

# Вестник

## ZEITUNG AUSSIEDLERBOTE

**ГРАМОТНО И БЫСТРО ОФОРМЛЮ КРЕДИТ**  
www.tvoy-kredit.de  
05443- 92 92 520  
0176- 413 93 729

**5 ГОРНОЛЫЖНЫХ КУРОРТОВ В ГЕРМАНИИ**

Erscheint monatlich – bundesweit  
www.aussiedlerbote.de

**Januar 2024**  
209. Ausgabe

СТР. 3

**Что делать с ёлкой после праздников?**

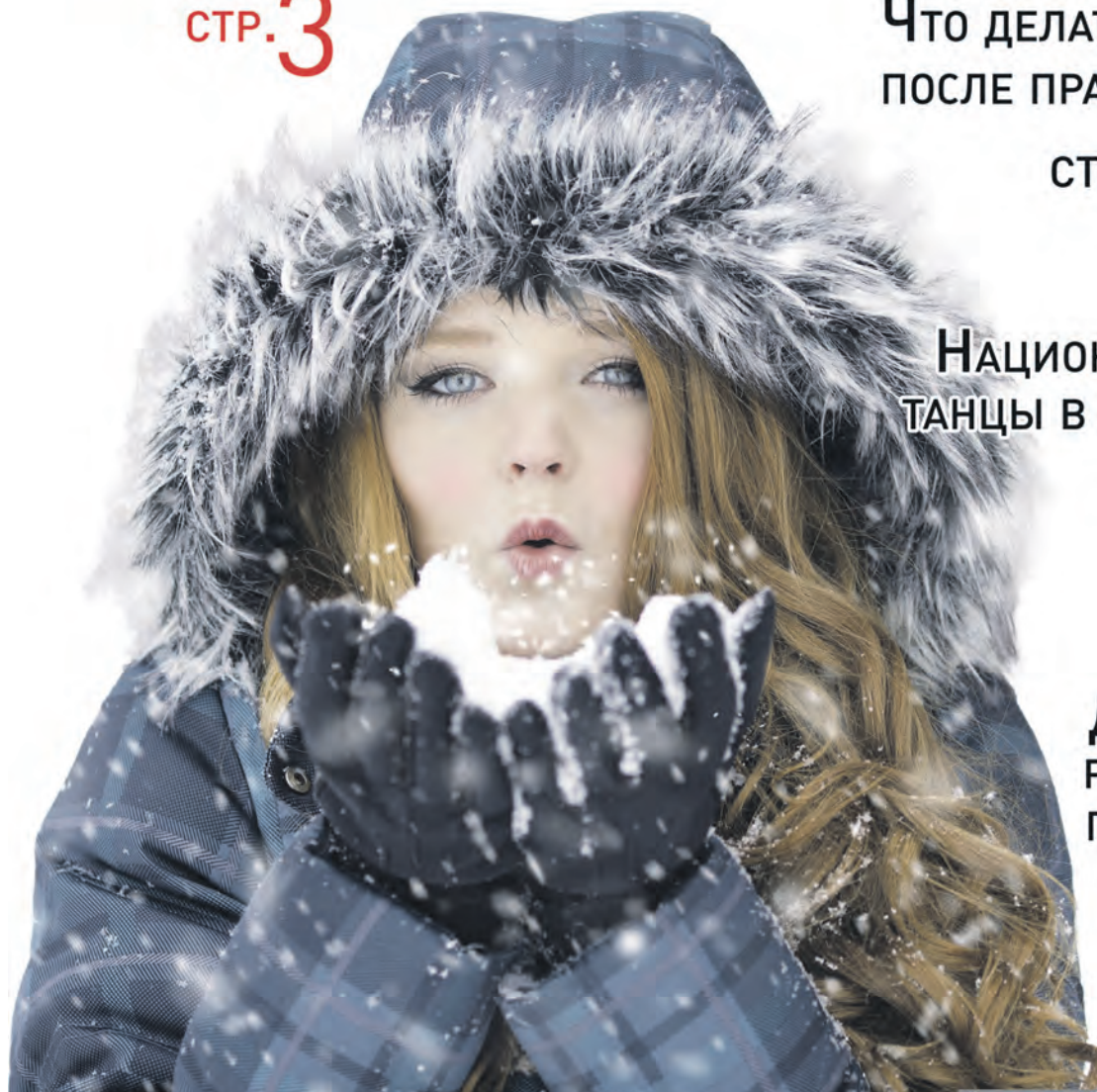
СТР. 5

**НАЦИОНАЛЬНЫЕ ТАНЦЫ В ГЕРМАНИИ**

СТР. 9

**ДУШЕВНОЕ РАВНОВЕСИЕ ПРИ ПЛОХИХ НОВОСТЯХ**

СТР. 10



**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!

С новым 2024 годом! С новым счастьем! Так прозвучали наши пожелания друг другу в полночь с 31 декабря на 1 января... Январь радует нас снегом и морозцем. Детские каникулы дают возможность пообщаться всей семьёй, посетить снежные места, оборудованные для удивительно-го лыжно-санного отдыха зимой, приносящего радостное чувство счастья.

Что такое счастье? Нашёл понравившийся мне ответ в стихах Ирины Самариной-Лабиринт:

«Привыкайте счастливыми быть! Просыпаться с улыбкой лучистой... И со взглядом, по детскому, чистым, привыкайте друг друга любить... Привыкайте добро замечать и ценить то, что жизнью даётся... И за счастьем бежать не придётся. Будет счастье за вами бежать!.. Научитесь прощения просить и прощать... Вам судьба улыбнётся. И весна в вашу душу вернётся! Привыкайте счастливыми быть...»

