

Глобус информ

Весь мир у ваших ног

Из глубокой древности, из старинных рукописных источников дошли до нас легенды о семи чудесах света. Это египетские пирамиды (они и сейчас стоят в пустыне), Колосс на острове Родос, бронзовая статуя Аполлона - бога науки и искусства высотой 32 м, храм греческой богини охоты Артемиды в городе Эфес, мавзолей высотой 43 м в Галикарнасе, построенный женой карийского царя Мавсола, статуя Зевса в Олимпии высотой около 20 м, маяк в Александрии на острове Фарос, построенный Птолемеем и висячие сады Семирамиды в Вавилоне — седьмое чудо света, которого никто из античных авторов своими глазами не видел, и потому описания, сделанные по слухам, довольно противоречивы. Мы же приглашаем вас посетить существующие ныне прекрасные города, дворцы и замки. Чудеса – это не только старинные легенды, это мир вокруг нас.

ИНТЕГРАЦИОННЫЙ ЦЕНТР «ГЛОБУС»



ПРИГЛАШАЕТ

18 сентября 2010

совершить увлекательную
однодневную поездку

в Потсдам с посещением дворца и парка Сан-Суси.

Стоимость поездки 25 €.

В стоимость входит:

проезд в комфортабельном автобусе

и экскурсия по Потсдаму.

Входные билеты во дворец

оплачиваются отдельно.

Также приглашаем совершить:

10 октября 2010

однодневную поездку в замок Вартбург (Айзенах, Тюрингия), послуживший прообразом всемирно знаменитого замка Нойшванштайн, и средневековый баварский город-музей Бамберг.

Стоимость поездки 27 €.

В стоимость входит проезд в комфортабельном

туристическом автобусе и экскурсионное

сопровождение по городам Айзенах и Бамберг.

Входные билеты в замок оплачиваются отдельно.

Справки и запись на экскурсию по телефонам:

0371/28 39 111; 0371/2400596

или по адресу: Jägerstraße 1

в рабочие дни с 9 до 14 час.

Колонка редактора

Уважаемые читатели!

За окнами сентябрь. Пролетели летние каникулы, отпуска, пикники на зелёных полянках.

Но всё самое интересное ещё впереди.

Мы приглашаем вас вместе с ИЦ «Глобус» совершить

увлекательные поездки и пешие прогулки, объявления

о которых вы найдёте в каждом номере нашей газеты.

Продолжаются субботние семинары в рамках проекта «Umwelt entdecken – sich integrieren» - и каждую

субботу, независимо от погоды, участники проекта отправляются совершать всё новые и новые открытия.

30 сентября в нашем камерном зале начинается новый сезон. Его открывает литературно-музыкальный вечер «Немецкие адреса русских художников и графиков», где вы не только услышите интересные рассказы о людях известных, но и узнаете новые имена.

Прозвучат стихи поэтов гениальных и просто хороших и прекрасные вокальные выступления.

После каникул возобновились занятия в группах немецкого языка и в студии «Оч.умелые ручки».

Ну, а мы приглашаем вас вместе с нами в поездки, на вечера, на занятия для взрослых и детей.

Добро пожаловать в ИЦ «Глобус»!

Ваша Людмила Берибес



МАКСИМЫ И АФОРИЗМЫ

древних греков

- Лучший способ мучить своих врагов - быть всегда в хорошем настроении.
- Образование есть украшение в счастье и убежище в несчастье.
- Не ищи счастья – оно всегда у тебя внутри.
- Чаша жизни была бы очень пресной, если б не упали в неё несколько горьких слёз.
- Целью войны является мир.
- То, что принято без доказательств, может быть и отвергнуто без доказательств.

Евклид

- Много говорить и много сказать – есть не одно и то же.

