

# Вестник

## ZEITUNG AUSSIEDLERBOTE

**ГРАМОТНО  
И БЫСТРО ОФОРМЛЮ  
КРЕДИТ**

www.tvoy-kredit.de

05443- 92 92 520  
0176- 413 93 729

КРЕДИТ  
ГЕНЕРИМГТ  
РАБОТАЕТ

Erscheint monatlich – bundesweit  
www.aussiedlerbote.de

**Dezember 2023**  
208. Ausgabe

Когда на самом деле родился Иисус Христос? **СТР. 4**

Как устроить детям встречу Рождества **СТР. 3**

О немецком глинтвейне **СТР. 5**

Традиция украшать ёлку родилась в Германии **СТР. 9**



**2024**  
С Новым годом!

**БЮРО УСЛУГ**  
по консульским вопросам для граждан **РОССИИ, КАЗАХСТАНА**

- Обмен паспортов в т. ч. просроченных
- Вопросы гражданства
- Получение вида на жительство без утраты нем. гражданства
- Материнский капитал
- Доверенности, апостиль
- Пенсионные вопросы

06181 – 413 18 11 • 0157 – 882 27 367

Работаем по всей Германии

НАПИШЕМ И РАЗМЕСТИМ РЕКЛАМНУЮ СТАТЬЮ О ВАС И ВАШЕМ БИЗНЕСЕ!

наш опыт работы **30 ЛЕТ**

04762 – 18 32 32  
werbung@aussiedlerbote.de

**ОБМЕН**  
паспорта РФ

030 - 555 789 77  
0228 - 387 587 57

**PUL EXPRESS** ВИЗЫ • ТУРЫ  
ДЕЛОВЫЕ МУЛЬТИВИЗЫ

**АВИАБИЛЕТЫ**

ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНЫЕ БИЛЕТЫ на все направления

**ОТПУСК 2024**

Заказывайте по тел. **030-887 147 55**  
или по e-mail [train@pulexpress.de](mailto:train@pulexpress.de)

**030-8871 470**

[www.pulexpress.de](http://www.pulexpress.de) • [info@pulexpress.de](mailto:info@pulexpress.de)

**АВИАБИЛЕТЫ и ВИЗЫ**  
по минимальным ценам **от 129€**

- СЕМЕЙНЫЕ СКИДКИ  
возможна ОПЛАТА В КРЕДИТ
- АВТОБУСЫ • ПОЕЗДА
- СТРАХОВКИ
- ОТДЫХ НА МОРЕ

„ORION TRAVEL“ • 04157 Leipzig • Coppistraße 71  
Тел. **0341- 686 55 97**

**ZAKAZ39**  
широкий спектр услуг

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ТРАНСФЕР  
**БЕРЛИН-КАЛИНИНГРАД**

- официальный перевозчик
- профессиональные водители
- максимум 3 пассажира в машине
- детское кресло
- вода и WI-FI в поездке
- ваши питомцы в салоне
- паузы во время поездки

0176-811-924-03; 8-902-417-57-77



## Приветствую вас, дорогие читатели, партнёры и рекламодатели!

Месяц декабрь уверенно вступил в свои права. Празднование Рождества Христова и затем встреча Нового года совсем близко. Атмосфера зимних чудес, ярких огней в окнах домов и в витринах магазинов окружает нас повсюду. Рождественские базары заработали ещё в конце ноября, рождественские ёлки радуют своей изящной красотой. Тематическое убранство витрин магазинов настойчиво приглашает присоединиться к предпраздничному настроению. Мы все в ожидании торжественных и радостных событий.

Эти дни одаривают нас возможностью посвятить время близким, подарить им свою любовь и душевное тепло, вместе посетить церковные службы, вместе создать сказочное убранство в доме, приготовить праздничные вкусности. Особенно детям будет радостно подготовить своими руками поделки для украшения ёлки и испечь рождественские печенюшки. И, конечно, дети живут в приятном ожидании подарков от Weihnachtsmann, которые обязательно найдут под ёлкой 25 декабря.

Главное, встретить этот праздник с чувством признательности за всё, что с вами происходило. Оглянуться на прожитый год, вспомнить как приятные, так и грустные события, проанализировать, что достигнуто, а что ещё предстоит успеть осуществить в преддверии Рождества или важно исправить.

Мне бы хотелось поделиться с вами несколькими строчками из стихотворения поэта Эдуарда Асадова, полюбившегося мне ещё со школьных лет:

«Пока мы живы, можно всё исправить, всё осознать, раскаяться, простить. Врагам не мстить, любимым не лукавить, друзей, что оттолкнули, возвратить...».

Волшебная мысль – простить и отпустить обиды в преддверии празднования Рождества Христова. Попытаться вернуть тех, кого из-за взаимного недопонимания вдруг оттолкнули. Обида – это же следствие вашего личного ожидания того, о чём другая сторона и не подозревала. Абсолютно каждый есть такой, какой он есть, абсолютно каждый имеет право на свою точку зрения. В своих мыслях просто дайте ему это право, и тогда получится отпустить свою обиду и возобновить добрые отношения...

От себя лично и от коллектива газеты «Переселенческий Вестник» хочу поздравить всех с наступающими Рождеством и Новым годом! Пусть душевное тепло и любовь царят в ваших семьях! Желаю всем радости, здоровья и процветания!

Мир вашему дому!

Евгений Гептин  
Главный редактор



**MPU ИДИОТЕНТЕСТ**

**КОДИРОВАНИЕ ОТ АЛКОГОЛИЗМА**  
Верни легально свои права

Мы работаем по всей Германии!

Dortmund  
Hannover  
Hamburg  
Frankfurt  
Nürnberg  
München  
Stuttgart  
Dresden  
Bremen  
Leipzig  
Berlin  
Essen  
Köln

05137 - 99 64 172  
0177 - 24 27 543

www.favorit-mpu.de

**ИДИОТЕНТЕСТ? НЕ ОТЧАИВАЙТЕСЬ!**

Münster • Osnabrück  
Bielefeld • Kassel • Sigen  
Essen • Gießen • Hanau  
Mannheim • Dortmund  
Lüdenscheid 02351 - 40 936  
Köln 02233 - 68 67 50  
Düsseldorf 0211 - 209 19 03  
Aachen 0241 - 160 250 86

**www.pbbi.de**  
info@pbbi.de

Zentrale Lüdenscheid: 02351 - 40 936

**EMPIRIE MPU GmbH**  
INSTITUT FÜR VERKEHRSPSYCHOLOGISCHE BERATUNG

• Индивидуально • Быстро • Компетентно!

**ИДИОТЕНТЕСТ**  
ГАРАНТИЯ УСПЕШНЫХ СДАЧ

Zentrale – Bielefeld  
0521 - 56 04 320

Bonn 02644 - 56 00 11  
Dortmund 0231 - 210 38 21  
Nordhorn 0931 - 210 38 21  
Cuppingen 07142 - 888 65 868  
Hörsing 0176 - 66 65 27 95  
Nürnberg 0911 - 520 99 030

**ЗВОНИТЕ БЕСПЛАТНО!**  
0800 - 588 85 43

**MPU-Test с нами сдают все!**

www.empirie-mpu.de

**РЕМОНТ КВАРТИР И ДОМОВ**  
Качественно, быстро, недорого!

Профессиональный ремонт от косметического до комплексного: сантехника, плитка, двери, потолки, дизайн

**БЕСПЛАТНО:** Звоните и пишите  
• Консультация с выездом  
• Составление сметы

+491712146471

**www.aussiedlerbote.de**

**IMPRESSUM**

**Вестник**  
ZEITUNG AUSSIEDLERBOTE

Zeitung «Aussiedlerbote»  
Erscheint monatlich, bundesweit

ISSN 2569-2496

**Verleger und Herausgeber:** Eugen Geptin • Schützenstr. 13  
27449 Kutenholz • Tel.: 04762 - 18 31 03 • Fax: 04762 - 92 33 33  
eMail: e.geptin@aussiedlerbote.de • Web: www.aussiedlerbote.de

**Herstellung:** Rheinisch-Bergische Druckerei GmbH  
**Redaktion und Gestaltung:** Eugen Geptin

**Werbung / Anzeigenleitung:** Eugen Geptin  
Tel.: 04762 - 18 32 32 • eMail: werbung@aussiedlerbote.de

Der Verleger und die Redaktion übernehmen keine Haftung für den Inhalt der Werbung und PR-Anzeigen / PR-Artikel. Die Meinung der Autoren stimmt nicht unbedingt mit der Meinung der Redaktion überein. Für unverlangt eingesandte Manuskripte oder Fotos kann keine Haft- oder Rücksendepflicht übernommen werden.



# Как устроить детям встречу Рождества

От рождественских сладостей, которые можно приготовить дома, до совершенно уникальных зимних чудес, которые стоит посетить. Давайте детально разберёмся в каждом из способов.