Запомнилась прочитанная где-то фраза: «Счастье начинается с маленьких побед над плохим настроением!». На самом деле способность быть счастливым заложена в каждом из нас. Только сами мы сможем сделать себя радостным и безмятежным. Просто надо захотеть и включить в себе желание быть счастливым! И перестать круглосуточно заикливаться на неудачах, дискомфортном самочувствии, на рождающихся подсознательные страхи медийных сообщениях...

Попробуем настроить себя на то, что, будучи в плохом настроении, срочно переключаться на положительные эмоции. Загореться желанием стать открытым для восприятия красоты окружающей нас природы и любых радостных мелочей, происходящих с нами в повседневной жизни. Примеры неисчерпаемы: ранний подъём для встречи восхода солнца, приветствие и улыбка соседей, утренняя традиция совместного семейного завтрака, чашечка ароматного чая после напряжённого рабочего дня... И, разве не прекрасно, если у вас есть друзья, у которых всегда найдётся время выслушать вас? А отношения с детьми или родителями можно назвать доверительными?

Счастье всегда рядом, нужно только научиться его замечать, а вечером перед сном вспомнить с благодарностью всё доброе, что сегодня произошло с вами. Мысли материальны! Радостные мысли непременно вернуться к нам новыми радостными жизненными ситуациями.

От имени коллектива газеты «Переселенческий Вестник» я хочу всем сегодня пожелать счастья в наступившем году! Я имею в виду, в первую очередь, те короткие мгновения, которые будут радовать вас каждый день. Счастья, благополучия, удачи во всех новых начинаниях, здоровья всем вам и вашим близким! Мир вашему дому!

Евгений Гептин  
Главный редактор

### Liebe Vereinsmitglieder!

Jeden Samstag von 11:00 bis 13:00 Uhr sind wir für Euch persönlich im Büro:  
Böhmkenstraße 18, 20459 Hamburg oder schreiben Sie uns eine E-Mail: [info.hvdar@gmx.de](mailto:info.hvdar@gmx.de)

Wir suchen freiwillige Mitarbeiter für die ehrenamtlichen Aufgaben in unserem Verein bei der Kinder- und Jugendarbeit, Musikunterricht und Chorleitung, Deutsch-Sprachkurse und Integrationsarbeit. Bitte sich unter E-Mail: [info.hvdar@gmx.de](mailto:info.hvdar@gmx.de) melden.

Neue Seniorengruppen in Hamburg-Osdorf, Bergedorf und Harburg laden Sie ein!  
Treffen, Diskussionen, Ausflüge.

Wir suchen neue Teilnehmer für die Chorgruppen "Hoffnung" und "Abendstern".

Aufgrund von vielen Anfragen teilt der Hamburger Verein der Deutschen aus Russland e. V. mit, dass ab sofort die Seniorengruppe mit ABC-Treffen im Hamburg-Neugraben ihre Arbeit aufnimmt.

Gruppenleiterin: Valentina Mjacin • Telefon zur Anmeldung: 0176 - 415 321 60

Treffpunkt: „Striopensaal“ im Striepenweg 40, 21147 Hamburg

Uhrzeit: Dienstags von 16:00 bis 18:00 Uhr. Herzlich willkommen!

Unsere aktuellen Angebote für gemeinsame Aktivitäten können Sie auf unserer Webseite finden:

[www.hvdar.de](http://www.hvdar.de) • Tel.: 0176 - 42955 474

[info.hvdar@gmx.de](mailto:info.hvdar@gmx.de) Vorstand des HVDaR e.V.



**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](http://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

**pbbi**  
Psychologisches Beratungs- und Betreuungsinstitut

- Подготовка и сдача на русском языке
- Опыт работы более 20 лет
- Работаем качественно и по стандарту DIN EN ISO 9001

Информация бесплатная и ни к чему не обязывает

[www.pbbi.de](http://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 04 320  
Dortmund 02374 - 510 38 211  
Nordrhein 0511 - 210 38 211  
Nordrhein 0931 - 210 38 211  
Cuppington 0751 - 888 65 868  
Frankfurt 0176 - 66 65 27 95  
Nürnberg 0911 - 520 99 030

**0800 - 588 85 43**

**MPU-Test с нами сдают все!**

[www.empirie-mpu.de](http://www.empirie-mpu.de)

**НАПИШЕМ И РАЗМЕСТИМ РЕКЛАМНУЮ СТАТЬЮ О ВАС И ВАШЕМ БИЗНЕСЕ!**

наш опыт работы 30 ЛЕТ

**Переселенческий Вестник**

04762 - 18 32 32  
[werbung@aussiedlerbote.de](mailto:werbung@aussiedlerbote.de)

[www.aussiedlerbote.de](http://www.aussiedlerbote.de)

### IMPRESSUM

Zeitung «Aussiedlerbote»  
Erscheint monatlich, bundesweit

**Переселенческий Вестник**  
ZEITUNG AUSSIEDLERBOTE

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](mailto:e.geptin@aussiedlerbote.de) • Web: [www.aussiedlerbote.de](http://www.aussiedlerbote.de)

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

**Werbung / Anzeigenleitung:** Marina Barysheva  
Tel.: 04762 - 18 32 32 • eMail: [werbung@aussiedlerbote.de](mailto: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.



# Пять замечательных горнолыжных курортов в Германии

Катание на лыжах в Германии может подарить массу положительных эмоций. Главное выбрать подходящий горнолыжный курорт. Хотим порекомендовать пять мест, где особенно интересно будет провести время.

## Winterberg

Катание на лыжах в Германии особенно пользуется популярностью в земле Северный Рейн-Вестфалия. Винтерберг охватывает восемь горнолыжных ку-

рортов с 81-й трассой для начинающих и опытных лыжников.

Благодаря тому, что большинство склонов подходят для семейного отдыха, а также наличие множества санных трасс, этот горнолыжный курорт в Германии станет отличным выбором для всей семьи.

