



Глобус информ

ОТ РЕДАКТОРА



*«Пожалуйста, остановись!
Прислушайся к душе своей...
Вдохни весну и улыбнись...
Стань чуть нежнее и добрей...»*

Ирена Буланова (сайт <https://stih.ru>)

Дорогие мои, с наступившей весной всех нас! Пусть она принесёт с собой тепло и надежду. И какие бы проблемы не тяготили душу, пусть они отступят, и весенний ветерок унесёт их прочь. Давайте просто порадуемся солнышку и первым цветочкам. Ведь весенняя пора – это всегда позитив и радость. Каждый день удивителен, каждое утро прекрасно! И если мы перестанем удивляться этому чуду жизни, будем относиться к нему равнодушно, считая привычным, перестанем восхищаться утром, днём, сезоном, то значит душа наша начинает умирать, не видя красоту, не испытывая живых чувств! Разве можно быть мрачным, когда так звонко поют птицы, распускаются почки? Один взгляд на цветущие крокусы и подснежники способен улучшить даже самое плохое настроение.



Весна восхитительна! Она дарит нам самые яркие краски и вдохновляет на стихи и песни. И конечно первый весенний месяц ассоциируется для нас с женским праздником 8 марта, когда все мужчины стараются одарить нас, женщин, вниманием, цветами, словами восхищения и любви. Где-то вычитала, что женщина – самая большая загадка в жизни мужчины. «Капризная, взбалмошная, хрупкая, беспощадная, ранимая, целеустремлённая, нелогичная и от того ещё более интересная. Дарующая жизнь и разбивающая сердца. А ещё нежная и любящая. Шарада и головоломка, тайна за семью печатями». Вот такими они нас видят. Так давайте же оставаться загадками для наших мужчин. Пусть отгадывают!

Желаю всем солнечной тёплой весны и хорошего настроения. А главное – здоровья. И не забывайте, что солнышко на небе – это конечно хорошо, но солнце в душе – важнее. Берегите своё солнце. Дарите друг другу тепло, внимание и заботу.

Ирина Константинова



**Милые женщины!
Сердечно
поздравляем
всех вас
с праздником**

8

Марта!

*Коллектив Интеграционного
центра «Глобус»*

**Почти романс
о женщинах и о весне**

*И вновь оживает природа,
И крокусов Wiese полна,
Чудесная ждёт нас погода,
А всё потому, что весна!*

*Весна – это море эмоций
С надеждой на радость, любовь,
И счастьем насыщенных порций
Опять будоражит нам кровь.*

*И чувства рождаются в сердце,
Словами их не объяснить,
Нам хочется в праздник весенний
Любимым цветы подарить.*

*Сказать, как мы нежно вас любим
За всё, даже до мелочей...
И всю нашу нежность и ласку
В бокалы плесни поскорей!*

Игорь Шемяков



Ihr lieben Frauen in der ganzen Welt

Ich glaube, wenn ihr die Regierenden wärt,
wäre die Welt mehr liebenswert,
weil ihr mit Leidenschaft und Kraft
einen Großteil der Erfolge schafft,
weil ihr die richtigen Ziele spürt
und keine unnötigen Kriege führt,
das ist den maßgebenden Männern ziemlich
fremd,
weil bei den kriegsführenden Herrschern
der Verstand im Kopfe klemmt.

Клаус Гёрнер

С 8 Марта поздравляю!

*Пусть все сбудутся мечты!
Каждый день пусть радость дарит,
Чтоб в душе цвели цветы!
Пусть весна согреет сердце
Ласковым своим теплом,
Принесёт 8 Марта
Счастье и удачу в дом!*

Иосиф Гуревич

С 8 Марта, милые женщины!

*С праздником весны, красоты и нежности!
Пусть каждый день напоминает вам о том,
что вы красивы и любимы. Ведь не зря
именно этот праздник знаменует собой
весну! Пусть в вашей жизни будет меньше
забот и больше радостных моментов!
Спасибо вам за свет душевности, доброты и
тепла, который вы вносите в наши сердца и
души! Пусть каждое мгновение весны
принесёт вам много радости, тепла, счастья
и всего того, о чём вы мечтаете. Пусть
мужчины всегда, а не только 8 марта,
готовы будут носить вас на руках,
исполнять любые капризы и любить,
любить, любить!*

Лев Гадас

ВСТРЕЧИ В КЛУБЕ «ДИАЛОГ»

«Во всём мне хочется дойти до самой сути...»