## Подготовьте сапоги к приходу святого Николауса

6 декабря в Германии отмечается первый рождественский праздник – День Святого Николауса (Nikolaustag). Он более известен разносчик подарков, чем Weihnachtsmann. Вечером 5 декабря дети расставляют свою обувь (традиционно сапоги), чтобы 6 декабря найти в них сладости, орехи и игрушки. Дети начищают обувь, чтобы показать, что они хорошо себя вели.

## Сходите на рождественские базары

Рождество в Германии – это практически синоним знаменитых на весь мир рождественских базаров (Weihnachtsmärkte). Помимо посещения киосков, многие из которых также продают детские игрушки и одежду ручной работы, и разглядывания огней, дети могут попробовать разнообразные сладости или согреться безалкогольным аналогом глинтвейна, Kinderpunsch или Heißer Kakao. На многих крупных рождественских базарах также есть специальные зоны для детей с катанием на мини-поезде или каруселью для всей семьи.

## Приготовьте рождественское печенье

От Vanillekipferln (ванильных сладостей в форме полумесяца) до Lebkuchen существует большой список традиционного немецкого рождественского печенья, или Weihnachtskekse, которое легко приготовить дома вместе с детьми.

Тесто, которое также называют «Plätzchen», можно раскатать и выдавить в специальные праздничные формы с помощью формочек для печенья (или Ausstechförmchen), которые продаются повсюду в супермаркетах. Если вам нужно раскатать тесто, поищите Nudelholz – что буквально означает «дерево для лапши», но представляет собой скалку.

мочек для печенья (или Ausstechförmchen), которые продаются повсюду в супермаркетах. Если вам нужно раскатать тесто, поищите Nudelholz – что буквально означает «дерево для лапши», но представляет собой скалку.

skermuseum-neuhausen.de Балет Петра Чайковского «Щелкунчик» также идёт в декабре во многих театрах Германии.

**Покатайтесь на коньках** Когда температура воздуха снижается до отметки ми-

ном Нептуна в Берлине. Для получения максимального удовольствия от катания на коньках жители города Heidelberg могут посетить открытый каток с захватывающим видом на возвышающийся над городом Гейдельбергский замок.

существует множество альтернатив гирляндам, например, ярко-красные свечи и венки. Ёлку в Германии принято украшать уже к первому Адвенту или, самое позднее, перед Рождеством.

## Отправьте письмо для Weihnachtsmann

Конечно, адресат настоящий – у него даже есть мастерская в Германии, где он отвечает на письма. Weihnachtsmann каждый год поселяется в восточногерманской деревне Химмельпорт (дословно «небесные ворота»), чтобы отвечать на письма детей и исполнять их желания. С помощью 20 ангелов-помощников праздничная команда действительно отправляет ответы тем, кто напишет по адресу: **An den Weihnachtsmann, Weihnachtspostfiliale, 16798 Himmelpfort**



## Сделайте вместе адвент-календарь

Когда в семьях по всей Германии идёт обратный отсчёт до Рождества, принято обращаться к этому специальному календарю. Каждый день дети открывают дверцу и получают немного шоколада или других сладостей. Многие семьи делают их сами, но нет недостатка и в покупных, даже с лакомствами для собак и кошек, если ваш любимец тоже хочет поучаствовать в веселье.

## Купите Щелкунчика или посмотрите спектакль

Известная сейчас во всём мире деревянная фигурка Щелкунчика – это немецкое изобретение, датированное 13-м или 14-м веком. Считается, что хранение таких фигурок в доме приносит удачу, а ваши дети получат удовольствие от того, что будут раскалывать ими грецкие орехи.

Если вы находитесь недалеко от Erzgebirge, вы также можете посетить единственный в Европе музей Щелкунчика по адресу: **Bahnhofstraße 20-24, 09544 Neuhausen, Telefon: 037361-4161, www.nusskna-**

нус, немцы не могут насытиться этим ледовым развлечением. Многие катки под открытым небом расположены прямо рядом с рождественскими базарами, и на них звучат праздничные мелодии, как, например, на очень знаменитом катке рядом со светящимся фонтаном Нептуна в Берлине.

## Украсьте свой дом

Ещё до наступления первого дня Адвента многие немцы уже украшают свои скромные жилища рождественскими украшениями (Weihnachtsschmuck). Но поскольку цены на электроэнергию стремительно растут, обратите внимание, что

Обязательно укажите обратный адрес и отправьте письмо до третьего Адвента (воскресенье, 17 декабря), чтобы гарантированно получить ответ.

*Полина Мармеладова*

# КУРОРТЫ

**ЭФФЕКТИВНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ ЖИВЫМИ ТОРФЯНЫМИ И ИЛОВЫМИ ГРЯЗЯМИ, ТЕРМАЛЬНОЙ МИНЕРАЛЬНОЙ ВОДОЙ, РАДОНОМ**

**SPA**  
Kurort

**369€**

\*\*\*\*  
«**Bristol**» Карловы Вары / Чехия  
6 ночей, DZ, полупансион, 8 процедур, бассейн

**379€**

\*\*\*\*  
«**Kolonada**» Карловы Вары / Чехия  
6 ночей, DZ, полупансион, 8 процедур, бассейн

**439€**

\*\*\*\*+  
«**Svoboda**» Мариенбад / Чехия  
6 ночей, DZ, полупансион, 18 процедур

**479€**

\*\*\*\*+  
«**Lietuva**» Друскининкай / Литва  
6 ночей, DZ, полупансион, 30 процедур

\* цены от за человека в январе

**Горячие путёвки и сезонные скидки до 60%!**

**☎ 04102 - 66 87 888**

Gänseberg 5  
22926 Ahrensburg



# Два Рождества у христиан

## Когда на самом деле родился Иисус Христос?

**К**ак получилось, что христиане празднуют два дня рождения Христа с разницей в пару недель, разбираемся в той статье.

### Рождество Христово: история праздника

История рождения Иисуса Христа описана в Евангелии от Луки. Он появился на свет в Вифлееме у Девы Марии. В то время там царствовал император Август (Октавиан). Римский правитель ввёл повсеместную перепись, поэтому беременной Марии и праведному Иосифу пришлось прийти в Вифлеем, чтобы записать рождение младенца. Когда они оказались в городе, мест в гостинице не нашлось. Единственным местом, где пара смогла найти ночлег, оказалась пещера, предназначенная для постоа скота. Там-то у Девы Марии и начались роды. Когда Иисус появился на свет, Пресвятая мать Мария запеленала его и уложила в ясли, которые на самом деле были кормушкой для скота.

Первыми о рождении Богомладенца узнали пастухи, что пасли неподалеку стадо скота. Им явился Ангел и сообщил благую весть: «Не бойтесь: благовестую вам радость великую, которая будет всем людям. Сегодня родился Спаситель мира – Христос Господь! И вот вам знак: вы найдёте Младенца в пеленах, лежащего в яслях».

Сразу после этих слов появилось всё небесное воинство ангелов, и каждый из него славил рождение Божьего сына. После этого пастухи решили идти в Вифлеем, чтобы собственными глазами убедиться в произошедшем. Когда они вошли в пещеру, то увидели младенца Иисуса, лежащего среди соломы в яслях. Пастухи рассказали Иосифу и Марии о явлении им Ангела с благовестным известием.

### Дары волхвов

Дальнейшая история описана уже в Евангелии от Матфея. Вскоре после пастухов появились в пещере и ещё одни гости. Мудрецы с востока – волхвы. Им было дано знание, что вскоре появится на свет Царь мира. Поэтому, когда они увидели на небе яр-

мейству удалось спастись. Во сне праведному Иосифу было видение, и он, забрав младенца и Марию, бежал в Египет. Там семья пряталась до смерти Ирода.

### Рождество Христово: католическая версия

На самом деле все христиане: и православные, и

протестантов – по григорианскому, а, например, большинство в России, Грузии, Сербии – по юлианскому календарю.

### Почему у христиан разные календари

Изначально Юлий Цезарь ввёл календарь, который практически соответствует

в различное время. Первыми в 1582 году на новый стиль перешли Италия, Испания, Португалия, Польша, Франция, Голландия и Люксембург. После в 1580-х годах его приняли в Австрии, Швейцарии, Венгрии.

В XVIII веке григорианский календарь стал применяться в Германии, Норвегии, Дании, Великобритании, Швеции и Финляндия, в XIX веке – в Японии. В начале XX века григорианский календарь был введён в Китае, Болгарии, Сербии, Румынии, Греции, Турции и Египте.

Рождество Христово завершает сорокадневный рождественский пост (святая Четыредесятница), накануне праздника соблюдается строгий пост. В ночь с 24 на 25 декабря в храмах совершаются рождественские богослужения. После Рождества наступают святки: святые дни, или 12 дней, в течение которых отмечается праздник.



