумку — 30 тысяч рублей.

Тишину разорвал заверещавший звонок. После короткого замешательства Лукин снял трубку.

— Это сберкасса? — раздался мужской голос.

На другом конце провода находился дежурный отделения милиции — кассирша всё-таки успела нажать кнопку сигнализации.

— Нет, стадион.

Сыщик Владимир Арапов сразу обратил внимание на странную оговорку грабителя. Почему стадион? Почему не магазин, ресторан, баня, в конце концов? Он сопоставил точки налётов на оперативной карте, и его поразило обстоятельство, на которое он не обращал внимания раньше. Многие ограбления произошли недалеко от местных стадионов — «Динамо», «Мытищи», «Тушино», стадиона в Сталинском районе и других спортивных центров. Арапов немедленно дал ход этой версии. В его голове сразу сложились все части головоломки. Вокруг стадионов всегда много народа — и никто не обра-

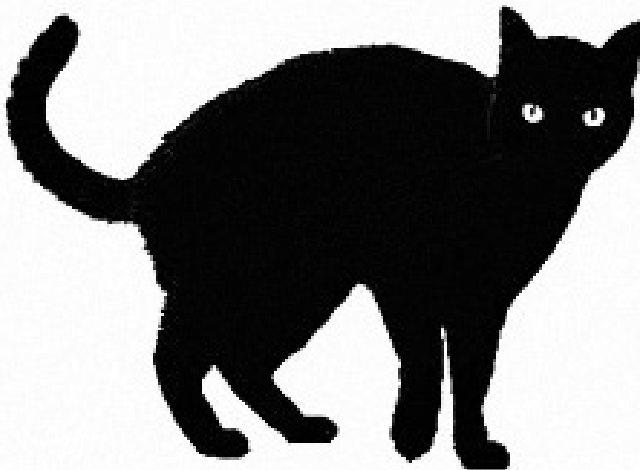
щает внимания на группы молодых парней. А ведь, по описаниям свидетелей, грабители были молодые люди спортивного вида. Может ли быть, что все эти годы МУР гонялся за призрак? За бандой уголовников, которой не было? Может ли быть, что это не уголовники, а спортсмены или болельщики? Во все отделения милиции снова разослали приказ обращать внимание на любые неординарные события в среде молодёжи, особенно во время спортивных событий. На этот раз ждали недолго.

От избытка энергии и денег Лукин решил покуражиться. Выпив с друзьями недалеко от Красногорского стадиона, он, смеясь, укатил от торговой точки бочку с пивом, а когда продавщица пригрозила позвать милицию, Лукин выкупил всю бочку и стал тут же угощать всех желающих. Среди тех, кто с готовностью окружил парня, был и Владимир Арапов. Он с наслаждением выпил предложенную кружку и взял на заметку бойкого молодого человека, с такой лёгкостью расставшегося с деньгами.

Утром сыщик снова приехал в Красногорск. Никакого компромата он сначала не нашёл, зацепиться вроде не за что. Лукин и его знакомые работают на оборонных заводах, пользуются уважением, занимаются спортом. В общем, молодые ребята живут в духе времени. Двое из них неразлучны — Лукин и Митин. С ними часто бывает хоккеист, токарь с КМЗ Базаев. Похоже, у них водятся деньги, они иногда бывают в ресторанах в Красногорске и Москве... Но ведь пьют они мало, неженатые, а на оборонных заводах платят нормально. Почему бы не быть деньгам? Их жизнь ничем не отличается от жизни других.

Единственное обстоятельство вызвало подозрение: Лукин выезжал на стадион «Мытищи» накануне ограбления сберкассы. Красногорский стадион стали пасти оперативники и милицейская агента. Особо заинтересовались Иваном Митиным. Всё в нём вызывало подозрение у Владимира Арапова. Его взгляд, его повадки, его коричневое кожаное пальто. По чёткому отпечатку на снегу определили, что ботинки одного из членов компании оставляют рельефный рисунок, похожий на отпечатки внутри галоши, брошенной в мытищинской сберкассе.

«Когда Лукин поехал в Мурманск, в лагерь к Николаенко, — рассказывает Владимир Арапов, — к нему в купе подсел наш сотрудник. Воспользовавшись моментом, когда Лукин и Базаев вышли в ресторан, он вскрыл чемодан и обнаружил двадцать тысяч рублей в банковской упаковке. После проверки номеров ассигнаций было выяснено, что это деньги с ограбления подлипковской сберкассы. Оперативник запросил дальнейших указаний. Москва дала установку, чтобы деньги беспрепятственно дошли до адресата. Им и оказался Николаенко». Нашупав другие связи Митина, милиция вышла на Самарина, заключённого Свердловского лагеря (он случайно попался за хранение пистолета),



Его описание совпало с информацией о белобрысом парне, расстрелявшем А. Кочкина в феврале 1950 года.

В то время когда в Москве искали бандитов из уголовной среды, утечка информации об истинных преступниках могла иметь эффект разорвавшейся бомбы. Ведь эти красногорские парни были, что называется, образцовыми советскими людьми... И грабили в открытую — быстро, нагло, жестоко. Муровцы были потрясены. Может быть, тогда в МГБ и пришла идея запустить миф о головорезах из «вернувшейся» «Чёрной кошки»? Ведь бандитские подполье продолжало кишеть преступниками, гораздо более «типичными» в представлении обычных граждан. В идеологических интересах требовалась «утечка» информации о раскрытии сотрудниками МУРа и МГБ опасной банды рецидивистов, а не молодых рабочих-комсомольцев с оборонного завода.

Мера наказания

В своё время Иван Митин хорошо усвоил и запомнил — за решётку попадут или от пьяных трат, или по доносу воровской братвы. И тогда он решил — когда в руках его банды появятся большие деньги, он первым делом запретит своим экстравагантные выходки и любые контакты с уголовниками.

Митин оказался прав: нарушение именно этих двух правил привело банду к краху.

В те годы в инструментальном цехе завода работал будущий герой футбола Лев Яшин. Он поступил на «пятисотый» ещё юношей, вернувшись из эвакуации, и скоро стал играть за заводскую футбольную команду. Похожие жизни, но такие разные судьбы.

До рокового ареста Митин не ночевал дома два дня. Его поделщик Аверченков несколько раз приезжал к нему в Губайлово и не мог застать. Снова приходил и снова ждал. Наконец Митин появился глубокой ночью 13 февраля. Поговорив немного, оба легли спать в его комнате. В шесть часов утра в дом ворвались сотрудники милиции.

По сравнению с преступниками, с которыми Владимиру Арапову приходилось иметь дело, Митин выделялся самообладанием, отсутствием страха и даже чувством юмора. Он с самого начала знал, что его ждёт расстрел, и, тем не менее, без всяких уловок и надежды на спасение давал показания и помогал восстанавливать картину преступлений в следственных экспериментах. «Жаль, что они такое сотворили с собой и с другими, — рассказывает Арапов. — Мне пришлось вести допрос невесты Лукина. Такая хорошая, красивая девушка. Да и сам Лукин неглупый был парень, держался спокойно, не скажешь, что двадцать один год... Когда я увидел Митина, то подумал — сам бы его расстрелял. А как стал говорить с ним — как будто другой человек передо мной. За Агеевым, курсантом Военно-морского минно-торпедного авиационного училища, я летал

в Одессу, он находился в составе лётчиков, патрулирующих морскую границу. Я предъявил ордер на арест, но возникла проблема. В период совершения преступлений обвиняемый был гражданским лицом, но теперь он находился в распоряжении военного округа. Поэтому начальник подразделения потребовал ордер военной прокуратуры. Мне пришлось лететь обратно в Москву, чтобы получить новый ордер. На арестованного надели наручники и самолётом доставили в Москву».

Арест за вооружённый бандитизм курсанта военного училища было событием беспрецедентным.

Отец Лукина, сотрудник милиции и коммунист, от обрушившегося на него потрясения и позора попал в психиатрическую больницу, где вскоре умер. На суде Лукин-младший с мстительной прямоотой заявил: «Если бы отец жил с нами в последний год, ничего бы не случилось. Он был очень строгий и не допустил бы, чтобы я встал на путь преступлений».

Митин признался, что совершил страшные, тяжёлые преступления, но избегал слов о раскаянии или пощаде. Единственное обвинение, против которого он выступил, — обвинение в терроре против советской власти. Этого следовало ожидать. Как с иронией пел Высоцкий — «Как людям мне в глаза смотреть с такой формулировкой?»

Признание вора в законе

Арест одиннадцати членов красногорской банды совпал со смертью Сталина. Холодным летом 1953 года прошла уголовная амнистия, и потоки бывших преступников двинулись с востока на запад, заполонив города и посёлки. Но сыщики и блатные ещё долго называли банду Митина «последней». Возможно, потому что это была последняя банда сталинского времени. Неожиданным образом зловещая слава митинской банды нашла дополнительное подтверждение в 1959 году. Находясь в городе Донецке, писатель Эдуард Хруцкий посетил в лагере вора в законе Андрея Климова, известного в криминальном мире под кличкой Крест. Он отбывал срок, которому не было видно конца, с 1947 года. Климов, выживший в штрафбате, в банде и в «сучьей» войне, отличался хладнокровием и наблюдательностью.

— Кровавая «Чёрная кошка» — это ваша группа? — спросил Эдуард Хруцкий.

— Нет. Таких «Чёрных кошек» в одной Москве было штук десять, а по Союзу — тысячи две.

«Вот так гибнут мифы», — подумал Хруцкий.

— Значит, никакой «Чёрной кошки» не было?

— Нет, — усмехнулся Климов. — Если вас интересует настоящая банда, то поговорите с мусорами, пусть они вам расскажут о Митине.

— Кто это?

— Последний московский бандит. Его повязали перед самой смертью Сталина.

Вор в законе Климов признал «настоящей бандой» именно ту, которая никогда не была связана с уголовным миром.

На исходе 1978 года Владимир Высоцкий выступал в Зимнем клубе Красногорска. Но даже он не знал тогда всей правды. И он не мог предвидеть, какой толчок зрительскому воображению даст фильм «Место встречи изменить нельзя», сила его реализма и обобщения. Фильм закрутил историю в обратном направлении. Вымышленные персонажи вызвали ассоциации и поиски похожих блатных авторитетов 1940-х гг. Так дело митинской банды похоронили на долгие годы под лапами «Чёрной кошки» — мифом, ставшим реальностью...

Ольга Мамонова

МАРЛЕН ДИТРИХ. СТАЛЬНАЯ ОРХИДЕЯ

Когда Марлен Дитрих было за шестьдесят, она приехала в Ленинград с концертами. В СССР к ней хорошо относились, актриса боролась с нацизмом и покинула Германию, хотя Гитлер ее обожал. По радио Дитрих выступала и изобличала фашистскую пропаганду, на фронте перед бойцами давала концерты три года, — смелая женщина. И красивая. И талантливая. И вот эта великолепная королева, как она сама себя называла, встала на колени перед писателем Паустовским. Так она выразила восхищение и трепет, которые испытала от его рассказа. Она рассказ «Телеграмма» прочитала, и душа ее была потрясена.

А ничего особенного нет в рассказе: старушка ждёт свою дочь. Старушка доживает последние дни среди чужих простых людей, которые не понимают ни ее воспитания, ни образование не ценят, а подаренные старинные шляпы и жамканые перчатки сдают в утиль — на что им эта древняя рухлядь? Старушка умирает, и все ждёт свою дочь — обнять хочет, попрощаться. А дочь организует выставку какого-то скульптора и все не едет. И тогда дворник, чтобы умирающую и тоскующую старушку утешить, приносит телеграмму — он ее сам написал. Мол, дорогая мамаша, выезжаю, скоро буду, любящая вас дочь! Старушка понимает, что дворник ее обманул по доброте сердеч-



Марлен Дитрих с дочерью, Марией Рива, написавшей книгу «Моя мать Марлен Дитрих».

ной. Благодарит его и умирает, так и не обняв свою дочь. Та приехала уже после похорон.

Немудреный сюжет. Трогательно, но не сказать, что это великое произведение вроде «Божественной комедии» или «Илиады». А вот Марлен Дитрих на колени встала. Экзальтированная актерская натура, да?

А потом дочь Марлен Дитрих написала книгу о маме. Мол, мама, конечно, была хорошей актрисой. Шизофреничкой и алкоголичкой. И мужчин меняла, как перчатки. И называла мне в швейцарский пансион целыми днями, другие школьницы даже удивлялись. И на день рождения скупала несколько цветочных магазинов и меня цветами завалила, психопатка такая. Даже неудоб-

но было перед пенсионерками. И мой французский, которому я научилась, мама не считала совершенным. И вообще, она меня любила, конечно. Но неправильно. Надо не так. Надо совсем иначе. И я не любила свою мать. Как актрису уважала, но не любила. Потому что вот такая она была психопатическая натура...

Каждый любит, как может и умеет. Страшное — это не любовь и отвержение. Когда мать не любит ребёнка. Мучает его, обижает и отвергает.

Может, не стоит про маму писать, что она алкоголичка и шизофреничка, ежели она старалась и любила, как могла? Как умела? И до последних дней не просила помощи или сочувствия. Ей за квартиру было нечем заплатить, она была прикована к инвалидной коляске, эта бывшая великая Марлен Дитрих. Но она артистично врала по телефону, что с Марлен Дитрих все отлично! Она уехала на автомобиле в аэропорт, летит на гастроли. А говорит домработница, вот. Что передать мадам Дитрих?..