## Garmisch-Partenkirchen

Планируется зимний отдых всей семьёй? Горнолыжный курорт Гармиш-Партенкирхен сочетает в себе лучшее

из обоих миров: множество развлечений для взрослых и детей на горнолыжном курорте Kletter- und Skigebiet Garmisch-Classic в сочетании с легендарной высотой 2.962 м горы Zugspitze, расположенной на границе с Австрией.

Помимо канатных дорог, зубчатого поезда и 20 километров удивительных лыжных трасс, на вершине Zugspitze также есть ледяная деревня, несколько первоклассных ресторанов и открывается потрясающий вид.

## Feldberg

На горнолыжном курорте Фельдберг есть трассы, подходящие для лыжников любого уровня, от трассы для начинающих до трасс Кубка мира FIS. Этот немецкий горнолыжный курорт, расположенный недалеко от Швейцарии, находится в Шварцвальде.

Помимо катания на горных лыжах и сноуборде, также можно насладиться другими зимними развлечениями: ходьбой на снегоступах и сноукайтинге. Есть также различные рестораны, где можно подготовиться

к зимним развлечениям, попробовав традиционные немецкие блюда.

## Großer Arber

Крупнейший и один из самых популярных семейных горнолыжных курортов в Баварском лесу. Лыжи, сноуборд, санки и мн. др. – это

ной кухни. Здесь можно перекусить в перерывах между катанием.

## Oberjoch Bad Hindelang

Горнолыжный курорт Оберйох подходит для семейного катания на лыжах. Одной из главных достопримечательностей этого

## Студенты в Германии получают дешевый Deutschlandticket



Студенты Германии смогут ездить на общественном транспорте по всей стране по сниженной цене в рамках нового предложения Deutschlandticket: согласно новым планам федерального правительства и правительств земель, проезд в местном и региональном общественном транспорте будет стоить 29,40 евро в месяц для тех, кто учится в Германии.

Снижение цен, составляющее 60 % от стоимости обычного билета за 49 евро, вероятно, вступит в силу начиная с летнего семестра. Студенты уже могут получить более дешёвый проездной в виде семестрового билета. Но этот шаг позволит создать единый билет, который студенты смогут использовать по всей Германии, как это происходит с билетом Deutschlandticket стоимостью 49 евро.

Министр транспорта земли Северный Рейн-Вестфалия Оливер Кришер (Oliver Krischer) назвал это соглашение

прорывом, который положительно скажется на жизни около трёх миллионов студентов. По словам Кришера, новое предложение может начать действовать уже следующим летом при условии, что общие студенческие комитеты заключат соответствующие соглашения.

Министр транспорта Фолькер Виссинг (Volker Wissing), представитель Свободных демократов (СвДП), сказал, что он рад тому, что соглашение было достигнуто. «С помощью семестрового билета Deutschlandticket мы навсегда приобретаем к общественному транспорту более молодую группу пассажиров», – сказал он.

Изабель Кадематори (Isabel Cademartori), представитель парламентской фракции СДПГ по вопросам транспортной политики, сказала, что это «большой успех», что семестровый билет наконец-то введён в Германии.

Полина Мармеладова



зимний рай. Специальная детская зона с собственным талисманом ArBear и семейный перекрёстный парк позволят начинающим любителям зимних видов спорта заняться обучением катанию на лыжах. В горном лесу расположены различные гастрономические хижины, предлагающие вкусные блюда региональ-

горнолыжного курорта считается детская зона площадью 20.000 кв. м, где дети могут в игровой форме научиться кататься на лыжах и сноуборде. На этом зимняя фантазия не заканчивается. На курорте есть 32 км лыжных трасс и природный каток поблизости, на котором можно покататься на коньках.

# КУРОРТЫ

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

**SPA**  
Kurort

**369€**

**379€**

**439€**

**479€**

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

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

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

★★★★ «Lietuva» Друскининкай / Литва  
6 ночей, DZ, полупансион, 30 процедур

\* цены от за человека в январе

Горячие путёвки и сезонные скидки до 60%!

