

Глобус информ

Чтобы помнили

Ежегодно 27 января отмечается Международный день памяти жертв **Холокоста**. Именно в этот день в 1945 году советские воины освободили концентрационный лагерь Аушвиц (Освенцим) – крупнейший из нацистских лагерей смерти, где евреев сжигали в печах, уничтожали в газовых камерах. Он стал одним из главных символов **Холокоста**. Всего действовало более 14 тысяч концлагерей, самые крупные из которых – это Бухенвальд, Майданек, Дахау. Трагедия **Холокоста** – страшная трагедия XX века.

Утром 27 января в Парке памяти жертв фашизма в Хемнице, как и во многих других городах Германии, люди собрались, чтобы почтить память жертв национал-социализма – этой чёрной страницы в истории Германии. Очень жаль, что нас, потомков тех жертв, пришло не много. Присутствующие под торжественную и скорбную музыку, исполняемую духовым квартетом, возложили цветы и венки к Мемориалу. В своих речах на траурной церемонии мэр города Свен Шульце (Sven Schulze) и вице-президент Международного комитета Освенцима Кристоф Хойбнер (Christoph Heubner) напомнили всем об ужасах **Холокоста** и предостерегли от нового всплеска антисемитизма.



Фото И. Константиновой (27.01.2024г.)

В рамках дня памяти в 14:00 у Roten Turm прошла демонстрация против политики AfD и правых партий. Лозунгами митинга были: «Все вместе против фашизма! Нет планам AfD по депортации!». Подобные демонстрации вот уже несколько недель проходят по всей Германии.

Международный день памяти жертв **Холокоста** является не только данью памяти погибшим, но и напоминанием следующим поколениям о важности каждой жизни, о проявлении терпимости друг к другу, чтобы подобный геноцид никогда не повторился.

И особенно кощунственно звучат сегодня, после событий 7 октября 2023 года, попытки международного сообщества обвинить Израиль в геноциде палестинцев. Если и есть сторона, виновная в «намерениях геноцида и преступных действиях в этой войне» – то это ХАМАС.

ОТ РЕДАКТОРА

*«Ах, как хочется просто жить,
Улыбаться, проснувшись утром...
Не болеть, со всеми дружить,
Добрым быть и немного мудрым...»*

Булат Окуджава



Начало года всегда вызывает в нас некое предвкушение, ожидание: что же на этот раз принесут нам грядущие двенадцать месяцев? И хоть говорят, что этот год високосный, а значит проблем и трудностей не избежать, хочется верить, что он будет хорошим для всех нас.

И для «Глобуса», конечно, тоже.

Мы с энтузиазмом продолжаем славные глобусовские традиции и разрабатываем новые проекты, вдохновляемся интересными идеями и замыслами.

Лишь бы хватило фантазии и запала!

Стремительно пролетел январь. Отгремели праздники, настали обыкновенные будни со своими повседневными делами и заботами. И «Глобус», как обычно, активно окунулся в круговорот этих дел и событий.

В этом номере вы можете прочитать о некоторых наших мероприятиях, прошедших в первом месяце года. Это и крещенское купание, и очередная встреча любителей поэзии в уютной поэтической гостиной «Глобуса». На страницах нашей газеты вас, как всегда, ждут интересные материалы в постоянных рубриках. Авторы обязательно порадуют вас своими новыми статьями, размышлениями, рассказами и стихами.

Я от души благодарю всех, кто сотрудничает с газетой, за поддержку, активность и творческое вдохновение.

Следующий номер выйдет к 1 марта, и я приглашаю мужчин присылать в редакцию поздравления и пожелания своим любимым женщинам с праздником 8 марта. Давайте порадуем их добрыми словами и искренними признаниями. Время летит так быстро, что не успеем оглянуться, как уже весна улыбнётся нам солнечными лучами и первыми распустившимися цветочками. Хотя пока, глядя на непредсказуемые сюрпризы зимней погоды, в это верится с трудом. Но законы природы неумолимы – и за зимой обязательно придёт весна!

