

Глобус информ

В течение всего 2015 года ИЦ «Глобус» реализовывал проект международного обмена между Германией и Украиной по программе MEET UP! при финансовой поддержке МИДа Германии и фонда EVZ. В рамках проекта состоялись две молодёжные встречи: в августе 2015 – на острове Рюген и в декабре 2015 – в Хемнице. По результатам совместной работы участниками была выработана резолюция. Изначально формат встреч был заявлен как «свободный микрофон». Взгляды участников были порой диаметрально противоположны, что придавало диалогу форму нарастающей спирали. Поскольку конечной целью проекта было не окончательное достижение «мира во всём мире», мы можем считать большим успехом то, что каждый из присутствующих смягчился в своей категоричности, смог стать на шаг ближе к своему собеседнику на уровне личностного уважения и доброго отношения.

Однозначно можно констатировать: в вопросе европейской интеграции Украины все участники были едины. Существует ряд конкретных задач, от успешного решения которых и зависит процесс интеграции. Главной из них, без сомнения, является разрешение конфликта на востоке Украины. На этот счёт также были высказаны противоположные мнения: от радикальных до дипломатических, что в определённом смысле является своеобразным экзаменом на адекватность и трезвость суждений и для политических лидеров в масштабах мирового пространства. Также вызывает тревогу тот факт, что обострённая, неоднозначная ситуация на территории Украины активизировала праворадикальные настроения среди украинских граждан, проживающих в Германии.

Пользу данного проекта сложно переоценить: это и возможности расширить круг общения, и пересмотреть свои взгляды на проблему, и расставить личные приоритеты, и проявить толерантность в отношении к другим, и ближе познакомиться с культурой стран, представители которых были среди участников семинара.

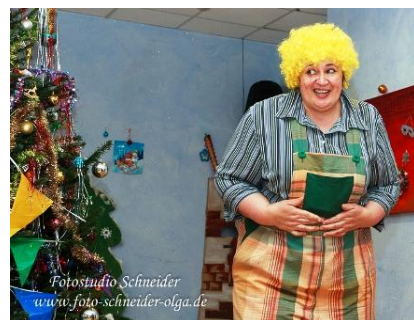
Игорь Шемяков



НОВОСТИ ГЛОБУСА

В полном разгаре кипит уже жизнь в 2016. Но мы хотим вернуться чуть назад и рассказать вам, как прошли в «Глобусе» новогодние праздники. В очередной раз на детских ёлках мы встретили более 100 деток, а с ними, конечно, и их увлечённых родителей, бабушек и дедушек. Сценарий праздничной программы в «Глобусе» никогда не повторяется. Каждый год наших гостей встречают сказочные персонажи, порой даже из разных сказок. Как в этом году – Карлсон и Доктор Айболит. Ну и конечно, традиционные Дед Мороз и Снегурочка. Маленькие участники праздника добросовестно готовятся к встрече с Дедом Морозом, учат интересные стихи и песни на разных языках. Очень приятно было услышать от одной мамы, приглашённой Карлсоном на конкурс, что она целый год готовилась к выступлению. А какие красивые костюмы были у наших деток! Глаз просто не оторвать!

Уже второй год программу готовит объединённая



творческим порывом группа артистов. Это наши опытные талантливые актёры Лев Галас (Дед Мороз), Ирина Константинова (Обезьянка), Марина Мурберг (Карлсон), а также и молодые спортивные Александр Романов (Доктор Айболит), Кристина Зонненберг (Пират), Алла Шпэт (Снегурочка). Звукооператор – Елена Мурберг.



Не успели закончиться новогодние утренники, а у нас уже в голове рождаются новые идеи на следующий детский праздник. Приходите к нам в «Глобус» со своими детками! Здесь всегда интересно!

Марина Мурберг

Новогодняя ёлка в «Глобусе»

очень понравилась и детям, и взрослым. Хотелось бы отметить доброжелательность, приветливость организаторов праздника, которые вовлекали участвовать в представлении всех – от мала до велика.



Актёрам – особенное спасибо: Обезьяна – очаровашка, Доктор Айболит – супер (замечательно танцевал!), Пират – настоящий пират, Карлсон отжигал так, что хотелось лететь с ним на крышу, угостить его конфетой... А костюм! Такой классный, с моторчиком – всё как в сказке! Снегурочка – очень милая красавица. Не обошлось конечно же и без Деда Мороза. Стихи, подарки, песни, хороводы, фото – всё, что нужно! После представления организаторы устроили для нас чаепитие. Нам очень понравилось!