кую звезду, то поняли, что это знак и есть о рождении Спасителя. Тогда волхвы двинулись на её свет.

О появлении Спасителя услышал и иудейский царь Ирод. Он призвал к себе мудрецов и попросил сообщить ему все подробности о рождении младенца. Волхвы двинулись за путеводной звездой, которая потом будет носить имя Вифлеемской. В итоге свет привёл их в пещеру, где находились Иосиф, Мария и младенец Иисус.

Едва увидев новорожденного, волхвы поклонились ему и преподнесли первые дары. Иисус получил золото, ладан и смирну. Признав в младенце Спасителя, волхвы не стали сообщать о нём Ироду. Тот пришел в ярость и, опасаясь за свою власть, приказал истребить в Иерусалиме всех детей мужского рода в возрасте до двух лет. Но святому се-

католики, и протестанты – празднуют Рождество Христово в один день, 25 декабря. Хотя эта дата рождения Иисуса Христа условная. Ни в Библии, ни в другом документе её не найти.

25 декабря в Римской империи традиционно отмечали один из важнейших праздников – «День Непобедимого Солнца». Именно тогда темнота заметно отступала, а световой день становился длиннее. Чтобы уменьшить влияние языческого праздника, в этот день начали отмечать день рождения «истинного солнца» – Иисуса Христа, говорят некоторые историки.

Традиция праздновать Рождество Христово 25 декабря у католиков, православных и протестантов осталась до сих пор. Однако делают они это по разным календарям. На Западе – по григорианскому, часть православных и

современному, юлианский. Однако он оказался не совсем точным. В частности, средняя длительность года в интервале четырёх лет равнялась 365,25 суток, что на 11 минут 14 секунд длиннее тропического года.

С каждым годом сезонные явления по юлианскому календарю приходились на всё более ранние даты. Больше всего недовольства вызывало постоянное смещение даты Пасхи, связанной с весенним равноденствием. В 325 году Никейский собор издал декрет о единой дате Пасхи для всей христианской церкви.

Современный календарь называется григорианским (новый стиль), он был введён папой Григорием XIII в 1582 году и заменил юлианский календарь (старый стиль), который применялся с 45 века до нашей эры. Григорианский календарь в разных странах был введён

### Рождество Христово: православная версия

В России григорианский календарь был введён в 1918 году, однако церковь такого решения не одобрила. Тогда в 1923 году Константинопольский Патриарх выступил с инициативой придерживаться юлианского календаря. На совещании Православных Церквей она была принята.

Русская Православная Церковь в силу исторических обстоятельств не смогла принять в нём участия. Узнав о совещании в Константинополе, Патриарх Тихон всё же издал постановление о переходе на новоюлианский (григорианский) календарь. Но церковный народ встретил это протестами, и постановление было отменено менее, чем через месяц.

*Дарья Перетяжко*



**БЕСПЛАТНАЯ  
ДОСТАВКА** по  
Германии (от 150€)

**ikrinka.de** ☎ **06673-208-36-09**

# ИКРА ГОРБУШИ

**900 гр. = 53,91 € (89,65)**

**40% СКИДКА**  
только  
в декабре!  
**3 x 300 гр.**

Все способы  
оплаты + оплата  
при получении





## Что нужно ЗНАТЬ о немецком ГЛИНТВЕЙНЕ

Никакая рождественская ярмарка в Германии не проходит без немецкого Glühwein. «Светящееся вино», запретные градусы и римляне: 5 вещей, которые нужно знать о немецком глинтвейне.

### Глинтвейн появился задолго до рождественских ярмарок

Глинтвейн в Германии чаще всего ассоциируется с посещением традиционной немецкой рождественской ярмарки. Но история напитка началась не с них. Немецкие рождественские ярмарки существуют уже 722 года, если началом их истории считать рождественскую ярмарку в Мюнхене в 1310 году. Но глинтвейн в той или иной форме был популярным зимним напитком ещё со времен Римской империи.

У римлян был особый рецепт глинтвейна. Вино сочеталось с мёдом, финиками и специями, такими как перец, лавровый лист и шафран. Самое старое задокументированное потребление глинтвейна в Германии восходит к графу Иоанну IV из Катценельнбогена. Немецкий дворянин первым вырастил виноград сорта Рислинг в 15 веке.

Археологи нашли посеребренный кубок 1420 года, из которого Иоанн IV пил пряный напиток.

### Запретная отметка в 80° C

Если готовите глинтвейн дома, убедитесь, что ингредиенты – вино (красное или белое), сахар, корица, гвоздика, лимон, апельсин и звездчатый анис – кипят при температуре не выше 80° C.

#### Помощь при:

- переезде в Германию по новым условиям
  - Обмен рус. и каз. паспортов (быстро)
  - Получение своих пенсионных отчислений при выезде из Германии
  - Переезд в Россию на льготных условиях (госпрограмма)
  - Оформление рус. материнского капитала
  - Переводы документов (не дорого)
  - Справочная служба • Апостиль
- 05714 0520819** (круглосуточно)

При температуре выше 80° C спирт испаряется. Это ухудшает вкус напитка и приводит к разложению сахара. Поэтому идеальная температура для приготовления глинтвейна – от 72° C до 73° C, а идеальный цвет напитка – тёмно-красный.

### Буквально означает «светящееся вино»

Часть слова Glüh в немецком названии напитка Glühwein происходит от немецкого глагола glühen, означающего «светить».

Происхождение слова Glühwein уходит корнями на сотни лет назад, когда для подогрева вина использовались раскалённые утюги.

### Можно приготовить без алкоголя или покрепче

Безалкогольную версию Glühwein в Германии называют Kinderpunsch, что переводится как «детский пунш». Для его приготовления можно заменить вино смесью фруктового чая, яблочного и апельсинового сока.

Если вы хотите пойти другим путём и приготовить Glühwein mit Schuss – «глинтвейн с рюмкой» – то можете добавить немного рома или амаретто. Но лучше в свою чашку и только непосредственно перед употреблением.

### Быстрее станет веселее

Алкогольные горячие напитки пьянят быстрее. Высокая температура напитков обеспечивает более быстрое и лёгкое попадание алкоголя в кровь. Сахар в глинтвейне также ускоряет усвоение алкоголя. Поэтому чашка глинтвейна ударит в голову гораздо быстрее, чем бокал обычного вина.

Елизавета Казёнова

### Psychotherapie- und Hypnosepraxis in Heilbronn

#### ЭФФЕКТИВНАЯ ПОМОЩЬ:

- Депрессия • Расстройства сна
- Конфликты в отношениях: низкая самооценка, переживание измены, горе утраты
- Панические атаки и страхи: смерти, высоты, перелётов, вождения автомобиля
- Подростковый моббинг
- Болевые синдромы, не подтвержденные при обследованиях
- Отказ от курения и коррекция веса с помощью гипноза



Irina Sorger

www.psychotherapie-lira.de

Tel.: 07131 - 40 46 240 • 01522 - 460 25 85

### АВИАБИЛЕТЫ - ВИЗЫ

TURKISH AIRLINES | Lufthansa | air astana

В РОССИЮ, КАЗАХСТАН, КИРГИЗИЮ и по всему миру!

АВТОБУСЫ – Россия (Калининград, Москва), Беларусь, Украина...

### САНАТОРНО-КУРОРТНОЕ ЛЕЧЕНИЕ Kur & Wellness

Чехия, Польша, Литва, Латвия, Венгрия, Словакия и др. страны

Мы заботимся о Вашем здоровье! **ДОСТАВКА:** от дома до санатория и обратно

**ОТДЫХ И ТУРИЗМ** по всему миру  
С нами сбудутся Ваши мечты  
Самый лучший отдых - всей семьёй!

**ЭКСКУРСИИ** по ГЕРМАНИИ и ЕВРОПЕ  
Автобусные туры с русскоязычным сопровождением

Сказочная прогулка в выходные дни!

**0261-952 32 15** Stanislaus Reiseservice  
Bahnhofstrasse 1 • 56068 Koblenz



агент а/к Engels Reisen



ВОЗМОЖЕН КРЕДИТ  
МЫ С ВАМИ С 1992 ГОДА!

**ВИЗЫ  
ЭКСКУРСИИ  
САНАТОРИИ  
ОТДЫХ**

Kaiserleistr. 48 • 63067 Offenbach  
Odenwaldring 102 • neben MIX MARKT

**АВИА • ЖД  
АВТОБУСНЫЕ  
БИЛЕТЫ**

e-mail: info@engelsreisen.de  
www.engelsreisen.de

069-82 32 75

### Internationales Therapiezentrum Dr. Brunstein

#### АЛКОГОЛИЗМУ-НЕТ!

Быстрое и эффективное анонимное кодирование от АЛКОГОЛИЗМА и ТАБАКОКУРЕНИЯ, НАРКОМАНИИ, помощь при ИГРОМАНИИ, КОРРЕКЦИИ ВЕСА, проводит единственный в Германии ученик А. Довженко. Транскраниальное кодирование, алкоблокатор, бесплатная поддержка после кодирования.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ**, индивидуальное, групповое и семейное. Психокоррекция.