Никакие холода не страшны, если мы сами будем излучать больше тепла, больше позитива и добрых улыбок. Давайте научимся анализировать свои поступки и направим эмоции на созидание, а не на разрушение. Перестанем злиться, ненавидеть. Будем больше радоваться, чаще проводить время с теми, кого любим и заниматься тем, что нравится. Я желаю всем нам меньше огорчений и неудач, давайте никогда не сдаваться, не отчаиваться, будем верить в лучшее. А самое главное: будьте здоровы сами и пусть будут здоровы ваши близкие.

Ирина Константинова

Крещенское купание

Крещенское купание — это одна из немногих народных традиций, которую политикам пока не удалось приватизировать. Уже много лет 19 января «Глобус» организует такие купания в Naturbad Niederwiesa.

И этот год не был исключением.

Несмотря на сопротивление природы, которая сковала десятисантиметровым слоем льда водную поверхность, на озеро приехало много энтузиастов.



Особое настроение создали семьи с детьми, которые являются традиционными участниками этого зимнего праздника.

Никого не испугали ни ледяная вода, ни морозный воздух. Согревающий костёр, сауна и дружеский настрой создали доброжелательную тёплую атмосферу праздника.



Хочется верить, что эта традиция и дальше будет объединять, а не разъединять.

Игорь Шемяков

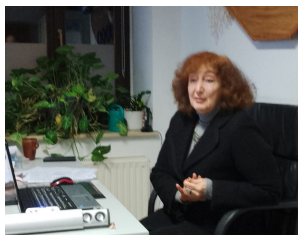
«Своя история, своя живая тайна, Свои счастливые и скорбные года...»

Это строчки из стихотворения Зинаиды Гippiус. О ней и о Сергее Есенине был наш разговор на январских поэтических посиделках у камина в «Глобусе». Рассказом о незаурядной судьбе этих поэтов мы продолжили любимую тему Серебряного века.



Мы смогли чуть по-другому взглянуть на творчество и личность Сергея Есенина, его самобытную поэзию, его непростую жизнь. Посмотреть видео и послушать романсы на прекрасные есенинские стихи. А потом ещё и с интересом поговорить о загадочном самоубийстве поэта, так похожем на убийство. Слишком много нестыковок. Об этом в своё время много писали, но к единому мнению так и не пришли.

Настоящим открытием для всех нас стала Зинаида Гippiус, которую нарекли «декадентской мадонной». Называли «ведьмой» и «сатанессой», воспевали талант поэтессы, боялись её острого языка. Она любила эпатировать всех своими откровенными нарядами, шокирующими заявлениями и неординарным поведением. «Единственность Зинаиды Гippiус» – так оценивал Александр Блок своеобразное соединение её личности и поэзии. Один из современников сказал о ней: «В небесной мастерской Господь Бог как будто удостоил её «ручной выделки». Талантливая поэтесса, красавица со стройным станом, русалочьими глазами и ореолом солнечных волос, дразнящая своих поклонников язвительными словами и колкими намёками – всё это Зинаида Гippiус. Вообще, она позволяла себе то, что запрещалось остальным. Любила носить мужские наряды (такой изобразил её на известнейшем портрете Лев Бакст). Шила себе полупрозрачные платья с крыльями. До неприличия ярко красилась. А в 1905 году, задолго до Коко Шанель, сделала короткую стрижку. Вокруг неё роились слухи, сплетни, легенды. Их духовный союз и странный брак с Дмитрием Мережковским как будто был



списан из романа Чернышевского «Что делать». Но этот брак пережил множество других «обычных союзов». За 52 года совместной жизни супруги не расставались ни на один день. Дом Мережковских был центром литературной, религиозно-философской жизни Петербурга, а потом и эмигрантского Парижа. Гippiус стала хозяйкой модного литературного салона, в который мечтали попасть все начинающие писатели. Именно ей в какой-то степени обязаны Блок, Мандельштам, Есенин своими дебютами. Сергей Маковский писал о Гippiус: «Она вся была – «наоборот», вызывая не как все». Думаю, что этот эпатажный образ служил ей своего рода защитной оболочкой, непроницаемым панцирем, закрывавшим глубокую и ранимую душу. Мы слушали её удивительные стихи в исполнении Аллы Демидовой. Очень современно и красиво звучали на экране песни на слова Зинаиды Гippiус.