Юля Вагайцева

На новогоднем празднике – «отрывались по полной»



26 декабря 2015 в большом зале «Глобуса» состоялся праздничный вечер прощания со Старым и подготовки к встрече с Новым 2016 годом. Организаторы искусно постарались, чтобы это мероприятие получилось незабываемым! Уже при входе

меня торжественно встретил элегантный Лев Гадас – с весёлой улыбкой и доброжелательностью. Моё настроение сразу поднялось. Из зала доносились весёлая музыка и неугомонные голоса восторженных гостей. И вот уже приветливо меня встречает вежливая, всегда строгая, Алла Бородулина и провожает на моё место.

Вот ко мне подходит и приветствует Светлана Бараненко, наша Света, всегда весёлая и приветливая, замечательный руководитель и организатор вечеров. Спрашивает о моём самочувствии и желает мне хорошо провести время. Весь вечер Света сопровождала нас хорошо продуманной и интересной программой.

Открытием вечера стало выступление молодой очаровательной солистки Ирины Шефер. Как всегда обрадовал нас и Арик Апроянц прекрасно подобранной танцевальной музыкой. Почти все гости танцевали, многие не сходили с танцпола и ждали следующей мелодии. Всем было весело, многие от удовольствия визжали как дети и, как говорится, «ходили на ушах». И ещё мне понравились показательные танцы Арика с моей бывшей ученицей Ириной Гаус.

Мне хочется поблагодарить всех организаторов за этот хороший незабываемый и очаровательный вечер, за то удовольствие, что мы получили и забрали с собой.



Огромное и ещё раз огромное вам спасибо!

Михаил Швайгерт

Сегодня я с тобой танцую...

С недавних пор я стала ежегодно посещать декабрьские вечера в «Глобусе». 25 и 26 декабря – два главных официальных праздника в Германии. В эти дни многие стараются встретиться или пригласить гостей к себе. Для большинства немцев – это обязательная программа, особенно когда живы родители. А если родственники иногородние, то праздники превращаются в настоящий стресс. Но мы с мужем стараемся вечера в «Глобусе» не пропускать.

Мне, постоянно находящейся в немецкой среде, радостно приходить в круг русскоговорящих людей, есть русскую пищу, приготовить которую у самой не доходят руки. А главное – слушать любимые русские мелодии. Они звучали и на вечере 26.12.2015.



Благодаря организаторам, было очень весело. Шутки, остроумные скетчи, инсценировки – всё присутствовало, чтобы поднять и без того приподнятое настроение. Под любимые мелодии мы с мужем вспомнили далёкую молодость, наш любимый диско-фокс и, говоря современным языком, «отрывались по полной».

Галина Фишер

«Пусть под Старый Новый год все мечты сбываются!»

14 января в нашем клубе «Диалог» прошёл первый в этом году музыкально-поэтический вечер, и не удивительно, что он был посвящён Старому Новому году. Казалось бы, противоречивое и не имеющее смысла сочетание «Старый Новый год» стало настолько привычным, что никого из нас не удивляет и редко заставляет задуматься. Конечно, этого праздника нет в календаре, и вряд ли он когда-нибудь в нём появится. Во многих домах до Старого Нового года не убирают наряженные ёлки и праздничные украшения. По телевидению в ночь с 13 на 14 января транслируют повторение новогодних программ и традиционные фильмы. В общем, это дополнительная возможность отметить любимый праздник, собраться с друзьями и поверить в чудеса. Вот и мы, любители бардовской песни и поэзии, собрались под сводами «Глобуса» в уютной домашней атмосфере в первый день «старого нового года». Звучали любимые песни о зиме в душевном исполнении Светланы Бараненко, я читала и лирические, и весёлые стихи. На столах были чай и сладости, принесённые нашими гостями, горели свечи... И даже без новогоднего гадания не обошлось! С особым теплом и нежностью мы вспомнили самый новогодний фильм Эльдара Рязанова «Ирония судьбы», которому в этом году исполнилось 40 лет. Фильм впервые был показан по телевидению 1 января 1976 года и очень быстро «Ирония судьбы, или С лёгким паром!» стала по-настоящему культовой лентой. Фразы из неё прочно вошли в наш лексикон и стали крылатыми, а без её демонстрации по телевидению давно уже не обходится ни один Новый год. Тот, кто говорит, что не любит этот фильм, просто никогда его не смотрел.