...А про книгу дочери актриса знала. И даже советовала добавить некоторые эпизоды поскандальнее. Тогда больше людей купят книгу и больше денег заплатят. Так она заболталась о дочери — странно, да?

Но вот так только она и умела любить, эта «стальная орхидея», как ее называл влюблённый Ремарк. Но это ведь тоже любовь, правда? И не стоит называть ее шизофреничкой и алкоголичкой; она была королевой. И ею осталась, даже в девяносто лет, когда потеряла своё королевство. Она сохранила великодушие и способность заботиться о своём постаревшем ребёнке. Пусть пишет. Пусть ей заплатят...

И это грустный рассказ о старорежимной старушке, которая вознаграждала чужих людей побитыми моллю шляпками и перчатками. И ждала свою дочь, чтобы просто ее обнять и умереть спокойно. Безыскусный рассказ из жизни, который заставил великую актрису встать на колени перед писателем. Хотя она писателей покуче знала — Ремарк, Хемингуэй ее любили...

Но наше сердце трогает то, что в нем болит. И никто не поймёт сердце другого человека. Иногда даже самые близкие не поймут и оставят умирать среди чужих людей. А потом напишут книгу обидчивых воспоминаний о грудах орхидей и роз, которыми их заваливали. И о слишком частых телефонных звонках.

...Если бы эти люди знали, как страшно, когда никто не звонит и не шлёт телеграмм. Но они не знают. Потому и пишут такое...

Анна Кирьянова

МОРСКИЕ ТРАДИЦИИ

Читатели пишут

Традиции — это не только календарные праздники, но и у каждого народа свои, внутренние традиции. Жив флот — жива традиция.

С пожеланием «семь футов под килём» (1 фут — 30,48 см) моряков отправляют в рейс. Почему семь футов под килём? Ранее моряков хоронили в море, привязывали к ногам ядро.

Трупы находились в воде в вертикальном положении. И при среднем росте 180 см в запасе оставалось 30 см, чтобы пройти и не потревожить их.

В каждой морской семье, третий тост — «за тех, кто в море». Впервые этот тост прозвучал в 1699 году на борту 58-пушечного корабля «Крепость» из уст адмирала Ф. А. Головина после очередного морского сражения, в котором российский флот понёс потери. Звучал тост так: «За тех, кто остался в море». А третий потому, что в России было принято выпивать третий тост «за упокой». В Русском Императорском Флоте была традиция выпить чарку вина перед обедом, а церемония раздачи вина, как вообще всякая церемония, была не только дорога моряку как традиция, но и важна тем, что укрепляла дисциплину, лишней раз напоминала об основе основ — понятии о старшинстве на корабле, так как вино выдавалось в порядке старшинства.

В море памятников не ставят. Но на навигационных картах координаты мест, где совершены подвиги российскими моряками, отмечены особо. Проходя вблизи этих мест, на корабле приспускают флаг, над могилами погибших опускают в море венки из живых цветов.

К «морским» традициям можно отнести те, которые непосредственно связаны с морской фауной. Например, женское имя Лариса и мужское имя Мартын переводятся как «чайка». Во времена Екатерины Второй стало модно давать крепостным сладкозвучные греческие имена. Одним из них было Пелагея, от слова «пелагус» — море. Позже появилось известное сейчас всем женское морское имя Марина, что с латинского также обозначает «морская». Среди «морских» имён одно из самых древних родословных имеет имя Галина, а наши предки считали суда живыми существами, способные помочь морякам избежать бурь и опасностей во время дальних плаваний.

Имя — это своего рода талисман, и по старомодной традиции с 19-го века, нарекает корабль женщина — крёстная мать. Имя первой крёстной на американском флоте Лавинии Уотсон, дочери известного жителя Филадельфии. 22-го августа 1846 года она крестила парусное судно «Germantown». Она перерубила закреплённую на лакированном ящике верёвку, на которой удерживалась бутылка шампанского,

и бутылка разбивается о борт корабля. Викинги, спуская судно на воду, укладывали под кили невольников. Финикийцы и народы Востока кропили борта судна кровью только что заколотых красивейших девушек-рыбынь. А по индийскому обычаю вместо шампанского — кокосовый орех. В Японии существует обычай освобождать из неволи птиц в момент спуска судна на воду. В период «сухого» закона в США вино замесилось имбирным пивом. Королева Елизавета Вторая в 1976 году окрестила корабль «Инвинсибл» при помощи бутылки местного бузинного вина.

Одной из любимых традиций для рыбаков — отмечать День рыбака во второе воскресенье июля. Это выход из воды Нептуна и Русалки. Чествование ветеранов рыбной промышленности. Обязательное приготовление рыбацкой ухи, которую разливали всем желающим. Но уха без водки — рыбный суп. В котёл наливают определённое количество водки.

Из старых и особо чтимых традиций на протяжении всей флотской истории остаются морские парады. В 1698 году молодой русский царь Пётр Первый находился в Англии и впервые наблюдал морской парад и манёвры флота. Весь торжественный ритуал парада произвёл на Петра неизгладимое впечатление. Окрылённый реформаторскими идеями, он решил перенять эту традицию для строящегося русского флота. Первый па-

рад был проведён Петром Первым 18 марта 1699 года.

После войны 1941–1945 годов морские парады стали организовывать и в день Военно-Морского Флота, в последнее воскресенье июля. В США решение о строительстве военно-морского флота было принято 4-го августа 1790 года. И с тех пор 4-го августа ежегодно отмечается День береговой охраны. Замечательны высказывания одного из капитанов о Кодексе морской чести, в котором главное — «элементарная порядочность и преданность морским традициям».

Король Норвегии Харольд Пятый во время своего пребывания в 1988 году в Мурманске надел морскую адмиральскую форму, потому что морская форма овеяна особым отблеском славы, связана с замечательными морскими традициями. Даже сейчас, я постоянно одеваю морскую форму один раз в год, в День рыбака.

Слово «традиция» латинского происхождения, означает «передача», поэтому главная задача нынешнего поколения передать традиции в надёжные руки молодёжи. Выверенные временем, они обладают большим нравственным потенциалом. И если они есть в вашей семье — просто верьте им. Они создают и поддерживают вашу зону безопасности в этом мире.

Маркс Ландо
капитан дальнего плавания
Балтимор

«ВЕЛИКИЙ ХОЛЕСТЕРИНОВЫЙ ОБМАН»

Доктор Дуайт Ланделл, Banner Heart Hospital, Меса, штат Аризона, кардиохирург с 25-летним опытом, который провел более 5 тысяч открытых операций на сердце, делится своими мыслями с Вами, уважаемые читатели:

«Мы, врачи, обладающие существенной подготовкой, знаниями и авторитетом, очень часто отличаемся слишком завышенной самооценкой, которая мешает нам признать, что мы не правы. В этом все дело. Я открыто признаю, что я не прав. Сегодня я стараюсь исправить ошибку, связанную с одним медицинским и научным фактом».

Доктор рассказывает о том, что реальная причина болезней – вовсе не холестерин и жирная пища, как долгое время полагало большинство его коллег. Исследования показали, что сердечно-сосудистые заболевания возникают из-за хронического воспаления стенок артерий. Если этого воспаления нет, то холестерин не будет накапливаться в сосудах, а сможет свободно циркулировать в них.

«В течение многих лет я проходил подготовку вместе с другими выдающимися врачами, которые сегодня «делают медицину».

Публикуя статьи в научной литературе, постоянно посещая образовательные семинары, мы без конца настаивали на том, что болезни сердца являются всего лишь результатом повышенного уровня холестерина в крови. Единственной приемлемой терапией было предписание лекарств для снижения уровня холестерина и диеты, которая строго ограничивает потребление жиров. Последнее, конечно, уверяли мы, должно было снизить уровень холестерина и предотвратить болезни сердца. Отклонения от этих рекомендаций считались ересью или результатом врачебной халатности.



Все это не работает! К сожалению великому, упущено много лет для выявления реальной причины и борьбы с хроническим воспалением в стенке артерий, хотя мы неоднократно освещали эту тему... А сегодня эти рекомендации больше не являются научно и морально оправданными.

Вообще-то, в воспалении нет ничего необычного – это просто-напросто естественная защита организма от внешних «врагов», таких как бактерии, токсины или вирусы. Цикл воспаления идеально защищает ваш организм от этих бактериальных и вирусных захватчиков. Тем не менее, если мы хронически подвергаем свой организм воздействию токсинов или едим продукты, к обработке которых он не приспособлен, возникает состояние, называемое хроническим воспалением.

Хроническое воспаление настолько же вредно, насколько целебно острое воспаление. Какой разумный человек станет постоянно сознательно

употреблять продукты питания или другие вещества, которые травмируют организм? Возможно, курильщики, но, по крайней мере, они сделали этот выбор осознанно.

Остальные из нас просто придерживались рекомендованной и широко пропагандируемой диеты с низким содержанием жиров и высоким содержанием полиненасыщенных жиров и углеводов, не подозревая, что тем самым мы многократно травмировали свои кровеносные сосуды. Постепенно это открытие приводит к изменению концепции борьбы с болезнями сердца и другими хроническими заболеваниями. Применяемые многие десятилетия, с 50-х годов минувшего столетия, пагубные диетологические рекомендации способствовали распространению эпидемии ожирения, диабета, инсультов, последствия которого затмевают любую чуму с точки зрения смертности, человеческих страданий и тяжелых экономических последствий. Несмотря на то, что 25% населения (США – Live up!) принимает дорогостоящие статинные препараты, несмотря на то, что мы сократили содержание жира в своем рационе, процент американцев, которые умрут в этом году от сердечно-сосудистых заболеваний, выше, чем когда-либо прежде... Статистика Американской ассоциации сердца показывает, что 75 миллионов американцев в настоящее время страдают сердечно-сосудистыми заболеваниями, 20 миллионов больны диабетом и 57 миллионов имеют преддиабет. И эти заболевания с каждым годом «молодеют».

Каковы же основные причины хронического воспаления? Проще говоря, это избыток потребления продуктов с высоким содержанием простых переработанных углеводов (сахар, мука и все изделия из них), а также чрезмерное потребление растительных масел и подсолнечное, которые содержатся во многих переработанных продуктах.

Доктор Дуайт Ланделл, являясь автором книг «Лекарство от болезни сердца» и «Великий холестеринный обман» предлагает:

«Найдите минутку и посмотрите, что произойдет, если некоторое время тереть жесткой щеткой мягкую кожу, пока она не станет совсем красной, вплоть до кровоподтеков. Представьте, что вы делаете это несколько раз в день, каждый день в течение пяти лет. Если бы вы могли вытерпеть эту боль, возникло бы кровотечение, отек пораженной зоны, и с каждым разом травма бы усугублялась».

Независимо от того, где протекает воспалительный процесс, снаружи или внутри, он протекает одинаково.

Я видел изнутри тысячи и тысячи артерий. Большая артерия выглядит так, как будто кто-то взял щетку и постоянно тер по стенкам артерии. Несколько раз в день, каждый день мы едим продукты, вызывающие небольшие травмы, которые превращаются затем в более серьезные травмы, в результате чего организм вынужден постоянно и закономерно реагировать воспалением.»

«Когда мы наслаждаемся изысканным вкусом сладкой булочки, наш организм реагирует тревогой, как будто прибыл иностранный захватчик и объявил войну. Продукты с избыточным содержанием сахара и простых углеводов, а также продукты, обработанные в целях длительного хранения жирами омега-6, были основой американской диеты в течение шести десятилетий. Эти продукты медленно всех отравляли.

Давайте вернемся к сладкой булочке. Это невинное с виду лакомство содержит не только сахар: булочка выпекается с использованием одного из многочисленных масел омега-6, таких как соевое. Чипсы и картофель фри замачивают в соевом масле; обработанные продукты изготавливаются с использованием омега-6 для увеличения срока хранения.

Несмотря на то, что омега-6 имеют важное значение для организма, – они должны быть в правильном балансе с омега-3.



Если баланс смещается в сторону омега-6, клеточная мембрана производит химические вещества, называемые цитокинами, которые непосредственно вызывают воспаление.

Существующий сегодня в Америке рацион питания отличается крайним дисбалансом этих двух жиров, в диапазоне от 15:1 до 30:1 и более в пользу омега-6. Это создает условия для возникновения огромного количества цитокинов, вызывающих воспаление.

Оптимальным же и здоровым в современной пищевой среде является соотношение 3:1.

Когда мы потребляем простые углеводы, такие как сахар, уровень сахара в крови быстро повышается. В ответ поджелудочная железа выделяет инсулин, основной целью которого является перенос сахара в каждую клетку, где он запасается для выработки энергии. Если клетка заполнена и не нуждается в глюкозе, она не участвует в процессе, чтобы избежать накопления излишнего сахара.

Когда ваши полные клетки отклоняют излишнюю глюкозу, уровень сахара в крови поднимается, производится все больше инсулина, и глюкоза превращается в накопления жира.

Какое отношение все это имеет к воспалению? Уровень сахара в крови имеет крайне узкий диапазон. Дополнительные молекулы сахара прикрепляются к различным белкам, которые, в свою очередь, повреждают стенки кровеносного сосуда.

Это повторяющееся повреждение оборачивается воспалением. Когда вы повышаете свой уровень сахара в крови несколько раз в день, каждый день, возникает такой же эффект, как от трения наждачной бумагой по стенкам хрупких кровеносных сосудов.