**MPU-Idiotentest** (Berlin, Hamburg, Hannover, Bremen)  
Tel: 0451-612 80 24, Web: www.dr-brunstein.de



## ПОДГОТОВКА ДОКУМЕНТОВ В КОНСУЛЬСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Сервисное бюро «Катюша» окажет содействие и помощь в подготовке документов (заполнение анкет, оформление записи на приём, перевод документов) в консульство Российской Федерации:

- ◆ Биометрические паспорта сроком на 10 лет для взрослых и детей ◆ Обмен паспорта
- ◆ Первичное получение папорта
- ◆ Проверка наличия гражданства Российской Федерации
- ◆ Перевод документов (немецкий-русский, рус.-нем.)
- ◆ Нотариальное заверение переводов

Keine Rechtsberatung und rechtliche Dienstleistungen!

**ВИЗЫ В РОССИЮ:** туристические и деловые  
**ВНИМАНИЕ! ГРАЖДАНЕ РОССИИ**

Генеральное Консульство РФ в Гамбурге проводит

**7 и 22 ДЕКАБРЯ 2023  
и в ЯНВАРЕ 2024**

выездную сессию по обмену загранпаспортов РФ сроком на 5 и 10 лет, а также приём запросов на проверку наличия российского гражданства.

**Запись и подготовка документов обязательна  
по телефону: 0179 - 496 78 27**

**СЕРВИСНОЕ** Neugrabener Bahnhofstr. 10b • 21149 Hamburg  
**БЮРО** Tel. 040 - 777 268 ◆ Tel. 0179 - 496 78 27

## Бюро переводов «КАТЮША»

**Быстро! • Качественно! • Недорого!**

Переводы документов  
с официальным заверением (печатью)  
с русского на немецкий язык и  
с немецкого на русский язык

- ✓ Свидетельства о рождении, браке, расторжении брака
- ✓ Справки, трудовые книжки, водительские удостоверения
- ✓ Дипломы о среднем и высшем образовании, аттестаты, студенческие зачётные книжки, документы о повышении квалификации и другие документы
- ✓ Медицинские справки, выписки из больничных карт
- ✓ Договора, корпоративная документация и другие документы

**Übersetzungsbüro «Katjuscha»**  
Neugrabener Bahnhofstr. 10b • 21149 Hamburg

Tel: **040 - 777 268**

## СТАНЬ ВОСТРЕБОВАННЫМ ВЕЛНЕС МАССАЖИСТОМ

*Каждое утро, просыпаясь,  
мы получаем кредит  
в размере 86.400 секунд жизни в день, и,  
когда мы засыпаем вечером,  
запас исчезает,  
а что не было прожито за день – пропало.  
«Между небом и землёй»,  
Марк Леви*

**Здравствуйтесь, друзья!  
На связи Виктор Шварц.**

Предположим, что в Вашей жизни с большой долей вероятности могут наступить изменения. Или Вам придётся снова искать новую работу, или имеющийся доход не устраивает Вас и Вашу семью, и Вам необходимо высокооплачиваемое хобби. А возможно, Вы бы хотели заняться серьёзной профилактикой здоровья своего и Ваших близких, но нет на то достаточных финансов или знаний? Или же Ваша трудовая деятельность уже не приносит достаточного дохода, и, как следствие, великая грусть и недовольство ситуацией. Это влечёт за собой ухудшение отношений в семье? Или Вы живёте не так давно в этой стране, Вам хочется достичь успеха, но незнание языка и отсутствие опыта тормозит Вас.

Часто люди молодые или уже в возрасте, решая создать семью, вдруг понимают, что та девушка или парень, за возможность с которыми создать семью Вы готовы на многое, почему-то совсем не горят желанием создавать семью с Вами, так как у них тоже есть понимание, что рядом хотелось бы видеть человека самостоятельного, успешно себя реализовавшего, полезного обществу и умеющего создавать и реализовывать новые перспективы. Похожих ситуаций перечислить можно не одну сотню. Моя цель, чтобы Вы задумались и задали себе вопрос – а Вы уже нашли себя на светлой стороне этой жизни? Вы научились создавать собственные



правила успеха в Вашей жизни? Вы уже супер-полезны и потому имеете устраивающий Вас доход и перспективы? Или всё-таки Вам приходится жить по правилам, созданными другими людьми, и в этой ситуации Ваши желания и потребности чаще всего остаются на последнем месте. И это нормально, так как Вы не автор, Вы исполнитель. Каюсь Я немного хитрю, чтобы вызвать у Вас желание вернуться к тем мечтам, что вы посещали Вас не единожды, но так и остались не реализованными...

**И тогда возможно – это то,  
что нужно именно Вам?**

Профессия велнес массажиста, на мой взгляд, является одной из самых творческих профессий. В отличие от талантливых художников к нам признание приходит ещё при жизни! Основная цель деятельности «Академии СПА и велнес массажа / Akademie für Spa und Wellness Massage» – научить наших учеников зарабатывать, оказы-

вая помощь другим. Эта редкая профессия, позволяющая искренне помогать всем желающим и достойно зарабатывать, получать искреннее спасибо много раз на дню.

Гарантирую, что квалифицированные преподаватели «Академии» будут не только обучать Вас новым и востребованным знаниям в области укрепления и сохранения здоровья, но и будут помогать Вам добиться всего, о чём мечтает человек в процессе её достижения.

Но, усилия преподавателей – это только половина того, что нужно сделать. Оставшаяся половина процесса – Ваша часть работы. Это будете достигать Вы своим трудолюбием и жадной осуществлению мечты. Вы будете учиться, задавать вопросы, обращаться за помощью и радоваться своими успехами преподавателей и тех, с кем подружиться в процессе обучения. Будете радовать регулярными и бесплатными массажами своих родных и, что важно, зарабатывать неплохие суммы уже в процессе обучения.

Только Вы автор своего успеха. Преподавательский состав «Академии» будет рад помочь Вам стать лучшим и незаменимым для Ваших клиентов.

Согласен, не все хотят сразу стать самостоятельными. Многие устраиваются на работу в массажные салоны, таких возможностей много. Но у большинства со временем это происходит само собой, когда приходят знания и опыт, появляется и желание работать на себя.

**Наши знания всегда востребованы!**

«Хочешь быть здоровым, инвестируй в своё здоровье», – под таким лозунгом работают сегодня миллионы людей, помогая окружающим сохранить и укрепить своё здоровье. Велнес массажист – благодатная и почётная работа, на самом деле, ещё и хорошо оплачивается! По моим наблюдениям стоимость услуг велнес массажиста составляет в среднем 1 евро в минуту. Массаж за 30, 40, 50, 60 минут, в зависимости от возможностей клиента, приносит достойное, стабильное и регулярное вознаграждение.

**Зарабатывать 60 евро в час – это реально!**

Много ли Вы знаете профессий, легкодоступных нам русскоязычным, живущим в Германии, которые дают нам такие возможности заработка? Мы рекомендуем работать и учиться одновременно, поэтому первые сертификаты ученики получают уже через месяц. Это особенно выгодно тем, кто хочет учиться, но не может платить за учёбу. Именно поэтому мы рекомендуем начинать зарабатывать как можно быстрее. В этом случае также складывается идеальная ситуация, когда ученик имеет возможность вовремя исправлять возникающие ошибки или вообще не делать их, используя полученные у нас знания и навыки.

Вот и наступило время сделать первый шаг. Ознакомьтесь с объявлением, позвоните нам и закажите **ПРОГРАММУ ОБУЧЕНИЯ**. Она высылается по почте бесплатно. Вы также получите **ПРИГЛАШЕНИЕ НА ПРОБНЫЙ СЕМИНАР** в ближайшее от Вас место учёбы. Узнайте, есть ли ученики в Вашем регионе или городе.

