



# Глобус информ

ОТ РЕДАКТОРА



Дорогие читатели, вы держите в руках 200-й юбилейный номер нашей газеты. Она существует с 2006 года и надеюсь, до сих пор остаётся интересной и полезной для вас. Сколько сил, энтузиазма, фантазии и бессонных ночей было отдано для того, чтобы вы каждый месяц могли

прочитать новый номер. Я благодарю наших авторов и ведущих рубрик, которые сотрудничали с газетой в разные периоды и остаются верны ей все эти годы. Именно благодаря вам, наш «Глобус-информ» всегда интересен и разнообразен.

Сейчас, в наше сложное время, особенно важны дружеская поддержка и положительные эмоции.

Понятно, что в жизни не бывает всё только хорошо или всё плохо. Есть время для радости и время для грусти. Радость наполняет нашу душу теплом, согревает, раскрашивает действительность яркими красками. А грусть и боль – учат думать и понимать. Если, конечно, мы хотим что-то понять.

Становимся ли мы от этого сильнее?

Может быть...

Делает ли это нас умнее?

Не уверена. Как повезёт...

Главное – по возможности в любых обстоятельствах оставаться людьми.

Хотелось бы, чтобы мы всё-таки ими оставались, а не наполняли душу ненавистью. Ведь ненависть сжигает человека изнутри. Она, словно осколок зеркала злого Тролля из «Снежной королевы», искажает всё вокруг. Человек с таким осколком в глазу видит всё наизусть или замечает одно лишь дурное. Но хуже всего тем, кому осколки попали прямо в сердце: оно превращается в кусок льда.

И как тогда жить с ледяным сердцем и пустой душой?!

И чем отогреть и растопить этот лёд?

Ведь тепло не всегда там, где светит солнце. Тепло там, где ты чувствуешь, что тебя понимают без лишних слов и объяснений.

Или хотя бы пытаются понять.

Где за внешним видят твою душу.

Где в трудную минуту находят самые важные и нужные слова...

Где дорожат тобою и боятся потерять...

Пусть каждому из вас в этой жизни будет тепло.

Как писал Э. М. Ремарк: «Невозможно было бы жить, не веря в хорошее!»

Может это звучит наивно, но очень хочется верить!

*Ирина Константинова*

## Шутки в сторону

*«Стальные нервы и бескрайний оптимизм  
Помогут пережить любой первоапрельский катаклизм!»  
(народная мудрость)*

Никогда ещё 1-го апреля, в День смеха, не было так грустно и тревожно... Жители Германии, а также давно проживающие тут мигранты уже привыкли к первоапрельским шуткам различных транспортных компаний, таких как Deutsche Bahn, CVAG и других любителей пошутить. И нынешний апрель не является исключением из правил. Проснувшись рано утром первого апреля и подойдя к остановке, вы в неопишемом восторге обнаружите, что стоимость проезда подорожала. И если вы думаете, что это первоапрельская шутка, то глубоко ошибаетесь. Кроме этого, вы должны быть готовы к неожиданным сюрпризам от железнодорожников, авиаперевозчиков, таксистов и других нужных нам в повседневной жизни партнёров.

*«Почём нынче опиум для народа?»*

Очередную шутку нам также приготовил немецкий парламент, который принял закон о легализации лёгких наркотиков. И теперь каждый из нас сможет повсюду наслаждаться манящими и дурманящими ароматами. Особый «восторг» этот закон вызвал у владельцев дачных участков. Теперь основным «цветочком», выращиваемым в садах и на балконах может стать столь «необходимая» нам всем конопля.

*«При пересадке органов добрые  
сердца приживаются лучше»*

Не менее оригинальный подарок к 1 апреля (или возможно к всемирному Дню здоровья 7 апреля) приготовил наш любимый министр здравоохранения, предложивший нестандартное и достаточно спорное решение проблемы недостатка донорских органов. В принципе каждый человек может считаться донором органов, если только он не возражал против этого при жизни, или кто-то из его родственников не сделал это после его смерти. Можно ли всё это воспринимать как первоапрельскую шутку?