Хотя вы не можете этого увидеть, уверяю вас, это так. За 25 лет я видел это более чем у 5 тысяч пациентов, которых оперировал, и для всех них характерно одно и то же – воспаление в артериях. Что еще хуже, избыточный вес, который вы приобретаете, поедая эти продукты, создает перегруженные жировые клетки. Они выделяют большое количество химических веществ, которые усугубляют вред, причиненный высоким уровнем сахара в крови.

Процесс, начавшийся со сладкой булочки, со временем превращается в порочный круг, который провоцирует болезни сердца, высокое кровяное давление, диабет и, наконец, болезнь Альцгеймера. А воспалительный процесс сохраняется...»

Существует только один способ устранения воспаления, и это переход к потреблению продуктов в их натуральном виде.

Чтобы нарастить мышечную массу, ешьте больше белка.

Выбирайте сложные углеводы, такие как яркие фрукты и овощи. Сократите или вообще исключите из рациона вызывающие воспаление жиры омега-6, такие как кукурузное и соевое масла и обработанные пищевые продукты, приготовленные с их использованием. Одна столовая ложка кукурузного масла содержит 7280 миллиграммов омега-6; соя содержит 6940 миллиграммов омега-6.

Вместо этого используйте оливковое или сливочное масло, приготовленное из молока коровы, выкормленной растительной пищей. Животные жиры содержат менее 20% омега-6, и гораздо менее вероятно, что они могут вызывать воспаление, чем якобы здоровые масла с маркировкой «полиненасыщенные».

Забудьте «науку», которую вбивали вам в голову на протяжении десятилетий. Наука, которая утверждает, что насыщенные жиры сами по себе вызывают болезни сердца, не является наукой вообще. Наука, которая говорит о том, что насыщенные жиры повышают уровень холестерина в крови, также очень слаба. Поскольку теперь мы точно знаем, что холестерин не является причиной сердечно-сосудистых заболеваний.



Беспокойство относительно насыщенных жиров является еще более абсурдным. Теория холестерина привела к рекомендациям о потреблении обезжиренной пищи, пищи с низким содержанием жира, что, в свою очередь, привело к созданию тех самых продуктов, которые в настоящее время вызывают эпидемию воспаления. Передовая медицина совершила ужасную ошибку, когда советовала людям отказаться от насыщенных жиров в пользу продуктов с высоким содержанием жиров омега-6. Теперь мы столкнулись с эпидемией артериального воспаления, ведущей к сердечно-сосудистым заболеваниям и порождению других тихих убийц.

Поэтому лучше всего выбирать цельные продукты, которые использовали наши бабушки, а не те, которые наши мамы покупали в продуктовых магазинах, полных фабричной еды. Исключая «воспалительные» продукты и добавляя в рацион необходимые питательные вещества из свежих необработанных продуктов питания, вы начинаете бороться с вредом, который в течение многих лет причиняла вашим артериям и всему организму типичная американская диета.»

ВЕК ЖИВИ – ВЕК УЧИТЬСЯ! УДАЧИ!

Рубрику ведет:

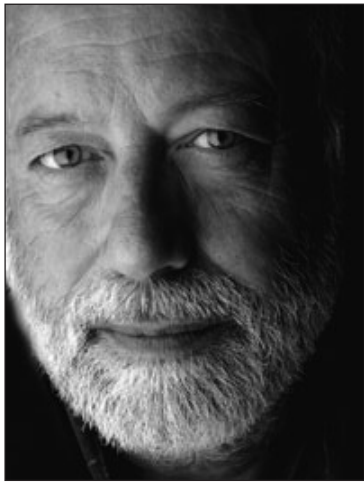
Нелли Нутельс, врач – терапевт с многолетним опытом работы в Украине, биоэнерготерапевт, American, Certified Holistic Health Therapist / Counselor, Reiki-practitioner.

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

Тел 410-602-9592

НЕОБЫКНОВЕННЫЕ СКУЛЬПТУРЫ ЭТЬЕНА ПИРО

Этьен Пиро – удивительный французский скульптор, каждая из его работ невероятно по форме и наполнена свежим видением вечных сюжетов о любви, одиночестве, дружелюбии, гармонии внутренней и с внешним миром. Произведения Пиро всегда оставляют простор для фантазии. Его работы узнаваемы среди других.



его персональные выставки по всему миру. Его уникальным скульптурам уделено огромное внимание в средствах массовой информации.

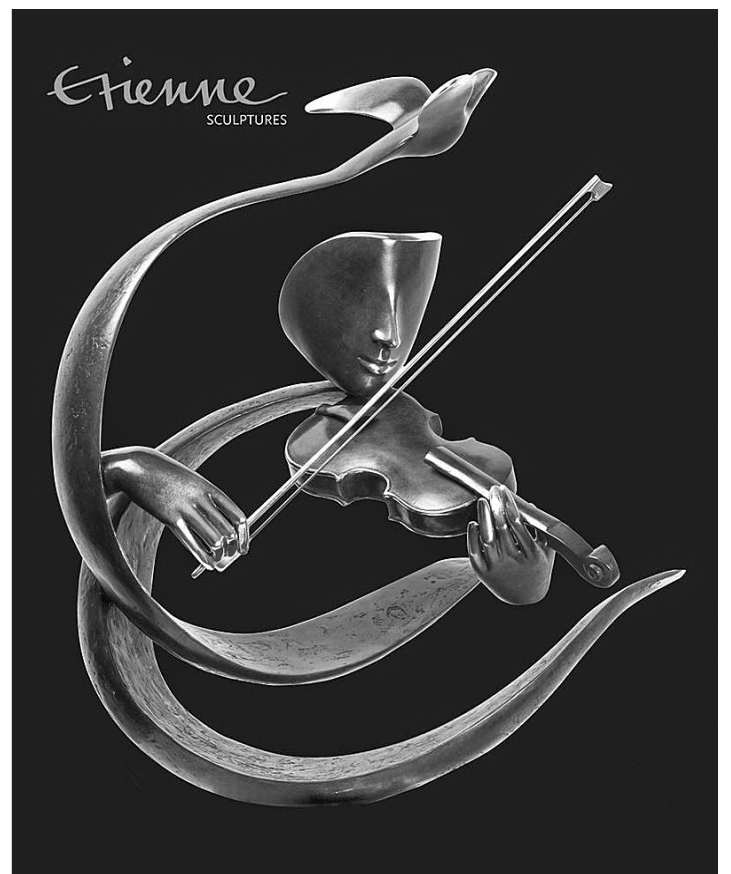
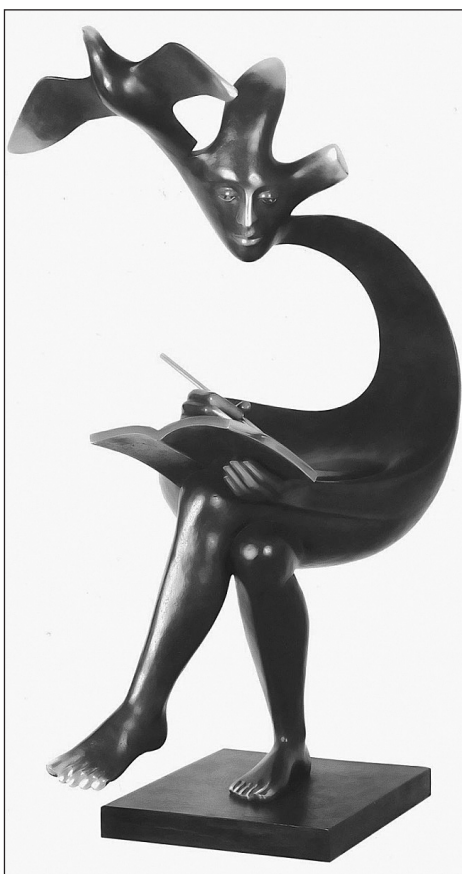
Для своих первых творений Этьен Пиро использовал мрамор, камень и дерево. Но вскоре он выбрал бронзу – материал, который позволяет ему играть с твердыми частями и пустотами. Этьен Пиро смог достичь стабильной, хорошо сбалансированной гармонии – конструктивной и выразительной.

Родился Этьен Пиро в 1952 году, в Гренобле. Окончил университет в Оттаве (Канада) и вернулся во Францию, получил степень в пластических искусствах в Марселе. Стал студентом факультета изящных искусств в Париже, затем работал учителем рисования с 1974 по 1976 гг. Уже с 1972 года его работы регулярно показывали в галереях.

Пиро считает, что красота всегда вечна. Вот уже более тридцати лет он демонстрирует свои работы на различных выставках в стране и за рубежом. С 1990 года проходят

Скульптуры Пиро высоко оценены как монументальные произведения. Это фигуры в круглых барельефах, фонтанах или предметах мебели. Искусство Этьена можно увидеть везде, где каждый день жизни и символы объединяются. Его произведения можно увидеть в религиозных местах и на городских пространствах, на предприятиях и у частных лиц.

Этьен Пиро живет и работает в Париже и Сен-Мартен-де-Ре.



КУЛЬТУРНЫЕ ХРОНИКИ

80 лет со дня рождения Григория Горина

12 марта исполнилось 80 лет со дня рождения знаменитого писателя-сатирика, драматурга и сценариста Григория Горина.



Григорий Горин после окончания средней школы поступил в первый Московский медицинский институт. Его трудовая биография началась в 1963 году в качестве врача скорой помощи, где он проработал пять лет. Но и поменяв профессию, он продолжал помогать людям, только теперь уже своим ярким жизнеутверждающим творчеством.

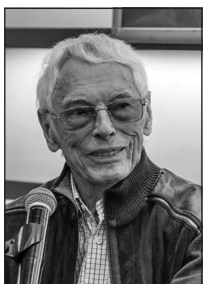
Без пьес Горина невозможно представить афишу театра «Ленком». Здесь увидели свет пьесы «Тиль», «Забыть Герострата!», «Дом, который построил Свифт», «Королевские игры», «Шут Балакирев», «Поминальная молитва». Благодаря сотрудничеству с Марком Захаровым на экраны вышли картины: «Формула любви», «Тот самый Мюнхгаузен», «Убить дракона», «Дом, который построил Свифт».

Фразы из этих фильмов давно разошлись на цитаты:

«Я понял, в чем ваша беда. Вы слишком серьезны. Серьезное лицо - еще не признак ума, господа. Все глупости на Земле делаются именно с этим выражением. Вы улыбайтесь, господа. Улыбайтесь!».

Александр Зацепину — 94!

Он мог бы стать химиком, или акробатом, или радиотехником. А стал композитором. Выпускник консерватории, он сочиняет мюзиклы, симфоническую музыку, балет. Но славу ему принесли песни, которые он писал для кино. Буквально каждая — маленький шедевр.



135 лет со дня рождения балерины Тамары Карсавиной



Ведущая танцовщица «Русских сезонов» Сергея Дягилева, прима-балерина Мариинского театра Тамара Карсавина родилась 9 марта 1885 года в Санкт-Петербурге. Она выросла в интеллигентной семье. Ее отец Платон Карсавин был педагогом и известным танцовщиком Мариинского театра, мать — выпускница Института благородных девиц, внучатая племянница писателя и философа А. Хомякова. Родной брат Тамары Лев Карсавин был историком-медиевистом и философом.

После выпускных экзаменов из теа-

трального училища она четыре года танцевала в кордебалете Мариинского театра, потом перешла в разряд вторых танцовщиц. Поначалу критики не очень жаловали Карсавину — ее врожденная мягкая пластика казалась им небрежной. Ее танец отличался от танца других ярких балерин (Матильды Кшесинской, Анны Павловой) нежной грацией и особой сентиментальностью.

Первым романтическую индивидуальность Карсавиной оценил Михаил Фокин и творческий союз с ним принес ей настоящий успех. Тамара Карсавина стала прима-балериной Мариинского театра и исполняла ведущие партии в спектаклях «Жизель», «Спящая красавица», «Щелкунчик», «Лебединое озеро», «Карнавал». Кроме того, Карсавина была главной танцовщицей балетов Фокина, поставленных специально для нее: «Исламей», «Прелюды», «Сон». По приглашению Сергея Дягилева балерина гастролировала с «Русскими сезонами» в Европе, а затем вошла в труппу Русского балета С. Дягилева.



В 1918 году вместе со своим мужем английским дипломатом Генри Брюсом уехала из России. Была избрана вице-президентом Британской Королевской академии танца и занимала эту почетную должность 15 лет. Написала несколько книг по балету, а также мемуары и пособие по классическому танцу.

Тамара Карсавина скончалась в возрасте 93 лет в Лондоне.

70 лет американскому джазовому музыканту Бобби Макферрину

Обладатель десяти «Грэмми», этот американский джазовый музыкант щедро одарен от природы. Непревзойденный вокалист с диапазоном голоса в четыре октавы, дирижер, композитор, он блестяще играет на фортепиано, кларнете и бас-гитаре. Его называют гением импровизации.



Александр Ширвиндт отметил творческий юбилей

В театре Сатиры чествовали Александра Ширвиндта. Поводом стали сразу два юбилея - 50 лет службы в родном театре и 20 лет работы в качестве художественного руководителя.

Творческий юбилей Александр Ширвиндт отпраздновал на сцене. Играл главную роль в спектакле «Где мы?»:!...».