## СТАНЬ ВЕЛНЕС МАССАЖИСТОМ

**AKADEMIE FÜR SPA UND WELLNESS MASSAGE**

**ПРЕДЛАГАЕМ:**

1. Немецкое образование на русском языке
2. Обширные программы по низкой цене
3. Удобный график, учёба по выходным
4. Возможность работать во время обучения
5. Оплата по частям, без процентов
6. Ознакомительное занятие (один день) **бесплатно**
7. Курсы для слушателей с любым уровнем подготовки
8. Обучение в разных регионах Германии

**ПРОГРАММЫ:**

1. Велнес массажист и консультант (ЗОЖ)
2. Оздоровительная Кинезиология
3. Психосоматическая Кинезиология
4. Остеопатические техники в сфере Велнес

**05325 – 206 36 82 • 0176 226 285 66**

**Закажите бесплатный пакет с программой обучения и узнайте адрес ближайшего к Вам места учёбы!**

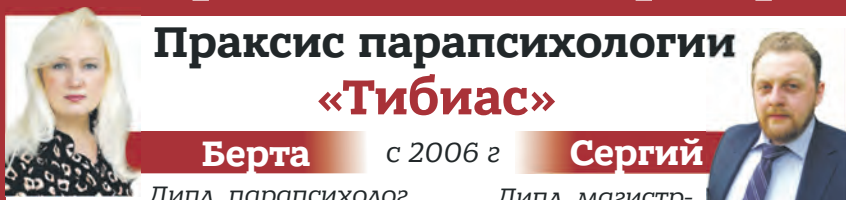


Anzeige

# Эзотерический Центр Берта



# Esoterik Zentrum Berta



## Практис парапсихологии «Тибиас»

**Берта** с 2006 г. **Сергей**

Дипл. парапсихолог, кармолог, ясновидящая, потомственная христианская целительница

Дипл. магистр-кармолог, потомственный христианский целитель

а также целители, ясновидящие, кристаллотерапевт, ароматерапевт и пирамидотерапевт

**Вас замучили несчастья, болезни, безденежье, проблемы с родными и на работе? Вы устали идти по жизни? Вас мучает депрессия?**

**Часовое гадание и любая диагностика на негатив 65 €**

**NLS-ДИАГНОСТИКА**  
Выявление любых отклонений в организме и болезней на ранней стадии!

**Весь набор услуг возможен для жителей любой страны по предварительной записи.**

Перед любыми обрядами – часовая диагностика (лично, по телефону, по WhatsApp).

**Обратитесь к нам и мы вам поможем!**

**БОНУС СКИДКА 10%**  
Бонус действует при предъявлении этой рекламы только до 31.01.2024

**ВЫСШАЯ МЕЖДУНАРОДНАЯ ЭЗОТЕРИЧЕСКАЯ ШКОЛА**  
г. КОБЛЕНЦ, ГЕРМАНИЯ

## «Астрал»

с 2011 г.

Единственная в мире школа, где можно получить профессиональные знания о карме и диплом магистра-кармолога по ее окончании



### Набор учащихся от 18 до 75 лет

**1 курс – кармолог** раскрытие талантов, магическая кулинария, отсечение негатива, одиночества, безденежья и т.д.

**2 курс – диплом кармолога** ангелология, кармология, христианское целительство, ясновидение, уровни астрала и т.д.

**3 курс – диплом магистра-кармолога** хиллеровские операции, кармология, кристаллотерапия, христианское целительство и т.д.

**Курс повышения квалификации «Магистр-класс» – диплом магистра-кармолога**

**100€ БОНУС**  
бонус действует при предъявлении этой рекламы только до 31.01.2024

## Магазин эзотерических товаров



## Aura Esoterikladen

с 2009 г.

**В магазине большой выбор всевозможных эзотерических товаров:**

- талисманы и амулеты;
- ароматические масла;
- карты Берты, Таро, Ленорман;
- магические и христианские свечи;
- ритуальные платья-балахоны;
- руны; маятники, магические палочки;
- волшебные эликсиры; благовония;
- меркабы и пирамиды;
- натуральные камни;
- иконы, четки, свечи;
- волшебные украшения и многое другое.

**СПЕШИТЕ ПОСЕТИТЬ НАС!**

**А для тех, кто живет очень далеко – наш бесплатный каталог в бумажном или цифровом варианте!**

**БОНУС СКИДКА 10%**  
Бонус действует при предъявлении этой рекламы только до 31.01.2024

## Издательство «Крилеон» с 2009 г.

### ЖУРНАЛЫ-ДВОЙНЯШКИ МИР ЭЗОТЕРИКИ • ТАЙНЫ ЗНАХАРЯ



**В бумажном и цифровом варианте**

### Два журнала – одна подписка

**На цифровые:**

**на 1 год (12 номеров) – 34,00 €**

**на 2 года (24 номера) – 68,00 €** (подарок – любой талисман, кроме серебра, на выбор)

**На бумажные:**

**на полгода (6 номеров) – 41,00 €**

**на год (12 номеров) – 81,00 €**

(подарок – любой талисман, кроме серебра, на выбор)  
**на 2 года (24 номера) – 162,00 €** (подарок – часовая консультация у Берты)

**БОНУС СКИДКА 10%**  
Бонус действует при предъявлении этой рекламы только до 31.01.2024



## Mix-Markt in Nordhorn • Westfalenstr.13 • 48529 Nordhorn



# НАШИ МАГАЗИНЫ

Перед тем как открыть супермаркет Mix-Markt, Даниэль Данила получил экономическое образование, успел поработать в компании «Monolith» и приобрести опыт работы в оптовом бизнесе. О магазине и не только молодой предприниматель рассказал в специальном интервью.

**– Даниэль, Ваше первое высшее образование никак не связано с торговлей. Почему решили уйти в бизнесмены?**

– В своё время я окончил Кишинёвский финансово-экономический университет, но так случилось, переехав в Германию, занялся совсем другим делом. А поскольку мне всегда хотелось чего-то большего, то однажды я принял решение уйти в «Monolith», где получил гораздо больше возможностей познакомиться с бизнесом, что называется изнутри. Этого и того, что я был дипломированным специалистом, пусть даже в другой сфере, оказалось вполне достаточно, чтобы стать во главе предприятия Mix-Markt.

**– Многие руководители данных супермаркетов, как правило, вырастают из сотрудников компании «Monolith». Скажите, а чем Вы занимались на предыдущем месте работы?**

– В этой компании очень хорошо налажена система обучения новых работников. И особенно на начальном этапе владельцам магазинов дают консультации и разъяснения по различным вопросам. Кстати, охотно делятся опытом, помогают советами и руководители высшего звена. Поначалу я сам прошёл обучение, а потом стал, как и многие другие сотрудники, обучать новичков и заниматься налаживанием производственного процесса, на-

правленного на развитие супермаркета.

**– Какой он – Ваш магазин? Чем выделяется на фоне всеобщей похоти?**

– Наше предприятие – магазин среднего размера, его торговая площадь составляет 700 кв. метров. Чем он выделяется?! Mix-Markt – торговая сеть единой концепции. Это означает, что все магазины работают по одному плану. Поэтому мы особо не стремимся выделить своё предприятие, а акцентируем своё внимание на работе. Стараемся во-

**вать своих покупателей?**

– Новогодними скидками, различными праздничными акциями и, конечно же, новыми вкусными новинками. Наш главный поставщик продуктов питания «Monolith», давно проанализировал предпочтения покупателей, а потому в ассортименте всегда есть свежие и всеми любимые продукты. Здесь, к примеру, в любое время года можно купить все необходимые ингредиенты для приготовления таких легендарных салатов, как «Оливье», «Селёдка под шубой». И здесь вы найдёте

**– Слушая Вас, вспомнилось с детства знакомое из Повешенко: «Мы приходим в магазин. В нём обилие витрин. Выбрать нужную покупку продавец поможет чуткий». Какова атмосфера в магазине, и как у вас с этой с чуткостью?**

– Сегодня в супермаркете работает стабильный коллектив, в котором сложилась дружеская атмосфера. И здесь рядом со мной трудится моя жена Елария. Каждый из нас готов прийти на помощь своим коллегам, когда это нужно и всегда чутко к тому, что происходит



всём идти навстречу своим покупателям, внимательно прислушиваемся к их мнению и запросам.

**– Думаю, что не только это заставляет покупателей снова и снова приходить в магазин и совершать покупки, а и то, что именно здесь в одном месте можно купить всё: конфеты и пряники, сыры и хлеб, женские колготки и татарские казаны, новогодние украшения и детские игрушки. Что мотивирует Вас развивать свой бизнес?**

– Открытие супермаркета – это не вынужденный шаг, а скорее личное развитие и финансовая свобода. Мне нравится то, что я делаю, и я рад, что дело это стало являться для меня главным мотиватором и источником вдохновения.

**– Время летит!.. Совсем скоро будут отмечаться новогодние праздники. Чем собираетесь радо-**

множество колбас, и аппетитное копчёное сало или «шпек», как его называют немцы. Всё чаще наши покупатели останавливают свой выбор на мясной продукции. Кстати, свежее мясо в наш магазин поставляют местные фермерские хозяйства.

**– Не за горами не только новогодние праздники, но и очередной сезон простуд. Есть ли в магазине такие продукты, как мята (отпугивает микробы и вирусы), мёд, финики (укрепляют иммунитет), которые можно использовать дополнительно к лекарствам?**

– На полках супермаркета представлены в достаточно широком ассортименте не только все эти упомянутые продукты, но и различные фрукты, начиная от яблок, груш и заканчивая апельсинами и мандаринами. В частности предприниматели из Польши поставляют чеснок, томаты, огурцы...