Софокл

Сентябрьский калейдоскоп

(Хемниц и окрестности –
рубрика не для домоседов)

05.09.2010 10:00

DAStietz

Вторая хемницкая осенняя
ярмарка

минералов, ископаемых
и драгоценных камней
Билеты: от 1 €, для детей
до 10 лет - бесплатно

11.09.2010 10:00

Большая распродажа книг,
списанных с баланса
городской библиотеки
(по договорной цене)
DAStietz, центральная
библиотека

17.09.2010 | 20:00

Kreuzkirche

Henriettenstraße 36

Диалог органа и света
Мендельсон, Франк, Хойер и
импровизации

Г. Шайбе (световая
инсталляция),
С. Вальтер (орган)

Билеты: от 5 €

18-19.09.2010

Спортивный зал

«Am Schlossteich»

Schlossstraße 13-15

19-ый Международный
турнир

по боксу в Хемнице:

12 команд из 8 европейских
стран

в трех возрастных группах
и 11 весовых категориях

18.09.2010 14:00

Полуфиналы

19.09.2010 9:30

Финал

24.09.2010 10:00

Chemnitzer Innenstadt

Chemnitzer Modenächte

Шопинг до полуночи!

**Смотрите также
объявления о
мероприятиях,
проводимых ИЦ «Глобус»**



И «Глобус» там был, мёд-пиво пил...

Эти слова из сказки в шуточной форме отражают то, что наш очередной семинар в рамках проекта «Umwelt entdecken – sich integrieren» был посвящён профессиям, связанным с производством пива. Семинар проходил в Rechenberg-Bienenmühle. Там находится музей пивоварения – одна из старейших, до сих пор действующих пивоварен Саксонии.



Старинное здание расположено в самом «сердце» общины

Rechenberg-Bienemühle, рядом с ратушей и руинами средневекового замка. А недалеко, возле реки ещё

одна достопримечательность – построенный примерно в 1670 году дом сплавщиков леса. Этот дом на берегу Мульды предоставляет возможность посмотреть на тогдашнюю жизнь заготовителей и сплавщиков леса и их семей.

Но Rechenberg-Bienenmühle издавна прославился именно своей пивоварней-музеем. Эта пивоварня широко известна по всей Германии, недаром узнать всё о пиве и его производстве вместе с нами приехали люди из самых разных городов (например, из Берлина).

Очень интересно, объясняя каждую подробность производства, построил свой рассказ сотрудник пивоварни. Кстати, в настоящее время на пивоварне работают 15 человек. А вначале у нас была возможность попробовать и по достоинству оценить пиво, которое там производят. Мы посмотрели весь

технологический процесс – начиная от приготовления солода из ячменя и заканчивая фильтрацией готового пива. Мы узнали много интересного о пиве. Вот, скажем, первое письменное упоминание о пиве относится ко временам шумеров (Шумер – страна на территории нынешнего Ирака, существовавшая в IV-II тысячелетиях до н.э.). Шумерское пиво называлось «сика-ру» и уже в тот период в основе его производства был ячменный солод.

Рассказывать о пиве и пивоварении можно до бесконечности. Но, как говорится, «лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать» (а ещё лучше – попробовать),

поэтому присоединяйтесь к нам, открывайте для себя этот необыкновенный окружающий нас мир!

А мы постараемся сделать каждый последующий семинар ещё интереснее!



Галина Шаат-Шнайдер

Зеркало эмиграции

Ведущая рубрики Светлана Коростышевская

Оказавшись в эмиграции после Октябрьской революции, русские аристократы наводнили Париж. Большинство из них потеряли не только Родину, но и все средства к существованию. В те годы половина парижских официантов и водителей такси были русскими иммигрантами. Парижане не только гостеприимно приняли незваных гостей - в эти годы всё русское было последним пискom моды.

И поэтому неудивителен взлёт модного дома ИрФе, название которого составлено из первых слогов имён его основателей и владельцев, Ирины и Феликса Юсуповых. Светские дамы были в восторге. Клиентки всех национальностей приходили из любопытства - за экзотикой.

Идеи «русских коллекций» были новы, вкус - безупречен, яркость завораживала, но успех был бы немислим без русских манекенщиц. Именно они поразили воображение публики - ничего подобного она доселе не видела. Кстати, не видела и после. Ведь на подиум вышли дамы из высшего общества, изысканно элегантные, красивые, с безупречными манерами, владеющие несколькими иностранными языками (а в эпоху арт деко было принято «представлять модель», то есть описывать материал, крой, отделку).