Эту пьесу режиссер Родион Овчинников сочинил специально для театра Сатиры. После долгих оваций с поздравлениями на сцену вышли директор театра Мамед Агаев и актриса Вера Васильева. Ширвиндт отвечал со свойственной ему иронией:

«Я столько лет уже в этом производстве... Ну, сколько? Луначарского я не застал, но после Луначарского практически со всеми на «ты», не потому что панибратство или хамство, а потому что я всегда старше и немножко умнее. Министр культуры Москвы обещал прийти, но занят настоящими делами. Я знаком с ним, когда ему было четыре года. Представляете?! Нынешний назначенный, прекрасный министр культуры в начальной школе сидел за партой с моим внуком».

Мария Шарапова покинула спорт



Российская теннисистка Мария Шарапова ушла из спорта.

The New York Times указывает, что 32-летняя спортсменка устала бороться с травмами. В колонке Шарапова написала, что планирует проводить время с семьей и сама выбирать себе нагрузки. Например, она планирует заниматься танцами.

«Теннис показал мне мир, а также показал, из чего я сделана», — написала Мария. При этом она пообещала, что в следующей главе жизни обязательно будет стараться изо всех сил и продолжать расти.

Юбилей Юлии Борисовой

17 марта юбилей отметила народная артистка СССР Юлия Борисова.

Народная артистка СССР Юлия Борисова — ярчайший представитель вахтанговской школы, в традициях которой, по словам актрисы, играют «и душой, и сердцем, и нервами». Ее уникальному дарованию подвластно как максимальное душевное обнажение, почти публичная исповедь, так и яркая бурлескная театральность.

Всю свою жизнь Борисова верна Театру им. Евгения Вахтангова, на сцене которого воплотила самые полярные женские образы — от принцессы Турандот до Клеопатры. В знаменитую московскую труппу она поступила в 1947 году, сразу после окончания Щукинского училища. Уже первые шаги начинающей актрисы не остались незамеченными. Многим стало понятно, что появилась новая восходящая звезда.

В кино же актриса снималась очень мало. В ее биографии только две большие кинематографические работы — Настасья Филипповна в «Идиоте» Ивана Пырьева и



прообраз Александры Коллонтай в фильме Георгия Натансона «Посол Советского Союза».

В возрасте 90 лет скончался шведский актер Макс фон Сюдов

Ушел из жизни шведский актер Макс фон Сюдов. Ему было 90. Он снимался у Вуди Аллена, Ларса фон Триера, Вима Вендерса. Но определяющей стала его встреча с Ингмаром Бергманом.



Внутреннее смятение и окружающий хаос. Потерявший веру в бога рыцарь возвращается в родной город, охваченный эпидемией чумы. Роль в «Седьмой печати» Ингмара Бергмана для Макса фон Сюдова стала одной из главных: его герой не только не побоялся взглянуть в лицо смерти, но и сыграл с ней шахматную партию.

«Когда Бергман описывал в своих дневниках замысел фильма, он написал там такую фразу: „Смерть ищет контакта“. И вот, видимо, мы запомним актера Мака фон Сюдова как посредника между смертью и жизнью. Во многих своих фильмах он играл переговорщика между жизнью и смертью», — отметил кинкритик Егор Москвитин.

Аристократические черты лица. Непроницаемый или сломленный: герой фон Сюдова мог скрывать все что угодно. Ингмар Бергман не раз признавался, что через его роли говорил о самом себе, прежде всего о своих внутренних демонах. Спустя много лет после смерти Бергмана актер говорил, что этот диалог продолжается: «Я слышал его послания много раз, но я не могу говорить об этом. Это слишком личное».

«Меня называют интеллектуальным актером, я не против, но я никогда не собирался следовать какому-то канону в актерской игре», — говорил Макс фон Сюдов. Он никогда не обращал внимание на различие между авторским и массовым кино. Последнее иному актеру могло стоить карьеры. Но не Макс фон Сюдову: его ранние образы обладали такой силой, что им ничто не могло навредить: ни неудачные роли, ни неудачная режиссерская карьера.

О выдающемся артисте вспоминает киновед Кирилл Разлогов:

«Он по складу характера был актер. Он был персонажем, а не человеком, который обустроивает вокруг себя мир. Он встраивался в разные миры достаточно органично, достаточно талантливо, но не был готов к тому, чтобы быть демиургом в полном смысле этого слова».

Скупые эмоции и площадное озорство. Он мог быть «неисправимым оптимистом на фоне апокалипсиса». Эти противоречия не раз подчеркивал и сам режиссер. Кинокритики уверены: Макс фон Сюдов был будто бы создан для вселенной Ингмара Бергмана.

«Я помню, мы говорили много на темы религии в перерывах между съемками. И я сказал: „Я не верю в вечную жизнь, мы все умрем, и все“. И он сказал: „Нет, нет, ты ошибаешься“, — говорил Макс фон Сюдов.

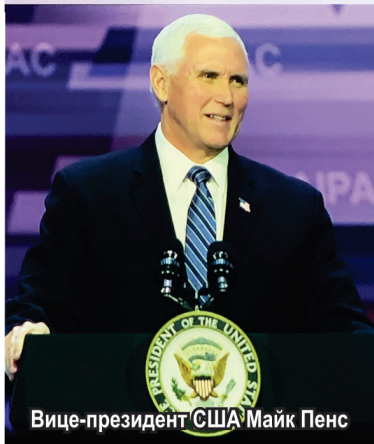
Впрочем, иногда смерть можно и обмануть, об этом 90-летний Макс фон Сюдов знал не понаслышке.

По материалам СМИ

AIPAC 2020

TODAY. TOMORROW. TOGETHER.

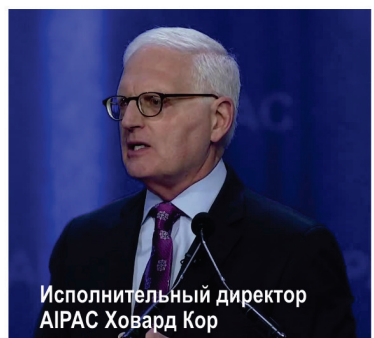
#AIPACPROUD



Вице-президент США Майк Пенс



Госсекретарь США Майк Помпео



Исполнительный директор AIPAC Ховард Кор



Премьер-министр Израиля Биньямин Нетаниягу



Раввин Меир Лау

С первого же момента, как я вошел в отделение регистрационной службы AIPAC, я почувствовал атмосферу этой встречи. Быть в окружении 18 тысяч евреев, которые приехали со всех концов Америки выразить свою любовь и преданность Израилю, из которых 4,300 – студенты, это впечатляет! Евреи всех возрастов, разных религиозных направлений, с различными взглядами на иудаизм собрались, чтобы выразить свою поддержку Израилю.

Заседание общей сессии было открыто представителями двух политических партий США, которые выступили камертоном общего настроения собравшихся. Они призвали к цивилизованному восприятию разных взглядов и точек зрения на одни и те же проблемы, сконцентрировав участников на том, что вырабатывается общая идеология поддержки Израиля и его отношений с Америкой.

После исполнения гимна Америки на Конференции почтили память жертв Холокоста и отдали честь военным-освободителям лагерей смерти. Это сопровождалось демонстрацией разрывающих душу визуальных материалов. Наиболее трогательным моментом открытия было выступление пережившего Холокост ребе Лау, который много лет был главным раввином Израиля. Мощное и глубокое выступление ребе Лау закончилось звучанием гимна Израиля ХаТиква.

Исполнительный директор AIPAC Ховард Кор (Howard Kohr) отметил принципиальную разницу между задачами предыдущих лет и

этого года, обратив внимание на серьезные расхождения между политическими группами в ряде американских еврейских организаций и их значительному уходу влево. Как он подчеркнул, в этой обстановке наиболее важно сохранить суверенитет и законное право Израиля на свое существование, а также важность роли AIPAC и сплоченность ее действий на фоне общей политической картины. Надо отметить, что работу AIPAC очень осложняют антиизраильские акции, в которых, к сожалению, принимают участие левонастроенные евреи и некоторые группы ортодоксальных евреев.

Ребе Даниэл Горкис в своей высокоинтеллектуальной речи предупредил: время почивания на лаврах для американских евреев прошло. В свете новых волн антисемитизма евреи не должны забывать свою историю и терять бдительность.

После этого было впечатляющее представление технологических новшеств. Были продемонстрированы передвижное устройство для инвалидов и портативные, мгновенно раскрывающиеся госпитали, а на нижнем этаже Конференц-центра действовала большая выставка израильских инноваций в различных сферах и рекламировалась деятельность стартап компаний: рюкзак-мешки для гражданского населения, которые спасают от шрапнельного поражения, а также мотоциклы,



Виталий Рахман на амбуцикле.

Такие амбуциклы, в приобретении которых участвовала филаделфийская группа «Уру Ахим», используются в Израиле для оказания экстренной медицинской помощи.

AIPAC = ПОДДЕРЖКА ИЗРАИЛЯ + БОРЬБА С АНТИСЕМИТИЗМОМ

Конференция-2020 в Вашингтоне

Мой американский друг пригласил меня поехать с ним в Вашингтон на Конференцию AIPAC (The American Israel Public Affairs Committee)/Американо-израильский комитет по общественным связям. AIPAC существует уже более полувека и является одной из наиболее мощных организаций, лоббирующих интересы Израиля и американских евреев в пользу американо-израильских отношений и политики на Ближнем Востоке и борющаяся с антисемитизмом. На всем протяжении своего существования AIPAC решала следующие основные задачи: независимо от разницы партийных позиций вырабатывать общую стратегию в поддержке американо-израильских отношений; лоббировать интересы Израиля; пропагандировать и развивать крепкие связи между США и Израилем; периодически приглашать группы новых политических деятелей и активистов Америки для посещения Израиля и ознакомления с реальной жизнью и динамикой развития страны; поддерживать крепкие связи в сфере экономики, технологий и обороны.

мотороллеры и амбуциклы для оказания скорой медицинской помощи.

В следующем выступлении была рассказана потрясающая история о спасении 900 эфиопских евреев и двух героях, которые это осуществили. Они оба были представлены собранию.

Выступившие военные представители рассказали о взаимодействии американских и израильских соединений.

Список выступавших политических лидеров разных стран, национальностей и рас, выразивших свою поддержку AIPAC, был более чем солидным: Майкл Блумберг, Джо Байден, Чак Шумер, Стени Хойер, вице-президент США Майк Пенс, Госсекретарь США Майк Помпео, посол США в Израиле Дэвид Фридман. Премьер-министр Израиля Биньямин Нетаниягу и кандидат на этот пост Бенни Ганц тепло поздравили участников Конференции по скайпу.

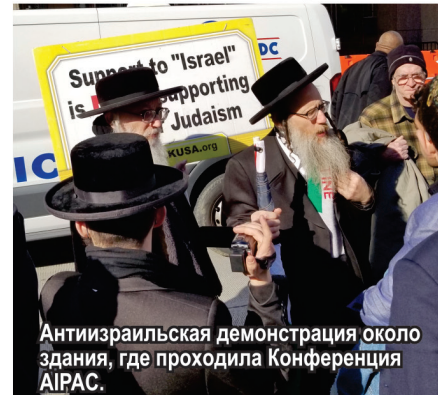
Республиканцы представили конкретные факты взаимодействия и достижений администрации Трампа, такие как: признание Иерусалима столицей Израиля; признание Голанских высот частью израильской территории; создание сильнейшей оппозиции антисемитским веяниям в ООН посредством финансового давления на страны-участницы, бойкотирующие Израиль; постановление о прекращении всех видов и форм проявления антисемитизма на территориях университетов США, подкрепленная прекращением государственного субсидирования в случае невыполнения этого постановления; выдвигание практического плана по урегулированию палестинско-израильского конфликта и возможности создания двух государств и его согласования с Нетаниягу и Ганцем; непоколебимая позиция в отношении Ирана – против попыток производства им атомного оружия и распространения терроризма на Ближнем Востоке. Все эти пункты были активно поддержаны участниками Конференции.

Позиция республиканцев в сочетании с достижениями кабинета Трампа выглядела намного более выигрышно и прагматично. Выступление Майка Пенса было очень впечатляющим, убеждающим. Вице-президент

выразил серьезные опасения по поводу распространения эпидемии коронавируса, которая может затронуть Америку; он также сказал о моментальных и серьезных мерах по предупреждению распространения эпидемии и борьбе с ней. Искренность вице-президента как христианина и политического деятеля в поддержке Израиля не вызвала сомнений. Выступление Майка Блумберга было очень глубоким, в сдержанной и искренней манере. Он показал, как ему, жителю и бывшему мэру Нью-Йорка небезразлична судьба еврейского народа и, в частности, судьба Израиля. Но в его активе не было конкретных реализованных акций.

Представители Демократической партии пропагандировали идею совместной работы всех органов политической власти США по отношению к Израилю, но это не могло противостоять фактам и аргументам республиканцев.

Большой отрицательный резонанс вызвал отказ выступить на Конференции лидирующего в нескольких штатах кандидата на пост президента, демократа Берни Сандерса.



Антиизраильская демонстрация около здания, где проходила Конференция AIPAC.

Конференцию отличали высокопрофессиональная сопровождающая информация с использованием современной визуальной и звуковой техники прекрасного оборудованного Конференц-зала с огромными экранами и потрясающим звуком и продуманный список выступающих с четким соблюдением регламента выступлений.

Я уезжал из Вашингтона полный впечатлений, заряженный энергией присутствующих и выступавших.

TOGETHER AGAIN IN 2021
AIPAC POLICY CONFERENCE • MARCH 7-9 • WASHINGTON, D.C.
REGISTER TODAY

Призываю вас активно участвовать во всех акциях AIPAC, которая оказывает огромную поддержку Израилю и борется с проявлениями антисемитизма!