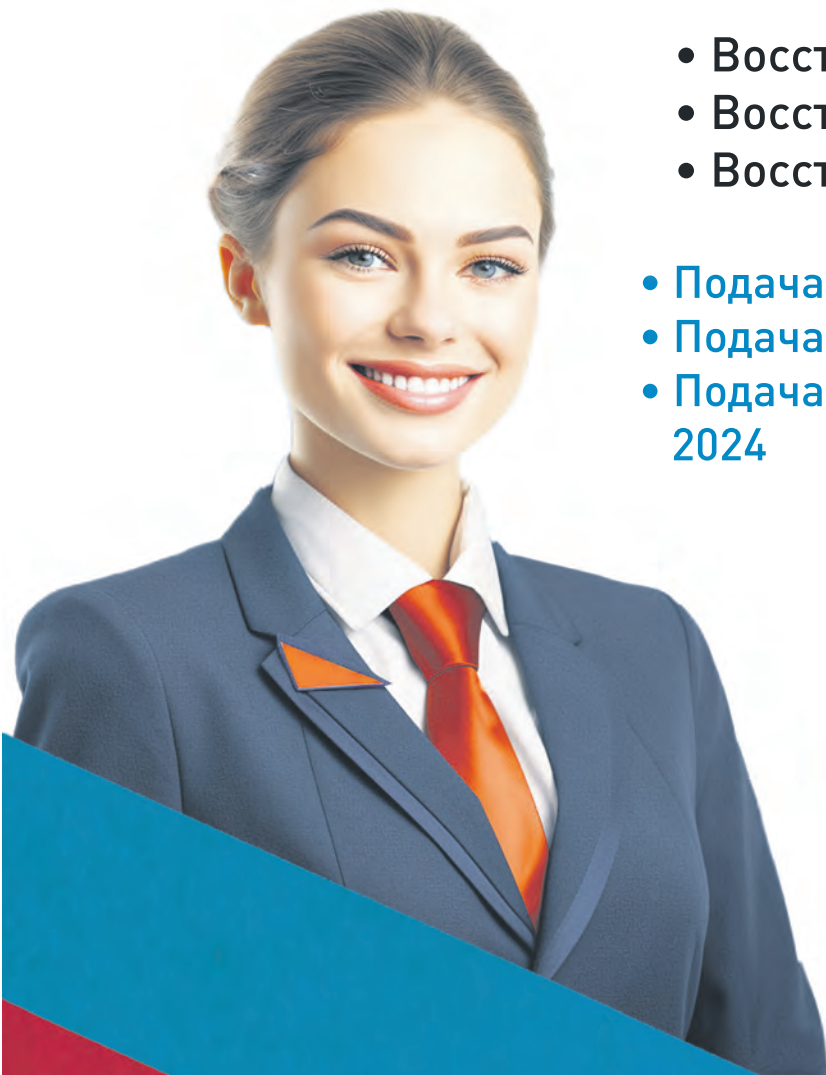
☎ 04102 - 66 87 888

Gänseberg 5  
22926 Ahrensburg





# Загранпаспорт РФ на 10 лет



- Восстановление старых паспортов
- Восстановление просроченных паспортов
- Восстановление гражданства РФ
- Подача документов в Гамбурге в январе 2024
- Подача документов в Ганновере в январе 2024
- Подача документов в Берлине и Бонне в феврале 2024



- Доверенность
- Заверение верности перевода в Консульстве

[www.jurist-ru.de](http://www.jurist-ru.de)

- Справка о нахождении в живых в январе 2024



Запись по тел.:

0511 335 40 00

0511 850 07 460



## Что делать с рождественской ёлкой после праздников?

После праздников люди сталкиваются с вопросом, что делать с рождественской ёлкой дальше. Есть несколько способов утилизировать использованные деревья. О них рассказывает Berliner Zeitung.

### Долой украшения

Прежде чем заниматься утилизацией рождественской ёлки, нужно её тщательно «раздеть». Снять необходимо все игрушки и гирлянды. Ни один кусочек «дождика» не должен попасть вместе с деревом в компост или на мусоросортировочную переработку. В некоторых гирляндах может использоваться свинец. При утилизации он попадет в окружающую среду.

### Утилизация дерева

Большинство муниципалитетов занимаются утилизацией рождественских елей в январе, после Нового года. Для этого есть даже специальные пункты сбора отслуживших деревьев. Узнать их адреса и время

работы можно на сайте своего муниципалитета.

Многие компании по вывозу мусора также занимаются уборкой использованных деревьев. В январе можно увидеть коричневые мусорные контейнеры с рождественской ёлкой. Но их также разрешают отправлять в баки для остаточных отходов. Но, если дерево большое, его нужно обрезать, чтобы оно не торчало из контейнера. Лучше узнать заранее, занимается ли ваша обслуживающая компания вывозом рождественских деревьев, или лучше поискать ближайший пункт сбора зелёных деревьев.

### Натуральный компост

Люди, которые живут в собственном доме, могут компостировать рождественскую ёлку после праздников. Её нужно измельчить в щепу и оставить перегнивать. Перегнившее дерево даёт хорошее и натуральное удобрение.

Ветви деревьев можно так-

же использовать, чтобы укрывать грядки в саду или огороде для защиты от морозов.

### Корм для животных и топливо

Некоторые зоопарки просят привозить им зелёные деревья. Они идут на корм животным. Можно поинтересоваться в местном зверинце, если он есть поблизости, и отвезти ёлку туда.

Рождественскую ёлку можно даже сжечь в печке или в камине, если у вас свой дом. Но её нужно измельчить и хорошо высушить, иначе древесина не будет гореть, а только создаст много дыма.

А вот выбрасывать дерево на улице или в ближайшем лесу запрещено. Там целая ёлка будет очень долго перегнивать. Выбрасывание ёлки считается административным нарушением, за которое положен штраф.

Ирина Хайдук

## Парковочный талон под снегом Нужно ли очищать лобовое стекло?

Машина припаркована, и внезапно пошёл снег. Парковочный талон под снегом может оказаться в любой момент. Как быть в такой ситуации? Есть ли риск получить штраф, если лобовое стекло засыпает снегом?

Ответ – нет. Даже если Правилами дорожного движения (StVO) предусмотрено, что разрешение на парковку необходимо разместить в автомобиле так, чтобы оно было хорошо видно снаружи. Водитель выполняет это обязательство, когда помещает его за лобовое стекло.

При этом автомобиль не обязательно проверять во время стоянки. Поэтому, когда идёт снег, водителю можно не подходить к ма-

шине, чтобы очистить лобовое стекло. Аналогичная ситуация и с дорожными знаками, поскольку они также часто засыпаются снегом. Сохранят ли они силу, зависит от дорожного знака. Знак остановки узнаваем даже на снегу благодаря своей восьмиугольной форме. Также, как и знак «уступи дорогу» тоже легко определить.

Вот с дорожными знаками одинаковой формы сложнее. Если знак скорости засыпан снегом, водителям непонятно, какой лимит установлен на конкретном отрезке дороги. Поэтому суды постановили, что такие дорожные знаки теряют свою силу, если они покрыты снегом. При этом водителям придётся доказать, что знак был неузнаваем.

Как всегда, здесь есть исключения. Водители, знакомые с местностью, также должны соблюдать ограничение скорости, если знак не читается. Суды исходят из того, что они должны знать ограничения скорости. Поэтому тот, кто пойман на превышении скорости своего места жительства, не сможет оправдаться.

Знаки, запрещающие парковку под снегом, тоже остаются в силе. В этом случае законодатель предполагает, что водители соблюдают свою обязанность проявлять осторожность. Это означает, что необходимо сначала вручную очистить знак от снега и убедиться, что парковка действительно разрешена.

www.aussiedlerbote.de

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

Bitte aufbewahren/ausschneiden

## RENTE FALSCH?!

Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser.