Другой оригинал – великий философ, он же министр экономики, наверняка предложит нам философски относиться к постоянному снижению уровня жизни граждан Германии. С 1 апреля НДС на газ и централизованное теплоснабжение снова вырастет до обычных 19 процентов. Не придётся ли нам всем перейти на уголь и дрова? И как воспримут это борцы за экологию?

*«Каждый, у кого нет машины, мечтает её купить,  
и каждый, у кого есть машина, мечтает её продать»*

Ещё одна оригинальная шутка для владельцев машин с украинскими номерами. С апреля их ожидают незапланированные финансовые расходы по перерегистрации автомобиля.

Все должны быть готовы к тому, что подобные сюрпризы мы будем получать не только 1 апреля, но и в другие «знаменательные» даты.

*Игорь Шемяков*

### Всё начинается с любви...

Как сказал поэт, «всё начинается с любви: и озаренье, и работа»... А мы добавим: и весна, и душевный подъём, и... наши встречи с поэзией в клубе «Диалог». Мартовский вечер стал к тому же лирическим послесловием к женскому дню 8 марта и собрал в нашей уютной гостиной любителей поэзии, преимущественно представительниц прекрасного пола. На этот раз всем нам предстояло услышать и пережить драматические страницы жизни, творчества и любви двух замечательных поэтов Серебряного века: Владислава Ходасевича и Осипа Мандельштама.

В судьбе и поэзии Владислава Ходасевича отразились все перипетии эпохи, которую позже Осип Мандельштам назовет «веком-волкодавом». У него было слабое здоровье, что помешало осуществиться многим мечтам, но талант и упорство позволили ему ярко проявить себя в поэзии, литературной критике и мемуаристике. Творческое наследие Ходасевича исчисляется пятью поэтическими сборниками, десятками критических статей, биографиями знаменитых людей. В автобиографии «Младенчество» он писал, что «опоздал» к расцвету символизма, а остальные течения в искусстве того времени были ему чужды. В его стихах нашли отражение многие события из жизни поэта. В частности, Ходасевич черпал вдохновение в своих любовных увлечениях: в сборнике «Молодость» отражены взаимоотношения поэта с первой женой Мариной Рындиной, а основу сборника «Счастливый домик» составила история любовного треугольника, в который входили сам Ходасевич, Евгения Муратова и Анна Чулкова – вторая жена поэта. В 1922 году он эмигрировал со своей третьей женой Ниной Берберовой в Берлин, а затем в Париж. Многие современники отмечали сложный характер поэта, его способность к безжалостно-язвительной критике, которой он подверг, например, творчество Марины Цветаевой и Бориса Пастернака. В последних мемуарах – «Некрополь. Воспоминания» – он создал портреты Блока, Брюсова, Гумилёва, Есенина, дав справедливую и точную оценку их творчеству. В 1939 году Владислав Ходасевич умер в Париже. «Крупнейший поэт нашего времени, литературный потомок Пушкина по тютчевской линии, он останется гордостью русской поэзии, пока жива последняя память о ней», – так о творчестве Ходасевича отзывался один из самых едких острофигурных русских эмигрантов Владимир Набоков. Поэтам Серебряного века выпала на долю невероятно трагическая эпоха. Но даже на общем фоне судьба Осипа Мандельштама выделяется своим драматизмом – особенно если учесть, что тяготы сопровождали его не эпизодически, а на протяжении практически всей жизни.



