

360

градусов

журнал для всей семьи

ОСЕНЬ/ЗИМА 2019

HUPPA®

СПА

зовут!

WEEKEND

у соседей

ФУЭРТЕВЕНТУРА

Сам себе
туроператор

АЙВАЗОВСКИЙ

Главный маринист
всея Руси

Здоровье

НА КОНЧИКАХ

ПАЛЬЦЕВ

Немного
солнца

В НОЯБРЕ

АЖЕН

своим ходом

И ОКРЕСТНОСТИ

ПОЖУДЕТЬ ЗА НЕДЕЛЮ?



Лечебный спа Narva-Jõesuu (Эстония) предлагает отдохнуть с пользой для души и тела. Вас ждет незабываемый отдых на берегу Балтийского моря, 27 процедур для снижения веса и коррекции фигуры, интересные воркшопы на тему красоты и здорового питания, тренировки для разных уровней подготовки, водная аэробика, вкусное и полезное DETOX меню для очищения организма.

Авторская программа «DETOX» создана для женщин, которые задумываются о своем здоровье и желают наслаждаться жизнью без боли в суставах, болевой спины, отеков ног и прочих неприятностей. Программа составлена так, что основной упор делается на создание новых, полезных, здоровых привычек. Потеря лишних килограммов очень приятный, но весомый бонус.

В лечебный спа Narva-Jõesuu приезжают женщины разных возрастов, которых объединяет одно — желание отдохнуть, расслабиться, подтянуть здоровье и скинуть лишние килограммы. На программе «DETOX» организм получает огромную перезагрузку, улучшается

общее самочувствие и внешний вид. После программы «DETOX» многие женщины не останавливаются на достигнутом и продолжают стройнеть. 10, 15, 20 килограмм — все это результаты клиенток. И возраст абсолютно не причем.

Приехать в лечебный спа с группой можно один раз в месяц. Ближайшие числа заезда 17 ноября и 15 декабря.

Лечебный спа Narva-Jõesuu уже 57 лет дарит красоту и здоровье, имеет лицензию от Департамента здоровья на оказание лечебных услуг. Приезжая в лечебный спа Narva-Jõesuu, вы можете быть уверены, что самое ценное — ваше здоровье, находится в надежных руках.



ЭТО ВОЗМОЖНО

в лечебном
SPA NARVA-JÕESUU!



Забудьте мифы, что для похудения нужно много тренироваться, есть только гречку и куриную грудку и отказаться от своих любимых продуктов. Отдыхайте по пакету «DETOX», наслаждайтесь вкусной едой, которая делает кожу красивой, а тело здоровым. Получайте удовольствие от различных тренировок, общения с интересными людьми и будьте счастливы!

Звоните, пишите и бронируйте
великолепный отдых для души и тела!
Мы с легкостью говорим по-русски!


NARVA-JÕESUU
SPA & SANATOORIUM

 [ravispa.ee](https://www.ravispa.ee)
 +372 53 44 7779
 info@narvajoesuu.ee

Официальный партнер в Латвии — туристическая фирма **Nikos Travel**  nikostravel.lv

8 Мастер

Волшебные руки Инги Бунки

10 Имя

Главный маринист всея Руси

16 Элемент

Немного солнца в ноябре

20 Тело чести

Здоровье на кончиках пальцев

26 Цвет

Блондинка, шатенка, рыжая

34 Weekend-маршрут

Из Аукштении в Жемайтию



44 Личный опыт

Фуэртевентура – остров ветра и большой удачи

56 Weekend-маршрут

Айда в Эстонию!

60 Своим ходом

Ахен – город трех государств

70 Книжный шкаф с Мариной Гунаре

Франция. Как она есть

74 Долой стереотипы!

Заметки о конкурсе красоты pluse size и его латвийских музах



На обложке: Новая коллекция HUPPA



BIO₂YOU

представляет

НОВИНКИ

**НАТУРАЛЬНЫЙ УВЛАЖНЯЮЩИЙ
КРЕМ ДЛЯ РУК с алоэ вера, АНА
и гиалуроновой кислотой**

Глубоко увлажняет и защищает кожу. Нанести небольшое количество на руки и ногти. Можно использовать ежедневно для поддержания мягкой и гладкой кожи.

Ищи в магазинах Drogas и на www.bio2you.lv



Красота спасет мир



Или, по крайней мере, постарается. И давайте ей в этом поможем. Будем видеть красоту, радоваться ей, приумножать и делиться ею. Возможностей это сделать много, надо только захотеть!

Не пропустить, например, роскошную выставку Айвазовского в Рижской бирже – о жизни и творчестве художника читайте в нашем журнале.