- Professionelle Bescheidprüfung
- Prüfung Zusatz-, Sonderversorgung
- Rentenanträge
- Ehem. DDR- oder Auslandszeiten - Fremdrentengesetz
- Beratung von Selbstständigen - Statusverfahren
- Gerichtliche sowie außergerichtliche Vertretung
- Alle Behördenangelegenheiten

**Мы говорим по-русски!**

Am Gänsberg 6 • 76831 Billigheim-Ingheim  
Tel.: 06349 - 9989725 • www.die-rentenkanzlei.de

## 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, алкоблатор, 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

## 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 семьей!

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

Сказочная прогулка в выходные дни!

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

## АЭРОФЛОТ

Искренне Ваш

агент а/к Engels Reisen

**ВИЗЫ**  
**ЭКСПУРСИИ**  
**САНАТОРИИ**  
**ОТДЫХ**

**Lufthansa**  
ВОЗМОЖЕН КРЕДИТ  
МЫ С ВАМИ С 1992 ГОДА!

**АВИА·ЖД**  
**АВТОБУСНЫЕ**  
**БИЛЕТЫ**

Kaiserleistr. 48 • 63067 Offenbach  
Odenwaldring 102 • neben MIX MARKT  
e-mail: info@engelsreisen.de  
www.engelsreisen.de

# 069-82 32 75





## ПОДГОТОВКА ДОКУМЕНТОВ В ПОСОЛЬСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ В ФРГ

Сервисное бюро «Катюша» окажет содействие и помощь в подготовке документов (заполнение анкет, оформление записи на приём, перевод документов) в Посольство 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**

Посольство РФ в Берлине проводит в Гамбурге:

**26 ЯНВАРЯ 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 БЮРО** Neugrabener Bahnhofstr. 10b • 21149 Hamburg  
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

*Выживает не самый сильный из видов и не самый умный, а тот, кто лучше других реагирует на изменения.*  
Чарльз Дарвин

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

Каким бы ни был для каждого из нас ушедший год, хочется знать, что наступивший год будет лучше. Мотивационные книги, вдохновляющие блоги, видео, заражающие оптимизмом и желанием творить всем добро, собственная интуиция подсказывают, что наша жизнь есть результат наших мыслей и действий в прошлом, настоящем и будущем.

Все мы – творцы своей реальности, своего успеха! Что может быть проще и труднее, чем осознать и потом напоминать себе, что твой сегодняшний уровень знаний, успеха и достатка, состояние физического и морального здоровья, качество отношений с людьми – всё зависит, в первую очередь, от нас самих.

В начале 90-х я понял, что будущее отныне принадлежит двум типам людей: человеку знаний и человеку действия. В сущности, оба они составляют одно целое, ибо это означает умение всегда получать хороший результат и умение найти тех, кто способен оценить Ваши усилия дорого.

Сегодня обстоятельства в обществе снова бросают нам вызовы, а годы спокойного и сытого быта снова покидают нас. Меняются правила жизни. Препятствия стабильности и жизненного комфорта



начала 2.000-х годов больше не будет. Очередные кризисы быстро меняют нашу жизнь, и всё повторяется. Снова процветают будут люди, знания и действия которых востребованы всегда и во многих сферах этой жизни.

Нельзя насильно заставить кого-то измениться, даже если он сам об этом просит. Но если Вы созрели, почувствовав желание действовать, то сможете измениться и без посторонней помощи, самостоятельно используя знания, полученные у нас в «Академии СПА и велнес массажа / Akademie für Spa und Wellness Massage». И эти знания будут востребованы всегда и в любой стране.

Предлагаем с нашей помощью начинать работать над собой, над своей экспертностью, приобретать так необходимые Вам и Вашим будущим клиентам новые знания и навыки, как стать востребованным. Учитесь на чужих ошибках, не делайте своих. Учитесь у тех, кто успешнее Вас и помните, что Вы достойны гораздо

большого! Именно Вы на это способны!

Если Вы это будете помнить, то Вашу мечту не смогут обесценить скептически настроенные люди из Вашего окружения. Такой совсем не сложный план. Усильте его мыслями о своей мечте и действуйте! Ну а преподаватели нашей «Академии» Вам помогут, обучив Вас всему тому что умеют сами.

**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» – научить наших учеников зарабатывать, оказывая помощь другим. Эта редкая профессия, позволяющая искренне помогать всем желающим и достойно зарабатывать, получать искреннее спасибо много раз на дню.

Anzeige

**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, жи-

вущим 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 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!



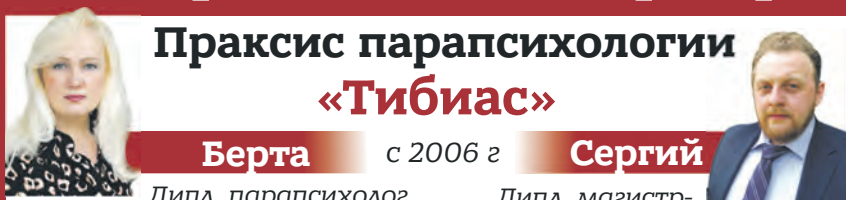




# Эзотерический Центр Берта



# 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

## Магазин эзотерических товаров



## Aura

с 2009 г.

Esoterikladen

**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

## 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

## 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

Esoterik Zentrum Berta, Hinter der Jungenstr.2, 56218 Mülheim- Kärlich

Тел.: 0261 988 71 031, 0176 24 75 81 90. info@znachar.de

Время работы: ПН.-ПТ. с 10:00 до 18:00, СБ. с 10:00 до 13:00





## Mix-Markt in Offenburg • Wichernstr. 2 • 77656 Offenburg



# НАШИ МАГАЗИНЫ

В Германии один за другим открываются супермаркеты торговой сети Mix-Markt. Это и неудивительно, ведь бизнес в сфере продуктовых продаж сегодня привлекает многих. Как стать успешным? Что нужно знать начинающему предпринимателю? Эти и другие вопросы мы адресовали владельцу предприятия Mix-Markt в Оффенбурге – Юрию Штейзель. Беседуем с Юрием.