Начиналось всё, впрочем, обыденно и спокойно. Солидная еврейская семья, не знавшая унижений черты оседлости, жизнь в Петербурге, учёба сначала в престижном Тенишевском коммерческом училище, потом за границей, в Сорбонне и Гейдельбергском университете, беззаботная молодость. Уже в 14 лет Мандельштам начинает писать стихи. Он быстро входит в круг восходящих звёзд русской литературы – Гумилёва, Ахматовой, Цветаевой, знакомится с Блоком. Молодой Мандельштам – акмеист, и его первая книга «Камень» (1913) – одна из важнейших для этого литературного направления, превыше всего ставившего точность и простоту в описании действительности. Первые годы после революции были для Мандельштама едва ли единственным временем, когда он испытал относительный успех у широкого читателя. Его сравнительно много печатают, а второй стихотворный сборник, «Тристия», окончательно подтверждает: в России появился ещё один грандиозный поэт. Однако власть предрасположенная быстро почувствовала, что Мандельштам-поэт и Мандельштам-человек не поступится принципами справедливости и чести ради утверждения сомнительных доктрин. Грубая критика и угрозы заставляют поэта замолчать на целых пять лет... В 1933 году Мандельштам написал антисталинское стихотворение «Мы живём, под собою не чуя страны» и зачитал его на публике. Пастернак назвал это произведение «актом самоубийства» и оказался прав: кто-то из слушателей донёс на Мандельштама. Поэта выслали в Чердынь на Северный Урал, где он пробыл две недели, заболел и попал в больницу. Затем он был выслан в Воронеж, где им был создан знаменитый воронежский цикл стихотворений. После окончания срока ссылки Мандельштам вернулся в Москву, но здесь ему жить было запрещено. 2 мая 1938 года он был повторно арестован по обвинению в контрреволюционной деятельности. В июле поэта приговорили к пяти годам исправительно-трудового лагеря. В октябре он прибыл во Владивосток в пересыльный лагерь «Вторая речка». Там Осип Мандельштам скончался 27 декабря 1938 на 48-м году жизни от истощения и болезней. Точное место погребения поэта не установлено. «Веку-волкодаву» вопреки, Мандельштам утверждал, что «жизнью, событиями движет любовь». В его жизни было немало любовных новелл, героинями которых становились как его великие современницы: Марина Цветаева, Анна Ахматова, так и менее известные, но не менее прекрасные женщины: Ольга Гильдебрандт-Арбенина, Ольга Ваксель... Но роман на всю жизнь случился у него с одной женщиной, ставшей ему верной женой и надёжным другом – с Надеждой Яковлевной Хазиной, в замужестве Мандельштам. Она пережила своего любимого на целых 42 года и написала о погибшем муже мужественные и горькие воспоминания – «Вторая книга». Именно она тайком прятала, а затем, боясь, что рукописи поэта всё равно найдут, просто выучила наизусть многие стихи Осипа Мандельштама, которые потом вошли в классику отечественной поэзии. Такова сила настоящей любви!

*Марина Раинчик*

## СТРАНИЧКА ДЛЯ ДУШИ

*Ведущая рубрики – Ирина Константинова*

### **«Я всю жизнь стараюсь себя обезопасить иронией...»**

15 марта 2024 года ушёл из жизни народный артист РСФСР Александр Анатольевич Ширвиндт (19 июля 1934 – 15 марта 2024). Любимый актёр театра и кино, (очень обидно, что снимался так мало), театральный режиссёр, сценарист, педагог, телеведущий, писатель-мемуарист, с 2000-го по 2021-й – художественный руководитель, а последние годы Президент Московского академического театра сатиры. А ещё полный кавалер ордена «За заслуги перед Отечеством», лауреат премий «Хрустальная Турандот», «Фигаро», «Золотой Остап» и множества других профессиональных, общественных и государственных премий и наград. Человек, именем которого был даже назван астероид (6767 Shirvindt). Марк Захаров писал о нём: «Ширвиндт, наверное, всё-таки не артист... Тем более не режиссёр. Если спросить, кто он такой, отвечу, что профессия у него уникальная. Он – Ширвиндт».



Этот уникальный человек всегда (и на экране, и на сцене, и в жизни) был фантастически красив и обаятелен. Шутит так как он – на полном серьёзе, сохраняя абсолютную невозмутимость – не умел больше никто. Александр Анатольевич философски относился к жизни. О себе и о своём возрасте он говорил с мудрой самоиронией, немного грустной и очень обаятельной полуулыбкой.

Вот несколько цитат из его книг «Опережая некролог», «В промежутках между», «Склероз, рассеянный по жизни». Одни названия чего стоят!

«Я глубоко пьющий и активно матерящийся русский интеллигент с еврейским паспортом и полунемецкими корнями. Матерюсь профессионально и обаятельно, пью профессионально и этнически точно, с женщинами умозрительно сексуален, с коллегами вяло соревновательно тщеславен. Но умиротворения нет... Времени, отпущенного на жизнь, оказалось мало...»

«Старость – это не когда забываешь, а когда забываешь, где записал, чтобы не забыть...»