Они разительно отличались от привычных манекенщиц - молоденьких француженок среднего класса. Гостинные модных домов явили богинь.

Манекенщицы в те времена не дефилировали на подиуме, он появился позднее. Показы проходили в салоне-гостиной модного дома, и манекенщицы просто прогуливались среди посетителей.

Отдельную немногочисленную категорию составляли «светские манекены», в платьях модного дома посещавшие балы, вечера, коктейли, где их фотографировали. Русские манекенщицы стремительно стали неотъемлемой частью высокой моды.

**Графиня Граббе,
урожденная княжна
Белосельская-Белозёрская**



**Княжна Наталья Палей,
дочь великого князя Павла
Александровича**



Княжна Елена Трубецкая Княжна Надежда Щербатова

Они работали, не зная отдыха, и не только ради пропитания.

Великая княгиня Мария Павловна основала знаменитый дом вышивки «Китмир». Ателье она назвала именем любимого пекинеса бывшего посла России в США Бахметьева.

В 1925 на Выставке в Париже продукцию привезли и Советы.

«Я узнала, — написала великая княгиня Мария Павловна, создательница модного дома

«Китмир», урожденная Романова, — что советские русские будут иметь отдельный павильон на выставке, и приняла решение, что мы тоже должны показать нашу работу широкой публике. Было бы справедливо, чтобы все знали, на что мы, беженки, в большинстве случаев никогда ранее не работавшие, способны в нашем изгнании».

Надо сказать, тогда ей потребовалась вся её гордость: советская делегация привезла не только набивные ситцы с серпами, молотами и звездами, но и платья Ламановой с пуговицами из хлебного мякиша, которые и получили Гран-при.

Да, творчество великой княгини не осталось незамеченным, «Китмир» получил золотую медаль и почётный диплом участника выставки. Оскорбительно выписанный на имя мсье Китмира.

Всех законодателей моды и не перечислишь: Дом «Итеб», созданный фрейлиной императрицы Александры Федоровны Бети (название Дома - её имя наоборот), Буззард,

основанный баронессой Врангель, урождённой баронессой Элизабет Гойнинген-Гюне, изысканный «Эльмис» кабардинки Эльмисхан Хагондоковой, позже княгини Баженовой, роскошный «Китмир» великой княгини Романовой и, конечно же, «IrFe».



**Великая княгиня
Мария Павловна**

Детская страница

Ведущая рубрики - Нина Михайлова

Здравствуйте, дорогие ребята! Каникулы пролетели быстро, но я надеюсь, что вам они принесли массу удовольствия и теперь отдохнувшие, с новыми силами вы снова учитесь на радость себе и родителям.

Я хочу поблагодарить вас за ваши письма, увлекательные идеи и карты, где вы предлагаете новые маршруты.

А ведь с собой нужно взять не только карту, волшебный клубочек, сосуд с «живой водой», зеркальце, но и шапку-невидимку, и скатерть-самобранку, ну и, на всякий случай, навигатор.

Неплохой набор! Можно смело отправляться в путь, но сначала хочу познакомить вас с интересным человеком. Все вы слышали или читали о Незнайке и его друзьях. Но все ли знают, что написал это произведение Николай



Николаевич Носов? Родился он 10 (23) ноября 1908 года в Киеве в семье актёра эстрады.

Разносторонне одарённый мальчик, Носов с гимназических лет наряду с музыкой, театром, сочинительством увлекался шахматами, фотографией, и

электротехникой. Работал он и торговцем газетами, и землекопом, и косарём.

Публиковать рассказы Носов начал в 1938: «Затейники», «Живая шляпа», «Огурцы», «Чудесные брюки», «Мишкина каша», «Огородники», «Фантазёры». В 1954 году появилась первая книга трилогии «Приключения Незнайки и его друзей», затем «Незнайка в Солнечном городе» (1958) и третий роман - «Незнайка на Луне» (1964—1965). А вот почему ребята были в восторге от главного героя, вы сможете ответить сами, прочитав романы о Незнайке и его друзьях.