Наша февральская встреча в клубе «Диалог» была посвящена Борису Пастернаку – одному из величайших поэтов XX века. Февральским вечером, как раз в день его рождения, мы собрались в «Глобусе», чтобы постараться как можно бережнее прикоснуться к страницам жизни и творчества поэта. Мне кажется, что это получилось. Марина Райнчик с воодушевлением рассказала о семье Бориса Пастернака, о его юношеской мечте сочинять музыку, об увлечении философией и о том, как поэзия стала главным смыслом его жизни. О судьбе романа «Доктор Живаго», за который в 1958г. Пастернаку была присуждена Нобелевская премия. Это было мировое признание, но на родине поэт оказался изгоем и вынужден был отказаться от этой премии. Поэзия Бориса Пастернака наполнена философскими смыслами и глубокими размышлениями: «Стихи – это та сила, которая может изменить мир и пробудить души людей». Особенно прекрасна любовная лирика поэта. Для него влюбленность – это та энергия, которая выливается в магию творчества. На вечере я рассказала о трёх главных музах в жизни Бориса Пастернака, любовь к которым вдохновляла его на неповторимые строки! Подобрала красивые видеоклипы с песнями на стихи поэта. А как восхитительно читает Пастернака Зиновий Гердт! Просто и очень душевно. В его исполнении эти строки звучат как настоящее откровение и проникают прямо в сердце.

У Бориса Пастернака было очень интересное выразительное лицо, и не удивительно, что многие художники рисовали его портреты. Галина Шаат-Шнайдер познакомила нас с некоторыми из них.

Ещё Марина Цветаева говорила: «Пастернак – это тайность, иносказание, шифр». И мы постарались хоть чуть-чуть приоткрыть завесу этой тайны, чтобы образ поэта стал ближе и понятнее. И если после нашего вечера кому-то захотелось перечитать его стихи или роман – это прекрасно.

Следующая наша встреча в марте. Будем читать стихи о весне, о женщинах, о любви. Приходите, мы всем рады!

Ирина Константинова



СКАЖИТЕ, ДОКТОР

Ведущий рубрики - доктор Шаевич

Праздник 8 Марта в отдельно взятом женском коллективе (Сценарий)



Голос за кадром:

Не считите за большую фантазию, но представьте, что было бы, если бы органы женского организма решили устроить свой праздничный день в собственном кругу.

Ферменты и гормоны взяли на себя организацию торжества, жировая ткань сговорила с желудком и притащила торт «Киевский», мозг не пригласили, но он сам напросился и пришёл, печень недовольно косится на всех, подозревая, что в чай подмешали алкоголь. Сердце с лёгкими не явились по уважительной причине: они на дежурстве. Предстательную железу не пустили – не её праздник.

Матка (председательствующая):

– Дорогие мои дальние и близкие, поздравляю нас с очередным поводом встретиться и пообщаться. А главное – мы работаем, мы в деле!

Яичники (с грустью и лёгким кокетством):

– Да, пока работаем... Хоть и на износ. И за всё в ответе: настроение скачет – мы виноваты, кое-кому захотелось большой и чистой любви – мы пашем на полную катушку, и предохраняемся тоже мы. Ужас! Хорошо хоть во время беременности дают немного отдохнуть.

Надпочечники (на секунду отвлеклись от работы, вытирая руки от преднизолона):

– Ну, мы тоже не бездельничаем, поддерживаем, так сказать, баланс на своих хрупких плечах. И за это – никто нас не видит, никто не проверяет...

Грудь (с самоуважением):

– А меня проверяют постоянно! Особенно, если что-то не в порядке. Иногда только делают вид, что проверяют, а на самом деле просто хватают постоянно, мнут, дёргают за все места, иногда, правда, нежно гладят. И так каждый день.

Влагалище (тихо и обречённо):

– Повезло.

Грудь (продолжает):

– И вечно мною недовольны: то я маленькая, то большая, то лифчик не подберёшь по размеру.

Головной мозг (вздыхая):

– А я вообще тут кому-то нужен? Меня вообще здесь кто-то уважает?