Приглашаем всех, кто любит поэзию, на наши посиделки у камина. У нас всегда интересно и по-домашнему уютно.

Ирина Константинова

ТВОРЧЕСТВО НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ

За окном январь

За окном январь, холодный стужий день,
Блестит на солнце искорками снег,
А с крыши уже капает капель,
Как будто бы зимы уж больше нет.
А то вдруг ветер снова закружит
Снежинками, как в вальсе кружевном,
И вихрем сильным в окна постучит,
И солнце спрячется за облачным ковром.
А я уже скучаю по весне,
По солнцу, по листве, цветам, травинкам,
По бликам солнечным, потерянным в траве,
Сверкающим алмазами росинкам.
Но за окном зима, так хочется тепла,
Согреться хочется теплом камина,
Теплом сердец родных, друзей, детей,
Но разбросала жизнь по свету всех, и на душе кручина.
Как было хорошо, когда семья моя
Сидела за одним столом, и папа был с мамулькой.
Сейчас по праздникам детей встречаю я,
Родителей уж нет, и я давно бабулька.
И мир такой большой, и далеко друзья,
Как хочется мне всё вернуть обратно.
Но такова судьба, птенцы уж из гнезда
И жизнь свою живут благоприятно.
А за окном январь, и стужий ветер стих,
Я всех люблю, кого со мною нет.
Мне зябко, позвоню, услышу голос их,
И станет мне тепло, прольётся божий свет.



Амалии Клиник

СКАЖИТЕ, ДОКТОР

Ведущий рубрики - доктор Шавич
Истории от доктора

Как я в капиталисты ходил

Неностальгические записки



Кому из нас в начале голодно-бездоходных 90-ых не хотелось приобщиться к тем, кто сумел урвать себе что-то от распадающейся огромной страны. Хотели все, пытались некоторые, получали единицы. Я тоже хотел попытаться. И вот что из этого получилось.

Глава первая

Масло

Роды были тяжёлые: женщине под сорок, ребёнок недоношенный, к тому же лежал неправильно. А ещё давление, вес, сахар и прочие сопутствующие прелести нездоровой, но вкусной пищи. Я лежал на будущей маме сверху, акушерка под ней снизу, мы дулись больше, чем сама роженица, но справились. Малышка родилась слабенькой, без дыхания и с нитевидным сердцебиением. Пришлось подключаться педиатру – моему другу и соратнику по многочисленным вредным привычкам. Когда под утро полуживую от счастья мамашу и новорожденную благополучно перевели в послеродовую палату, мы с коллегой вышли на крыльцо покурить и убедиться, что вселенная ещё на месте. На нас сразу налетел взъерошенный мужчина с перепуганными глазами и потной лысиной.

– Ну, что там? Как дела?

– А вы, дядя, кто?

«Дядей» оказался счастливый муж нашей родильницы, а заодно бывший руководитель колхоза-миллионера из дальней области, а после перестройки директор того же колхоза, но теперь уже ставшего его личным агропромышленным комплексом.

– Мужики, спасибо! Да я для вас... Говорите, что надо, всё сделаю! – нормальная реакция новоиспечённого папаша.

– Да, как обычно, – дружно запели мы ласковыми голосами, – «big five»: мясо, молоко, яйца, фрукты, овощи.

– Сделаю!

Через неделю директор забирает жену с ребёнком из роддома на грузовике. Нетривиально, зато привёз всё, как и обещал. А на прощание отозвал меня в сторону для мужского разговора.

– Вы мне семью спасли, буду должен. Короче, я дам вам обоим с педиатром по гектару земли в аренду на год. Мы сами посеём подсолнух, осенью сами покосим, переработаем, а масло вам. Это примерно по две тонны каждому.

– Но куда, зачем, мы это масло за всю жизнь не выжарим.