«Что касается женщин, то наступает страшное возрастное время, когда с ними приходится дружить. Так как навыков нет, то работа эта трудная. Поневоле тянет на бесперспективное кокетство...»

«К старости вообще половые и национальные признаки как-то рассасываются...»

«Чем ближе к финалу, тем меньше можно пить молока. «Не-не-не, – говорят доктора, – ты своё отпил». Вообще сколько я всего уже отпил: водку отпил, коньяк отпил, кофе тоже. Не отпил только какой-то зелёный чай...»

«У меня очень тяжёлая зарядка утром. Лежа я сначала сучу ножками для поясницы. 30 раз. Потом с трудом, кряхтя, сажусь на кровати и делаю вращательное движение на скрипучей шее пять раз туда, пять раз назад. И потом плечиками 10 раз. Меня кто-то когда-то научил, и я привык. И чувствую, что сделал зарядку...»

«Смерти я не боюсь... Боюсь выглядеть старым. Боюсь умирания постепенного, когда придётся хвататься за что-то и за кого-то... Я красивый старик, боящийся стать беспомощным. В общем, диагноз – старость средней тяжести...»

«Книги обязательно надо читать. Главное – не выписывать понравившиеся цитаты. Потом такие цитаты создают ощущение, что это твои мысли...»

«Смысл существования – в душевном покое и отсутствии невыполненных обязательств. Но обязательства всё время нахлещывают. Кажется: вот это сделаешь и это – а дальше покой и тишина. Нет – появляются новые...»

«Володин как-то сказал, что другого времени у нас скорее всего и не будет. И поэтому мы должны жить во времени настоящем, никак себя самих не обманывая...»

«Я никогда не начинал жизнь с чистого листа, потому что у меня его никогда не было. Всё время на листе было уже что-то напачкано, и приходилось начинать с середины. А это трудно. Кроме того, в том, чтобы каждый раз начинать с чистого листа, есть колоссальный эгоцентризм: всё отмести и начать сначала. А шлейф предыдущих испоганенных листов куда деть? Выбросить? Это надо иметь большую силу воли. Утомительная цельность – выгодное, но очень скучное существование...»

«Как говорил кто-то у Чехова все болезни от нервов. А нервы – это что? Нервы – это стрессы. А стрессы – это что? А стрессы – это жизнь. Поэтому я всю жизнь стараюсь себя обезопасить иронией. Но всё-таки с годами накапливается огромный запасник негатива. Поневоле что-то остаётся в осадке и уже не вымывается ни иронией, ни юмором, ни скепсисом, ни цинизмом. Это превращается в такую корку, которую не размочишь ничем...»

«Получается, что в жизни я однолюб. То есть мужчина, испортивший жизнь только одной женщине...»

«Карьера – это мера тщеславия, а у меня тщеславие дозировано необходимостью не выпасть из обоймы достойных людей...»

«Добрые слова надо писать ранним утром – к вечеру начинаешь сомневаться в их искренности...»

«По мнению Оппенгеймера, счастливыми на Земле могут быть только женщины, дети, животные и сумасшедшие. Значит, наш мужской удел – делать перечисленных счастливыми.»

*По материалам из Интернета*



## ТВОРЧЕСТВО НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ

Мы публикуем новое стихотворение **Амалии Клинк**. Оно кажется немного мистическим и по-особенному звучит в дни празднования Пасхи (Ostern). Как пишет автор: «Это всё было со мной наяву».



### Однажды вижу образ ночью...

Однажды вижу образ ночью,  
Стоящий в арке у двери,  
Он грустен, не поднявши очи,  
Стоял в мерцающей тени.

Его воздушная порфира  
Скрывала очертанье тела,  
В нём единение полмира,  
Она добром весь мир согрела.

Она небесно-голубая,  
Струилась вся волшебным светом,  
Пространство ширью наполняя,  
И слух ласкающим сонетом.

А за окном сиянье ночи  
И звезд святая благодать,  
И облака покой пророчат,  
Чтоб Землю нежно целовать.

Во сне я очень удивилась,  
Ведь лик его не видела нигде.  
В сиянье чудо совершилось -  
Христос пришёл ко мне во сне.

Я до сих пор ищу ответа  
На мой единственный вопрос:  
«Зачем во сне, с букетом света,  
Явился чудом мне Христос?»