Влагалище (насмешливо):

– Не суется ты под клиентом, все тебя тут уважают, все тебя тут слышат. Правда слушаем мы тебя не всегда, это факт, особенно я. Зато потом и страдать мне. А что – мне тоже хочется уважения! Я тут вкальваю порой за троих как многостаночник (с укором глядя на некоторые другие органы), а они

потом удивляются, «почему это мы опять должны идти к гинекологу на мазки».

Маточные трубы (скромно):

– Я работаю нечасто, редко, можно сказать, но от меня многое зависит: захочу пропущу сперматозоид, и тогда работы непечатый край для всех без исключения на девять месяцев, а захочу – не пропущу, и тогда мозгам разбираться, почему, да кто виноват.

Да, кстати, можете сегодня выпить по-взрослому, у меня сегодня выходной, я не работаю.

Почки (перебивая друг друга):

– Девочки, пожалуйста, пейте побольше, хотя бы сегодня, в честь праздника. Нет, мы не про водку. И, если можно, поменьше солёного и сладкого. Торт? Ладно, можно, но только по кусочку, не больше, а то мы потом глюкозу всю не выведем, а поджелудочная опять устроит нам всем инсулиновый демарш. (Щитовидка при этом нервно вздрагивает).

Спасибо за внимание. Извините за беспокойство.

Кишечник (недовольно бурчит):

– А меня вообще все стесняются и никто не любит. И не заботится обо мне никто. Конечно, пока рвота или понос не случатся. Но как только у меня классика жанра – болевой спазм – такое начинается! Трубки сверху, шланги снизу, промывают-опорожняют. Я ещё молчу про диеты и пробиотики, которых я терпеть ненавижу. Я ведь и сам справляюсь, вывожу, что не нужно.

Печень:

– Да, уж. Диеты – это хорошо, я бы не отказалась. Так нет (укоризненно смотрит в сторону рта и влагалища), тут некоторые считают, что я неубиваемая! Так, признавайтесь честно, кто из вас на новогоднем корпоративе пытался понравиться начальнику транспортного цеха, запивая водку пивом с ним за компанию?

(Все отводят виновато глаза в сторону, особенно влагалище).

Матка (примириительно-торжественно):

– Ладно, дорогие мои, не будем ссориться. Праздник всё-таки. Давайте лучше за нас! За то, что мы такие все разные, такие все трудолюбивые и такие все важные.

Жировая ткань, рот и желудок хором:

– Хотим торт «Киевский»!

(Все смеются и обнимаются, и только кишечник недовольно бурчит, глядя на стоящие на столе рядом с тортом колбасу и селёдку).

8 Марта – кроме цветов и утюга в подарок – ещё возможность подумать, что профилактика – основа медицины и было бы неплохо хотя бы иногда заботиться обо всём организме и ходить на ежегодный осмотр.

Да, и слушайте почаще свои мозги, они плохого не посоветуют.

С праздником, дорогие женщины!

Ваш доктор Шаевич

ТВОРЧЕСТВО НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ

Сегодня, дорогие читатели, мы представляем вашему вниманию небольшой рассказ нового автора – **Марины Раинчик**. Все, кто приходит к нам в клуб «Диалог», уже хорошо знакомы с Мариной. Она – постоянная соведущая проводимых нами литературных встреч и всегда очень увлекательно, эмоционально, с душой рассказывает о жизни и творчестве писателей и поэтов. Слушать её – одно удовольствие! А зрители всегда дарят ей дружные аплодисменты! Как говорит сама Марина: «Что может быть лучше живого общения, обмена мнениями, умения выслушать другого и поделиться сокровенным?»



Этот её рассказ как раз очень подходит для мартовского номера газеты. Он о нас, женщинах. И написан с доброй улыбкой и знанием темы. В этой небольшой зарисовке многие, наверно, узнают себя.

Из жизни женщины

В подъезд вошла достаточно миловидная женщина средних лет. Как известно, средний возраст женщины наступает примерно в сорок пять и длится до тех пор, пока ей удаётся скрыть свой истинный возраст... Так вот, женщина средних лет открыла небольшим ключиком свой почтовый ящик. Там лежал очередной увесистый кирпич модного каталога. Вы знаете, стоит только раз по неосторожности заказать через каталог какую-нибудь пустяковину: шарфик там, блузочку, жилетик, платице – как каталоги этой фирмы будут появляться в твоём почтовом ящике с неумолимой регулярностью, дразня и маня элегантными образами иронично улыбающихся манекенщиц.