– Да-а, не бизнесмены вы. Просто я это масло через себя проведу, продам, деньги – вам. Ну, не все, конечно, а половину, мне же за заботу как-никак положено. От вас требуется только одно: надо будет семечку один-два раза прополоть, иначе сорняки забьют, не вырастет ничего.

Мы согласились, радостно прикидывая, куда будем тратить наши «нечестно заработанные». Через несколько недель директор, с которым мы к тому времени успели выпить за здоровье дочки не одну рюмку, позвонил и сказал, что семечку пора пропалывать.

Мы с другом-педиатром прикинули: гектар – это сто на сто метров. Мировой рекорд в беге на сто метров примерно восемь секунд. Мы – не чемпионы, поэтому с таянками пройдем за... ну, пусть десять минут, чтоб не напрягаться. И так несколько раз. За час управимся.

Гектар оказался каких-то четыре рядка, зато восемьсот метров в длину, края за горизонтом видно не было. Начали новоиспечённые целинники бодро, но уже через двадцать метров пришлось делать первый перекур: руки болели, появившиеся трудовые мозоли лопнули и начинали кровить. Ещё через тридцать метров волевых усилий мы просто сели на грядки. Ни курить, ни жить не хотелось. Подсолнухи казались ожившими личными врагами. Материальное благополучие виделось карой за гордыню и корысть. На общем совете дольщиков, состоявшемся прямо на грядке, было единогласно решено, что повышение жизненного уровня не стоит самой жизни. И мы уехали. Директор, когда узнал, долго смеялся, потом успокоил нас и сказал, что справится сам. По слухам, он с семьёй втроём обработали наши гектары за четыре выходных дня. Тоже мировой рекорд. Поздней осенью он приехал к нам домой, привёз каждому по два мешка семечек и по десятилитровой канистре масла. К весне семечки, спрятанные в подвале, благополучно превратились в большую кучу мышиного помёта, а масло, напоминавшее о нашей бесславной попытке влезть на вершину пищевой пирамиды, мы с женой просто раздали: с глаз долой – из воспоминаний вон.

Глава вторая

Спирт

– Доктор, спасай жену, у нас ещё двое грудных детей дома! – военный в полковничьих погонах встретил меня на входе в приёмное отделение, куда я был вызван в три часа ночи.

У женщины был геморрагический шок на фоне острой кровопотери. В животе оказалась свежая внематочная беременность и два литра такой же свежей крови. Внематочная, вообще, благодарная операция. Наложил зажим на сосуд – и нет кровотечения. Живот помыл от крови, зашил и выписывай пациентку здоровую и невредимую через неделю. С родственников – благодарность и уважение на всю жизнь. Полковник, который оказался ни много ни мало директором тюрьмы-поселения с собственным колхозом, забирает жену с двумя автоматчиками за спиной.

«Ничего себе почётный караул! Наверное, любовь», – подумал я и был слегка разочарован его пустыми руками, – «может он мне эти два Калашникова в подарок принёс», – это был голодный юмор.

– Доктор, вы мне жену спасли, я ваш должник, – повторил полковник свою мантру и полез во внутренний карман.

– Деньги не возьму! – чёрт, зачем я сказал эту глупость.

– У меня кое-что получше, – мужчина достал из портмоне маленькую помятую бумажку.

– Это что, номер счёта в швейцарском банке или ваше завещание на моё имя?

– Нет, это накладная, что вы сдали на комбикормовый завод десять тонн пшеницы, переработанные в пять тонн комбикорма.

– Ух ты, ну всё, теперь зиму перезимуем, будет, что поесть.

– Комбикорм для людей невкусный, – у него совершенно отсутствовало чувства юмора, – вы поменяете его на одну тонну спирта.

– Ух ты, будет что под комбикорм выпить.

– Спирт можно, конечно, выпить, но лучше продать, это хорошие деньги, – уж не подумал ли он, что я тонну действительно смогу выпить, – Только спирт надо будет забрать уже завтра.

Пришлось срочно отменять плановые операции на следующий день. Спирт – важнее.