Ребята! Нарисуйте, пожалуйста, колоритный портрет героя, который сам о себе написал: «Я поэт, зовусь Незнайка, от меня вам балалайка!»

А пока мы с вами беседовали, наш клубочек покатился неизвестно куда, да ещё и что-то напевает!

Давайте поспешим за ним и послушаем:

«Мы в город Изумрудный

Идём дорогой трудной,

Идём дорогой трудной,

Дорогой не прямой».

Клубочек привёл нас в Волшебную страну, окружённую Кругосветными горами и Великой пустыней, в необычный мир, где всегда лето, где животные, птицы и даже искусственно созданные существа умеют

разговаривать. Кто же этот волшебник, придумавший для нас такую сказочную страну? Дорогие ребята! Напишите, что ещё вы знаете о героях Волшебной страны. И, может быть, ваша фантазия подскажет, куда лучше отправиться в путешествие в следующий раз?

Я жду ваших писем с предложениями. До новых встреч!

Ваши Нина



Прогулки по...

...великому герцогству Люксембург

Ведущая рубрики - Светлана Коростышевская

Люксембург – это и герцогство, и его главный город,



построенный на скале более 1000 лет назад. И с тех пор неизменно правит этим государством дом Люксембургов.

Столица одного из самых маленьких государств Европы

(всё его население – меньше полумиллиона человек!) может похвастать самой большой пешеходной зоной. По Люксембургу можно гулять с утра и до вечера, в этот живописном городке царит праздничная интернациональная атмосфера, ведь не менее трети его жителей – выходцы из других стран. И это не удивительно: располагаясь в центре Европы, герцогство граничит с Бельгией, Германией, Францией. Но и до других европейских государств – рукой подать. Большинство зданий города объявлены ЮНЕСКО историческими и архитектурными памятниками.

Символом Люксембурга можно считать мост Адольфа, названный так в честь Адольфа Люксембургского и построенный «всего» сто лет назад, почему и называется он «новым».

Мост соединяет Верхний город, где доминирует герцогский дворец, с улицей Свободы. А под ним круто обрываются стены ущелья, на дне которого шумит река Петрус. Сверху террасы, расположенные в ущелье, выглядят игрушечными. Но не поленитесь спуститься вниз, пройдитесь по этим сказочным мини-паркам, хотя путь вниз, а потом обратно сложен уже потому, что не везде есть лифты, а идти до лестницы порой довольно-таки далеко. Всего в Люксембурге 109 мостов! Неизменно притягивает туристов и местный Нотр-Дам, украшенный величественными статуями – там находится гробница Люксембургов. Внешне строгий, внутри он поражает пышным убранством. А витражи заливают его волшебным светом. А на мини-поезде можно проехаться по катакомбам.

В середине XX века правила страной великая герцогиня Шарлотта. По легенде, когда в страну вошли немецкие танки, герцогиня выехала навстречу в своей карете и перегородила им дорогу! Правда, карету вместе с герцогиней тут же вежливо убрали с дороги, но поступок царственной дамы передаётся из уст в уста и из поколения в поколение. Гуляя по городу, который кажется декорациями из фильма-сказки, невольно удивляешься, что всё вокруг настоящее – улицы, дома, люди. А люксембуржцы гордятся своим маленьким, но великим герцогством.



Будьте здоровы!

Ведущий рубрики – Геннадий Шавевич

Принять за день почти тридцать пациентов - не шутка, особенно, если это женщины. Когда все детали лечения обсуждены, разговор плавно переходит совсем в другое русло, и невозможно предугадать в какое именно.



- Доктор, а правда, что женщины и мужчины одними и теми же заболеваниями болеют неодинаково, и что мы легче, чем мужчины переносим боль?

- Доктор, неужели мы такие разные? Да, все знают, что

женщины живут дольше, не страдают дальтонизмом и почти не болеют гемофилией. Это несомненный плюс! Зато у мужчин практически не бывает рака молочных желез и мастопатий. Тут выигрывают мужчины.