в магазине. Все мы стараемся быть внимательными к окружающим, быстро реагировать на обращения и просьбы покупателей.

**– Завершая беседу, хотелось бы пожелать всему вашему коллективу новых успехов и дальнейшего осуществления всего Вами задуманного! Хотелось бы поздравить всех вас с наступающими праздниками – Рождеством и Новым годом! Пусть последний месяц года принесёт коллективу только радость в общении с вашими покупателями и удовлетворение от того, что они нашли на полках вашего магазина всё, что душе угодно!**

*Беседовала  
Светлана Зименс*

**P.S.** Более подробную информацию о магазинах Mix-Markt можно найти на сайте компании: [www.mixmarkt.eu](http://www.mixmarkt.eu)



# ЗНАКОМСТВА

## ОН ИЩЕТ ЕЁ

Он, 45/170/60, одинокий, взрослые дети, работаю, не курю, ответственный. Очень вкусно готовлю. Жду тебя. Хочу тебя баловать. Виталий. NRW + Niedersachsen. Tel.: 0179-4234551, WhatsApp: 0152-12492751

Он, 48/172/80, ищет женщину для инных, приятных встреч, р-он Hannover +/- 50-70 км. Tel.: 0176-62812944

Он, 56/182/82, ищет её. Tel.: 0152-02332243, WhatsApp: 0152-26023389

Он, 45/186/90, без вредных привычек, работающий, ответственный, познакомится с порядочной женщиной, до 45 лет. Мюнхен и окрестности, Бавария. Tel.: 0152-09730779

Познакомлюсь с женщиной, проживающей недалеко от города Bremen. Мне 56. Tel.: 0176-47048461, WhatsApp.

Он, 46/173/80, одинокий, ищу её, желательнее без детей, для серьёзных отношений. Не курю, работаю. Köln/Bonn + 100 км. Tel.: 0160-1446626, WhatsApp.

Я, 57/185/90, ищу женщину, до 55 лет, для серьёзных отношений, р-н Минден + 50 км. Tel.: 0162-8206694

Латыш, 67/170/78, познакомлюсь с женщиной для серьёзных отношений. Hamburg. Tel.: 0176-57681940

Он, 66/171/78, ищет женщину, до 60 лет, для приятных отношений, Münsterland. Tel.: 0176-78266688

Он, 52/182/77, без вредных привычек, мат. обеспечен, познаком. со стройной брюнеткой, от 48 до 54, в/о, звонить после 17:00. BW. Tel.: 9905862 BW.

Он, 62 года, NRW-Rahden + 50 км, познакомлюсь с жен., 57-65 лет, для сер. отнош. Подробности при встрече, звонить после 17:00. Tel.: 0176-43471360

Он, 59/177/75, без в/п, не пьёт, не курит, ищу женщину для серьёзных отношений, Hamburg. Tel.: 0152-23505631, можно SMS.

## ОНА ИЩЕТ ЕГО

Я, 62/160/65, ищу мужчину для серьёзных отношений, до 66 лет. Район Бонн, Кёльн. Tel.: 0151-22269167

Я, 66/160/70, ищет его, до 70 лет, без в/п, для серьёзных отношений, Geseke. Tel.: 0179-1277650

**БРАК в ДАНИИ за 1 день**

- ♥ Бесплатная консультация и сопровождение;
- ♥ Апостиль и легализация;
- ♥ Доставка нашим транспортом;
- ♥ Оплата в день регистрации.

www.blitz-ehe.de  
☎ 0221-828 21 500  
+49 176-243 80 657

Я, 62/158/57, познакомлюсь для серьёзных отношений с мужч., до 67 лет. Tel.: 0176-30146099

Она, 50 лет, стройная, одинокая, взрослая дочь, хорошо владею немецким, приезжаю по визе 2.12-29.12, хочу познакомиться с тобой, 50-58 лет, для совместной жизни, замужества, переезда, родственники в Германии. Tel.: +79898124153, WhatsApp: +4915773684888

**ПРОДАЖА И УСТАНОВКА СОЛНЕЧНЫХ ПАНЕЛЕЙ**

- фотовольтаика
- инверторы
- аккумуляторы

☎ Звоните: +491712146471

Вдова, 72/153/70. Познакомлюсь с мужчиной моего возраста, надёжного и порядочного. BW. Tel.: 07422-2579475, Mob.: 0179-3232891

Мне 56/170/70, ищу мужчину для серьёзных отношений. Heidelberg. Tel.: 0152-53723365

Познакомлюсь с мужчиной для с/о, 58-66 лет, надёжным, лидером в отношениях. Tel.: 0176-34531676

Flensburg, 66 лет, ищу русского немца для с/с, веду здоровый образ жизни, активная, возможен переезд в Россию, звонить после 18:00. Tel.: 0461-40834600

Галина, 65/165/70, живу в Калининграде, познакомлюсь с мужчиной для серьёзных отношений. Tel.: +79062127558

Она, 72/158/70, познакомлюсь с мужч. до 70 лет, для с/о, р-н Stade + 50 км, NDS. Tel.: 0174-5803297, WhatsApp.

## Традиция украшать ёлку родилась в Германии

Снова наступил тот долгожданный день, когда в доме запахло еловыми ветками, а разноцветные гирлянды олицетворяют главный символ празднования Рождества Христова и Нового года. Но знаете ли вы, что известная всему миру традиция, родилась в Германии? Откуда берёт своё начало рождественская ель? Подробности приводит I am Expat.

### Традиция родилась в 1500-е годы

Обычай приносить деревья в дом, чтобы украсить их мишурой, огнями и гирляндами, уже давно стала привычной всему миру. Однако своё начало история берёт в Германии. Украшение домов еловыми ветками в холодное время года было обычной практикой ещё задолго до христианства. Однако первая по-настоящему рождественская ель была замечена в Германии примерно в 1500-е годы. История гласит, что в 1510 году группа немецких купцов, ко-

торые были членами гильдии «Братство Черноголовых», установили ель возле своей штаб-квартиры. Чтобы отпраздновать рождение Иисуса Христа они подожгли дерево.

### Легенда о Мартине Лютере

С тех пор традиция распространилась по всей Германии. К середине 16 века деревья устанавливались на городских площадях по всей стране. Их украшали бумажными цветами и кренделями, а затем зажигали огни, чтобы отпраздновать Рождество.

Начало этой традиции в Германии часто приписывают протестантскому реформатору 16-го века Мартину Лютеру. Однако историки всё же утверждают, что первые рождественские ели появились в стране уже спустя годы после его смерти в 1546 году. Несмотря на расхождение фактов, легенда гласит, что идея с украшенным деревом пришла Лютеру в голову в 1536 году, когда он гулял по сосновому лесу и любовался тем, как свет звёзд блестел сквозь ели и сосны.

### Из Германии по всему миру

По мере того, как традиция украшать ёлки на Рождество, вышла за пределы Германии, тенденция начала распространяться по всему миру. Немецкие переселенцы в Пенсильвании дали старт традиции в Америке, а муж королевы Виктории, немецкий принц Альберт, как говорят, экспортировал эту традицию и в Соединённое Королевство. Вскоре после этого рождественские ёлки стали модным явлением во всех высших домах Европы.

Кстати, первые ёлочные игрушки также появились в Германии. Так, стеклянные шары были созданы в Тюрингии где-то в период между 1550 и 1609 годами. В 1850 х немецкий учёный Юстус фон Либих добавил к шарам раствор нитрата серебра, придав им блестящий, отражающий вид. С тех пор художники смогли рисовать на них самые разные узоры.

Ирина Шмидт

**ЧАГА - гриб** 

**50€ КГ.**

**Лекарственный**

**Доставка БЕСПЛАТНО**

Чага мощнейший иммуномодулятор! Используют для профилактики и лечения желудочно-кишечного тракта, болезней печени, онкологии. На 1 литр воды - 30 грамм чаги.

☎ +420 776 464 760

**ХУДЕЕМ ЭФФЕКТИВНО!**

**НОВЕЙШИЕ ПРОДУКТЫ**

Результат с первых дней!

☎ 05452-917 839

**НОВИНКИ СЕЗОНА!**

**ПРЕКРАСНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ СНИЖЕНИЯ ВЕСА от 5 до 10 кг в месяц**

Предлагаются скидки, премия продукта и ПОДАРОК!

☎ 08631-160 44 28  
Mob.: 0151-576 94 547

**MANNSTREU**

Roman zur schweren Geschichte der Deutschen in Russland zur Sowjetzeit. Schwerpunkt: Aussiedlung 1941 der Wolgarepublik, Trudarmee, Schicksal der Frauen beim Fischfang im hohen Norden.