Vitaly Rakhman
in cooperation with his
American friend.
Репортаж Виталия Рахмана

А.КНЫШЕВ: «МЫ ИНОГДА УЗНАЕМ СЕБЯ В НАШИХ ДЕТЯХ. НО УЖЕ ПОЗДНО»

Наверняка вам доводилось слышать:

«Не надо путать причину и следствие. Особенно не надо путать следствие»;

«Один умный мальчик женился на богатой старушке. А когда он умер, ей досталось всё его состояние»;

«Седьмое чудо света занимало шестую часть суши»...

Их автор, Андрей Кнышев, — российский телеведущий, режиссёр и сценарист, юморист, писатель-сатирик, известный, в первую очередь, как один из создателей знаменитой в 1980-е годы телепередачи «Весёлые ребята». С тех пор прошло немало лет, а его афоризмы становятся всё более и более актуальными! Ведь как считает сам Кнышев, «Пессимизм — это преждевременно высказанная правда».

◆ Благодаря телевидению дурак дурака видит издалека.

◆ «У мальчика было трудное детство — он воспитывался без родителей, — один, в Интернете».

◆ У нас все делается через задницу, кроме клизмы.

◆ С деньгами не шутят. Без них — тем более.



«История повторяется трижды. Первый раз как трагедия и пару раз — для тупых».

Андрей Кнышев

◆ У нас всегда путают: «О покойниках — только хорошо» и... «Хорошо — только о покойниках».

◆ У нас свобода совести: хочешь, имей совесть, — хочешь, не имей.

◆ Телевизор — это распахнутое окно в мир, в которое хочется иногда выброситься.

◆ Россия — это исправительно-трудовая колония для неисправимых оптимистов.

◆ Преодолевая трудности, человечество идет вперед, в будущее, где его уже давно поджидает его прошлое...

◆ Наша страна уверенно шагает зад-вперед по пути построения социализма.

◆ Только когда первая обезьяна взяла в руки палку, остальные начали трудиться.

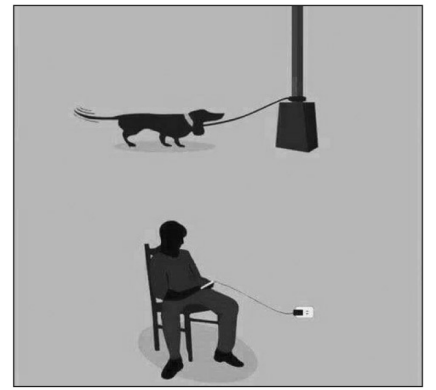
◆ Минута смеха добавляет год жизни. Условно.

◆ Родственники — это группа ничем не связанных между собой лиц, собирающихся периодически пересчитаться и вкусно покушать по случаю изменения их количества.

◆ Смотри на жизнь прощ, — как баран на новые ворота.

◆ Когда-нибудь на земле будут жить красивые, сильные, умные... машины.

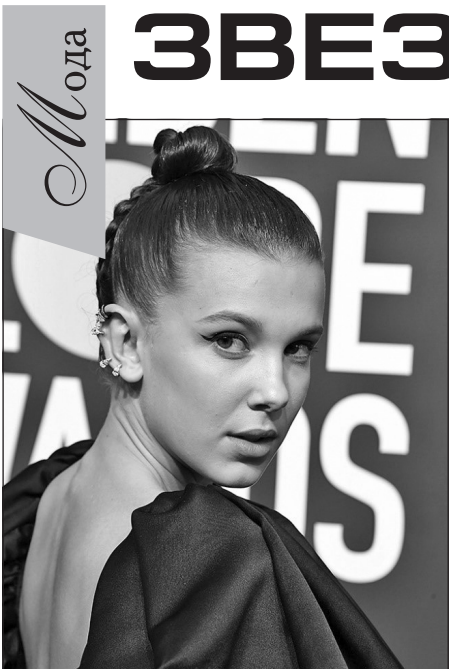
◆ Пройдя через все годы испытаний, мы все-таки выжили. Но, видимо, уже из ума.







ЗВЕЗДНЫЕ БЬЮТИ-БРЕНДЫ



Florence by Mills

Милли Бобби Браун



Главная звезда сериала «Очень странные дела» объявила о запуске собственного бренда в августе. Логично, что главная аудитория — ровесники Милли, поколение Z. Марка Florence by Mills названа в честь прабабушки актрисы. В ассортименте — в основном уход и немного декора-

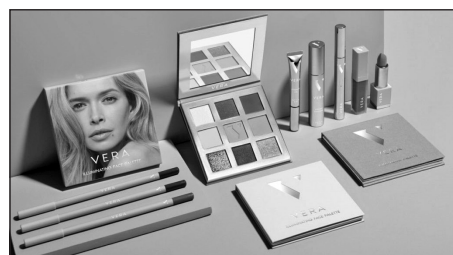
тивных продуктов. Ничего не тестируется на животных, что подтверждает сертификат PETA.

Victoria Beckham Beauty
Виктории Бекхэм



Бренд запустился в сентябре и довольно тихо. Многие стали говорить о схожести продуктов из лимитированной коллаборации с Est e Lauder — как по внешнему виду, так и по содержанию. В ассортименте представлены карандаши, палетки теней, блестящие монотени. Надо сказать, что расширяется марка так же незаметно. Самым громким запуском стал крем, выпущенный совместно с Августинусом Бадером, врачом и создателем крема, на который молятся все звезды и не только.

VERA by Vera Brezhneva
Веры Брежневой



В России по сути, VERA — первый звездный бренд декоративной косметики. После презентации тут же начались сравнения марки с коллаборацией Джиджи Хадид и Maybelline, с марками Ким Кардашьян и Шарлотты Тилберри. Так говорили в основном те, кто не пробовал продукты VERA. Особенно тени. Они оказались очень и очень пигментированными и яркими. Помимо них в ассортименте есть помады, палетка для контуринга, карандаши для ресниц и тушь.

Haus Laboratories Леди Гаги

Певица работала над своим брендом вместе с личным визажистом Сарой Танно, которая стала арт-директором. Эксклюзивно продукция была запущена на Amazon. В запуске не было чего-то невероятного, в ассортименте тоже все довольно понятно и есть все необходимое. Сама Гага считает лучшими продуктами матовые помады, которые не сушат губы, а также подводки для глаз.



Kylie Skin Кайли Дженнер

В мае звезда анонсировала свой новый бренд по уходу за кожей. Продукция не тестируется на животных, не содержит компонентов животного происхождения, па-



рабенов, сульфатов, она безглютеновая. Среди продуктов есть все самое базовое — несколько типов средств для умывания, скраб и лосьон для тела, средство для защиты от солнца, увлажняющие крем и маска, сыворотка с витамином С.

Henry Rose Мишель
Пфайффер



В апреле актриса дебютировала в бьюти-индустрии с маркой нишевых ароматов. В коллекцию вошло пять композиций, связанных с личными воспоминаниями. Как и положено в 2019 году, состав у ароматов стремится к натуральному и не вредит природе.

Следующие в очереди на запуск Хейли Бибер, Серена Уильямс, Сиара и Селена Гомес, которые зарегистрировали свои торговые марки.

Kesha Rose Beauty Кеша

Американская певица Кеша выпустила свой бренд прямо под конец года. В первую коллекцию вошли 12-цветная палетка теней, жидкая подводка для глаз, помада и блеск для губ, проявляющий насыщенность в зависимости от pH кожи. В палетке — яркие цвета с разными текстурами от матовых и сатиновых до металла.

Дарья Богомолова

Спрос и предложение труда



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

Требуются медсестры и работники по уходу за пожилыми людьми. Тел. 410-486-5330, 301-528-6648

Требуются работники по уходу за пожилыми людьми. 410-486-2111

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

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

Автомастерской требуется квалифицированный механик. 410-602-1022

Для работы ПО СУББОТАМ И ВОСКРЕСЕНЬЯМ в центрах здоровья Ренессанс и Феникс приглашаются водители и работники по кухне и раздаче пищи. Телефон (410)-580-9301, 9302, 9303. Марина или Дана.

Приглашаем работников в гостиницы города Балтимор (housekeeping). Возможен part time и суббота, воскресенье, а также проживание при гостинице. 443-717-1720. Валерий

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

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

Требуются на работу в строительную компанию опытные специалисты. 443-983-3535:

Требуются водители класс А - DRY VANS. Высокая зарплата, local и дальние рейсы. 445-444-1699

Занятия



Научу говорить, читать и писать по-французски и по-английски, подготовлю к высокому уровню знания и пользования французским языком в школе. Использую современную методику. 410-356-8212 Мадам А.

Продам Куплю



Покупаю антиквариат. 267-879-5872



Rent

Офис в аренду. Юридическая фирма в Falls Church, VA сдет в аренду офис. \$650 - Рент включает коммунальные услуги, 5 раз в неделю уборку офиса, место для парковки. Тел. 703-534-5588

REISTERSTOWN/CORK LN Кондо 2/1 в хорошем состоянии. Все что нужно для комфортного проживания. W/D. Удобное расположение вблизи магазинов. \$1,200. 410-961-1010

Commercial lot for Rent in Owings Mills. Zoned BR. Call for details. 410-236-1901

Angel Valley Ct. EDGEWOOD, MD Сдается basement с отдельной ванной комнатой, без мебели. Кухня, стиральные машинки в общем пользовании с хозяином. \$550 в месяц. cell: 443-204-3597

Reisterstown Condo for Rent. Отличная обновленная квартира, 1 спальня, 1 ванная, на среднем этаже, с балконом. Газовое отопление и плита. Бассейн. Всего \$1,100 в месяц. Т. 410-236-1901



REAL ESTATE
продажа недвижимости

REISTERSTOWN/DEER PARK Отдельно стоящий дом 4/2/1 Дому 1 год, превосходное состояние, внимание к деталям. Кухня с современным оборудованием и гранитными столешницами, просторные комнаты, двухуровневая гостиная с камином. Ландшафтный дизайн, дренажная система. В комплексе есть бассейн, теннисный корт. Отличное расположение. \$619,900 410-961-1010

REISTERTOWN/WOOD-ENBRIDGE СТ Кондо/ Townhouse 3/1/1 в хорошем состоянии. Обновленная кухня, комнаты на верхнем уровне, а также жилой нижний уровень, выход на патио из кухни. В комплексе есть бассейн. Удобное расположение. \$132,000. 410-961-1010

PIKESVILLE/SNOWMEADOW LN Просторное кондо 1/1 с лофтом. Отличное состояние. Хорошая планировка, много естественного освещения, большой балкон. Вода, отопление, оплата за бассейн включены в condo fee. Прекрасное расположение в тихом районе. \$117,900. 410-961-1010

Просторный Крайний Таунхауз. 3 спальни, 3/1 ванных. Высокие потолки. Камин. Паркет. аконченный нижний этаж. Через дорогу от Quarry Lake. Summit Park School. Т. 410-236-1901

Condo in Greenspring East. Прекрасный, полностью отремонтированный кондо на среднем этаже, с балконом. 2 спальни, 2 ванных. Кухня с гранитом... Через дорогу от Quarry Lake. Всего \$154,900. Tel. 410-236-1901



Услуги

Перевод документов. Нотариальные услуги на русском и английском языках. 443-831-3695 (cell); 410-526-0598 (дом.); Инна Браславская. in-nabraslavsky@hotmail.com

Куда поехать в отпуск? Позвоните Геннадии. Он обязательно предложит вам что-нибудь очень интересное. Тел. 410-610-2036, 877-980-6262

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

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

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

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

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

Разное

ПЕРЕВЕЗЕМ ВАШУ МЕБЕЛЬ, КАК СВОЮ
СКИДКИ ПЕНСИОНЕРАМ
267-342-7707

- Дома
- Квартиры
- Офисы
- Страховка
- Рекомендации
- Внутри города и по штатам

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!
НАШИ КОНТАКТЫ:
LOCAL NUMBERS - 714-798-3423/844-867-7326;
EMAIL - scrr7057@gmail.com, веб-сайт - socialroadtorecovery.com

Центр лечения от наркотической зависимости. South California Road to Recovery. Срочная круглосуточная помощь! Одна из лучших лицензированных клиник в Калифорнии. Профессиональная помощь по доступным ценам. Самые прогрессивные методы лечения, анонимность. Принимаем все виды страховок с планами PPO или наличный платёж. 714-798-3423

Агентство «КРУГ ДРУЗЕЙ»
Circle of Friends, LLC
ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ

квалифицированный медицинский персонал и помощников на дому

301-260-0338

Personal Home Care Agency
Fax: 410-486-5331

Требуются медсестры и работники по уходу за пожилыми людьми в Baltimore City, Montgomery, Howard и Baltimore County.

410-486-5330 * 240-246-7078

СРОЧНО
ТРЕБУЮТСЯ ВОДИТЕЛИ
КЛАСС А - DRY VANS!

ЗАРПЛАТА ПО МИЛЯМ ИЛИ СТАВКА (минимум \$6000/месяц)
445.444.1699

LOCAL и на дальние рейсы!
ПАРКОВКА УДОБНО
РАСПОЛОЖЕНА С 95-Й И WOODHAVEN ROAD

CONDO 1/1 \$1,100
FOR RENT!