А если серьезно? В чём половые различия в заболеваниях мужчин и женщин? Считается, что мужчины реже ходят к врачам и предпочитают болеть дома, но при этом жалуются на своё самочувствие гораздо чаще, чем женщины. А те, в свою очередь, меньше страдают от боли, легче переносят любые недуги и живут дольше, чем мужчины. Ещё и потому, что меньше курят и пьют, ведут более активный образ жизни. И чаще посещают врачей.

Однако последние исследования показали, что, вопреки распространённому мнению, женщины более чувствительны к боли, чем мужчины. Объяснение тому - в области гормонов. Когда нам больно, наш организм вырабатывает собственные природные болеутоляющие. А «женский гормон» эстроген этому мешает. Тут у женщин наверняка возникнет резонный вопрос: «Как же тогда представительницы слабого пола справляются с болью при родах?»

«Мужественно», - отвечают врачи. И добавляют: «Здесь психология играет обратную роль. Каждая женщина внутренне готова принять неотвратимость родовых мук, что и помогает с ними справляться. Ну, и гормон окситоцин, конечно».

Женщины более живучи. Американский антрополог Дональд Грейсон пишет, что, хотя мужчины называются сильным полом, в экстремальных ситуациях выживает больше женщин.

Тем не менее, недавнее исследование финских учёных показало, что женское здоровье отнюдь не так крепко, как кажется. Медики изучили, как влияет на мужчин и женщин одна и та же болезнь - ревматоидный артрит, и выяснили, что женщины страдают от него намного больше. На одной и той же стадии болезни симптомы у них проявляются сильнее, причиняя больше боли и

дискомфорта.

- Я думаю, здесь тоже не последнюю роль играют гормоны, - заявил газете «Гардиан» профессор Алан Сильман, директор Организации по исследованию артрита, - женский гормон эстроген усиливает воспаление суставов, что приводит к боли и отёкам. Мужчины обладают большей мышечной массой, чем женщины, что позволяет суставам дольше функционировать и медленнее изнашиваться, а вот у женщин основная нагрузка ложится на суставы коленей и бёдер.

Более опасна для женщин и астма: они умирают от этого заболевания в два раза чаще, чем мужчины. И здесь опять-таки виноваты гормоны. В детстве мальчики более подвержены астме, чем девочки, но после гормональной перестройки ситуация меняется.

- Женские гормоны повышают чувствительность дыхательных путей, - поясняет доктор Элэйн Викерс, специалист по исследованиям астмы, - зато мужские оказывают обратный эффект.

Считается, что женские гормоны защищают представительниц слабого пола от сердечных заболеваний вплоть до менопаузы. Хотя инфаркты поражают мужчин на десять лет раньше, женщины умирают от них чаще. Всё тот же эстроген поднимает уровень «хорошего» холестерина в организме женщины, защищая коронарные сосуды. Но в период менопаузы женщины теряют это преимущество и, начиная с этого момента, опасность инфаркта для мужчин и женщин одинакова, а у женщин после 65 и у молодых женщин, страдающих диабетом, курящих и принимающих противозачаточные таблетки, риск инфаркта даже больше, чем у мужчин.

У мужчин инфаркт часто сопровождается острой болью за грудиной, отдающей в руку, нижнюю челюсть, шею, а у женщин сильная боль бывает редко, и симптомы выражены слабее. В этом причина несвоевременной диагностики.

Более неблагоприятное течение и исход инфарктов у женщин вызваны влиянием и других факторов: женщины проходят меньше дополнительных тестов и процедур, чем мужчины, принимают меньше лекарств. В результате здоровье мужчин после инфаркта имеет тенденцию к улучшению, а у женщин - к ухудшению. Отчасти это происходит потому, что женщины, перенесшие инфаркт, обычно старше, чем мужчины, чаще страдают диабетом, артритом и гипертонией, что ограничивает выбор лекарств и процедур.

Природа всё устроила мудро. Умственные и физические качества распределены между полами таким образом, что дополняют друг друга.

Адам не может без Евы, как и Ева без Адама, иначе прекратится род людской.

И традиционное: «Дорогие читатели! СЛУШАЙТЕСЬ СВОЕГО ДОКТОРА И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!»

Мы зажигаем: литературный драйв

Свечи на журнальном столике, книги с закладками, гитара у стены и бокал вина в руке...