О чём хотел сказать тогда мне,  
И почему так грустен был?  
Мне стало ясно, это Свет мне  
Он с неба милостью пролил.

*Амалия Клинк 2023, апрель*



## УХОД ЗА ПОЖИЛЫМИ ЛЮДЬМИ НА ДОМУ

Ведущий рубрики – Александр Кучиерский

### Услуги по уходу

В жизни человека приходит такое время, когда ему становится необходима помощь по уходу. Чтобы получить финансирование такой помощи, нужно обратиться в свою больничную кассу. Размер предоставляемых услуг зависит от состояния нуждающегося в уходе и, соответственно, от уровня потребности. Я объясню, какие услуги финансируются кассой по уходу и как подать заявку на получение этих услуг.

### Услуги по уходу: определение

Услугой по уходу согласно пункту 36 Социального кодекса XI считается профессиональная домашняя помощь, предоставляющая уход за телом, помощь в занятиях и организации повседневной жизни, хозяйственные услуги. Право на это имеют люди с уровнем потребности от 2 до 5. Кассы по уходу берут на себя возникающие расходы до максимальной суммы для соответствующего уровня потребности. Услуги ухода могут предоставлять только учреждения, заключившие с вашей больничной кассой договор о предоставлении услуг. Физические лица также могут быть признаны кассой как осуществляющие уход.

### Pflegemeister GMBH

Наша фирма предоставляет помощь по уходу за пожилыми людьми. Tel. 0371 66659700 (DE, UK, RU)  
<https://www.pflegemeister-chemnitz.de/>

**Pflegemeister GmbH**  
**TAGESPFLEGE**

Дорогие друзья,  
Мы рады пригласить вас на наш  
**День открытых дверей!**

**25 апреля 2024 и 30 апреля 2024**  
мы открываем наши двери для вас,  
чтобы вы могли взглянуть на наш  
дом и наше сообщество.  
Вас ждет день полный веселья,  
конкурсы и возможностей  
познакомиться с новыми людьми

**Rufen Sie uns an:**  
**0371 66659700**

**Pflegemeister GmbH**  
Clausstraße 76-80 • 09126 Chemnitz  
[www.pflegemeister-chemnitz.de](http://www.pflegemeister-chemnitz.de)

## ИЗБА-ЧИТАЛЬНЯ ЗМЕЯ ГОРЫНЫЧА



*«Клинки столкнулись – отскочили,  
И войско в трепете глядит,  
Как мы схватились и застыли:  
Ты – гибкость стали, я – гранит».*

*Н. Гумилёв*

Добрый день, мои дорогие читатели!  
Задумывая для вас очередную подборку книг и находясь под влиянием легкомысленного весеннего настроения,

придумал немного пошалить и решил устроить небольшой писательский поединок. Литературную дуэль или, если хотите, литературный баттл. Интересно мне стало сравнить двух таких разных, но в чём-то похожих писателей: **Еремея Парнова** и **Дэна Брауна**. И пусть «войско читателей» наблюдает, думает, делает свои выводы и возможно, прочитает их книги.

Мысль о том, что книги Дэна Брауна по жанру, такому сплаву романа-загадки, фантастики и интеллектуального детектива похожи на книги Еремея Парнова, пришла мне в три головы сразу после прочтения «Кода да Винчи». Если у Дэна Брауна я торопливо проглотил всё, и книги его быстро кончились, то Еремея Парнова я неторопливо «вкушаю», наслаждаясь стилем, красивыми и образными выражениями, и впереди ещё много книг, прекрасных, интересных и дающих пищу и радость уму.

Итак, первый раунд дуэли – пробуждение писательского таланта, количество произведений, сколько издано книг. Еремей Парнов опубликовал свой дебютный научно-фантастический рассказ «Секрет бессмертия» в 1961 году. Дэну Брауну для первой книги понадобилась помощь жены, в 1995 году они написали книгу «187 мужчин, от которых следует держаться подальше: путеводитель для романтически фрустрированных женщин». Дэн Браун написал 8 книг, а Еремей Парнов – 171 произведение, в общей сложности он опубликовал более 30 книг. Во всём мире продано свыше 200 миллионов книг Дэна Брауна. Общий тираж книг Еремея Парнова, изданных за полвека его творческой деятельности, превысил 10 миллионов экземпляров. Его произведения переведены на 38 языков мира. Дэн Браун к 2017г. уже выдохся, это был блистательный старт и короткая дистанция. Еремей Парнов радовал своих читателей более 50 лет, это выносливый марафонец, его книги не устарели и продолжают издаваться, выходить и находить своих поклонников.