«Ну, нет уж», – решительно подумала женщина, потому что знала, что за последнее энное количество лет она заказала и получила немало блузочек, кофточек, футболочек и платиц, купальничков и нижнего белья...

В шкафах, шкафчиках, комодах и коробках всё было уже так тщательно уложено, втиснуто, утрамбовано, что женщина наконец-то убедила себя, что у неё всё есть!

Муж тоже безоговорочно с этим её открытием согласился.

Поверьте и вы, что первым и искренним желанием женщины было немедленно отнести каталог в мусорный контейнер. Но отправители каталогов, эти знатоки человеческих душ, не зря обтягивают свои журналы прочной полиэтиленовой плёнкой, которую не вскрыешь без ножа или ножниц!

А плёнку надлежало выбросить уже в другой мусорный бак...

В общем каталог вместе с его получательницей вскоре очутился в её квартире и был подвергнут

решительной полосной операции. Как всегда, кроме основного журнала, под плёнкой притаились заманчивые буклеты с фотографиями бесплатных подарков, обещаниями рассрочки платежа, бланками, куда оставалось внести только номер заказа и адрес получателя...

«Нет, нет и нет», – ещё решительнее подумала женщина и бросила все буклеты в корзину для бумаг.

Она так же решительно сжала руками тяжёлый каталог и вдруг, совершенно нечаянно, вспомнила, что в одном из номеров приглянулся ей как-то очень удачно связанный пуловер. Цвет, фасон, линия плеча, не в обтяжку и шею слегка прикроет... В общем масса неоспоримых достоинств были налицо, ну и женская интуиция подсказывала: ТВОЁ!

«А, всё равно, поваляюсь немного и полистаю, чтоб не думать ни о чём плохом», – уговорила себя женщина. Листать пришлось очень долго. Тонкие гляцевые листы не заканчивались, а пуловер так и не появлялся. Зато порой было так трудно отвести глаза от новых модных умопомрачительных комбинаций... И манекенщицы поглядывали так раздражающе надменно...

Когда пуловер был, наконец, найден, оказалось, что он как-то померк в глазах нашей героини.

Другие заманчивые варианты уже успели угнездиться в её хорошенькой головке и почти вывели её из равновесия. Но вы не знаете женщин средних лет! Они умеют управлять своими эмоциями.

Женщина решительно тряхнула головой, насмешливо улыбнулась надменной модели на обложке, и каталог плюхнулся в корзину для бумаг, которая тут же была отправлена с глаз долой, за входную дверь.

Муж, вернувшись с работы, раздражён посмотрел на корзину и хотел было мягко выговорить своей половинке, что у неё гораздо больше свободного времени, чтобы вынести мусор, но, увидев хищную гляцевую улыбку манекенщицы, сгрёб корзину и пошагал по лестнице вниз, к мусорным бакам.

В эту ночь женщина спала так себе...

То ли во сне, то ли наяву она представляла себя в одеяниях из каталога, примеряя к ним то свою сумочку, то туфельки, то шляпку.

Утром, при свете дня, она ясно поняла, что нарядов у неё предостаточно... Но вот пуловер... Ещё разок как следует взглянуть на него не помешало бы!

Когда муж ушёл на работу, женщина надела резиновые перчатки и отправилась во двор.

В контейнере с синей крышкой, третьем по счёту, знакомое лицо с обложки улыбнулось ей так приветливо, что женщина с облегчением вздохнула. Нет-нет, не подумайте, она вовсе не забрала каталог из мусорного бака. Будучи женщиной средних лет, она была уже достаточно мудрой и научилась жалеть своего мужа и заработанные им средства. Женщина просто перелистала журнал и... вырвала нужную страницу. Дома она поместила страницу в книгу, которую читала. В качестве закладки. И каждый день поглядывала на

пуловер всё равнодушнее и равнодушнее...

Через месяц в их почтовом ящике снова лежал модный каталог той самой фирмы.

Женщина почувствовала, как что-то дрогнуло в её груди, когда она взяла журнал в руки. Ей даже показалось, что новая модель с обложки лихо ей подмигнула.

20 процентов скидки! На всё!