Рассказывая о создании одной из самых любимых зрителями комедий, Эльдар Рязанов утверждал, что её сюжет основывается на реальных событиях: «Мы с Эмилем Брагинским решили написать комедию с минимальным количеством персонажей, действие которой происходило бы на одной декорации. Вспомнили историю, как один человек 31 декабря пошел в баню, там выпил, потом зашёл к друзьям, которые отмечали годовщину свадьбы. В гостях он быстро надрался. Пьяный шутник, один из гостей (говорят, это был Никита Богословский, знаменитый своими розыгрышами, но он не раз от этого публично отрекался) отвёз его на Киевский вокзал, дал проводнице общего вагона десятку. Бедолага очнулся на третьей полке, когда поезд уже подходил к Киеву. Он оказался в чужом городе с портфелем, веником и 15 копейками в кармане. Как дальше сложилась судьба этого человека, мы не имели понятия».

Соавторы стали соображать, как превратить житейский анекдот в построенную по всем

законам драматургии историю, и в 1969 году в рекордно короткие сроки - за две недели - написали пьесу «С лёгким паром! или Однажды в новогоднюю ночь...». А в 1975 году возникла мысль снять по этой пьесе фильм.

На нашем вечере мы рассказали о многих интересных, курьёзных историях, происходивших и при подборе актёров, и во время съёмок всеми любимого фильма. Оказывается, номер московского телефона Жени Лукашина - вполне реальный. Крупно «повезло» вахтёрам дома номер 22 по улице Фестивальной. После каждого показа фильма телефон дежурных просто разрывался: спрашивали Женю Лукашина. Идут года, меняются вахтёрши, а Лукашину по-прежнему звонят. По инструкции дежурный телефон отключать нельзя, вот и отшучиваются привыкшие ко всему старушки: «Женя лёг спать... Галя уехала в Ленинград...»

Съёмки фильма «Ирония судьбы, или С легким паром!» проходили в Москве, и лишь несколько эпизодов были отсняты на улицах Северной столицы. Подъезды обоих домов - московского, где расположена квартира Жени Лукашина, и ленинградского, в котором проживает Надя Шевелёва, - находятся в столице, в домах 125 и 113 по проспекту Вернадского. В декабре 2003 года на них были установлены мемориальные доски в виде портфеля с веником - в память о съёмках фильма, после чего цены на жильё в доме тут же подскочили. На церемонии открытия довольные старожилы охотно вспоминали, как поили чаем продрогшую Барбару Брыльску и как страдали от ветродуя, который вместо снега гнал в форточки измельчённую бумагу и пенопласт.

В программу изучения русского языка во многих странах мира входит обязательный просмотр фильма «Ирония судьбы...». А для нас посмотреть этот фильм под Новый год - добрая традиция. Ведь всегда, в любые времена хочется верить в чудо!

Именно ощущением новогоднего доброго чуда была пронизана атмосфера всего вечера. Спасибо всем нашим гостям - как постоянным завсегдатаям, так и новичкам - за искренний отклик и активное участие. Именно в этом и есть суть «Диалога».

Приглашаем на наши встречи всех, кто любит дружеское общение, хорошие песни и поэзию.

Ирина Константинова



ПИСЬМА НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ. СУДЬБЫ. ФАКТЫ. СОБЫТИЯ. МНЕНИЯ

*Мы продолжаем публикацию воспоминаний
Владилена Рейдермана*

Из огня да в полымя

«Огнём» я считаю службу в армии (всего 18 лет), а «полымя» - работу на заводе и в НИИ (с 1961 по 1999гг.) Как я уже писал раньше, после моего сокращения из армии по болезни и переезда в Киев, работу я нашёл с большим трудом. На каком предприятии я был нужен? Да ещё и не имея гражданской специальности, а имея ограничения по болезни (в связи с хронической бронхиальной астмой запрещена работа в помещениях с содержанием в воздухе пыли и «вредных запахов») и пресловутую «пятую графу». Я надеялся найти работу радиомонтажника, ведь я уже умел читать электросхемы, пользоваться паяльником и электроизмерительными приборами (всё-таки окончил два военных училища и годичные курсы переподготовки). Да и во время службы в ПВО мы «не лаптями щи хлебали», особенно при регламентных работах.

Только благодаря моему письму в Москву, в ЦК, меня вызвал горвоенком Киева и вручил направления на п/я № 62 (Завод «Радиоприбор»). При этом задал мне вопрос: «А почему Вы по отчеству Александрович?» Я ему ответил: «По метрике». И добавил, что я теперь понял, почему в Киеве не мог найти работу в течение полугода – «пятая графа». Я был зачислен сначала учеником настройщика, затем в январе 1962, после сдачи на второй разряд – полноценным рабочим с 15-дневным отпуском. На заводе царила полувоенная дисциплина, особый режим входа-выхода. Существовал негласный приказ: мы должны быть на рабочем месте за 10 минут до начала работы (в 7:50), чтобы «нагрелся паяльник» и включилась аппаратура. Время прихода контролировала табельщица. Но хотя «против лома нет приёма», мы иногда находили «приём»: цех был на втором этаже, а в полуподвале – испытательная станция. Когда кто-нибудь опаздывал, он шёл на «испыталку», брал телегу с приборами, которые ночью прошли облучение, и лифтом поднимался в цех мимо табельщицы, а друзья включали паяльник. Когда я уже работал в СКБ (режим – аналогичный), у нас была табельщица Лидия Павловна. Так она однажды даже свою фамилию вписала в список опоздавших на 5 минут. Вот это честность!