Второй раунд дуэли – с какой книгой у большинства ассоциируется каждый из писателей–соперников». Дэн Браун «прогремел» в 2003 году с книгой «Код да Винчи», хотя «Цифровая крепость» (триллер о противоречиях гражданской свободы и национальной безопасности) была написана раньше, и в этой книге поднимались не мистические, а реальные проблемы современного мира. Позднее вышел фильм «Код да Винчи» с Томом Хэнксом и неплохой музыкой Ханса Циммера. Если спросить о Ереме Парнове, то скорее всего вспомнят роман «Ларец Марии Медичи» (1972г.) – первую книгу из трилогии «Альбигойские тайнства». Экранизацию книги – фильм режиссера Рудольфа Фрунтова зрители смотрели с большим удовольствием.

Третий раунд дуэли – насколько правдивы сюжеты книг этих авторов. Дэн Браун, как он сам говорил в интервью, намеренно

смешивает факты и вымысел, чтобы получилась интересная история. Писателя часто упрекают в том, что хотя он и утверждает, что «все описания произведений искусства, архитектуры, документов и тайных ритуалов точны», но в книгах масса отступлений и неточностей. Но книги захватывают, завораживают и читаются легко. Еремей Парнов – учёный, человек энциклопедических знаний в самых разных областях: в естественных науках, в истории, этнографии, религии, оккультизме. Ему не нужно перемешивать факты и вымысел, у него были интересные сведения, основанные как на современных исследованиях, так и на кропотливом изучении древних источников. И он мастерски в художественной форме преподносил их своим читателям. Он начинал в научной фантастике в соавторстве с Михаилом Емцевым. Этот тандем был чрезвычайно знаменитым в 60-е годы, но затем союз двух авторов распался. Мне очень нравятся следующие слова Парнова о фантастике: «Научная фантастика – полигон, на котором отрабатываются научные идеи. Она даёт возможность понять, как это может быть развёрнуто в обществе. О полёте на Луну в I веке писали ещё римляне, далее – Жюль Верн, Герберт Уэллс и т. д. И Гречко как-то сказал мне, что его поколение позвала в космос именно фантастика».

**Завершающий раунд дуэли – несколько интересных цитат каждого автора.**

### Дэн Браун:

- «Помни нынешний день... ибо с него начинается вечность».
- «Существует только одна форма инфекции, которая распространяется быстрее, чем вирус. И это страх».
- «Непонимание порождает недоверие».
- «Дождевые капли – это слёзы ангелов, которые они льют с небес, чтобы смыть с нас наши грехи».
- «Средства для достижения цели всегда имеются. Их надо только увидеть в том, что тебя окружает».

### Еремей Парнов:

- «Когда дисплей окончательно уничтожит книгу, как книга когда-то вытеснила изустное предание, то придёт день, когда новые Фрейды и Юнги не обнаружат в душах своих пациентов ничего, кроме безответной пустоты».
- «Там, где отсутствует информация, находит пищу дезинформация».
- «Открывая для себя что-то, пусть давным-давно известное, человек всё же совершает открытие, и оно ему дорого – своё личное, выстраданное».
- «Мне не нравился режим, который был. Я не вступал в партию, но это было моё правительство, моя страна, и я старался ей служить, не пресмыкаясь».
- «Мало ли что может склеивать человек! Некоторые только и делают, к примеру, что склеивают свою жизнь, которая почему-то даёт трещины».

Мне нравятся оба этих безусловно талантливых автора. Еремей Парнов мне ближе, но и Дэна Брауна я читаю с удовольствием. Надеюсь, что знакомство с этими авторами будет для вас радостным. Ведь как сказал английский поэт 17 века Джон Мильтон: «Хорошая книга – драгоценный источник жизненной силы духа». А я постараюсь приготовить для вас ещё больше интересных книг для ещё большей поддержки вашей силы духа. До следующей встречи!