Не будем комментировать чувства, которые охватили нашу героиню, тем более, что ни один мускул не дрогнул на её лице, пока она бережно несла каталог к себе домой. Однако волнение охватило её, когда на нужной странице она не обнаружила своего пуловера. Судорожно листала она страницы туда и обратно, но безрезультатно!

«Какая же я дура! Всё надо делать вовремя!»

Ужин в этот день не удался.

Мужа она слушала вполуха. «Пойди приляг, ты, кажется, нездорова»... Женщина покорно кивнула головой, легла в кровать и обречённо уставилась в потолок.

Утром, чистя зубы, она вдруг широко раскрыла глаза и, разбрызгивая пену от зубной пасты, косноязычно вскрикнула: «Тошно дура!»

Наскоро выполоскав рот, она уже мчалась к компьютеру, нетерпеливыми пальчиками забывая в строку поиска название нужного каталога.

Предусмотрительно вырванная страница хранила номер полубившегося пуловера... Искать пришлось недолго! 20-процентная скидка действовала! Больше раздумывать женщина не собиралась...

Не прошло и недели, как пуловер примерялся с различными брючками и туфельками. Воображалось, куда можно отправиться в этом образе и этом. Женщина была, конечно, рада. Хотя пуловер оказался слегка мешковат. И, наверное, лучше бы он был подлиннее...

К тому же вискоза, похоже, сильно мнётся...

Всё это женщина не могла скрыть от мужа, который уже успел расплатиться за покупку. Он жевал свой ужин, и на окаменевшем лице его всё более проступало выражение безнадёжности.

Именно мужу предстоит завершить нашу историю.

В очередной раз открыв почтовый ящик, он увидел там... вы догадались правильно, новый увесистый каталог модной одежды. Воровато оглянувшись, мужчина ногтями, а потом связкой ключей разодрал на нём плёнку, поцарапав хорошенькое личико манекенщицы, а затем донёс свою ношу до мусорных контейнеров и постарался поглубже и понадёжнее её упрятать.

Да, мы забыли сказать, мужчина был тоже человеком средних лет, то есть он тоже немало знал о жизни.

И о женщинах, в том числе...

СТРАНИЧКА ДЛЯ ДУШИ

Ведущая рубрики – Ирина Константинова

«В моей душе покоя нет...»



Алисе Фрейндлих 8 декабря 2024 года исполнилось 90 лет. Поверить в это совершенно невозможно! Алиса Бруновна бесспорно выдающаяся актриса! Она может сыграть буквально всё: трагедию и фарс, драму и комедию. Но помимо ярчайшего, уникального таланта, Фрейндлих – ещё и настоящая петербургская интеллигентность, доброе отзывчивое сердце, открытая детская душа и глубокая мудрость. Вот лишь несколько её высказываний:

- Я не испытываю удовольствия, видя, что люди вместе с прочими свободами обрели свободу от совести. Совесть – это лампочка с сиреной, которая начинает выть внутри нас, если мы преступаем черту.
- Я убеждена, что ангел-хранитель – это суммированная энергия любви людей, которые нас любили.
- Люди уверены: они будут счастливы только тогда, когда возьмут от жизни как можно больше. А реальность такова, что счастливы они только в тот момент, когда могут делиться и отдавать – самого себя или то, что имеют.
- Чем дольше человек хранит в себе детство, тем дольше сохраняется данное ему от природы дарование. Детство в данном случае – это уметь забыть про ненастье вчерашнего дня и с любопытством заглядывать в будущее. Не держать ни на кого обид, звонко смеяться и с предвкушением ждать чуда от жизни.
- Единственная моя ошибка: три четверти жизни я думала, что всё ещё впереди. Это чревато потерей времени, впечатлений... Опомнишься, но будет поздно.
- Пока ты молода, то хочешь получать и учиться. Когда ты зрелая и уже многому научилась, тебе хочется этим делиться, отдавать энергию. А потом, когда ты уже старенькая, нужен рядом такой же «горшочник», чтобы вместе выращивать герань.
- Любовь – единственная сила на земле, которая умножается, когда мы ею делимся. Не надо скупиться на любовь, причём не только в отношении своих близких – доброе слово остаётся в сердце, даёт человеку веру в себя, в собственные силы – говорите людям добрые слова.
- У нас нынче в моде цинизм и саркастические замечания, но они ещё никого не сделали умнее или счастливее, потому что любовь – прерогатива сильных, и я верю в то, что, когда Вы действуете из любви, Вам помогают высшие силы – всё удаётся, а беды обходят стороной.
- Какое счастье, что в бесконечной и непрерывной войне Добра и Зла до сих пор случаются моменты, когда в человеческих душах победно поют ангелы и звучит суровая Пятая симфония Бетховена в исполнении сводного симфонического оркестра из лучших музыкантов мира! В моей жизни такие чудеса тоже происходили.
- Жизнь только кажется бесконечно длинной и полной возможностей. На самом деле, она пролетает очень быстро. И лучший день для счастья – сегодня...