Мой давний приятель работал главным инженером на автотранспортном предприятии, имел своё подворье и практически не пил – идеальный компаньон для моего зарождающегося бизнеса. На следующий день он пригнал огромный самосвал и пять бочек, нам загрузили в них спирт, и мы укатили гордые и счастливые в новую жизнь. Пять двухсотлитровых ёмкостей стояли в сарае и манили своим содержимым. Было решено одну бочку спрятать подальше, как стратегический запас для личных расходов, а четыре... Идей пока не было, но было ясно, что нам нужен кто-то третий без постоянной работы для помощи в спиртовой концессии. Приятель привлёк своего родственника.

– Мы не будем делать из спирта водку и продавать. Мы не станем конкурировать с государством – это не безопасно. Мы сделаем следующее: четыре бочки грузим назад на машину, и вы едете по колхозам нашей необъятной родины менять спирт назад на пшеницу. Но уже один к двадцати. Вам по двадцать пять процентов, мои – пятьдесят, – спирт был мой, значит и решать было мне.

Через неделю мы сдали на завод двадцать тонн пшеницы и получили уже две тонны спирта, который не сгружая снова повезли на обмен по долам и весям. Я в процесс не вмешивался, только чуть-чуть руководил и малость контролировал. К следующему обмену было решено привлечь ещё одного помощника для продажи спирта по-крупному. Деньги мы с женой складывали в огромный целлофановый мешок под диван. Зелёные бумажки с портретами умерших американских президентов даже перестали считать, мечтая, что скоро жизнь изменится к лучшему.

Всё, наверное, так бы и было, но через два месяца появились мелитопольские. В бывшем СССР были два товара из Мелитополя, известные на всю страну: арбузы и бандиты. К нам приехали не арбузы.

Сначала они заявили к нашему продавцу, так как на продажных накладных везде стояло его имя. Их с женой и дочерью вывезли в поле и подожгли. Для начала только его машину, и он отдал всё, включая наши адреса. Потом они поехали к приятелю, у

которого стоял спирт. И окунали его жену с головой в наполненную водой ванну, пока он не отдал всё: спирт, деньги, остатки пшеницы, справки на комбикорм. И даже пустые бочки. Когда под утро добрались до меня, я, предупреждённый по телефону, уже стоял в прихожей с вежливой гостеприимной улыбкой на лице и ручкой в правой руке. «Где и что подписывать?»

Из мешка денег мне оставили с издевательской улыбкой стодолларовую купюру. Жена и дочь даже не проснулись. А ещё мелитопольские не нашли ту спрятанную в коровнике для личного пользования единственную бочку. На неё мы, выпивая помногу и продавая по чуть-чуть, прожили год. Так закончилась моя бесславная эпопея торговли спиртом и желание разбогатеть. А ещё я понял, почему полковник везде ходил с двумя автоматчиками.

Мораль: а нет никакой морали. Я никогда не умел брать взятки, равно как и их давать. Я почти всегда переплачиваю, когда покупаю, и почти всегда получаю меньше, когда пытаюсь продать. А ещё я совсем не умею торговаться. Не дано. Зато мне неплохо удаётся принимать роды и оперировать. А это, согласитесь, немало.

Будьте здоровы и счастливы. Помните: ни деньги, ни их количество не главное. Самое главное – это мир во всём мире.

Ваш доктор Шавевич

ИЗБА-ЧИТАЛЬНЯ ЗМЕЯ ГОРЫНЫЧА

**«Юмор заставляет смеяться,
даже когда для хохота абсолютно
нет веских оснований»**

Жюльен де Фалкенап

Здравствуй, мои дорогие читатели!

По моим достоверным сведениям, некоторые из вас, вступив в високосный год, тем более год Дракона, пребывают в тревожном настроении.

Очень хочется вас подбодрить, немного добавить позитива в вашу кровь (в смысле в ваше настроение).

Эта подборка книг, не являющихся

новинками, но тем не менее искрящихся добрым юмором. Надеюсь, что даже истинные ценители, для которых эталоном является очень любимая мною книга «Двенадцать стульев», тоже ими благосклонно заинтересуются.