*Ваш Горыныч-Книгочей*

## ДАВАЙТЕ УЛЫБАТЬСЯ ВМЕСТЕ

Ведущая рубрики –  
Галина Шаат-Шнайдер

### Смехотерапия для поднятия иммунитета Весенние анекдоты

\*\*\*

*А весна-то покажет, кто пресс качал, а кто –  
дверцу от холодильника.*

\*\*\*

*Ничего страшного в запоздалой весне нет.  
Учёные успокаивают, что такое уже не раз  
бывало в начале каждого ледникового периода.*

\*\*\*

*Весна.. Чего-то хочется.. То ли разнообразия до  
безобразия, то ли безобразия для разнообразия.*

\*\*\*

*Весной кот Леопольд всегда рассчитывает на  
нечто большее, чем просто дружба.*

\*\*\*

*Весна. Депрессия. Разговаривают два актёра:  
– Хотелось бы сыграть Илью Ильича Обломова.*

*– Почему?*

*– Как «почему»? Всё первое действие можно  
играть, не вставая с дивана.*

*– Ясно... А я бы хотел сыграть Герасима.*

*– А это ещё почему?*

*– Чтобы слов не учить.*

\*\*\*

*Интеллигент, когда весной ходит в лес за  
берёзовым соком, не втыкает в деревья трубки:  
он читает им Есенина, и берёзы сами плачут ему  
в банку.*

\*\*\*

*Весна. Из-под пальто начинают появляться  
первые ноги.*

\*\*\*

*– Как к нынешней весне относиться?*

*– Понять и простить. Она же всё-таки  
женщина!*

\*\*\*

*Весна. Снеговик:*

*– Пост сдал!*

*Огородное пугало:*

*– Пост принял!*

\*\*\*

*Берите пример с весны – расцветайте!*

\*\*\*

*– Желаю всем найти деньги в весенних куртках!*



## НЕНАВЯЗЧИВАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Ведущая рубрики – Людмила Берибес

### Сфера эмоций

#### или никто не ослик...



Практически любой человек, если спросить его о том, как он себя ощущает, примется описывать ослика Иа из книжки про Винни-Пуха: унылое, безрадостное создание, вечно стенающее и жалующееся.

Но это не про нас с вами. Правда?

Мы не проводим дни в кровати, отвернувшись лицом к стене, мы не обижены на весь мир из-за того что он, мир, что-то нам не додал.

Быть может, он пытался нам дать, а мы в это время думали совсем о другом. Например, как помочь кому-то, по всем параметрам абсолютно чужому для нас человеку или людям.

Да, дорогие читатели, эмоциональная сфера – тонкая чувствительная часть нашей личности, которая помогает и располагает к взаимодействию с внешней средой. Она похожа на кожу, с помощью которой человек одновременно и защищает внутренности от внешнего воздействия, и контактирует с окружающим пространством. Вот почему о людях с повышенной чувствительностью говорят, что они живут без кожи. Им сложнее выдерживать воздействие мира, они более уязвимы и хрупки, им сложнее контактировать с другими людьми, они чаще в сомнениях и предположениях.

Иногда небольшие сомнения в себе нормальны. Но мы должны понимать, что в такие моменты мы «добиваем» собственную самооценку. А ведь наша самооценка похожа на эмоциональную иммунную систему. Она не только поможет справиться с проблемами, но и её нужно укреплять и поддерживать.

Кстати, очень хороший способ: написать себе письмо, а в нём и пожалеть себя, и поддержать, и подбодрить так, как вы поддержали бы друга.

Поднимите руку те, у кого нет друзей...

Правильно, таких нет.

А друзья изначально зачем?

Правильно, чтобы они были для нас, а мы для них. И были и мы, и они привлекательны, харизматичны, надёжны. Чтобы позвонив другу (к примеру ночью) и ещё ничего не сказав, вы бы услышали: еду к тебе, жди.

У Булата Окуджавы есть такая песня «Возьмёмся за руки друзья, чтоб не пропасть по одиночке». Наверное помните? Я не приверженец громких фраз, но в этом случае отступлю от своих правил. Открою вам маленький секрет: два фактора проверяют любые отношения, в том числе и дружбу – время и проблемы.