**– Юрий, расскажите, пожалуйста, с чего началась Ваша торговая деятельность? И чем занимались до того, как объединиться в предпринимательский тандем с братом Сергеем Штейзелем?**

– К своему делу мы с братом подошли не сразу. Сначала каждый пробовал работать по отдельности. Я, получив образование, трудился в мясной промышленности, Сергей – в сфере продаж, он имеет высшее торговое образование и многолетний опыт работы по данному направлению. Вообще надо сказать, что решение заняться торговой деятельностью, было для нас вовсе не случайным. Во многом на этот выбор повлиял пример отца, который более половины своей жизни посвятил торговле. В итоге и мы сделали торговлю своей профессией. Нашим первым предпринимательским опытом стал магазин Mini-Mix-Markt в Мёссингене, после этого, 1 апреля 2018 года, мы открыли аналогичный супермаркет в Оффенбурге. Много лет совместного труда дали больше знаний и опыта, и появилась потребность в расширении. Сейчас Сергей управляет магазином в городе Фрайбург.

**– Как ни крути, а развивать бизнес вдвоём в компании с Сергеем было намного легче, чем действовать в одиночку. Кто-то ещё из**



**родственников подключился к семейному делу?**

– На данный момент в штате предприятия работают десять человек, родственников среди них нет. Хотелось бы отметить, что все члены нашего слаженного и активного коллектива трудятся с большой отдачей и на высоком профессиональном уровне.

**– Деятельность вашего супермаркета строилась на основе договора ОНГ. Многие, кто думает открыть магазин Mix-Markt, хотели бы знать о такой модели организации бизнеса. Расскажите, что кроется за этим понятием и что даёт данная система?**

– ОНГ – Открытое торговое товарищество. На сегодняшний день, как я считаю, это лучшее начало, чем самостоятельный старт. Почему? Потому что данная организация бизнеса избавляет начинающего предпринимателя от многих забот и минимизирует риски. Началом всего является типовый договор сотрудничества между предпринимателем и управляющей компанией. После заключения договора компания передаёт предпринимателю готовый магазин, что называется «под ключ».

**– Подытоживая этот вопрос, хотелось бы подчеркнуть, что Mix-Markt и Monolith помогают не только открыть бизнес, но и учат всем тонкостям торгового бизнеса... Это так?!**

– Да, это так. Сотрудники компании стараются помогать владельцам магази-

нов: дают консультации по различным вопросам, оказывают рекламную поддержку, бухгалтерские услуги, помощь при ревизионных проверках и так далее.

**– К этим строчкам можно добавить выдержку из концепции Mix-Markt:**

«Для того, чтобы на начальном этапе расходы не были слишком обременительными для предпринимателя, предприятие группы Monolith, которое работает в данном регионе, основывает совместно с ним Открытое торговое товарищество (ОТТ) и несёт совместные риски. Таким образом, первоначальный этап крупных финансовых инвестиций становится для предпринимателя менее сложным, он получает ссуды, компания выступает его поручителем».

**– На Ваш взгляд, что нужно учесть начинающему бизнесмену перед тем, как открыть свой магазин?**

– В принципе не так уж и много нужно. Кроме заинтересованности и желания работать в данной области, нужно иметь чуть-чуть опыта. Любое новое дело требует навыков и умений, поэтому, прежде чем окунуться в предпринимательство с головой, есть смысл наёмно поработать в чьём-то магазине. Изучить, так сказать, весь процесс работы изнутри и только потом открывать магазин.

**– У вас за плечами немалый торговый опыт. И вот пришло время, когда Ваш Брат Сергей открыл ещё**

**один магазин в городе Фрайбург.**

– Часто будущие директора магазинов Mix Markt вырастают внутри коллективов магазинов этой сети. Для этого не нужно быть родственниками, нужно лишь желание и опыт. Кто-то может уже прийти с опытом или же получить его, поработав в магазине. Суть в том, что, чем больше обороты, тем дешевле для магазина закупочная цена продуктов, поэтому количество магазинов потихоньку растёт. И мы с Сергеем решили, что пора расширяться.

**– Думается, что ваша жизнь состоит не только из работы... Что интересно, чем вы с братом увлекаетесь?**

– Наша малая родина – это деревня Новочаново, находится она в Барабинском районе Новосибирской области. Там мы выросли, оттуда же тянется наше увлечение и лыжами, и волейболом, и борьбой. Перед переездом в Германию жили в Новосибирске и там не бросили катание на лыжах и борьбу, занимались ими в свободное время. Сейчас тоже любим и спортом заниматься, и совершать туристические вояжи.

**– Юрий, спасибо, что нашли время побеседовать. Успехов вам и удачи!**

Беседовала  
Светлана Зименс

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



## Национальные танцы в Германии

**Н**ациональные танцы – это уникальное народное искусство, которое демонстрирует каждая страна, в Германии это не исключение. На самом деле, многие немцы любят танцевать, поэтому их народные танцы разнообразны. Всё изобилие танцевальных движений строится на основании нескольких ритмов. Преимущественно это вальс, лендлер и полька. Каждый имеет характерные особенности.

### Лендлер (Ländler)

Это старинный танец, который также пользовался популярностью на территории Австрии. Ритмичный, танцуется со средней скоростью, приобретает озорной нрав. Датируется появление этого танца XVIII веком. В лендлере принимали участие пары, которые двигались по кругу. За счёт деревянных башмаков отлично удавалось топтать в ритм.