Отправиться за красотой и здоровьем в балтийский спа-отель или санаторий – самые заманчивые предложения ищите в нашем журнале.

Попробовать инновационные процедуры, ведь красота – это не только полет, но и труд. Мы собрали на страницах действительно интересные варианты.

Собрать чемодан и пуститься в путешествие – наш мир так прекрасен, будь то соседние Литва с Эстонией или далекий остров Фуэртевентура. Наши авторы сделали это и рассказывают подробности.

**Откройте душу красоте!
Вы не пожалеете...**

Елена Лурье, главный редактор



Руководитель проекта
Рейнат Шорин

Главный редактор
Елена Лурье

Литературный редактор
Ирина Лукьянова

Художественный редактор
Алла Шорина

Дизайн и верстка

Xprint[®] media

[+371] 26 468 093
e-mail: xpm@xpm.lv
www.xpm.lv

Рекламный отдел:
[+371] 67 382 061
[+371] 29 591 577
[+371] 20 016 359
e-mail: reklama@360gradusov.lv

Отдел реализации и промоутинга:
[+371] 67 382 042

Издатель:
SIA «Holda»
Reg. № LV 40 103122100
Лицензия № 000702774
ISSN 1691-1067

Адрес редакции:
LV-1005, Рига, Ганибу дамбис, 29
Тел.: [+371] 67 382 042, 67 382 061
Факс [+371] 67 382 042
e-mail: magazine@360gradusov.lv
tehn@360gradusov.lv

Представительство в Эстонии:
OU Holda, Koidu 17, 10137 Tallinn
По вопросам рекламы, распространения и подписки:
Алексей Бонченков,
м.т. [+372] 53 911 015
Тел./факс [+372] 6 445 729
e-mail: aleksei@holda.ee, 360@holda.ee

Представительство в Литве:
UAB «Botfortas»,
Naugarduko 41, 0322 7Vilnius
Елена Раукиене,
тел. [+370] 52 691 316
Факс [+370] 52 691 317
e-mail: 360@360.lt

Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов материалов, публикуемых в журнале. Редакция по мере возможностей проверяет факты, изложенные в статьях, однако окончательную ответственность за содержание и любого рода последствия, связанные с публикацией, несет автор. Полное или частичное использование текстовых, художественных и фотоматериалов возможно только с письменного разрешения издателя.

#MBTHEMOVE

Mercedes-Benz THE MOVE.

The fragrance for men in motion.

ТОЛЬКО В
DOUGLAS



INCC - Licensee of Daimler AG



Mercedes-Benz



DOUGLAS

В теплых объятиях ОСЕННЕЙ ЮРМАЛЫ



Осень — одно из самых красивых времен года, и в это время нужно успеть посмотреть, как можно больше городов в красочном одеянии. Осень играет красками, придавая особый шарм городам, а деревянная архитектура особо выразительна в это время. Юрмала — один из самых красивых городов Латвии. Здесь есть все, что так необходимо для ощущения счастья, — море, интересная деревянная архитектура, просторы для прогулок и, конечно же, сосны, много сосен, которые делают воздух особенным, и это мгновенно поднимает настроение.

Но Юрмала не ограничилась только этим: уютный и элегантный Hotel Jūrmala Spa предлагает гостям множество спа-процедур и современный центр водной релаксации. Здесь можно не только оздоровить тело, но и дух, причем всей семьей! Гостиница находится в самом сердце Юрмалы, в пяти минутах ходьбы от Балтийского моря. Это то самое место, где возвращается гармония, восстанавливаются силы и рождается желание творить.

Осень прекрасна своими красками, но зима еще волшебней! С самого начала декабря Юрмала превращается в сказочный город, и чудесная прогулка в окружении многочисленных огней словно возвращает в детство и

вселяет веру в чудо. А еще зима дарит нам длинные выходные и возможность не сидеть дома. Поэтому самое время побаловать себя и близких спа-отдыхом, окунуться в сказку и с новыми силами входить в новый год. Hotel Jūrmala Spa, помимо стандартного проживания, предлагает различные пакеты: семейный пакет для родителей с детьми, где юные гости могут познакомиться с миром спа, романтический пакет для влюбленных пар (ведь так важно вырваться из суеты будней вдвоем и забыть обо всем), а также оздоровительная программа, где за 3 или 5 дней можно «перезагрузить» свой организм.