В камерном зале «Глобуса» проводится очередной литературно-музыкальный вечер. Сколько таких вечеров уже собирали «у огонька» любителей поэзии, музыки и искусства!

Ведущие – Светлана Коростышевская, Ирина Константинова, Лев Гадас – всегда находят какую-нибудь изюминку, умеют увлекательно рассказать даже о знакомом. И, уж конечно, с завораживающим интересом слушают присутствующие о доселе неизвестных им сторонах жизни великих людей: писателей, художников, артистов...

Но никакой, хотя бы и самый занимательный рассказ не сравнится с чарующими звуками музыки, романсами и песнями, пробуждающими в душе человека светлые воспоминания, позволяющими ему сохранить в душе Родину, даже находясь от неё далеко.

И этим мы обязаны исполнителям вокальных произведений, звучащих на наших вечерах: Ольге Шаевич и Арику Априянцу, Светлане Бараненко и Константину Гринспону.

В сентябре начинается новый сезон, и вновь наш камерный зал открывает свои двери для любителей и ценителей русского искусства.

Елена Шемякова

ИНТЕГРАЦИОННЫЙ ЦЕНТР «ГЛОБУС» ПРИГЛАШАЕТ НА ОТКРЫТИЕ СЕЗОНА

30 сентября 2010 в 16:00

в рамках «**Interkulturelle Wochen**»
состоится литературно-музыкальный вечер
«**НЕМЕЦКИЕ АДРЕСА**

РУССКИХ ХУДОЖНИКОВ»

Ведущие:

Светлана Коростышевская и Клаус Гёрнер

В программе:

Стихи русских поэтов XIX – XX, романсы
и песни в исполнении Ольги Шаевич,
Светланы Бараненко, Арика Априянца
и Константина Гринспона

Проведите вечер в дружеском кругу за бокалом
вина под чарующие звуки старинных романсов!

Вход свободный

Справки по телефону: 0371/2839111

или по адресу: Jägerstraße 1

Тайны виртуального двора

Ведущий рубрики Сергей Шаат-Шнайдер

Покупки в Интернете.

Во-первых, определим для себя, зачем нам это надо. Покупки в Интернете - это модно, удобно, никаких поездок по магазинам и очередей. Интернет-магазины работают круглосуточно и без выходных круглый год. Есть возможность сравнивать цены в различных магазинах и выбирать для себя оптимальную.



Теперь рассмотрим негативные стороны. Это необходимость предоставлять персональные и банковские данные. Нет возможности «пощупать материальчик», зато возможны такие неприятности как возврат товара, если не подошёл или для гарантийного ремонта,

возврат денег за непоставленный товар. Взвесив все «за» и «против», включаем компьютер. Рекомендую начать поиск с сайта автоматического сравнения цен billiger.de. Просто в строке поиска задаём что ищем, или в правой колонке «Hauptkategorien» выбираем товар. Например, «Handy», далее «Handy ohne Vertrag» фирма «Lg». Меня интересует LG GB210 (модель со всеми основными функциями, плеером и камерой) минимальная цена 34,99 (без стоимости доставки). Нажимаем кнопку «zum Shop» и попадаем в Интернет-магазин. Далее всё идет стандартно. Кладём товар в корзину, регистрируемся, заполняем формуляр, выбираем систему оплаты и адрес доставки. Покупка совершена, и на ваш электронный адрес придет счёт с указанием всех данных о покупке. Особо остановимся на системе оплаты. «Vorkasse» - предварительная оплата товара через ваш банк. Как недостаток можно отметить сложность возврата денег в случае непредвиденных проблем. «Nachnahme» оплата наличными у дверей дома при получении товара, самый безопасный вид платежа, но, как правило, стоимость доставки возрастает из-за взимаемого сбора. PAYPAL - это самая современная и удобная система электронного платежа. А ввести счёт можно легко и бесплатно по адресу paypal.de. Удобно тем, что можно «привязать» свой банковский счёт (скажем, в Sparkasse) к счёту paypal и перевод платежа будет осуществляться автоматически. И что самое важное во многих случаях, скажем, при покупке через Интернет-аукцион Ebay, эта система платежа при возникновении проблем сама за вас их решает с поставщиком. Оплата кредитными картами также очень удобна, но, как известно, за кредит необходимо платить проценты. Вот несколько адресов Интернет-магазинов, в которых я делал покупки и остался доволен их сервисом: discount24.de (бытовая техника, часы, украшения), notebookbilliger.de (компьютеры ноутбуки, нетбуки), kniga.de (книги, диски на русском языке), atlant.de (книги, диски).