В течение дня по семейным обстоятельствам можно было покинуть на час-два лабораторию, но «увольнительную записку» мог подписать только нач. отдела. Потом эти часы высчитывались из зарплаты.

Работа проводилась с применением радиоактивных изотопов. Но в цехе не всегда соблюдалась техника безопасности. Например, капсулы с радиоактивным изотопом радия $Ra-226$ мы обязаны были каждый день сдавать в сейф мастеру. Но так как мы часто работали в две смены, это требование не выполнялось. Помню



такой случай. Один из настройщиков прятал «метку» (капсулу с $Ra-226$) в коробочке от монокристалла под распределительным электрошкафом. Как-то утром её на месте не оказалось. Это было ЧП! Включился 1-ый отдел. Начали искать с помощью наших приборов. Оказалось, что новенькая уборщица посчитала «ЭТО» не нужным и выбросила вместе с мусором на свалку. Путём

тщательных поисков капсулу обнаружили в квартире одного рабочего, который нашёл «блестящую штуковину» и принёс домой. Она стояла в рюмке в серванте. Наш товарищ сразу же уволился, полетели головы на «испыталке». Ужесточили работу с изотопами...

Когда я получил первое самостоятельное задание по проверке электрических параметров одного из приборов, я первым делом составил себе простейшую инструкцию по настройке и схему неисправностей. Мою работу увидел мой будущий начальник лаборатории и сразу же предложил перейти к нему техником. Но так как настройщики работали «на сдельщине» и прилично зарабатывали, я подождал два года и перешёл в СКБ (НИИ), будучи уже на третьем курсе института (КПИ). Первая моя собственная радиоизотопная «метка» - шкала высотомера с какого-то АН(а). Цифры покрыты радиоактивным фосфором. Теперь представьте себе, какую дозу получали пилоты, ведь все приборы в кабине подсвечивались фосфором (как и обычные часы). Только теперь, уже уйдя из армии, я понял, почему жёны лётчиков, особенно пилотов, жаловались на «усталость» мужей в постели...

После первого года работы при диспансеризации у меня в крови количество ретикулоцитов (юных эритроцитов) оказалось в 15-20 раз выше нормы. Врачи посоветовали: сдавайте кровь. Так весь наш участок настройки (10 человек) стал донорским. В течение года анализы стали нормальными. Кровь я сдавал 3 раза в год до 55 лет, до получения звания «Почётный донор СССР».

После ряда жалоб и проверок ЦК профсоюза нам установили ежегодный отпуск 33 дня (15 плюс 18 за вредность), рабочий день 7 часов плюс молоко.

Особенно морально неприятно было градуировать приборы для геологов с вычитанием фона, когда использовались две капсулы с радиоактивным $Ra-226$, висящие на тросиках слева и справа от тебя.

Также настраивали и прибор «Сигнал» (шкала до 200 рентген) в свинцовой «печке». Нужно было вначале установить капсулу с $Ra-226$ в «печку», поставить туда прибор, который нужно настроить, записать данные, и затем - обратные действия. Посчитайте, сколько мы «хватали» за 5-10 минут.

Самой безопасной была настройка РБЗ (радиационный блок защиты), который предназначался для установки на броне танка. При вспышке атомного взрыва камера Вильсона срабатывала, и люки захлопывались. Этот РБЗ проверялся в рентгенкабинете (от 5 рентген – обычная доза при рентгенометрии пациента).

Через мои руки прошло много модификаций дозиметров, которые широко применялись после Чернобыля.

После перехода из цеха в СКБ я занимался разработкой и внедрением новой техники, в том числе медицинской радиоизотопной.

Основным своим достижением я считаю участие в качестве зам. главного конструктора в создании аппаратуры «Берёзка», предназначенной для контроля выполнения Договора о запрете ядерных испытаний. Для этой аппаратуры по техническому заданию были очень жёсткие условия, которые нам удалось обеспечить. Вся аппаратура выпускалась не по ГОСТу, а по Нормали «Мороз» (диапазон рабочих условий от «минус» 50 до «плюс» 50 градусов Цельсия).