Новогодняя пора — это не только время чудес, но и время веселья. Hotel Jūrmala Spa 31 декабря традиционно устраивает тематическую новогоднюю вечеринку, и в этом году это будет праздник «В вихрях рок-н-ролла». Подобно тому, как кантри музыка и ритмы блюза сливаются в легендарном рок-н-ролле, так и 2019 год плавно перейдет в 2020-й, с захватывающим новогодним балом. Зажигательная вечерняя программа с танцевальными выступлениями, ди-джемом, живой музыкой и, конечно же, конкурсами и праздничным салютом. Отель приглашает весело и увлекательно провести эту волшебную ночь! Говорят, что как Новый год встретишь, так его и проведешь, поэтому будет просто замечательно, если ваш следующий год начнется без спешки, на расслабленной ноте, с элементами веселья, вкусными блюдами, спа-процедурами и царящим спокойствием и умиротворением. **Что может быть лучше?**

hoteljurmala.com



ПУСТЬ КРАСОТА ВАШИХ ВОЛОС РАСЦВЕТЁТ ЗАНОВО!

Городская жизнь, загрязнённый воздух, частички пыли, выхлопные газы, стресс могут нарушить баланс кожи головы и повлиять на состояние корней волос. А ведь именно от корней волос начинается их красота.

Линия продуктов **SEMI DI LINO SCALP** заботится о здоровье Вашей кожи головы, восстанавливает естественную силу волос от самых их корней!



НОВИНКА! Линия продуктов для ухода за кожей головы **SEMI DI LINO SCALP** - почувствуйте себя непринуждённо в любой ситуации!

RENEW против выпадения волос - восстанавливает баланс кожи головы, придаёт корням волос энергию и силу.

REBALANCE DANDURFF против перхоти - освобождает кожу головы от жирной и сухой перхоти, предотвращает её повторное появление и нормализует баланс кожи головы.

REBALANCE OILY для жирной кожи головы - избавляет от излишков себума и нормализует уровень выработки кожного жира.

RELIEF для чувствительной кожи головы - успокаивает чувствительную кожу, снижает зуд и покраснения, увлажняет и возвращает чувствительной коже головы ощущение комфорта.



Можно приобрести в Латвийских магазинах профессиональной косметики

Продукция не содержит сульфатов, парафина и минеральных масел.

**ALFAPARF
MILANO**

www.alfaparf milano.lv

 APLATVIA



Fillerina®

АЛЬТЕРНАТИВА ХИРУРГИЧЕСКИМ МЕТОДАМ



На помощь коже приходит инновационный наполнитель для лицевых морщин из Швейцарии!

Гиалуроновая кислота задерживает влагу в слоях эластина и коллагена, являющихся основных «каркасом» для кожи. Количество гиалурона в организме способствует тому, чтобы кожа выглядела эластичной, упругой и сверкающей.

Для того чтобы гиалуроновая кислота оправдала надежды и сделала свою работу — не только увлажняла поверхность, но и улучшала эластичность, упругость, придавала объем нужным зонам — ее молекулярная масса должна очень небольшой, хотя бы 1000 дальтонов.

После многолетних исследований швейцарские ученые обнаружили формулу, которая является настоящим спасением для тех, кто боится игл — не инвазивный наполнитель гиалуроновых кислот с пептидами под названием FILLERINA®, предназначенный для наружного использования в домашних условиях.

Уникальность продукта — 6 различных гиалуроновых кислот с очень низкой молекулярной массой (от 1000 до 2 000 000 дальтонов), а также пептиды — это короткие аминокислоты, «носители информации», благодаря которым гиалурон «доносится» до самых глубоких слоев кожи.

При комплексном использовании наполнителя FILLERINA® в течение 14 дней, а затем нанося дневной, ночной крем, крем для губ и кожи вокруг глаз, глубина морщин заполняется с 21,8 % до 54,8 %, объем скул повышается с 2,5 мм до 3,6 мм, а объем губ — с 14,2 % до 44,7 %.

С помощью находящихся в наборе FILLERINA® аппликаторов средство можно легко и просто нанести на проблемные места — на морщинки лица, шеи, зону декольте, на скулы и губы. Продукт действует путем накопления, эффект сохраняется на протяжении 3–4 месяцев. Для усвоения продукта необходимо употреблять больше воды.

Улыбайтесь смелее — о вашей коже позаботится FILLERINA®



Резия Калния, актриса

— Использую Fillerina treatment в течение одного месяца. Я довольна результатом. И чувствую, что моя кожа увлажнена, пропитана и выглядит расслабленной, что особенно важно, учитывая быстрый темп жизни. Мелкие морщинки разгладились, и в течение месяца я не чувствовала необходимости использовать другие средства по уходу за кожей лица.