Существует мнение, что лендлер появился в небольшом городке Ландль, расположенном в Верхней Австрии. Однако получил особую популярность только в 18-19 веке в произведениях Моцарта, Малера, Брукнера. На сегодняшний день ни один национальный фестиваль не обходится без него.

### Вальс (Walzer)

Всемирно известный вальс имеет историю происхождения более 200 лет назад. Однако он появился позднее лендлера. В XIX веке танец был популярен практически во всех странах Западной Европы. В Австрии получил звание «короля танцев» и стал любимцем всех слоёв общества.



Хоть Моцарт и Бетховен предлагали свои вальсы, самым большим поклонником стал Шопен.

В XIX веке вальс был одним из самых скандальных танцев, так как партнёры должны были максимально прижиматься друг к другу.

### Полька (Polka)

Принадлежит к быстрым и динамичным танцам, которые танцуют в паре. Несмотря на его название, танец имеет мало что общего с польским государством. Его зарождение произошло на территории Чехии в провинции Богемия. Если смотреть перевод, то полька означает «половинчатый шаг» из-за передвижения в танце посредством мелких шагов.

### Шуплаттлер (Schuhplattler)

Это самый откровенный и яркий народный немецкий танец. Точнее, он баварско-тирольский. Танец шуплаттлер танцуется в ритме лендлера, однако его можно было танцевать исключительно мужчинам. Танец содержит в себе акробатические элементы, а некоторые его вариации подразумевают шлепки ногой по ягодицам, бедрам и спине. Он несет в себе не только визуал, но и звуки: хлопки, шлепки, стуки, топот ботинок и посвистывания. Это создает вокруг особую атмосферу. Сейчас шуплаттлер воспринимается как истинно немецкий и мужской танец. Его, кстати, иногда называют танец-пощёчина (Watschentanz).

На сегодняшний день такие танцы преимущественно можно встретить на национальных праздниках. Профессиональные танцоры и группы исполняют польку, шуплаттлер, вальс или лендлер довольно часто. Однако нынешнее поколение в Германии редко встречается с такими знаменитыми танцами в обычной жизни, у них теперь свои национальные танцы.

Артур Рохманов

Foto: Sonja Filitz / shutterstock.com

# 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, 68/170/70. Ищу милую подружку. Это наша последняя электричка. BW Маннхайм. Tel.: 0176-70869899

Он, 60/188/90, ищет жен. до 63 л., Бавар., для дружбы. Tel.: 0152-13625813

Он, 56/175/80, ищу её, добрую, надёжную. Tel.: 0152-08438861

Он, 63/174/74, б. в. п, ищу её, до 63, для совм. жизни. L. Niedersachsen. Tel.: 0157-39668499

Немолодой человек, 75/187/107, вдовец, с в/о, без в/п, преподаватель, познакомится с серьёзной женщиной, согласной на переезд. Окружу вниманием и заботой. Tel.: 003983076875

Я, 57/170/75, позн. с женщ., до 70 лет, для встреч и для жизни. Я не курящий, непьющ., спортивн., Bremen, Niedersachsen. Tel.: 0159-05177021

## ОНА ИЩЕТ ЕГО

Вдова, 74/158/75, познакомлюсь с мужчиной по возрасту, б/п, для общения, Leopoldshöhe,

Lage, Detmold, NRW. Tel.: 0152-29748269

Мне 65 лет, вдова. Ищу хорошего человека, до 70-72. Живу в Bayern, жить вместе не буду. Tel.: 0176-88045180

Она, 59/164/68, познакомлюсь с мужчиной, 60-63 лет. Земля Rheinland-Pfalz, звонить после 17:00 час. Tel.: 0174-5946825

Я, 61/168/90, познакомлюсь с мужчиной, 59-65 лет, для серьёзных отношений, без вредных привычек, о себе подробности по тел. Einbeck + 50 km. Tel.: 0176-34204776, WhatsApp.

**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)

**БРАК, 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

**ХУДЕЕМ ЭФФЕКТИВНО!**

НОВЕЙШИЕ ПРОДУКТЫ

Результат с первых дней!

Тел. **05452-917 839**

**НОВИНКИ СЕЗОНА!**

ПРЕКРАСНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ СНИЖЕНИЯ ВЕСА от 5 до 10 кг в месяц

Предлагаются скидки, премия продукта и ПОДАРОК!

Tel.: 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, поименно 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.





## Сохраним душевное равновесие при плохих новостях



### Gesundheitstage im Oberen Schloss Taubenheim

Angebot der Viktor Philippi Stiftung Gesundheit

#### Gesundheitsoase im Schloss Taubenheim

Möchten Sie zu Ihrer eigenen Energietankstelle finden, kommen Sie nach Taubenheim in die Gesundheitsoase. Sie wird auch gern als „Oberlausitzer Venedig“ bezeichnet. Hier erwarten Sie individuelle Konzepte der Philippi-Methode:

- ⊙ Bioenergetische Motivation
- ⊙ Stressabbau-Motivation
- ⊙ Motivationswanderung
- ⊙ Stressabbau-Massage Atlantis

Sie stärken die Lebenskraft und aktivieren den Genesungsprozess. Unsere Gesundheitstage und Gesundheitswochen bieten sich hervorragend für einen stärkenden Kurzbesuch an, wie auch viele Teilnehmer glücklich berichten. In die eigene Gesundheit zu investieren ist das Beste, was Sie für sich und Ihr Wohlbefinden tun können. Schenken Sie sich einen Besuch bei uns. Seele, Geist und Körper werden es Ihnen mit mehr Kraft, Gesundheit und Lebensfreude danken.