Изготовленные образцы проходили так называемый технологический прогон. Однажды при проверке фильтровальной установки (воздуходувки) всю ночь «гоняли» её в кабинете начальника конструкторского отдела. При этом всё время курили, чтобы не заснуть. Не могу рассказывать принцип работы «Берёзки», но я вырезал фильтр из воздуходувки и проверил его с помощью анализатора на наличие короткоживущих изотопов. Когда я показал конструкторам результат, наглядно показывающий ЧТО содержится в воздухе от примеси никотина, 80% из них бросили курить.

Наша аппаратура «Берёзка» (всего выпущено 60 комплектов) контролировала испытания атомного оружия, состав бомбы и время взрыва. Она предназначалась для установки в подвалах Посольств и Консульств и работала почти бесшумно. Через отверстия всасывался наружный воздух и анализировался. При этом во время эксплуатации, даже на антарктической станции «Мир», не было получено от ГРУ Минобороны ни одной рекламации.

На пенсию я ушёл по «Списку №1» как работавший с радиоактивными веществами и ионизирующими излучениями (радий, цезий, кобальт, стронций...)

В 1974 году, когда был организован участок медицинской радиологической и спецаппаратуры, меня как ведущего конструктора назначили его начальником и одновременно - зам.начальника цеха (по принципу «сам разработал, вот и выпускай»).

Разработчикам приходилось заниматься и пуско-наладкой аппаратуры, и обучением персонала. Не всегда это были крупные города, но иногда и везло. Так, мне дважды пришлось проводить «клинику» ритмокардиосигнализаторов РКС – 2 недели на терренкурах Кисловодска с группой пациентов санатория; неделя – в Гантиади со сборной Украины по ручному мячу...

Наши радиологические медицинские комплексы удостаивались

Госпремий СССР и УССР. Мне тоже досталась медаль ВДНХ и Диплом Выставки передовых достижений Украины. Я был также награждён многочисленными грамотами «За активное участие и личный вклад в развитие медицинской науки и техники».



И ещё немного о моей учёбе в Киевском Политехническом институте. Первые два года дались мне с трудом, ведь я работал тогда настройщиком радиоаппаратуры. Часто, особенно в конце месяца, мы «прихватывали» вечернее время, а последние 4-5 дней месяца оставались и в ночную смену. Когда я перешёл на работу в СКБ, посещение лекций упорядочилось, но необходимо было присутствовать на всех «парах» - меня как самого «старого» (мне был уже 31 год) выбрали старостой группы. В 1967 году я защитил диплом с оценкой «отлично» по специальности *Радиоконструктор*, группа *«Медицинская инженерия»*. Устройство, описанное мною в дипломной работе, было внедрено в ряде разработок нашего НИИ.

После 1967 года у нас проходили преддипломную практику студенты КПИ. Они активно участвовали в испытаниях разрабатываемых приборов. А мы обычно проверяли их на себе. Вспоминаю курьёзный случай. Наш ведущий инженер Олег Макеев никак не мог добиться отсутствия экстрасистолы при измерении ЭКГ на разрабатываемом им приборе. Подключили студентов. У них всё было ОК. Оказывается, у самого Олега было выпадение ритма. Пришлось срочно лечиться...

Однажды при распределении практикантов мне «досталась» миниатюрная студентка Эркиной Ахунова из города Ош, Киргизия. У нас с ней установились доверительные отношения (единственный в лаборатории еврей плюс единственная киргизка в группе студентов). Она мне по секрету рассказала, что её выдали дома замуж (калым – стадо баранов) и просила никому об этом не говорить, иначе её исключат из ВЛКСМ...

Во время работы на заводе и в СКБ я активно занимался общественной работой. Был председателем ревизионной комиссии парткома завода, командиром народной дружины НИИ, редактором радиогазеты...

Начальником ГО завода был полковник в отставке Малюта, сын которого работал бессменным врачом киевского «Динамо». Поэтому за работу по линии ГО (подготовка допризывников по специальности «химик-дозиметрист») со мной, кроме премий, рассчитывались абонементом или контрамарками на футбольные матчи.

Из-за нехватки кадров мне приходилось проводить ещё занятия по стрелковой подготовке (разборка и сборка АКМ на время) и иногда ездить с группой на стрельбы. Несмотря на «артиллерийский» уклон, я отлично стрелял из всех видов стрелкового оружия по принципу «делай, как я». Занятия с допризывниками освобождали меня от сборов офицеров запаса, я был на них всего 1 раз - перед присвоением очередного звания. Несмотря на то, что я был «не годен» в мирное время, в военном билете было внесено мобпредписание.