**NEU**

**„Russland, deine Deutschen“**

Das Buch „Russland, deine Deutschen“ spannt einen geschichtlichen Bogen vom 17. Jahrhundert bis in die Gegenwart. Dazu versammelt Kurt Wilhelm in dem Buch die Lebensgeschichten einiger herausragender Deutscher samt ihrer Spuren in der Geschichte.

**Stolze Geduld**

В этой книге собраны документы, воспоминания трудармейцев, поимённо названы все 6.509 фамилий узников Тагиллага и опубликовано множество фотографий трудармейцев. О дальнейшей их судьбе можно также узнать в книге...

**Stolze Geduld Gedenkbuch 3 BÄNDER**

Zum Gedenken der Deutschen der Sowjetunion der Gefangenen des ABL Bakalbau & Tscheljabmetallurgiebau. Новое 3-х томное издание-книга памяти немец-трудармейцев ИТЛ Бакалстрой-Челябметаллургстрой. Фамилии всех указаны...

Эти книги можно заказать по телефону: **040 - 792 55 02** (Mo.-So.: 14:00 - 22:00 Uhr)

**ЛУЧШИЙ ПОДАРОК!**

**ЗНАКОМСТВА**

Рубрика „Знакомства“  
Вы создадите с помощью нашей газеты счастливую семью!

**Купон частного объявления**  
Заполните, пожалуйста, печатными буквами купон, вырежьте, положите в конверт с четырьмя почтовыми марками по 1,60 € или 8 марок по 0,85 € и отправьте по адресу: **Zeitung Aussiedlerbote, Schützenstrasse 13, 27449 Kutenholz.**  
Конверты с другими почтовыми марками и без почтовых марок не принимаются!  
Текст объявления (до 200 знаков)

Ваши данные (не публикуются)

Имя, фамилия \_\_\_\_\_  
Адрес \_\_\_\_\_  
Телефон / e-Mail \_\_\_\_\_  
Ort, Datum \_\_\_\_\_ rechtsbindende Unterschrift **(Обязательно!)**

Объявления принимаются на купоне из газеты **только с почтовыми марками!** Редакция оставляет за собой право редактировать тексты объявления или отказывать в их публикации. Объявления по телефону или факсу не принимаются.



# Обед по правилам фэн-шуй

## Полезна ли диета пяти элементов?

Смысл её прост: по постулатам восточной философии, каждый продукт соответствует одному из элементов – дереву, огню, земле, металлу и воде.

Уже не первый год китайская кухня считается модной во всех её проявлениях – от тематических ресторанчиков до разнообразных диет. Одна из самых популярных – это питание по системе «пяти элементов». Смысл её прост: по постулатам восточной философии, каждый продукт соответствует одному из элементов – дереву, огню, земле, металлу и воде. О преимуществах и «подводных камнях» такой диеты рассказали специалисты.

### Мясо – греет, салат – расслабляет

Оптимальное меню для каждого человека индивидуально, и правильно составить его может только диетолог, в идеале – специалист по китайской медицине. Но если вы не намерены углубляться в восточную философию, можно практиковать и адаптированную версию диеты. Главное – следовать основным её принципам.

Так, во время готовки блю-

да должен соблюдаться цикл элементов – например, за стихию огня отвечает тепловая обработка продуктов, а за металл – добавление специй. Также в составе должны присутствовать все пять вкусов – соответственно, кислый, горький, сладкий, острый и солёный. Блюдо, приготовленное в соответствии с такой системой, формаль-

Подобные блюда согревают изнутри и стимулируют кровоток. Такими свойствами обладают мясо, рыба и красное вино, а также фрукты и овощи, созревающие на поверхности земли.

В свою очередь, продукты с энергией инь – в основном растительного происхождения. Такая еда, наоборот, успокаивает и помогает



но отличается от обычного лишь последовательностью закладки продуктов, а по словам практикующих – энергетической ценностью.

Ещё один пункт: все продукты считаются носителями одной из двух энергий – ян и инь. Блюда, где они уравновешены, оценивают как нейтральные. В частности, к продуктам ян относится пища горячая, жареная, обильно одобренная специями.

снять напряжение. Свойства инь есть у соков, молока, яиц, бобовых и корнеплодов. В зависимости от стихии продукты могут оказывать на еду то или иное воздействие, например согревающее, нейтральное или охлаждающее.

### Быстро похудеть не получится

Диета пяти элементов способна нормализовать обмен веществ, эффективно

выводит из организма шлаки и лишнюю жидкость, поясняют диетологи. Однако такая система питания не даст быстрого результата. Хотя один из её плюсов – то, что вам не грозит острый дефицит веществ, как бывает, например, во время монодиет. Тем самым снижается риск «сорваться» и совершить налёт на холодильник.

Однако «подводным камнем» такой диеты может стать непонимание того, чего действительно просит организм. Например, если хочется сладкого, согласно принципу пяти элементов, нужно вам не пирожное, а именно продукты, соответствующие элементу земли. Это может быть тарелка овсянки или стакан молока. Здесь важно прислушиваться к себе – после приёма пищи вы не должны испытывать дискомфорта, тяжести в животе.

Ещё одна загвоздка: практически в каждое блюдо по этой системе добавляются специи. По словам диетолога, такое обилие приправ стимулирует активное выделение желудочного сока, побуждая съесть больше, чем хотелось изначально. Возможно, такое питание и будет сбалансированным, но о том, чтобы быстро сбросить вес тут даже речи не будет.

«Ложкой дёгтя» для желающих питаться «по фэн-шуй» будет и то, что, с точки зрения такой диеты свежие замороженные продукты и блюда, приготовленные в микроволновке безжизненны и бесполезны. Особенно этот подход неудобен тем, кто часто обедает в офисе. Разогреть и готовить диетологи советуют в мультиварке или аэрогриле.

### Идеальный завтрак – овсянка и гречка

К плюсам диеты специалисты относят чётко прописанное время для каждого

приёма пищи. В частности, для завтрака это период с семи до девяти утра. Желудок в это время предельно активен – можно завтракать плотно и не бояться располнеть.

Идеальный вариант для утренней «подзаправки» – каша на воде, например, овсянка со слегка проваренными фруктами или гречка. Они вполне соответствуют циклу пяти элементов. К тому же варёные злаки перевариваются долго и без усилий. Это позволяет долго не ощущать голода.

Подходящий период для обеда – с одиннадцати до часу дня, когда активно сердце. В это время стоит съесть мясо или рыбу с гарниром из салата, который лучше готовить с растительным маслом – витамины лучше растворяются в нём и быстрее усваиваются.

Кстати, исходя из этой программы, диетическое меню можно успешно менять. Так, гармоничное блюдо выйдет, если совместить «горячую» жареную отбивную с «холодным» овощным салатом и «нейтральным» рисовым гарниром.

А вот с семи до девяти вечера желудок лучше не перегружать. Всё съеденное в это время попросту до утра пролежит в желудке, ведь организм сосредоточится не на пищеварении, а на восстановлении своих функций. Если уж совсем голодны, съешьте немного бульона, или порцию запечённых овощей.

И все же даже такую «лояльную» диету специалисты советуют начинать постепенно. Если накануне вы обильно поели, а с утра начали голодать, вы подвергаете организм огромному стрессу.

Евгения Кривицкая

### ХОТИТЕ ВЫУЧИТЬ НЕМЕЦКИЙ?

Ваш незаменимый помощник — ежемесячный журнал с параллельными текстами на русском и немецком языках

## DEUTSCH-RUSSISCHER KURIER

Вы учите немецкий в игровой форме с помощью языковых кроссвордов и получаете важную информацию:

- законы, советы, помогающие сэкономить деньги
- интервью, история российских немцев
- события в Германии и СНГ
- бесплатные частные объявления

поможем найти ваших знакомых в Германии и многие другие преимущества для наших подписчиков

СТОИМОСТЬ ПОДПИСКИ

6 мес. - 10 €

1 год - 19 €

Выходим 28 лет!

0631-414 53 81 с 14 до 16 часов

e-mail: deuruskurier@t-online.de

Да, я хочу подписаться на **DEUTSCH-RUSSISCHER KURIER**

на полгода, начиная с текущего месяца (**6 номеров**), за **10 €**

на год, начиная с текущего месяца (**12 номеров**), за **19 €**

ФАМИЛИЯ, ИМЯ \_\_\_\_\_

( \_\_\_\_\_ )

(ПОЧТОВЫЙ ИНДЕКС) ГОРОД \_\_\_\_\_

УЛИЦА \_\_\_\_\_

ТЕЛЕФОН \_\_\_\_\_

Вы...