Рука друга – это символ дружбы. Только у друга мы можем найти поддержку в трудные моменты, когда это очень важно и нужно.

И эти связи жизненно необходимы для каждого из нас.

Наша жизнь – это карусель.

Садитесь удобно, закрепитесь, улыбнитесь, включите харизматичность, уверенность в себе, инициативность и хорошее чувство юмора – и ни времени, ни проблем!

**ИНТЕГРАЦИОННЫЙ ЦЕНТР «ГЛОБУС»**

**ПРИГЛАШАЕТ**

**на курсы немецкого языка  
для старшего поколения**

**по вторникам**

**13:00 – 13:45**

**(для продолжающих обучение),**

**14:00 – 14:45**

**(для начинающих)**

Занятия проводит **Клаус Гёрнер**



*Praxis*  
**Геннадий Шаевич**  
**врач**  
**акушер-гинеколог**

**Особая  
специализация:**  
- **УЗИ груди**  
- **УЗИ беременных**  
- **Амбулаторные операции**

**Carolastrasse 1, 09111 Chemnitz**  
**Tel.: 0371-6751781**  
**Fax: 0371-6751779**



**Дорогие читатели!**

Из-за подорожания услуг типографии мы  
вынуждены сократить количество  
**печатных экземпляров газеты.**

Со свежими выпусками Вы можете  
ознакомиться на нашем сайте:

**www.globus-chemnitz.de**

Если же Вы хотите получать газету на свой  
электронный адрес, то присылайте ваши  
данные на **E-Mail: iryna-konst@mail.ru**

**ОБЪЯВЛЕНИЕ**

**В Zentral Apotheke  
по адресу Rathaus 7**

**на центральной остановке  
(там где находятся CVAG, Telesom,  
журнальный киоск)**

**работают русскоязычные фармацевты  
Виктория Цыбулина и Надежда Вальтер.**

**Виктория работает:**

**Пн., Ср., Пт. с 8:00 до 14:00**

**Вт., Чт. с 12:00 до 18:00.**

**Надежда Вальтер (я уже на пенсии),  
и поэтому буду работать  
с 10 апреля один раз в неделю  
по средам с 14:00 до 18:00.**

**Иногда, в связи с отпусками  
или болезнью сотрудников,  
график может немного изменяться.**

**Буду рада видеть всех своих  
многолетних клиентов.**

**Заходите, консультацию и помощь в  
выборе медикаментов, лечебных трав,  
других медицинских препаратов мы  
вам гарантируем. Там же вы сможете  
получить и газету «Глобус-информ».**

**Желаю всем крепкого здоровья.**

**Надежда Вальтер**



**ИНТЕГРАЦИОННЫЙ ЦЕНТР ГЛОБУС  
КЛУБ «ДИАЛОГ»**

**ПРИГЛАШАЮТ**

**23 апреля 2024**

**в 16:00**

*на встречу любителей поэзии*

**«Поэзия – в тебе. Простые чувства  
Ты возвышать умеешь  
до искусства»**

**(К 460-летию со дня рождения  
Уильяма Шекспира)**

**Встреча будет проходить в форме  
свободного диалога. Не только ведущий, но  
и вы тоже сможете рассказать  
о поэте, почитать стихи.**

**Приглашаем всех, кто увлекается поэзией.**

**Приходите по адресу:**

**Theodor-Körner-Platz 13, 09130 Chemnitz**  
**С собой иметь хорошее настроение  
и что-то сладкое к чаю.**



**Издатель:  
ИНТЕГРАЦИОННЫЙ  
ЦЕНТР «ГЛОБУС»**



**Редактор: Ирина Константинова**  
**Редколлегия: Галина Шаат-Шнайдер,  
Елена Шемякова, Людмила Берибес**  
**Адрес: Theodor-Körner-Platz 13,  
09130 Chemnitz**

**Тел.: 0371-2400596 (Елена Шемякова -  
по организационным вопросам)  
0176-54128121 (И. Константинова -  
по вопросам газеты)**

**E-Mail: i-z.globus@web.de  
iryna-konst@mail.ru**

**Website: www.globus-chemnitz.de**

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