Книга первая – Стивен Ликок «Литературные лягушечки. Безумная беллетристика».

Этот канадский писатель-сатирик (и профессор экономики), мастер литературных пародий, к сожалению, менее известен чем Марк Твен или О. Генри, но обладает потрясающим, блистательным и неповторимым стилем.



Недаром премия имени Стивена Ликока с 1946 года присуждается канадским авторам за лучшие юмористические произведения. Для пробуждения вашего аппетита – парочка цитат, например: «Передо мной стоял бывалый моряк лет тридцати-шестидесяти, крепкий, чисто выбритый – за исключением пышных бакенбард, окладистой бороды и тонких усиков, – а его преизрядную корму обтягивали широченные парусиновые штаны, на которых уместилась бы вся история британского флота», «Поэзия – это искусство излагать банальные мысли, замаскировав их красивыми словами, которые могут как рифмоваться, так и не рифмоваться между собой». На мой взгляд, Стивен Ликок – это такое канадское подобие поэта-пародиста Александра Иванова, которого многие из вас помнят и любят по телепередаче «Вокруг смеха».

Книга вторая – Алекс Экслер «Записки невесты программиста».

Хотя компьютеры и терминология, связанная с ними, шагают вперёд семимильными шагами, но отряд «типичных компьютерщиков» всё такой же. Это весёлая история девушки и её довольно странного поклонника, который на свидании дарит любимой букет из оптоволокон, надевает галстук-бабочку на майку, и которого бабульки-соседки называют «вивисектором-сухомятщиком». Хотите узнать, как укротить странное создание по имени «Компьютерщик», за уши дотащить его до алтаря и при этом не свихнуться? Читайте эту книгу – и хорошее настроение вам будет обеспечено.

Книга третья – архимандрит Савва Мажуко «О пользе вреда».

Настолько добрая и светлая книга, что полностью поменяет ваше представление о строгих и правильных православных священниках. Вот что пишет отец Савва в предисловии: «...юмор разлит в нашем мире так щедро, что порой мне кажется, что его не меньше, чем логоса, то есть смысла, порядка, разумности. Иногда мне кажется, что именно в юморе кроется тайна смирения и благодарного ликования перед Лицом Божиим. А потому юмор требует воспитания зрения. Если хотите, это духовное упражнение». Книга наполнена забавными ситуациями. А персонажи какие: авва Аргамедонт с поговоркой «лучше согрешить ленью, чем дурью», кот Сигизмунд, который предсказывал цитатами из Штирлица, мудрец Авек Плезирский с утверждением «Кислородность лица – первый признак преуспевания и вернейший путь к беспробудному спасению». Как утверждает автор: «Если вы хотите посмеяться, вам сюда».

В нашем тревожном мире все мы нуждаемся в прекрасном. Как утверждает фламандский писатель **Жюльен де Фалкенар**: «Что может быть прекрасней старых друзей, старых книг, старого вина и молодых женщин?» Я, Змей Горыныч, буду обеспечивать вас «наводками» на книги, старые и новые, а остальное – на ваше усмотрение! До следующей встречи!!!

Ваш Горыныч-Книгочей

УХОД ЗА ПОЖИЛЫМИ ЛЮДЬМИ НА ДОМУ

Ведущий рубрики – Александр Кучиерский

День в учреждении дневного ухода

Дневной уход, как форма частичной стационарной помощи, призван стабилизировать и облегчить ситуацию по уходу в домашних условиях. Нуждающиеся в помощи проводят день в учреждении дневного ухода обычно с завтрака до позднего послеполудня. Эта форма ухода особенно ценна для людей с деменцией, которые не нуждаются в полноценном уходе, но требуют непрерывного внимания.

По моему мнению, дневной уход – это лучшая возможная дополнительная услуга для домашнего ухода, и он делает концепцию амбулаторной помощи полной. Во многих семьях нуждающиеся в уходе утром обслуживаются, купаются и одеваются на дому – либо с помощью амбулаторной службы, либо родственниками. После этого наша транспортная служба забирает пациентов, и они проводят весь день у нас, возвращаясь домой к 16 часам. Вечером обычно приходит амбулаторная служба на дом для подготовки ко сну. Таким образом обеспечивается непрерывность ухода.