А вот об Интернет-аукционе «Ebay» мы поговорим отдельно и посвятим этому целую статью.

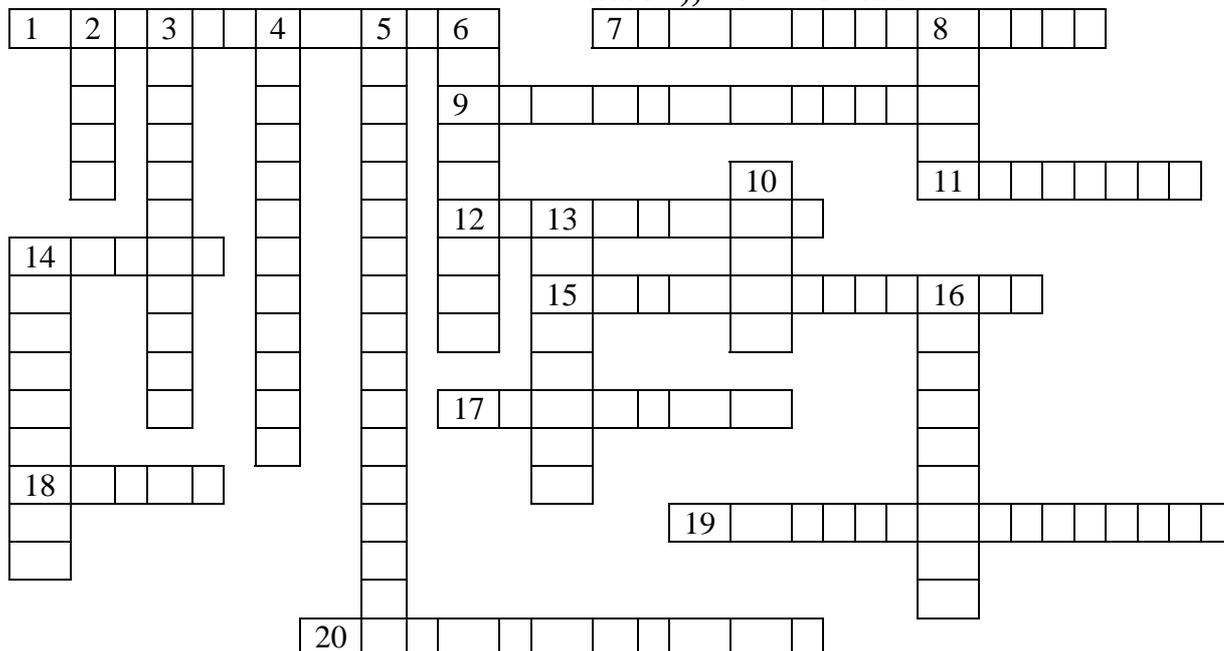
Приятных Вам покупок!



С немецким на ты

Ведущая рубрики – Галина Шаат-Шнайдер

Рätsel „Der Herbst“



По горизонтали: 1) Осенняя ярмарка 7) Метеорологическая сводка 9) Атмосферные осадки 11) Ноябрь
12) Перелетная птица 13) Буря 15) Зимняя спячка 17) Октябрь 18) Молния 19) Закат 20) Опасность заморозков
По вертикали: 2) Урожай 3) Листопад 4) Рассвет 5) Световой день 6) Уборочная 8) Дождь 10) Туман 13) Гроза
14) Сентябрь 16) Атмосферное давление

Wie gut kennen Sie Bayern

1. Welche Farben hat bayerische Flagge?
2. Wie viel Tiere sind in dem großen bayerischen Wappen enthalten?
3. Wer ist Ministerpräsident?
4. Wie heißt Sitz des Bayerischen Landtags?