#### Unsere Termine Januar bis März 2024:

- 15. Jan. – 19. Jan. (5 Tage)
- 29. Jan. – 04. Feb. (7 Tage)
- 19. Feb. – 25. Feb. (7 Tage)
- 04. Mär. – 08. Mär. (5 Tage)
- 18. Mär. – 24. Mär. (7 Tage)

*„Wer nicht jeden Tag etwas für die eigene Gesundheit aufbringt, muss eines Tages sehr viel Zeit für die Krankheit opfern.“*

(Sebastian Kneipp)

#### Vereinbaren Sie jetzt Ihren Termin:

035936/45700 (bis 14:00 Uhr)

035936/45292 (bis 16:00)



info@veranstaltungen-philippimethode.de



Viktor Philippi Stiftung Gesundheit © Sohlander Straße 14 © 02689 Sohland/Spree © OT Taubenheim

**Ж**изнь современного гражданина, имеющего доступ к информационному потоку, всё больше напоминает кошмар. Нестабильность, теракты, военная деятельность – все мы находимся в постоянном напряжении, как от реальных переживаний, так и от гипотетической опасности, способной ввергнуть в пучину неврозов.

Конечно, лучше совсем исключить подачу новостей и, отгородившись панцирем от сходящего с ума мира, обрести душевный покой. Но, реальность такова, что мало кто из нас способен уволиться и, собрав нехитрые пожитки, уехать на край света в поисках тишины и полной независимости от сообщений «извне». А для оставшихся, выбор невелик: даже если перестать смотреть телевизор и отключить назойливый интернет, останется масса обеспокоенных близких, соседей и коллег, которые всё равно донесут да нас смысл последних трагедий.

Жить в страхе – одно из самых неблагоприятных состояний для здоровья. А то, что именно это происходит сегодня, не оставляют сомнений множественные опросы. Люди заболевают от плохих новостей. При перегрузке наша нервная система, впрочем, как и другие органы человеческого организма, может лишь некоторое время работать без сбоев. Не стоит предугадывать, как и когда произойдет срыв. Нервное истощение, депрессия, язва желудка, сердечно-сосудистые заболевания – лишь малый перечень того, чем мы обязаны постоянному стрессу.

Что же делать в этой неравной схватке простого обывателя и «всемирного зла»? Конечно, можно попробовать судиться со СМИ. Но лучше постараться «подкачать нервные мышцы», увеличивая запас прочности. Если вы стали плохо спать и вините в этом нерадостные события, происходящие «сплошь и рядом», попробуйте изменить свой режим.

За два часа до того, когда вы отправляетесь в постель, категорически исключите просмотр любых новостей по телевизору или их обсуждение в социальных сетях. Этому простому совету последовать не так легко, как кажется, особенно человеку «подсевшему» на интернет.

Победите свою зависимость, ведь игра стоит свеч. Проведите время за просмотром любимой комедии, посидите с чашечкой ароматного чая на балконе или почитайте хорошую книгу.

О напитках, употребляемых в течение дня, хотелось бы поговорить отдельно. Возбуждающий кофеин – не лучший помощник для того, кто устал. Старые добрые «бабушкины» отвары, напротив, всё ещё имеют немалую силу и достаточную эффективность при минимуме побочных явлений. Если Вы не являетесь аллергиком, стоит взять на вооружение ромашковый чай с мелиссой. Эти, смешанные в равных пропорциях травы, неплохо успокаивают и снимают раздражительность. А хорошо переносимая большинством валериана – натуральный антидепрессант, продающийся без рецепта. Любой аптекарь квалифицированно проконсультирует желающих прибегнуть к этому мягкому «лекарству».

Более серьёзные шаги на пути избавления от страхов подразумевают каждодневную работу над собой и овладение методиками расслабления. Защитить себя в наших силах, хоть это часто требует затрат времени, дисциплины и искреннего желания. Лозунг «помоги себе сам» актуален в этом случае, как никогда. Что окажется вашей панацеей – философский подход, йога, медитации или другие наработки человечества – решать только вам. Зато результат поможет сохранить здоровье и оставаться сильным тогда, когда того действительно потребует ситуация.

Вера Лутке

## ХОТИТЕ ВЫУЧИТЬ НЕМЕЦКИЙ?

Ваш незаменимый помощник — ежемесячный журнал с параллельными текстами на русском и немецком языках **DEUTSCH-RUSSISCHER KURIER**. Вы учитесь немецкий в игровой форме с помощью языковых кроссвордов и получаете важную информацию:

законы, советы, помогающие экономить 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



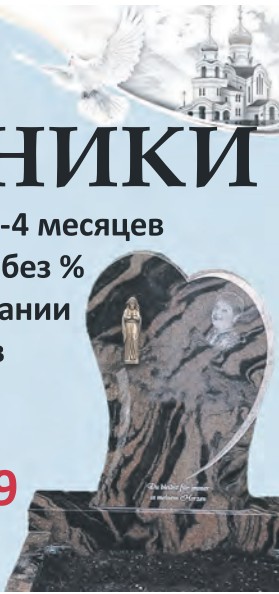
# Granithandel ПАМЯТНИКИ

- 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](mailto:steine.elina-st.de)

Internet: [www.steine.elina-st.de](http://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](mailto: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

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)

ВЫСЫЛАЕМ БЕСПЛАТНЫЙ КАТАЛОГ



- Низкие цены
- Большой опыт
- Гравировка портрета

## 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)

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

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 ☎ 0157-53454363

## ХУДЕЕМ ЭФФЕКТИВНО!

НОВЕЙШИЕ  
ПРОДУКТЫ

Результат с первых дней!

Тел. **05452 - 917 839**

## Grabsteine Schulz GmbH ПАМЯТНИКИ



### БЕСПЛАТНО:

- Высылаем каталог
- Консультация на дому
- Гравировка портрета

- Цена от расхода материала
- При заказе памятника от 4.500,00 € **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)

## 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!

ПОМОЩЬ В ОБМЕНЕ РОССИЙСКИХ ПАСПОРТОВ

в т. ч. давно просроченных, без посещения консульства

**В январе и феврале 2024 г.**

в городах Ганновер, Гамбург, Бремерхафен,

Вольфсбург 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



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