Теперь о футболе. Благодаря работавшей в нашем НИИ жене известного игрока «Динамо» Серебренникова, почти ежемесячно у нас в актовом зале проходили встречи с футболистами Мунтяном, Паркуяном, Бибой, тренерами команды. Ведь тогда ещё не было фан-клубов.

На момент моего переезда в Германию от нашего отдела осталось 12 человек, а было 60. А от нашей лаборатории - всего 4 «бойца» из 20.

Владимен Рейдерман

СКАЖИТЕ, ДОКТОР

Ведущий рубрики – доктор Шиевич

«Если нет сил и возможности идти или даже ползти в сторону мечты, то хотя бы ложитесь в её сторону!»

(Старая шутка)



Новый Год - это не просто смена чисел в календаре, но ещё и время загадывать желания, время давать себе обещания, время ожидания перемен. И неважно, что Новый год - это лишь весьма условная и далеко не повсеместная дата в календаре. К тому же праздник этот - скорее языческий, а совсем не религиозный, и даже не светский. Ведь традиция празднования Нового года появилась в древнем Риме ещё до нашей эры, а на Руси - так вообще 1 января празднуют только с 1700 года. И я не говорю уже о еврейских, китайских, арабских и других датах смены года. Поэтому для меня Новый год - это прежде всего добрый семейный праздник с большой буквы «П». Ведь это и обязательный запах ёлки в доме, и коллективный просмотр «Один дома» и новомодных «Ёлок», и традиционное обзванивание всех друзей и знакомых на полмира, и ещё ежегодная новая традиция, когда 31 декабря я... нет, не иду в баню, у «меня ведь в доме ванная есть». А беру я припасённую литровую бутылку водки и большую банку солёных огурцов и иду поздравлять «непьющих» немецких соседей по всей улице, причём водка заканчивается как правило раньше, чем огурцы.

И всё же Новый год - это, наверное, в первую очередь, время ожидания чудес, когда мы все хотим верить, что теперь, с завтрашнего дня, всё будет хорошо, всё исполнится и изменится - и обязательно к лучшему.

Не знаю как вы, а я традиционен в своих пожеланиях и обещаниях самому себе на Новый год, и даже пожалуй привычно примитивен в этом. Я, как наверное и большинство людей, желаю себе и всем побольше здоровья, любви, добра, понимания, удачи и счастья. Ну и конечно же даю себе парочку обязательных индивидуальных обещаний личного характера. А как же без этого!

Итак, каждый Новый год, или вернее в этот Новый год, я дал себе слово:

- больше заниматься спортом.

Воспользоваться в конце концов этим несчастным абонементом на фитнес. И не раз в две недели, а... два раза в неделю. Нет, не будем горячиться, начнём с одного раза, а там посмотрим.

Или, вот, приятель давно уже зовёт бегать с ним по утрам в выходные. Всё, в следующую субботу, в семь утра бегу! А если не получится в эту субботу, то уж точно в следующую, или... с первой субботы февраля - наверняка!

- изменить способ питания, его количество и время приёма пищи.

Чтобы наконец-то вернуться к нормальному весу тридцатилетней..., нет, лучше - десятилетней давности. Ну, или на крайний случай, чтобы сохранить

нынешний. Хотя это тоже не гарантия. Ведь, как выяснили учёные, все люди генетически делятся на три категории, или *энтеротипа*. И этот самый *энтеротип* проявляется в разной реакции человека на еду, лекарства и диеты, и потому понятно, что никаких уникальных рецептов для всех в этих областях существовать не может.

А уж вера в китайский календарь - для меня так вообще... перебор.

Так, что там ещё? Ага, вот:

- меньше дежурить, больше времени уделять семье и друзьям. Два раза в месяц - в театр или на концерт. Раз в неделю принимать гостей. Минимум четыре отпуска в году, и обязательно чтобы один в Израиле, и один дикарём;

- меньше интересоваться политикой и вообще заканчивать писать заметки на актуальные политические темы. Перестать рассказывать старые истории и анекдоты одним и тем же людям. И вообще, с друзьями меньше говорить, а больше слушать;

- завести себе наконец-то специальный календарь с днями рождения, годовщинами свадеб, крестинами и прочими событиями. Представляете, позвонить троюродной сестре брата жены дяди моей жены и поздравить её с Днём рождения зятя!