Erin Way, Reisterstown
443-231-8497 Яков jacob.kogan@gmail.com
www.realsmallass.com/rt/207ErinWay102

AFN AMERICAN FINANCIAL NETWORK INC.
FINANCING THE AMERICAN DREAM
Oleksandr "Alex" Naumovych
Loan Officer
Office: (301) 708-0400
Cell: (240) 753-0088
Fax: (301) 708-0406
Email: alexn@afncorp.com
www.afncorp.com/rockville
Branch Office: 9200 Corporate Blvd, Suite 320, Rockville, MD 20850
Corporate NMLS# 237341

REMODELING COMPANY
ТРЕБУЮТСЯ РАБОТНИКИ ШИРОКОГО ПРОФИЛЯ
ЗАРПЛАТА \$10-20 В ЧАС ПРИ НАЛИЧИИ ОПЫТА
443-827-8089

ПЕРЕВОЗКИ мебели от Майями до Бостона и в Филадельфии
Доставка в аэропорты, чистка ковра.
215-669-1386
Скидки пенсионерам

Вы имеете право получить освобождение от экзамена на гражданство США -
ЕСЛИ
нарушения вашей памяти не позволяют вам выучить английский язык и американскую историю

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

ЗВОНИТЕ 1 301 320-0729

Ваш досуг

Решение Судуку в №5, 2020г.

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

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

Программа передач «ПЕРВЫЙ КАНАЛ «США» с 23 по 29 марта 2020 г.

ПОНЕДЕЛЬНИК 23 МАРТА	ВТОРНИК 24 МАРТА	СРЕДА 25 МАРТА	ЧЕТВЕРГ 26 МАРТА	ПЯТНИЦА 27 МАРТА	СУББОТА 28 МАРТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ 29 МАРТА
5.00 НОВОСТИ (С СУБТИТРАМИ)	5.00 НОВОСТИ (С СУБТИТРАМИ)	5.00 НОВОСТИ (С СУБТИТРАМИ)	5.00 НОВОСТИ (С СУБТИТРАМИ)	5.00 НОВОСТИ (С СУБТИТРАМИ)	5.00 НОВОСТИ (С СУБТИТРАМИ)	5.00 НОВОСТИ (С СУБТИТРАМИ)
5.15 ТЕЛЕКАНАЛ «ДОБРОЕ УТРО»	5.15 ТЕЛЕКАНАЛ «ДОБРОЕ УТРО»	5.15 ТЕЛЕКАНАЛ «ДОБРОЕ УТРО»	5.15 ТЕЛЕКАНАЛ «ДОБРОЕ УТРО»	5.15 ТЕЛЕКАНАЛ «ДОБРОЕ УТРО»	5.15 ТЕЛЕКАНАЛ «ДОБРОЕ УТРО. СУББОТА»	5.15 «ГЕНИИ И ЗЛОДЕИ»
8.00 НОВОСТИ (С СУБТИТРАМИ)	8.00 НОВОСТИ (С СУБТИТРАМИ)	8.00 НОВОСТИ (С СУБТИТРАМИ)	8.00 НОВОСТИ (С СУБТИТРАМИ)	8.00 НОВОСТИ (С СУБТИТРАМИ)	8.00 НОВОСТИ (С СУБТИТРАМИ)	5.50 НИКОЛАЙ БУРЛЯЕВ, ЕВГЕНИЙ ЖАРИКОВ, ВАЛЕНТИН ЗУБКОВ, ВАЛЕНТИНА МАЛЯВИНА В ФИЛЬМЕ АНДРЕЯ ТАРКОВСКОГО «ИВАНОВО ДЕТСТВО»
8.15 ТЕЛЕКАНАЛ «ДОБРОЕ УТРО»	8.15 ТЕЛЕКАНАЛ «ДОБРОЕ УТРО»	8.15 ТЕЛЕКАНАЛ «ДОБРОЕ УТРО»	8.15 ТЕЛЕКАНАЛ «ДОБРОЕ УТРО»	8.15 ТЕЛЕКАНАЛ «ДОБРОЕ УТРО»	8.15 «СЛОВО ПАСТЫРЯ»	7.25 ИРИНА ПЕГОВА, ОЛЕГ ФОМИН В МНОГОСЕРИЙНОМ ФИЛЬМЕ «КОМИССАРША»
9.15 «МОДНЫЙ ПРИГОВОР»	9.15 «МОДНЫЙ ПРИГОВОР»	9.15 «МОДНЫЙ ПРИГОВОР»	9.15 «МОДНЫЙ ПРИГОВОР»	9.15 «МОДНЫЙ ПРИГОВОР»	8.30 ИННОКЕНТИЙ СМОКТУНОВСКИЙ, АЛЕКСАНДР ФЕКЛИСТОВ В ФИЛЬМЕ «СТРАННАЯ ИСТОРИЯ ДОКТОРА ДЖЕКИЛА И МИСТЕРА ХАЙДА»	8.00 НОВОСТИ (С СУБТИТРАМИ)
10.05 «ЖИТЬ ЗДОРОВО!»	10.05 «ЖИТЬ ЗДОРОВО!»	10.05 «ЖИТЬ ЗДОРОВО!»	10.05 «ЖИТЬ ЗДОРОВО!»	10.05 «ЖИТЬ ЗДОРОВО!»	10.00 АЛЕКСАНДР ЗБРУЕВ, ГЕОРГИЙ ВИЦИН, КЛАРА ЛУЧКО В ФИЛЬМЕ «ОПЕКУН»	8.15 «КОМИССАРША»
11.00 НОВОСТИ (С СУБТИТРАМИ)	11.00 НОВОСТИ (С СУБТИТРАМИ)	11.00 НОВОСТИ (С СУБТИТРАМИ)	11.00 НОВОСТИ (С СУБТИТРАМИ)	11.00 НОВОСТИ (С СУБТИТРАМИ)	10.00 АЛЕКСАНДР ЗБРУЕВ, ГЕОРГИЙ ВИЦИН, КЛАРА ЛУЧКО В ФИЛЬМЕ «ОПЕКУН»	9.25 «ИГРАЙ, ГАРМОНЬ ЛЮБИМАЯ!»
11.25 «СЕГОДНЯ ВЕЧЕРОМ»	11.25 ПРЕМЬЕРА СЕЗОНА. «ЗАСТУПНИКИ». МНОГОСЕРИЙНЫЙ ФИЛЬМ	11.25 ПРЕМЬЕРА СЕЗОНА. «ЗАСТУПНИКИ». МНОГОСЕРИЙНЫЙ ФИЛЬМ	11.25 ПРЕМЬЕРА СЕЗОНА. «ЗАСТУПНИКИ». МНОГОСЕРИЙНЫЙ ФИЛЬМ	11.30 ПРЕМЬЕРА СЕЗОНА. «ЗАСТУПНИКИ». МНОГОСЕРИЙНЫЙ ФИЛЬМ	11.35 «УМНИЦЫ И УМНИКИ»	10.05 «ЧАСОВОЙ»
14.00 «ВРЕМЯ»	12.15 «ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!»	12.15 «ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!»	12.15 «ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!»	12.15 «ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!»	12.15 «АЛЕКСАНДР МИХАЙЛОВ. КИНО, ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ»	10.30 «ЗДОРОВЬЕ»
14.30 «ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ»	12.55 «ПУСТЬ ГОВОРЯТ»	12.55 «ПУСТЬ ГОВОРЯТ»	12.55 «ПУСТЬ ГОВОРЯТ»	12.55 «ПУСТЬ ГОВОРЯТ»	13.05 «ВИДЕЛИ ВИДЕО?»	11.25 «НЕПУТЁВЫЕ ЗАМЕТКИ» С ДМ. КРЫЛОВЫМ
17.00 НОВОСТИ	14.00 «ВРЕМЯ»	14.00 «ВРЕМЯ»	14.00 «ВРЕМЯ»	14.00 «ВРЕМЯ»	14.00 «ВРЕМЯ»	12.00 ЖАННА БАДОВА В ПРОЕКТЕ-ПУТЕШЕСТВИИ «ЖИЗНЬ ДРУГИХ»
17.20 «ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!»	14.30 «ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ»	14.30 «ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ»	14.30 «ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ»	14.30 «ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ»	14.20 «ВИДЕЛИ ВИДЕО?»	12.45 «ВИДЕЛИ ВИДЕО?»
18.05 «МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ»	17.00 НОВОСТИ	17.00 НОВОСТИ	17.00 НОВОСТИ	17.00 НОВОСТИ	15.30 «ТЕОРИЯ ЗАГОВОРА»	14.00 «ВРЕМЯ»
19.40 «НА САМОМ ДЕЛЕ»	17.20 «ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!»	17.20 «ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!»	17.20 «ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!»	17.20 «ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!»	16.10 «УРФИН ДЖИОС И ЕГО ДЕРЕВЯННЫЕ СОЛДАТЫ». АНИМАЦИОННЫЙ ФИЛЬМ	15.00 «ВИДЕЛИ ВИДЕО?»
20.50 «ПУСТЬ ГОВОРЯТ»	18.05 «МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ»	18.05 «МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ»	18.05 «МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ»	18.05 «МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ»	17.40 К ДНЮ РОЖДЕНИЯ ИННОКЕНТИЯ СМОКТУНОВСКОГО. «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ»	15.50 «ТЕОРИЯ ЗАГОВОРА»
22.00 «ВРЕМЯ»	19.45 «НА САМОМ ДЕЛЕ»	19.45 «НА САМОМ ДЕЛЕ»	19.45 «НА САМОМ ДЕЛЕ»	19.45 «НА САМОМ ДЕЛЕ»	19.10 «СЕГОДНЯ ВЕЧЕРОМ»	16.40 ВАСИЛИЙ МЕРКУРЬЕВ, БОРИС ЧИРКОВ В ФИЛЬМЕ «ВЕРНЫЕ ДРУЗЬЯ»
22.30 ПРЕМЬЕРА СЕЗОНА. «ЗАСТУПНИКИ». МНОГОСЕРИЙНЫЙ ФИЛЬМ	20.50 «ПУСТЬ ГОВОРЯТ»	20.50 «ПУСТЬ ГОВОРЯТ»	20.50 «ПУСТЬ ГОВОРЯТ»	20.50 «ПУСТЬ ГОВОРЯТ»	22.00 «ВРЕМЯ»	18.20 «ТОЧЬ-В-ТОЧЬ»
23.20 ПРЕМЬЕРА СЕЗОНА. «ДОК-ТОК»	22.00 «ВРЕМЯ»	22.00 «ВРЕМЯ»	22.00 «ВРЕМЯ»	22.00 «ВРЕМЯ»	22.20 ПРЕМЬЕРА. «DANCE РЕВОЛЮЦИЯ»	20.30 ШОУ МАКСИМА ГАЛКИНА «ЛУЧШЕ ВСЕХ!» НОВЫЙ СЕЗОН
0.15 «ВЕЧЕРНИЙ УРГАНТ»	22.30 ПРЕМЬЕРА СЕЗОНА. «ЗАСТУПНИКИ». МНОГОСЕРИЙНЫЙ ФИЛЬМ	22.30 ПРЕМЬЕРА СЕЗОНА. «ЗАСТУПНИКИ». МНОГОСЕРИЙНЫЙ ФИЛЬМ	22.30 ПРЕМЬЕРА СЕЗОНА. «ЗАСТУПНИКИ». МНОГОСЕРИЙНЫЙ ФИЛЬМ	22.30 ПРЕМЬЕРА СЕЗОНА. «ЗАСТУПНИКИ». МНОГОСЕРИЙНЫЙ ФИЛЬМ	23.50 «БОЛЬШАЯ ИГРА»	22.00 «ВРЕМЯ»
0.55 «ПОЗНЕР»	23.20 ПРЕМЬЕРА СЕЗОНА. «ДОК-ТОК»	23.20 ПРЕМЬЕРА СЕЗОНА. «ДОК-ТОК»	23.20 ПРЕМЬЕРА СЕЗОНА. «ДОК-ТОК»	23.20 ПРЕМЬЕРА СЕЗОНА. «ДОК-ТОК»	0.50 ЕГОР КОРЕШКОВ, ОЛЬГА МЕДЫНИЧ, ПАВЕЛ ПРИЛУЧНЫЙ, ДЕНИС ШВЕДОВ, АРТУР СМОЛЬЯНИНОВ В ФИЛЬМЕ «ЖИЗНЬ ВПЕРЕДИ»	23.00 «ЧТО? ГДЕ? КОГДА?» ВЕЩАТЕЛЬНАЯ СЕРИЯ ИГР
1.50 «НА САМОМ ДЕЛЕ»	0.15 «ВЕЧЕРНИЙ УРГАНТ»	0.15 «ВЕЧЕРНИЙ УРГАНТ»	0.15 «ВЕЧЕРНИЙ УРГАНТ»	0.15 «ВЕЧЕРНИЙ УРГАНТ»	2.15 МИХАИЛ УЛЬЯНОВ, АЛЕКСАНДР ПОРОХОВЩИКОВ, ВЛАДИСЛАВ ГАЛКИН, МАРАТ БАШАРОВ В ФИЛЬМЕ «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК»	0.05 АЛЕКСЕЙ ВЕСЕЛКИН, АЛЕКСАНДР ЛЫКОВ, АНТОНИНА ДИВИНА, АЛЕКСАНДР ВОРОБЬЕВ В ФИЛЬМЕ «ДЕНЬ ДУРАКА»
3.00 НОВОСТИ	0.55 «ПРАВО НА СПРАВЕДЛИВОСТЬ»	0.55 «НА САМОМ ДЕЛЕ»	0.55 «НА САМОМ ДЕЛЕ»	0.55 «НА САМОМ ДЕЛЕ»	3.00 НОВОСТИ (С СУБТИТРАМИ)	1.35 АЛЕКСЕЙ СЕРЕБРЯКОВ, ДАНИЭЛЬ ОЛЬБРЫХСКИЙ, ЕЛЕНА КОРНЕВА, ПОЛИНА АГУРЕЕВА, НАТАЛЬЯ НЕГОДА, СВЕТЛАНА НЕМОЛЯЕВА, ОЛЬГА ОСТРОУМОВА В ФИЛЬМЕ «ВАН ГОГИ»
3.20 «ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ»	1.50 «НА САМОМ ДЕЛЕ»	1.55 «ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ»	1.55 «ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ»	1.55 «ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ»	3.15 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». ПРОДОЛЖЕНИЕ	3.00 НОВОСТИ
	3.00 НОВОСТИ	3.00 НОВОСТИ	3.00 НОВОСТИ	3.00 НОВОСТИ	4.10 «ПРО ЛЮБОВЬ»	3.20 «ВАН ГОГИ». ПРОДОЛЖЕНИЕ
	3.20 «ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ»	3.20 «ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ»	3.20 «ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ»	3.20 «ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ»		3.40 «НАЕДИНЕ СО ВСЕМИ»



LAW OFFICE OF
ZHANNA A. MAYDANICH P.A.