Концепция дневного стационара – это очень ценная часть домашнего ухода. Для многих нуждающихся комбинация дневного и амбулаторного ухода является единственной альтернативой дому престарелых. Люди хотят жить дома, но нуждаются в уходе и дне. Многие родственники не могут справиться с этим ни психологически, ни профессионально.

Что предоставляет учреждение дневного ухода?

Учреждения дневного ухода предоставляют широкий спектр услуг: от транспортного обслуживания до терапевтических процедур и приёма пищи. Мы обеспечиваем гостей завтраком, обедом и кофе – приёмы пищи придают дню чёткую структуру и проходят всегда в одно и то же время. Кроме того, предоставляются терапевтические процедуры и развлечения. Например, если нашим гостям не нравится рисовать, то они с удовольствием играют в карты. Иногда мы делаем поездки в парки, гуляем вместе или едим мороженое. Кроме того, наши работники прошли обучение по тренировке памяти и предлагают гостям интересные упражнения и задачи. При этом нет школьной атмосферы, занятия проходят в игровой форме. Это создаёт стимулирующий и разнообразный распорядок дня. Важной задачей дневного ухода также является установление социальных контактов и объединение единомышленников – независимо от физических или умственных ограничений. Здесь люди заводят дружбу, просто хорошо общаются, регулярно встречаются и вне учреждения и приглашают друг друга на дни рождения.

Как выглядит типичный день в учреждении дневного ухода? Есть ли фиксированные «точки программы»?

Каждый день, конечно, организован немного по-другому. Завтрак, обед и кофе/пирожные всегда проходят в одно и то же время, и вокруг этого мы довольно гибко организуем различные мероприятия, такие как терапевтические процедуры, прогулки, игры и умственные упражнения.

Гости приходят к нам между 8 и 9:30 утра на завтрак, в 12 часов обед, а кофе и пирожные мы подаём примерно в 14:30. После этого они возвращаются домой. Между приёмами пищи мы также адаптируем день в зависимости от времени года и состава группы, которая иногда меняется. При хорошей погоде мы часто прогуливаемся или играем в помещении, печём печенье зимой. Мы работаем с понедельника по пятницу с 8 до 16 часов.

Продолжение следует

Pflegemeister GmbH (Tel. 0371 66659700)

ДАВАЙТЕ УЛЫБАТЬСЯ ВМЕСТЕ

Ведущая рубрики –

Галина Шаат-Шнайдер



**Смехотерапия для
поднятия иммунитета
Анекдоты про дракона
(Год Дракона по восточному календарю
начинается 10 февраля 2024)**

А вы знали? Чтобы быть счастливым, нужно завести животное, в год которого вы родились.

Боже, рецепт счастья оказывается так прост! Мне осталось всего-то найти дракона.

Змей Горыныч при устройстве на работу: «Это вам нужны мобильные, головастые, владеющие тремя языками, работающие с огоньком ребята?»

Сидят в одном подземелье Рыцарь, Принцесса и Дракон.

– Тебя, Рыцарь, за что сюда посадили?

– За оскорбление Величества. А тебя, Принцесса?

– За своеволие и рукоприкладство. А тебя, Дракон, за что?

– Что значит «за что»? Это, вообще-то, моё подземелье!

Дракон пересчитал свои скелеты в шкафу и задумался.

– Не хватает? – спросила принцесса.

– Нет, лишние.

– Это мои.

– Не ожидал, — сказал дракон уважительно.

Налетел как-то крупнейший дракон на одно королевство. Все дома сжёг, деревья выкорчевал, людей сожрал, стражу отшилёпал... Всё в пламени, гари, дыму! Повсюду крики, визг, писк! Дракон забирается на башню, кротко складывает лапки и говорит:

– М-да, какой я всё-таки необычный зверёк!

– Нет у меня друзей, — говорит дракон. — Бывает, дружишь-дружишь, а потом проголодался — и всё.