местный немец       контингентный беженец

прочее       переселенец

ОТКУДА ВЫ ПРИЕХАЛИ? \_\_\_\_\_

Вырежьте купон и пошлите по адресу: **DEUTSCH-RUSSISCHER KURIER** Ottostr. 10, 67657 Kaiserslautern

отказ от продолжения подписки не позднее 4-х недель до ее окончания

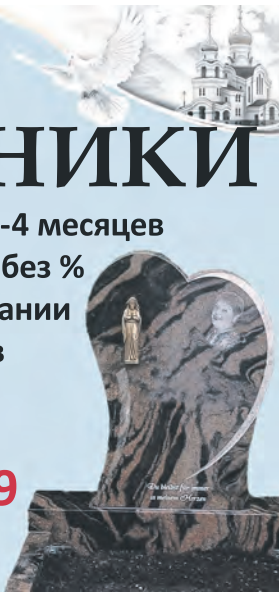
# Granithandel ПАМЯТНИКИ

- Установка в течение 3-4 месяцев
- Продажа в рассрочку без %
- Работаем по всей Германии
- Гравировка портретов
- Высокое качество
- Доступные цены

**05251 - 69 84 609**

**0176 - 63 48 51 64**

[www.granit-1.de](http://www.granit-1.de)



Elina-St  
**ПАМЯТНИКИ**  
Монтаж по всей Германии  
Памятники из украинских натуральных камней.  
Высокое качество!  
Низкие цены!  
Высылаем каталог бесплатно!  
Штутгарт: (0711) 870 906 83 / 73  
Мюнхен: (089) 50 00 44 10  
Берлин: (030) 22 01 92 30  
Email: steine@elina-st.de  
Internet: www.steine.elina-st.de

**ИЩЕМ ВОДИТЕЛЕЙ до 3,5 т**  
также с Вашим АВТО  
только из г. Нюрнберг + 100 км  
**0176 - 84 119 564**

РАБОТАЕМ ПО ВСЕЙ ГЕРМАНИИ!  
**ПАМЯТНИКИ**  
[www.alberg-natursteine.de](http://www.alberg-natursteine.de)  
Телефон центрального офиса:  
**07551-958 99 90**  
info@alberg-natursteine.de  
Гарантия 25 лет на фундамент и стабильность конструкции

Личная консультация директора компании с выездом в Ваш город

**ПРИ ЗАКАЗЕ ВАЗА В ПОДАРОК!**

**ЗАКАЖИТЕ БЕСПЛАТНЫЙ КАТАЛОГ**

Alle Darstellungen sind gemeinschaftsgeschmacksmustergeschützt. © Kurz Natursteine GmbH. Alle Verstöße werden geahndet und gerichtlich verfolgt. Alle Preise sind unverbindlich.

**ПАМЯТНИКИ HEIDEBRECHT** [www.granitt.de](http://www.granitt.de)  
**0160-96 85 28 02 – Mobil**  
**02922-95 91 45**  
Vertretung Kassel, Firma FLS  
0561 - 86 16 26 55  
Vertretung Berlin, Firma BSH Berlin  
030-54 081 726

Работаем по всей Германии  
Низкие цены. Высокое качество  
Возможна оплата в рассрочку

При заказе памятника, гравировка портрета **БЕСПЛАТНО!**

**РЫБОЛОВНЫЙ БИЛЕТ Angelschule Schill**  
КУРСЫ И СДАЧА ЭКЗАМЕНА на РУССКОМ - НЕМЕЦКОМ БОЛГАРСКОМ ЯЗЫКАХ  
06831-966 43 28  
0179-49 06 177  
[www.angelschein-schill.de](http://www.angelschein-schill.de)

**ПАМЯТНИКИ**  
РАБОТАЕМ ПО ВСЕЙ ГЕРМАНИИ  
**BREMEN**  
☎ **0421 - 49 06 38**  
☎ **0170 - 96 69 639**  
Büro:  
Hastedter Heerstr. 249  
28207 Bremen  
[www.grabmale-pfaff.de](http://www.grabmale-pfaff.de)  
**ВЫСЛАЕМ БЕСПЛАТНЫЙ КАТАЛОГ**

- Низкие цены
- Большой опыт
- Гравировка портрета

Grabsteine Schulz GmbH  
**ПАМЯТНИКИ**

**БЕСПЛАТНО:**

- Высылаем каталог
- Консультация на дому
- Гравировка портрета

- Цена от расхода материала
- При заказе памятника от 3 500 € **СКИДКА 10%**
- Гарантия на работу 25 лет

Работаем по ВСЕЙ Германии  
Тел. **05292 – 93 23 700**  
Моб. **0157 – 830 40 182**  
[www.grabsteine-schulz.com](http://www.grabsteine-schulz.com)

**ПРОДАЖА И УСТАНОВКА СОЛНЕЧНЫХ ПАНЕЛЕЙ**

- фотовольтаика
- инверторы
- аккумуляторы

☎ Звоните: +491712146471

Ищу работу по уходу за пожилыми людьми с проживанием.  
Tel.: 00380974318686, Людмила  
Viber и WhatsApp

**АВТОМОБИЛИ В КРЕДИТ**

- Бар-кредит, также для начин. предприн.
- Авто кредит, лизинг (LKW, PKW)
- Купим Ваш автомобиль

Рассмотрим все случаи финансирования!

[www.auto-welt-technik.net](http://www.auto-welt-technik.net)  
☎ 04171-136 81 55 • 0157-56454363

ПРОДАЁТСЯ  
**2-Х КМ. КВАРТИРА**  
30,000 УЕ. В ПМР г. ТИРАСПОЛЬ.  
КВАРТИРА СУХАЯ И ТЁПЛАЯ С РЕМОНТОМ НА 1 ЭТ. ОБЩАЯ ПЛ. 52,2 КВ. МЕТРА.  
ТЕХНИКА И МЕБЕЛЬ В ПОДАРОК.  
ПОДРОБНОСТИ ПО ТЕЛЕФОНУ  
VIBER: +37 377 789 747  
VIBER: +38 099 530 4278

**Памятники • Grabmale**

UNSERE AUSSTELLUNGEN:  
Berlin 030 - 551 593 70  
Köln 0221 - 599 996 30  
Kerpen 02237 - 974 63 05  
Nürnberg 0911 - 669 977 35

WIR LIEFERN NACH:  
Aachen, Bonn, Düsseldorf, Bremen, Dortmund, Essen, Frankfurt, Heilbronn, Karlsruhe, Kassel, Kaiserslautern, Koblenz, Paderborn, Stuttgart, Schweinfurt, Würzburg

БЕСПЛАТНЫЙ КАТАЛОГ ПО ТЕЛЕФОНУ (ZENTRALE): **0221 - 599 996 30**  
РАБОТАЕМ ПО ВСЕЙ ГЕРМАНИИ  
☎ **0177-833 93 09**

Огромный выбор памятников на портале:  
[www.pomni.de](http://www.pomni.de)

**РЕМОНТ КВАРТИР И ДОМОВ**  
Качественно, быстро, недорого!  
Профессиональный ремонт от косметического до комплексного: сантехника, плитка, двери, потолки, дизайн

**БЕСПЛАТНО:** Звоните и пишите  
• Консультация с выездом  
• Составление сметы

☎ **+491712146471**

**TOURBURO**  
Ihr Partner für Ost-Europa Reisen **БОЛЕЕ 25 ЛЕТ НА ТУРИСТИЧЕСКОМ РЫНКЕ!**  
Полёты в Россию из Калининграда по низким ценам  
Доставка в Калининград автобусом / микроавтобусом

ПРИЁМ и выход из ГРАЖДАНСТВА РФ  
Визы в РФ от 1 дня до 5-ти лет! **ПРОДАЖА АВИАБИЛЕТОВ**

ПОМОЩЬ В ОБМЕНЕ РОССИЙСКИХ ПАСПОРТОВ  
в т. ч. давно просроченных, без посещения консульства

**В декабре 2023 г.**  
в городах Ганновер, Гамбург, Бремерхафен  
БУДЕТ ОСУЩЕСТВЛЯТЬСЯ  
выдача пенсионных справок  
СОВМЕСТНО С ПРИЁМОМ ДОКУМЕНТОВ НА НОВЫЕ  
БИОМЕТРИЧЕСКИЕ **паспорта РФ.**  
Продолжается запись на последующие месяцы

☎ **040 210 071 91** • ☎ **+49 176 246 831 79**  
[www.tourbuero.de](http://www.tourbuero.de) • E-Mail: [info@tourbuero.de](mailto:info@tourbuero.de)

**TOURBURO**  
Hamburger Str. 159  
22083 Hamburg

**ВРЕМЯ ВЫБИРАТЬ ПРОШЛО!**  
Картина ТВ – лучший  
и САМЫЙ НАДЕЖНЫЙ ПОСТАВЩИК РУССКОЯЗЫЧНОГО ТВ

ТЕЛЕВИДЕНИЕ • ВИДЕОТЕКА  
официальный **kartina.tv** дилер  
**KARTINA.TV**

Звоните и заказывайте!  
**02303 – 94 77 150**  
**0171 – 40 55 559**