РУССКОГОВОРЯЩИЙ АДВОКАТ

11403 Cronridge Drive, Suite 230
Owings Mills, MD 21117
443-394-3900
e-mail: Zhanna@zmatlaw.com
www. Zmatlaw.com



19 лет практики

СЕМЕЙНОЕ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВО:

- ◆ Брачные контракты
- ◆ Бракоразводные процессы
- ◆ Раздельное проживание
- ◆ Посещение детей после развода
- ◆ Раздел семейного имущества
- ◆ Опекунство
- ◆ Помощь в разрешении семейных споров
- ◆ Другие вопросы

КОРПОРАТИВНОЕ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВО:

- ◆ Организация предприятий и корпораций
- ◆ Составление договора купли/продажи бизнеса
- ◆ Контракты (составление и проверка)
- ◆ Разрешение корпоративных споров
- ◆ Обсуждение и/или оформление условий лизинга
- ◆ Другие вопросы

ПЛАНИРОВАНИЕ И РАСПОРЯЖЕНИЕ ИМУЩЕСТВОМ:

- ◆ Завещания
- ◆ Наследство
- ◆ Доверенность
- ◆ Оформление собственности на недвижимость
- ◆ Заблаговременные медицинские указания
- ◆ Другие вопросы

Галина Сергеева

Ellicott City, MD
914-886-5461
galina.v.sergeeva@gmail.com



Сертифицированный IRS и MD Tax Preparer

- Подготавливаю индивидуальные налоги и налоги для малого бизнеса
- Имею лицензию по электронной отправке налогов.
- Более 10 лет опыта подготовки и подачи TAX Returns.
- Умеренные цены. Индивидуальный подход к каждому клиенту.

МАРШРУТКА

МЕЖДУ БРУКЛИНОМ (NY) И БОЛЬШИМ ВАШИНГТОНОМ
(DC и прилегающие к нему районы Мэриленда и Вирджинии)
«ОТ ДВЕРИ ДО ДВЕРИ» НА 14-МЕСТНОМ АВТОБУСЕ
Возможна доставка в аэропорты и другие районы NY
Утром из районов Большого Вашингтона днём из Бруклина
В ОДНУ СТОРОНУ - \$65, ROUND TRIP - \$125
Для жителей БАЛТИМОРА специальная цена **\$60** one way
Возможны индивидуальные заказы

Подробности на сайте www.marshrutka.com

Отдых на Мексиканском заливе

11 дней, 10 ночей (2 ночи в дороге)
Гостиница на берегу залива, питание (русская кухня)

Дата заезда 31 мая, воскресенье



(301)928-4199

Free Call **1-877-288-6283**

Программа передач НТВ-Америка с 23 по 29 марта 2020 г.

ПОНЕДЕЛЬНИК 23 МАРТА	ВТОРНИК 24 МАРТА	СРЕДА 25 МАРТА	ЧЕТВЕРГ 26 МАРТА	ПЯТНИЦА 27 МАРТА	СУББОТА 28 МАРТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ 29 МАРТА
<p>AM 06:00 «УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ» 08:40 «БИЗНЕС-КЛУБ» 09:00 «СЕГОДНЯ» 09:20 «ПОЕДЕМ, ПОЕДИМ» 10:10 «ЖИВАЯ ЕДА С СЕРГЕЕМ МАЛОЗЕМОВЫМ» 11:00 «СЕГОДНЯ» 11:20 «СЕКРЕТ НА МИЛЛИОН» PM 01:00 «СУД ПРИСЯЖНЫХ» 01:50 «СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ» 04:00 «КВАНТУМ И Я» 04:20 «МЫ И НАУКА. НАУКА И МЫ» 05:10 «МЕСТО ВСТРЕЧИ» 07:00 «СЕГОДНЯ» 07:40 «АСТРОЛОГИЯ С МАРИЕЙ МУН» 07:45 «ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ» 08:00 «ДНК» 09:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 09:30 ПРЕМЬЕРА НТВ-АМЕРИКА. ОЛЕГ ФОМИН В СЕРИАЛЕ «ПРОСПЕКТ ОБОРОНЫ» 1-я и 2-я С. 11:30 «СЕГОДНЯ» 11:50 «ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ» AM 12:30 «ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ» 01:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 01:30 «МЕСТО ВСТРЕЧИ» 03:10 «СУД ПРИСЯЖНЫХ» 04:00 «ДНК» 05:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 05:30 «ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ»</p>	<p>AM 06:00 «УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ» 08:55 «АСТРОЛОГИЯ С МАРИЕЙ МУН» 09:00 «СЕГОДНЯ» 09:25 «ИХ НРАВЫ» 10:00 «КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС» 11:00 «СЕГОДНЯ» 11:25 «СВОЯ ИГРА» PM 12:55 «СУД ПРИСЯЖНЫХ» 01:45 ПРЕМЬЕРА НТВ-АМЕРИКА. ОЛЕГ ФОМИН В СЕРИАЛЕ «ПРОСПЕКТ ОБОРОНЫ» 1-я и 2-я С. 03:35 «БИЗНЕС-КЛУБ» 03:55 «ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ» 04:40 «ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ» 05:10 «МЕСТО ВСТРЕЧИ» 07:40 «TIME OUT С ОЛЕГОМ ФРИШЕМ» 08:00 «ДНК» 09:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 09:30 ПРЕМЬЕРА НТВ-АМЕРИКА. ОЛЕГ ФОМИН В СЕРИАЛЕ «ПРОСПЕКТ ОБОРОНЫ» 3-я и 4-я С. 11:30 «СЕГОДНЯ» 11:45 «ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ» AM 12:30 «ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ» 01:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 01:30 «TIME OUT С ОЛЕГОМ ФРИШЕМ» 01:50 «МЕСТО ВСТРЕЧИ» 03:30 «ИХ НРАВЫ» 04:00 «ДНК» 05:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 05:30 «ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ»</p>	<p>AM 06:00 «УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ» 09:00 «СЕГОДНЯ» 09:25 «ОДНАЖДЫ» 10:10 «ЕДИМ ДОМА» 10:40 «TIME OUT С ОЛЕГОМ ФРИШЕМ» 11:00 «СЕГОДНЯ» 11:25 «ГЛАВНАЯ ДОРОГА» PM 12:00 «НОВЫЕ РУССКИЕ СЕНСАЦИИ» 12:55 «АСТРОЛОГИЯ С МАРИЕЙ МУН» 01:00 «СУД ПРИСЯЖНЫХ» 01:50 ПРЕМЬЕРА НТВ-АМЕРИКА. ОЛЕГ ФОМИН В СЕРИАЛЕ «ПРОСПЕКТ ОБОРОНЫ» 3-я и 4-я С. 03:30 «БЕЗ ГРАНИЦ» 03:50 «ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ» 04:40 «ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ» 05:10 «МЕСТО ВСТРЕЧИ» 07:00 «СЕГОДНЯ» 07:40 «КВАНТУМ И Я» 08:00 «ДНК» 09:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 09:30 ПРЕМЬЕРА НТВ-АМЕРИКА. ОЛЕГ ФОМИН В СЕРИАЛЕ «ПРОСПЕКТ ОБОРОНЫ» 5-я и 6-я С. 11:30 «СЕГОДНЯ» 11:45 «ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ» AM 12:30 «ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ» 01:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 01:30 «БИЗНЕС-КЛУБ» 01:50 «МЕСТО ВСТРЕЧИ» 03:30 «СМОТР» 04:00 «ДНК» 05:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 05:30 «ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ»</p>	<p>AM 06:00 «УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ» 09:00 «СЕГОДНЯ» 09:25 «ЧУДО ТЕХНИКИ» 10:10 «ГОТОВИМ С АЛЕКСЕЕМ ЗИМИНЫМ» 10:40 «КВАНТУМ И Я» 11:00 «СЕГОДНЯ» 11:25 «СМОТР» 11:55 «НАШПОТРЕБНАДЗОР» PM 12:50 «СУД ПРИСЯЖНЫХ» 01:40 ПРЕМЬЕРА НТВ-АМЕРИКА. ОЛЕГ ФОМИН В СЕРИАЛЕ «ПРОСПЕКТ ОБОРОНЫ» 5-я и 6-я С. 03:30 «ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ» 04:10 «ТЫ НЕ ПОВЕРИШЬ» 05:10 «МЕСТО ВСТРЕЧИ» 07:00 «СЕГОДНЯ» 07:40 «БИЗНЕС-КЛУБ» 08:00 «ДНК» 09:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 09:30 ПРЕМЬЕРА НТВ-АМЕРИКА. ОЛЕГ ФОМИН В СЕРИАЛЕ «ПРОСПЕКТ ОБОРОНЫ» 7-я и 8-я С. 11:30 «СЕГОДНЯ» 11:45 «ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ» AM 12:30 «ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ» 01:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 01:30 «БИЗНЕС-КЛУБ» 01:50 «МЕСТО ВСТРЕЧИ» 03:30 «СМОТР» 04:00 «ДНК» 05:00 «СЕГОДНЯ В АМЕРИКЕ» 05:30 «ОБЗОР. ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ»</p>	<p>AM 06:00 «СЕГОДНЯ» 06:20 АЛЕКСЕЙ МАТОШИН В ФИЛЬМЕ «ПРАВИЛА МЕХАНИКА ЗАМКОВ» 08:00 «СЕГОДНЯ» 08:20 «ЖДИ МЕНЯ» 09:10 «КВАНТУМ И Я» 09:30 «СМОТР» 10:00 «ИХ НРАВЫ» 10:30 «ГОТОВИМ С АЛЕКСЕЕМ ЗИМИНЫМ» 11:00 «СЕГОДНЯ» 11:20 «ОСТРОВ НЬЮФИ» 11:35 «ЖИВАЯ ЕДА С СЕРГЕЕМ МАЛОЗЕМОВЫМ» PM 12:25 «ГЛАВНАЯ ДОРОГА» 12:55 «КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС» 01:50 «TIME OUT С ОЛЕГОМ ФРИШЕМ» 02:10 «ПОЕДЕМ, ПОЕДИМ» 03:00 «СВОЯ ИГРА» 04:30 «СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ» 07:00 «ЦЕНТРАЛЬНОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ» 09:00 «СЕКРЕТ НА МИЛЛИОН» 11:00 «МЕЖДУНАРОДНАЯ ПИЛОРАМА» 11:40 «СВОЯ ПРАВДА» AM 01:20 «КВАРТИРНИК НТВ У МАРГУЛИСА» 02:20 «ПОЕДЕМ, ПОЕДИМ» 03:05 «ГЛАВНАЯ ДОРОГА» 03:30 «СМОТР» 04:00 «ИХ НРАВЫ» 04:35 «СВОЯ ИГРА»</p>	<p>AM 06:00 «СЕГОДНЯ» 06:15 «СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ» 08:25 «КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС» 09:20 «ЖИВАЯ ЕДА С СЕРГЕЕМ МАЛОЗЕМОВЫМ» 10:10 «БЕЗ ГРАНИЦ» 10:30 «ПЕРВАЯ ПЕРЕДАЧА» 11:00 «СЕГОДНЯ» 11:20 «ЕДИМ ДОМА» 11:50 «ДОКТОР СВЕТ» PM 12:30 «ЧУДО ТЕХНИКИ» 01:15 «ДАЧНЫЙ ОТВЕТ» 02:15 «НАШПОТРЕБНАДЗОР» 03:00 «ПОСЛЕДНИЕ 24 ЧАСА» 03:50 «ОДНАЖДЫ» 04:40 «СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ» 06:00 «НОВЫЕ РУССКИЕ СЕНСАЦИИ» 07:00 «ИТОГИ НЕДЕЛИ» 08:15 «ЗВЕЗДЫ СОШЛИСЬ» 09:50 «ТЫ НЕ ПОВЕРИШЬ!» 10:50 «КРУТАЯ ИСТОРИЯ» 11:40 «ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ» AM 02:15 «ЧУДО ТЕХНИКИ» 03:00 «ДАЧНЫЙ ОТВЕТ» 03:55 «НАШПОТРЕБНАДЗОР» 04:40 «СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ»</p>	



A+ PERSONAL HOME CARE



НОВОЕ АГЕНТСТВО ПО УХОДУ НА ДОМУ

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

ПОЧЕМУ СТОИТ ВЫБРАТЬ ИМЕННО НАС?