Источник: <https://mixnews.lv/mneniya/2021/11/01/alisa-freyndlich-sovest-eto-lampochka-s-sirenoy-kotoraya-voet-vnutri-esli-my-prestupuem-chertu/>

Марина Раинчик

ИЗБА-ЧИТАЛЬНЯ ЗМЕЯ ГОРЫНЫЧА

*«Читает женщина любовные романы.
Что скрыто в них? Какой магнит?
Читает женщина любовные романы,
И по щеке её слеза бежит.
Мужчины скажут: «Разве это книги?
Так, просто суррогат, ни дать ни взять»,
Но женщине сужденья эти чужды,
Мужчинам это не дано понять...»*

Давид Хасин

Добрый день, мои дорогие читатели!

Предвкушая один из самых замечательных праздников, которые дарит нам весна – Международный женский день 8 Марта, задумался я на тему «Любовные романы: за и против». Посовещавшись тремя головами, я решил, что лучшие книги в этом жанре приносят большую пользу, пробуждая положительные эмоции, наталкивая на интересные мысли и заставляя задуматься, принять решение, улучшить свою жизнь. И нырнул я в свои книжные сокровища, чтобы найти для вас самое лучшее и самое вкусное.

Конечно же начинать следует с королевы любовного романа – **Екатерины Вильмонт**. Любовь сквозь смех и слёзы – вот как можно было бы охарактеризовать её произведения. Они уже давно и прочно вошли в сердца почитателей жанра иронического романа. Я собрал почти все её книги, осталось ещё одну найти. Романы Екатерины Вильмонт – это юмор, жизнерадостность и остроумные названия, такие например как «**Три полуграции, или Немного любви в конце тысячелетия**», «**Плевать на всё с гигантской секвойи**», «**Нашла себе блондина!**», «**Проверим на вшивость господина адвоката**». Это ироничная, лёгкая, живая проза, которая читается на одном дыхании и дарит хорошее настроение и веру в себя. Берите любую книгу Вильмонт, ну например «**Путешествие оптимистки, или Все бабы дуры**». Там есть всё. Любовь, свидания, встречи, расставания, путешествия, кошки... А как там вкусно празднуют и азартно наряжаются! Оптимизм, которым искрятся все книги Вильмонт, заразителен, и может быть с успехом применён против депрессии, болезней и негатива. «**Пользуйтесь!**» – как говорила Тося Кислицына из фильма «Девчата».

Повышаем градус оптимизма с **Софи де Вильнуази** и

её книгой «**Как я решила умереть от счастья**». Жила-была Сильви Шибер, которая себя называет «*швабра с копной сухих чёрных волос. Я ухитрилась родиться плоской сутулой брюнеткой в наш век, когда мужчины любят пышных блондинок*». Но не спешите бросать в меня книгу со словами «**Фи! Тошниловка! Скуотища!**» Это полная юмора история нестандартных ходов и решений в пользу счастливой жизни. Вы будете хохотать, возмущаться и спорить с главной героиней. На мой взгляд, это мини-спектакль, в котором вы тоже примете участие.

А если немножечко посерьёзнее, то, может быть, вы когда-нибудь задумывались о том, какую роль в жизни и в книгах играет чувство вины? Как оно может сломать жизнь не только конкретному человеку, но и всей его семье? Читал

книгу **Анны Бабиной** «**Презумпция вины**» с чувством щемящей грусти. И вопрос «что же делать с чувством вины?» вы решите для себя после прочтения этой короткой семейной саги. Как точно написано на обложке: «*Свет всегда приходит после тьмы. Но иногда слишком поздно*». И всё-таки свет приходит!