Найдите русский эквивалент

1. Eine Hand wäscht die andere.
2. Über Geschmack lässt sich nicht streiten.
3. Aller guten Dinge sind drei.
4. Ich rede von Enten und du von Gänsen.

Ответы на задания из предыдущего номера:

Рätsel „Die Ernte“

По горизонтали: 1) Gemüseanbau 3) Bohne 5) Roggen 9) Wurzelfrucht 10) Pilz 12) Feld 14) Erntezeit 15) Korn
19) Getreidespeicher 20) Stroh 21) Lebensmittel 22) Farmer

По вертикали: 1) Gerste 2) Buchweizen 3) Beere 4) Obst 6) Gemüse 7) Nuss 8) Bauer 11) Futter 12) Frucht
13) Weizen 16) Obstanbau 17) Reifen 18) Reis

Sehenswürdigkeiten in Leipzig

1. Thomaskirche 2. Auerbachskeller 3. Völkerschlachtdenkmal 4. Kaffeebaum

Найдите русский эквивалент

1. Век живи – век учись. 2. Тише едешь – дальше будешь. 3. Как аукнется, так и откликнется. 4. Не говори "гоп!", пока не перепрыгнешь. 5. Собака на сене.

Кухня народов мира

Ведущая рубрики - Маша Ливерова

НИЗКОКАЛОРИЙНЫЕ БЛЮДА

Продолжаем рассказ о низкокалорийных блюдах. Усвоив принципы правильного питания, вы не только зарядите свой организм энергией, избавитесь от лишних килограммов, но и убедитесь, что красота и здоровье неразделимы.



Салат из цветной капусты и бананов

200 г капусты, 1 банан, 1 ст. л. изюма, 4 ст. л. сливок, соль по вкусу. Цветную капусту натереть на крупной тёрке, банан нарезать кружочками, добавить лимонный сок и перемешать. Сливки взбить в густую пену, смешать с изюмом, слегка посолить и заправить этой смесью салат. Украсить дольками апельсина или мандарина. Калорийность: 85 ккал.



Суп на кефире по-литовски



2,5 стакана нежирного кефира, 2 стакана воды, 1 варёная свёкла, 1 свежий огурец, 3 ст. л. измельчённого зелёного лука, столько же измельчённого укропа, 2 варёных яйца, соль по вкусу. Кефир разбавить водой, добавить измельчённую свёклу, огурец, лук, укроп и посолить. Поставить в холодильник на 20 минут. При подаче на стол в каждую тарелку положить половинку яйца. Калорийность



160 ккал.

Говядина, запечённая с сыром

600 г говяжьего филе, 2 ст. л. растительного масла, 100 г мягкого сыра с шампиньонами, 2 ст. л. сливок, чёрный перец по вкусу. Мясо разрезать на 4 порции, ополоснуть, обсушить, выложить на горячую сковороду с маслом и жарить на небольшом огне по 3 минуты с каждой стороны. Выложить мясо на тарелку, поперчить и накрыть крышкой. Сыр размять вилкой и перемешать со сливками. Мясо выложить на противень и смазать сырной массой, поставить в духовку, нагретую до 250 градусов и запекать, пока сыр не подрумянится. Калорийность: 370 ккал.

Приятного аппетита!



Тем, кто не потерял интереса к познанию нового и открытию неизведанного, в рамках проекта

«Umwelt entdecken - sich integrieren» предлагаем принять участие в семинаре

4 сентября 2010

в Crimmitschau с посещением Westsächsisches Textilmuseum

Справки и запись для желающих принять участие по тел: 03712400596



Impressum:

Herausgeber:

Integrationszentrum «Globus»

Redaktion: Ludmila Beribes

Gestaltung: Lilia Gourian

Korrektur: Svetlana Korostyshevskaya

Бüро: Jägerstr. 1, 09111 Chemnitz

Tel.: 0371/2839111; Fax: 0371/2839112

E-Mail: i-z.globus@web.de

Redaktion: luberi@gmx.de

Web: www.globus-chemnitz.de

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