И сказал богатырь Змею Горынычу: «Выходи, чудище поганое!»

И молвило ему чудище поганое: «Извините, я выхожу на следующей...»

– Коррупция — это дракон. Если мы отрубим ему одну голову — вырастет три новых. Нужно не рубить, а кормить дракона до отвала, чтобы он умер от несварения.

– Спасибо, Генеральный прокурор. А другие планы борьбы с коррупцией у Вас есть?

Из открытых источников Интернета

НЕНАВЯЗЧИВАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Ведущая рубрики – Людмила Берибес



А БЫЛ ЛИ ДЕД МОРОЗ?

Приходил к вам Дед Мороз на Новый год?

В детстве ведь многие верили в Деда Мороза, волшебство Нового года — эти представления остаются и во взрослой жизни. Нет, не приходил?

Но вы же загадали желания, обменялись подарками, украсили новогоднюю ёлку?

В любом случае поздравляю: новое 366-дневное путешествие началось.

Новая точка отсчёта важна. Она важна для того, чтобы попрощаться с прошлым — прежними привычками, переживаниями, которые мешают получить желаемое. Кажется, что после полуночи всё это действительно исчезнет, и можно начать жизнь с чистого листа.

Хотя мы живём той же жизнью, как и в ушедшем году, однако некоторые верят, что это только начало: появляются новые желания, решения, цели. Хочется выполнить данные себе обещания: похудеть, заняться спортом, выучить наконец-то иностранный язык, меньше есть, лучше относиться к людям, завести много друзей, или пусть они заведут нас.

В этом и есть видение лучшей жизни.

Мечтать не вредно, конечно, но бесполезно, если не ставить цели.

Я, например, всегда стараюсь или хочу стараться, чтобы цели мои были конкретными, измеримыми, достижимыми, значимыми.

Я считаю, что успешно может реализовать свои планы тот, кто заранее предусмотрел, что делать в случае непредвиденных ситуаций.

Например, хотели похудеть, но не получилось. Что делать? Решение простое: купите новую одежду вашего размера — и вопрос решён.

Ну и кроме того, в течение года прежние установки и ценности могут меняться — и это нормально.

Поэтому важно оставаться гибким, периодически рефлексировать и строить новые планы, не дожидаясь следующего 1 января.

Расширяйте круг общения, общайтесь, ведь хороший разговор — это смесь мнений, чувств, фактов и идей, которыми люди свободно обмениваются в комфортной обстановке.

Это приводит к взаимопониманию и взаимоуважению, но прежде всего дарит радость. Такой разговор помогает отдохнуть разумом, открыть сердце и почувствовать настоящее единение с другими.

Хорошее общение — занятие удивительное, благородное и весёлое.

Не молчите, не углубляйтесь в себя.

У меня, наверное, это с детства... Мои родители были шумными и самоуверенными людьми, они перебивали друг друга и иногда яростно спорили. Да, в такой среде по логике могут вырасти неразговорчивые дети, которые больше всего на свете любят тишину.

Но, похоже, природа на мне споткнулась!)

Ваш НЕ психолог Людмила Берибес

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**

Наша фоторубрика

**«Остановись, мгновенье,
ты прекрасно!»**

**Все, кто любит фотографировать,
присылайте нам свои работы!**

Это могут быть виды города, природа, наши
домашние питомцы, какие-то интересные или
весёлые моменты, пойманные в фотообъектив.

Мы будем публиковать их на нашем сайте,
а наиболее интересные – в газете.



Фото присылайте на электронную почту:

i-z.globus@web.de

iryna-konst@mail.ru

ИНТЕГРАЦИОННЫЙ ЦЕНТР ГЛОБУС

КЛУБ «ДИАЛОГ»

ПРИГЛАШАЮТ

21 февраля 2024

в 16:00

на встречу любителей поэзии



Поэтический вечер
«Серебряный век. Любимое».

Часть четвёртая

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

Приглашаем всех, кто увлекается поэзией.

Приходите по адресу:

Theodor-Körner-Platz 13, 09130 Chemnitz

Участие бесплатное.

**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.