Одна из лучших книг в этом жанре – **Валери Перрен** «**Поменяй воду цветам**». Эта книга очень популярна и переведена более чем на 30 языков. Главная тема романа – торжество жизни над смертью. Автор говорит

о чувствах, понятных каждому. В одной из аннотаций к этой книге я прочитал: «*Валери Перрен исцеляет душу читателя, проращая в ней сад прекрасных цветов, освещённых солнечными лучами надежды...*» Как красиво сказано! Чтобы заинтриговать вас, вот несколько коротких кусочков для точной характеристики книги: «*Меня зовут Виолетта Туссен. Я была дежурной по железнодорожному поезду, а теперь работаю смотрительницей кладбища. ... Я пробую жизнь на вкус, пью её мелкими глоточками, как жасминовый чай с мёдом. ... Моё настоящее – подарок небес. Так я говорю себе каждое утро, открыв глаза*».

Дорогие дамы, поздравляю вас с праздником! Пусть свет и радость всегда будут с вами, а любовь окружающих заряжает вас здоровьем и счастьем!

И читайте книги, ведь как справедливо говорит пословица: «**Книга не пряник, а к себе манит**».

А «наводками» на эти интересные «не-пряники» я вас обеспечу!

До следующей встречи!

Ваш Горыныч-Книгочей



ДАВАЙТЕ УЛЫБАТЬСЯ ВМЕСТЕ

Ведущая рубрики –
Галина Шаат-Шнайдер

Смехотерапия для поднятия иммунитета Анекдоты к 8 марта



Скоро 8 Марта, а я до сих пор не придумала, что хочет подарить мне муж. Рискую остаться без подарка!

Говорят, что путь к сердцу мужчины лежит через желудок. Я уже близко! Я у него в печёнках сижу...

Размышляла: заняться спортом или поесть? Решила купить кружевное бельё. Такова женская логика.

*– Ты что подарил своей жене на 8 Марта?
– То, что весь день был трезвым. Большие так делать не буду. Жена испугалась, решила, что я заболел.*

Мужчины больше всего боятся двух вещей: посещения больниц и ЗАГС.

Восьмого марта все женщины особо нарядны и красивы. А если кто не пьёт в этот праздник, тот сам и виноват. Пусть смотрит на обычных.

*– А когда ещё не было праздника 8 марта, например в Средневековье, как чествовали женщин?
– Раскладывали для них большие костры.*

В этот день хочется поздравить всех женщин, но жена против.

Жена на меня обиделась. Спросила кокетливо – что я ей на 8-е марта подарю. А я возьми да ляпни – крем от морщин.

8 марта каждый мужчина может честно признаться:

– Сегодня не мой день!

Жена жалуется мужу:

– Почему всегда всё не так, как я хочу?

– А чего ты хочешь?

– Ну, я не знаю...

– Он мне пишет: «Наташа, что тебе подарить на 8 марта? Машину или квартиру?»

– А ты?

– А я – Света...

Из открытых источников Интернета

НЕНАВЯЗЧИВАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Ведущая рубрики – Людмила Берибес
А я не боюсь, не боюсь ничего....



Думаю, вы со мной согласитесь в том, что в жизни мы не всегда задумываемся о нашем поведении. Но как оказалось, от него зависит многое: характер, вкусовые предпочтения, манера поведения, стиль общения, юмор и многое другое. Всё это так или иначе составляет одно целое – нашу личность.

Сегодня в этом выпуске мне хотелось бы поговорить о том, как мы определяем нашу жизнь. Как мы любимы, счастливы ли мы, всё ли у нас хорошо или есть проблемы? На самом деле, отсутствие проблем не делает человека счастливым, если он не умеет таковым быть.

Одно слово «проблема» уже сгущает тучи над нами, и мы принимаемся с наугад её решать.

Я всегда говорю вместо слова «проблема» – «задача». И ведь правда, эта формулировка намного более жизнеутверждающая, она пробуждает интерес и азарт: а как же я смогу решить задачу, которую поставила мне жизнь? Каждая трудность мотивирует нас к движению, к переходу на новый уровень развития личности. Например, пережив денежные трудности, многие отпускают страх и перестают придавать деньгам такое большое значение.

Жизнь даёт задачи, постарайтесь поверить, что они именно вам для чего-то необходимы.