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

ЗАРПЛАТА НАШИХ СОТРУДНИКОВ ВЫШЕ, ЧЕМ В ДРУГИХ АГЕНТСТВАХ!

Salim, Inc.

1116 Reisterstown Rd, Suite 202,
Pikesville, MD 21208

Email: APlusPersonalHomeCare@gmail.com

443-660-8757

Факс: 443-379-0073

Государственное бюджетное учреждение, подведомственное Департаменту культуры г. Москвы
Шалом МОСКОВСКИЙ ЕВРЕЙСКИЙ ТЕАТР «ШАЛОМ»
Художественный руководитель театра Народный артист РФ Александр ЛЕВЕНБУК

USA CANADA TOUR 2020

Николай
БАНДУРИН
заслуженный артист РФ

Александр
МОРОЗОВ

Мария
БЕРГЕНЕВА

СЕНСАЦИЯ
СЕЗОНА!

24 АПРЕЛЯ
В 7:40



ПРЕМЬЕРА!

Комедия Анатолия ТРУШКИНА



СЕМЬ РАЗ ОТМЕРЬ

APRIL 24

Friday 7:40 PM

Temple Oheb Shalom

7310 Park Heights Avenue
Baltimore, Maryland 21208

ИНФОРМАЦИЯ И ЗАКАЗ БИЛЕТОВ:

(443) 650-8025

www.biletru.us

etvnet
РУССКОЕ ТВ
etvnet.com

РАДИО
РУССКАЯ РЕКЛАМА
96.3 FM-HD3
NEW YORK

JCI
Jewish Community Center

www.ShalomUSAtour.com

PRODUCED BY:

Russian RM Magazine

Rite Time ENTERTAINMENT

KARTINA TV

Причуды нестандартного мышления

Сэр Эрнест Резерфорд, президент Королевской академии и лауреат нобелевской премии по физике, рассказывал следующую историю, служащую великолепным примером того, что не всегда просто дать единственно правильный ответ на вопрос.

«Некоторое время назад коллега обратился ко мне за помощью. Он собирался поставить самую низкую оценку по физике одному из своих студентов, в то время как этот студент утверждал, что заслуживает высшего балла. Оба, преподаватель и студент, согласились положиться на суждение третьего лица, незаинтересованного арбитра; выбор пал на меня.

Экзаменационный вопрос гласил: «Объясните, каким образом можно измерить высоту здания с помощью барометра».

Ответ студента был таким:

— Нужно подняться с барометром на крышу здания, спустить барометр вниз на длинной веревке, а затем втянуть его обратно и измерить длину веревки, которая и покажет точную высоту здания.

Случай был и впрямь сложный, так как ответ был абсолютно полным и верным! С другой стороны, экзамен был по физике, а ответ имел мало общего с применением знаний в этой области. Я предложил студенту попытаться ответить еще раз. Дав ему шесть минут на подготовку, я предупредил его, что ответ должен демонстрировать знание физических законов. По истечении пяти минут он так и не написал ничего в экзамена-

Юмор

Если до работы Вы ещё заглядываетесь на женщин, а после работы - уже нет, то работа вас полностью удовлетворяет.

Atkritka.com



ном листе. Я спросил его, сдается ли он. Но он заявил, что у него есть несколько решений проблемы, и он просто выбирает лучшее. Заинтересовавшись, я попросил молодого человека приступить к ответу, не дожидаясь истечения отведенного срока. Новый ответ на вопрос гласил:

— Поднимитесь с барометром на крышу и бросьте его вниз, замеряя время падения. Затем, используя классическую формулу определения пути через ускорение и время в пути, вычислите высоту здания.

Тут я спросил моего коллегу, преподавателя, доволен ли он этим ответом. Тот, наконец, сдался, признав ответ удовлетворительным. Однако студент упоминал, что знает несколько ответов, и я попросил его открыть их нам.

— Есть несколько способов измерить высоту здания с помощью барометра,

— начал студент. — Например, можно выйти на улицу в солнечный день и измерить высоту барометра и его тени, а также измерить длину

тени здания. Затем, решив несложную пропорцию, определить высоту самого здания.

— Неплохо... — сказал я. — Есть и другие способы?

— Да. Есть очень простой способ, который, уверен, вам понравится. Вы берете барометр в руки и поднимаетесь по лестнице, прикладывая барометр к стене и делая отметки. Сосчитав количество этих отметок и умножив его на размер барометра, вы получите высоту здания. Вполне очевидный метод.

— Если вы хотите более сложный способ, — продолжал он, — то привяжите к барометру шнурок и, раскачивая его, как маятник, определите величину гравитации у основания здания и на его крыше. Из разницы между этими величинами, в принципе, можно вычислить высоту здания. В этом же случае, привязав к барометру шнурок, вы можете подняться с вашим маятником на крышу и, раскачивая его, вычислить высоту здания по периоду прецессии.

— Наконец, — заключил он, — среди множества прочих способов решения данной проблемы лучшим, пожалуй, является такой: возьмите барометр с собой, найдите управляющего и скажите ему: «Господин управляющий, у меня есть замечательный барометр. Он ваш, если вы скажете мне высоту этого здания».

Тут я спросил студента, неужели он действительно не знал общепринятого решения этой задачи. Он признался, что знал. Но сказал при этом, что сыт по горло школой и колледжем, где учителя навязывают ученикам свой способ мышления.

Студент этот был Нильс Бор (1885–1962), датский физик, лауреат Нобелевской премии 1922 г.

Ну, просто анекдот

Надпись в туалете на одном из израильских заводов авиационной промышленности:

«Убейте меня, если я понимаю, как люди талантливые, инженеры, программисты, ученые элиты государства Израиль, люди, которые способны запустить ракету в 300 кг, в ненастную погоду попадающую в цель с удивительной точностью, не способны направить свою собственную струю в унитаз на расстоянии полуметра! Уборщица».

Да здравствует наша алия, поставившая государству Израиль уборщиц такого уровня красноречия.

Сегодня хотела выброситься из окна, но потом подумала, что различные женщины на улице не валяются, и решила ограничиться истерикой!

Правильно воспитанная совесть, никогда не загрызёт хозяина...

Забыла покормить кота... Щас гремит чем-то на кухне — наверное,

готовит.

Детство — это когда бежишь ночью из туалета и радуешься, что тебя не съели!

Грех предаваться унынию, когда есть другие грехи!

Написала свое резюме... распечатала... перечитала... расплакалась... И подумала — как можно такого замечательного человека отдавать на работу!

Вот говорят: «Счастье тебя обязательно найдет!» Не пойму: или я так офигенно прячусь, или оно меня как-то хреново ищет.

Мужчина зашел в отдел трикотажа. Снимает с вешалки трусы. И тут продавщица орет на весь зал: — Молодой человек, не надо снимать трусы в зале, подойдите ко мне. Я вам здесь дам...

— Ведьму — сжечь!
— Но она такая красивая...
— Хорошо... но потом сжечь!

*

— Почему Германия дала миру так много философов?

— А ты немецких женщин видел?

Блюз — это когда хорошему человеку плохо...

Согласно народной примете, в новый дом первым нужно впускать Интернет — кабель. И где он ляжет — там ставьте комп. И стол. И кровать. И холодильник.

Русские туристы пригрозили подавить волнения в Египте, если им будут мешать отдыхать.

Католики считают зародыш полноценным человеком с момента зачатия.

Евреи считают, что зародыш остаётся таковым до тех пор, пока не получит медицинское или юридическое образование.

— Британские учёные установили, что шоколад поднимает настроение...

— Они, наверное, ещё водку не пробовали.

Аппетит приходит во время еды. Зверский аппетит — во время диеты.

Что на своей груди пригреешь, то всю жизнь шипеть и будет.

— У вас есть сыр «рокфор»?

— А чо это такое?

— Сыр с плесенью.

— Сыра нет. Но есть колбаса «рокфор», беляши «рокфор», селедка «рокфор».

Сложив ширину шеи охранника с высотой потолка в офисе и умножив на длину ног секретарши, он понял, что фирма — серьезная.

— Потерпевший, узнаете ли вы человека, который угнал у вас машину?

— Ваша честь, после речи его адвоката я вообще не уверен, была ли у меня машина.

В кабинете режиссера стоял диван для распределения ролей...

«Я сегодня не выспалась». «А причина?» «Причина тоже не выспалась».

Где бы постираться, чтоб сестра была два размера?

Метеоритный рок

Мысль одна мне душу беспокоит — Что однажды среди бела дня Вдруг шальной какой-то астероид Ненароком угодит в меня.

Походя, случайно, между делом, Не желая причинить мне зла, Но своим небесным жарким телом Враз мое испепелит дотла.

Вообще-то, рассуждая строго, Шанс подобный невелик совсем: На земле и так народу много, Где-то миллиардов, помню, семь

Или даже восемь с половиной — Говоря короче, до фиги. Но боюсь, что жертвою невинной Я паду небесного врага.

Если применить научный метод, Что уместно было бы вполне, То не факт, что астероид этот Прямо так уж предназначен мне.

Есть кому по кумполу попасть им, Если Богу в голову взбредет, Но боюсь, с моим еврейским счастьем, Он в меня как раз и попадет. Игорь Иртеньев

-Люся, вон смотри, звезда падает! Загадывай быстрее желание!

-Я хочу, чтобы ты на мне женился!

-Ой, смотри, обратно вверх полетела!

Atkritka.com



Агентство «КРУГ ДРУЗЕЙ» Circle of Friends, LLC

Мы позаботимся о ваших родных,
любимых и близких!



У вас еще нет программы по уходу?
Вы недовольны вашим работником и хотите
его поменять?

Вам бы хотелось увеличить количество
часов по уходу?

Работаем с русскоязычными клиентами - 17 лет

301-260-0338

mail@coflc.com

www.cofllc.com

Звоните и мы обязательно поможем!

Приглашаем на работу квалифицированный медицинский персонал и помощников на дому

10902 Boulevard Circle

Owings Mills, MD 21117

FAMILY
RESTAURANT

**КАВКАЗ
КЕВАБ**

AZERBAIJANI
CUISINE



ДОРОГИЕ СООТЕЧЕСТВЕННИКИ!
В связи с Coronavirus
МЫ ОТКРЫТЫ ДЛЯ CARRY OUT

Новые хозяева ресторана приглашают вас
отведать блюда национальной кавказской кухни.

КРАСИВЫЙ
ОБНОВЛЕННЫЙ ЗАЛ

ЛИЦЕНЗИЯ НА
СПИРТНЫЕ НАПИТКИ

Мы используем **МЯСО**
только **ВЫСШЕГО КАЧЕСТВА,**
СВЕЖИЕ ОВОЩИ, ПРИПРАВЫ и СОУСЫ,
приготовленные по рецептам,
передающимся из поколения в поколение.



Подробнее вы сможете ознакомиться
с нашим меню на сайте:

www.kavkazkebab.com

410-998-9004

или пишите kavkazkebab@gmail.com

Часы работы:

Пн-Пт - 12PM до 9PM
Сб-Вскр - 12PM до 10PM

UNIVERSAL HANDYMAN

**УМЕЛЫЙ
ПОРЯДОЧНЫЙ
ПОЛЕЗНЫЙ**

443-983-3535

Шухрат
universalhandyman77@gmail.com

РЕМОНТ ВАННЫХ И КУХОНЬ

ОБОИ

МАЛЯРНЫЕ, ЭЛЕКТРИЧЕСКИЕ,
СТОЛЯРНЫЕ, ПЛОТНИЦКИЕ
И САНТЕХНИЧЕСКИЕ РАБОТЫ

ПЛИТКА И НАРУЖНАЯ
ОБШИВКА ДОМОВ

ДЕКИ

КРЫШИ

ЗАБОРЫ

ВОДОСТОКИ

POWER WASHING

И МНОГОЕ ДРУГОЕ

Для нас
не существует
слишком
маленькой
или слишком
большой работы!



License MHC # 137353
Имеется страховка

РАБОТАЕМ ПО ВСЕМУ МЭРИЛЕНДУ И D.C.

Скидки для пенсионеров,
ветеранов и учителей

FAYER TEAM



FAYERHOME
TEAM

FATHOM REALTY

e-mail: fayerteam@gmail.com

Join us online now

at <http://www.fayerhomes.com>



**Покупка, продажа, рент и
строительство недвижимости.
Residential, Commercial.**

Dmitry Fayer
410-236-1901

Gennady Fayer
443-324-3280

Fathom Realty
410-874-8111

GREENSPRING EAST TOWNHOUSE FOR RENT

Просторный Крайний Таунхауз.
3 спальни, 3/1 ванных. Высокие потолки.
Камин. Паркет. Законченный нижний этаж.
Через дорогу от Quarry Lake.
Summit Park School.



REISTERSTOWN CONDO FOR SALE

Зачем платить рент, когда вы можете иметь
свою квартиру с меньшим платежом.
Удобная квартира на верхнем этаже.
2 спальни, 1/1 ванных. Бассейн, Теннис...
\$89,900. Срочно звоните.



OWINGS MILLS - COMMERCIAL

Commercial lot for Rent
in Owings Mills
Zoned BR. Call for details.



REISTERSTOWN CONDO FOR RENT

Отличная обновлённая квартира,



1 спальня, 1 ванная,
на среднем этаже,
с балконом.
Газовое отопление
и плита.
Бассейн.
Всего \$1,100
в месяц.