Ну, и ещё парочку личных:

- быть терпимее и не ругаться нехорошими словами на других водителей и велосипедистов на дороге;

- не читать во время еды - вредно для желудка и для глаз;

- не смотреть новости, и во время еды тоже, - вредно для желудка, глаз и вообще для здоровья и хорошего настроения;

- закончить собирать бесконечную домашнюю библиотеку на русском языке, а то непонятно, кому это всё нужно;

- пусть ни в этом году, но в следующем чтоб обязательно, осуществить давнюю мечту - съездить в Америку. Нью-Йорк, Брайтон-Бич, Манхэттен - программа минимум.

И не разочароваться;

- подарить ребёнку на День рождения не очередной новый предмет одежды, а билеты в оперный театр в Дрездене;

- научиться терпимее относиться к непредсказуемому пубертетному возрасту дочери и больше разговаривать с ней.

И обязательно один раз в день звонить маме.

А вот интересно, какова вероятность того, что всё это исполнится и что всё это я сделаю и осуществлю? Или хотя бы попытаюсь.

По статистике около 78% людей загадывают что-либо на Новый год, но лишь 8% удаётся большинство из задуманного и обещанного. Наверное, не много.

А потому мы в нашей семье первого января этого года написали на листиках свои пожелания и обещания по трём пунктам: самому себе на этот год, нам всем на этот год и себе мечту на недалёкое будущее. И повесили их на холодильник, на видном месте для верности. Мне пока... удаётся только одно - звонить каждый день маме.

Будьте здоровы и счастливы, любимы и понимаемы, мечтайте о неосуществимом и выполняйте запланированные мелочи. И... позвоните родителям.

Ваш доктор Шиевич

ТАЙНЫ ВИРТУАЛЬНОГО ДВОРА
Ведущая рубрики – Людмила Берибес

Будем осторожны - за нами следят онлайн

Прежде чем начать свою статью, хочу пожелать всем в новом году не только сохранить те знания, которые мы с вами прибрали в прошлом, но и не утратить интерес к получению новых. Казалось бы, ну что ещё? Не станем мы программистами, не начнём создавать сайты на профессиональном уровне, однако почтовыми ящиками пользоваться уже умеем, с вирусами знакомы, антивирусные программы нам не в новинку... Ну что, мы уже профи? В какой-то мере - да. И мне очень хочется верить, что уроки, пройденные в нашей рубрике, не прошли даром. С каждым днём мы всё прочнее связываем свою жизнь с Интернетом, и это влечёт радикальные последствия для нашей безопасности. Поэтому с месячной периодичностью советую вам менять пароли, дабы не привлечь к вашему компьютеру некое лицо, которое в том же Facebook или Одноклассниках проявило к вам просто интерес. Совсем недавно в Одноклассниках увидела незнакомого гостя моей страницы, который мне просто написал: «Привет!» К вечеру вся моя компьютерная система стала вытворять какие-то непонятные вещи. Мышка крутилась по экрану сама собой, всплывали окна браузера... В общем, этот «Привет!» обошёлся мне очень дорого - пришлось переустанавливать систему. Поэтому не отзывайтесь на приветы тех, кого вы не знаете. Это же касается и остальных социальных сайтов, например знакомств для тех, кто ищет себе друзей по переписке, что в наше время происходит довольно часто. Кстати, не так давно Google ввёл забавное новшество, которое якобы повышает позиции сайтов (например, в форме опроса: нажмите цифру «1», если вам нравится работа сайта...) Таким образом, всё больше сайтов добавляют себе этот якобы опрос, а пользователи, не опасаясь, кликают на него, тем самым собственноручно ставят метку «Здесь был Вася». И теперь по вашему IP-адресу вас очень легко вычислить. Так что будьте осторожны и бдительны. Не поддавайтесь тому, что вам предлагают. Больше думайте о безопасности. Ведь коль уж ваш компьютер подключён к Интернету, это означает, что вы в какой-то мере под контролем всемирной паутины. Так что же можно сделать для того, чтобы не попасть под прицел? А всё просто:

1. Удаляйте все cookie вручную после использования социальных сетей и почты (конкретно о cookie, кто не знает, я расскажу подробнее в следующем выпуске).
2. Установите другой браузер для использования только в социальной сети.
3. Заведите отдельный e-mail для социальной сети, поскольку Ваш привычный уже наверняка где-то засвечен.
4. Используйте социальные сети по минимуму, часто меняя пароль.

С уважением Берибес Людмила



С НЕМЕЦКИМ НА «ТЫ»
Ведущая рубрики – Галина Шаат-Шнайдер

Дорогие наши читатели! Предлагаем Вам несколько загадок на зимнюю тему на немецком языке (источники: <http://kinder.e-papa.de/kinderratsel/13/> <http://doshkolenok.kiev.ua/deutsch-doshk/624-stihi-i-zagadki-na-nemeckom.html>)



Es war eine Mutter,
sie hatte vier Kinder:
den Frühling, den Sommer,
den Herbst und den Winter.
Der Frühling bringt
Blumen,
der Sommer bringt Klee,
der Herbst bringt uns Trauben,
der Winter bringt Schnee.