И будьте ей благодарны за всё! Благодарность – самый лёгкий способ почувствовать себя счастливым. Когда нам хорошо от того, что у нас есть, мы наполняемся силами и радостью. Когда уходит благодарность, нам становится очень плохо. И какое там «стремиться к лучшему» – ничего не хочется!

Я просыпаюсь утром и говорю: «Спасибо тебе, Господи, за крышу над головой, за тёплый дом, в котором я живу». Я благодарю вообще за всё, что у меня есть. И мне становится легко на душе. Не нужно ждать идеального положения дел. Если я проснусь и подумаю: «Как же достало всё», – я весь день буду в плохом настроении. О такой «зарядке для души», о благодарности я писала не раз, и это на самом деле ключ, открывающий двери. Не стоит возлагать ответственность на себя за весь мир, за его реакцию на мои действия. Я доверяю и благодарю за то, что есть.

Да, иногда нам кажется, что надо было сделать совершенно по-другому. Но давайте вернёмся к тому, что вы думаете об этом, имея бóльший опыт за плечами. В той ситуации вы не знали того, что знаете сейчас. Вы не могли сделать другой выбор, так как в прошлом были немного другим человеком. И на тот момент ваш выбор – это было наилучшее решение проблемы. Лучшее действие из возможных. А выбери вы нечто другое, как обернулась бы жизнь? Никто не знает. Значит вам нужен был этот опыт.

В моей жизни было много неверных (как я раньше считала) выборов. Но посмотрев с другой стороны, результаты разрешения этих ситуаций помогли мне. И это очень ценно.

А сейчас я просто «забила» на такие процедуры как маникюр, брови, ресницы и т.д. Поняла, что мне подходит только пять цветов в одежде, с фасоном тоже определилась. Выбор одежды в магазинах занимает 5 минут. Давно отказалась от сезонного декора. На Новый год не наряжаю ничего. На праздники не стою у плиты... Как можно так жить? – спросите вы. Очень счастливо! Честно. Желаю и вам стараться быть счастливыми каждый день. И у вас обязательно получится!

Ваш НЕ психолог Людмила Берибес

ИНТЕГРАЦИОННЫЙ ЦЕНТР «ГЛОБУС»

ПРИГЛАШАЕТ

по средам с 13:00

**на курсы немецкого языка
для старшего поколения.**

Занятия проводит **Клаус Гёрнер**



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 получить газету
на свой электронный адрес, то
присылайте ваши данные на **E-Mail:**
iry-na-konst@mail.ru



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
КЛУБ «ДИАЛОГ»
ПРИГЛАШАЮТ

*на встречи любителей
литературы*



10 марта 2025 в 16:00

«Когда весна стучит в окно...»
(Любимые стихи и песни о весне, о любви)

Встреча будет проходить в форме
свободного диалога. Не только ведущий, но и
вы тоже сможете почитать стихи любимых
поэтов, послушать хорошие песни.
Приглашаем всех, кто любит литературу.

14 апреля 2025 в 16:00

**«Живопись – это поэзия,
которую видят»**
(Поговорим о любимых художниках)

Приходите по адресу:
Theodor-Körner-Platz 13, 09130 Chemnitz
С собой иметь хорошее настроение
и что-то вкусное к чаю.



**Наша фирма предоставляет помощь
по уходу за пожилыми людьми.**

Наш дневной стационар (Tagespflege)
совмещает широкий спектр занятий
для поддержки умственной и физической
активности наших клиентов, способствуя
сохранению их самостоятельности, помогая
им обрести большую независимость.
Ощутите по-новому вкус жизни!

Звоните нам:
0371 66 65 97 00

Предоставляемые услуги оплачиваются
медицинскими страховыми кассами и
социальными учреждениями региона Хемниц.

Pflegemeister GmbH
Clausstraße 76-80 09126 Chemnitz
www.pflegemeister-chemnitz.de
E-Mail: info@pflegemeister-chemnitz.de

Издатель:
ИНТЕГРАЦИОННЫЙ
ЦЕНТР «ГЛОБУС»



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

Тел.: 0176-45198304 (Елена Шемякова -
по организационным вопросам)
0176-54128121 (И. Константинова -
по вопросам газеты)

E-Mail: i-z.globus@web.de
iry-na-konst@mail.ru

Website: www.globus-chemnitz.de

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