1) Wer kleidet Dach, Zaun und Erde unschuldig weiß?
Wer baut über den Teich eine Brücke aus blankem Eis?
Er ist ein guter alter Mann, - das ist der ...

2) Wie heißt der große weiße Mann,
der in der Sonne schmelzen kann?



3) Den Berg geh ich hinauf
und setz mich auf ihn drauf.
Hurra, so geht's ganz munter
den steilen Berg hinunter.



4) Im Sommer bin ich kalt und stumm,
Mich keiner will. Wisst ihr, warum?
Im Winter doch, das kennt ihr ja,
Sitzt ihr am liebsten mir ganz nah.

5) Aus den Wolken fliegt es,
von den Bäumen fällt es,
jedem Kind gefällt es.
In der Hand muss es zergehen,
jeden Winter kannst du's sehen.
Was ist das?



6) Im Sommer und zur Winterzeit
dieselbe Farbe, dasselbe Kleid.

Lösungen:

- 1) Winter 2) Schneemann 3) Schlitten
4) Offen 5) Schneeflocke 6) Tannenbaum

**ИНТЕГРАЦИОННЫЙ ЦЕНТР «ГЛОБУС»
ПРИГЛАШАЕТ**

По вторникам с 12:30

- Курсы немецкого языка
для старшего поколения.
Занятия проводит **Клаус Гёрнер**



По вторникам с 18:00

- Уроки танцев «Учимся танцевать
Gesellschaftstanze».
Занятия проводят **Арик Апроянц**
и **Ирина Гаус**



По средам с 10:00

совместно с еврейским культурным
объединением «ATID – ZUKUNFT» e.V.
- Консультации социального работника.
Приём проводит **Мария Лямец**.
Запись на консультации только по
предварительной договорённости
по тел.: **0371-2406391, 0179-5453147**
в рабочие дни с 14:00 до 18:00

По четвергам с 18:00

- Уроки танцев «Учимся танцевать
Gesellschaftstanze».
Занятия проводят **Арик Апроянц**
и **Ирина Гаус**



**ИНТЕГРАЦИОННЫЙ ЦЕНТР «ГЛОБУС»
WANDERKLUB «GLOBUS»
ПРИГЛАШАЮТ**



13 февраля 2016

тех, кто не потерял интереса к
познанию нового и открытию
неизведанного, **посетить**
Tharandt – город с большим
историческим прошлым (*пешех. часть – 10 км*)

Справки и запись по тел.: **0152-26506498**
в рабочие дни, кроме пятницы, с 9:00 до 14:00

**ИНТЕГРАЦИОННЫЙ ЦЕНТР «ГЛОБУС»
КЛУБ «ДИАЛОГ» ПРИГЛАШАЮТ
11 февраля 2016 в 16:00**



**на вечер
поэзии и песни,
посвящённый**



**ДНЮ ВСЕХ ВЛЮБЛЁННЫХ
«Февральский день теплом согрет
от любящих сердец».**

**Как всегда, приносите с собой
сладоcти к чаю и хорошее
настроение.**

Вход – 1 евро

Praxis

**Геннадий Шаевич
врач
акушер-гинеколог**



**Особая
специализация:**

- УЗИ груди
 - УЗИ беременных
 - Амбулаторные операции
- Carolastrasse 1, 09111 Chemnitz**
Tel.: 0371-6751781
Fax: 0371-6751779

**ИНТЕГРАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
«ГЛОБУС» ПРИГЛАШАЕТ**

**4 марта 2016
в 17:00**



**НА ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ
ВЕЧЕР ОТДЫХА**

**«Дарите милым всю свою
Любовь!»**

**Танцы, конкурсы, вкусное угощение,
традиционная тёплая дружеская
атмосфера сделают этот праздник
незабываемым!**

Ждём Вас по адресу:
Jägerstraße 1

Справки и запись по тел.:
0371-4785961
0176-39547373



**Издатель:
ИНТЕГРАЦИОННЫЙ
ЦЕНТР «ГЛОБУС»**



Редакционная коллегия:

**Светлана Бараненко, Людмила Берибес,
Галина Шаат-Шнайдер**
Адрес: Jägerstr. 1, 09111 Chemnitz
Телефон: 0371-2839111, 0371-2400596
E-Mail: i-z.globus@web.de
Web: www.globus-chemnitz.de

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