Получите быстрый и стабильный результат за короткое время!



labo-baltic.eu



facebook.com/Crescina.Latvija



instagram.com/crescina.latvija

Препарат доступен в Saules aptieka (Rīgā, Brīvības iela 68), Euroaptieka, Akropole (Rīga, Maskavas iela 257), Apotheke, Mēness aptieka, labo-baltic.eu, webaptieka.lv, internetaptieka.lv, azeta.lv

АРТ РИТМЫ ПРЕДСТАВЛЯЮТ

КУПЦАКОВСКИН ДОРТЬ
ТЕАТР УИ. П.А. РАЙКОВСКИ

26 ноября
Рижский Дом Конгрессов

27 ноября
Славянский Дом культуры
19:00

**ФИЗИКА
БЛЕДНЫЕ
РОМЕО
И ДЖУЛЬЕТТА**

КАТЕРИНА ШПИЦА

Играли: Катерина Шпица, Филипп Козлов, Сергей Адамов и Филипп Козлов. Этот спектакль на языке У. Шекспира «Ромео и Джульетта» был поставлен 17 лет назад, но и по сей день гурьбы имен талантливых режиссеров прошли через этот спектакль. Он является в Европе одним из самых любимых оперных спектаклей. Это спектакль, который раздвигает тайны великой любви и задушевно говорит душам зрителей. Это спектакль, в котором авторская фантазия, которая превращает оперу в спектакль, не оставляет ни одного зрителя равнодушным. И так, между оперой и театром возникает синтез...

Для рассказа этой исторической оперы драматург Сергей Адамов привнес в романтический сюжет оперы элементы современной драмы. Спектакль является уникальным примером сотрудничества с современным театром, который превращает оперу в спектакль. Режиссер Наталья Фролова, а также режиссеры Санкт-Петербурга, которые в последние годы сотрудничали с театром: Александр Нащокин и режиссеры оперы...

Билеты доступны на сайтах:



2. DECEMBERĪ 19:00
LATVIJAS NACIONĀLAJĀ OPERĀ

RETRO FM

**KRIEVIJAS NACIONĀLAIS
FILHARMONIJAS ORKESTRIS
VLADIMIRA SPIVAKOVA
VADĪBĀ**

Национальный филармонический оркестр России под управлением Владимира Спивакова

Programma:
S. Rahmaninovs -
Trešais koncerts klavierēm
un orkestrim re minorā op. 30
P. Čaikovskis -
Piektā simfonija mi minorā op. 64.



6 ЯНВАРЯ ТЕАТР «ДАЙЛЕС»
в 19:00

Когда ангелы шутят

РОЖДЕСТВЕНСКАЯ
СКАЗКА
ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ
КОМЕДИЯ

СВЕТЛАНА АНТОНОВА
НАТАЛИЯ АНТОНОВА
АЛЕКСЕЙ ШЕВЧЕНКОВ
ИЛЬЯ ШАКУНОВ
АЛЕКСЕЙ МОИСЕЕВ
ДМИТРИЙ МАХУМАДЕЕВ
ГЕОРГИИ КУЗУБОВ



ЛУЧШЕЕ

27 ЯНВАРЯ

АРЕНА РИГА
в 19:30

**УРАЛЬСКИЕ
ДЕЛЬМЕНИ**

Встреча Нового года — волшебное время. Свой праздник длится только ночь, но праздничного настроения хватает на несколько недель. А с шоу «Уральские Дельмены» новогодняя сказка может продлиться даже до конца января, ведь именно тогда артисты шоу приедут с новогодними концертами в Прибалтику.

Подарки уже подготовлены и подарены, ходить и искать подарки к празднику уже не надо, ведь новогодние подарки не работают уже на протяжении 2 недель, поэтому вы можете подарить подарки в последний момент! Готовьтесь встретить до утра, зажечь огоньки, поздравить Дедушку Мороза — каждый словом почувствует себя детьми на новогоднем утреннике (только вечером — обязательно вальс-дискотека).

«Уральские Дельмены»: Дмитрий Боняцкий, Дмитрий Сиволов, Сергей Ешлов, Сергей Исков, Максим Воронин, Сергей Калугин, Роман Пестельев, Ксения Воронина и Клавдия Юрьева — гарантируют, что ваши Деды Морозы самые замечательные в Скандинавии и Балтике!

История, подбора номера, сделанная специально для прибалтийских новогодних вечеров, снимет не только веселить, но и подарит даже самым преданным фанатам шоу «Уральские Дельмены»!

Сегодня Люблю! Продажа билетов: **bile.su** Srviss

Информация:
26398888

Art RitMi
www.artritmi.lv

Art RitMi
Concert and theatrical agency



Главный маринист всёя Руси

✎ ТАННА КИМ

📷 ПРЕСС-ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ ЛНХМ

ВЫСТАВКА До 5 января в художественном музее Рижская биржа проходит выставка «Метафизика света. Живопись Ивана Айвазовского (1817–1900)», посвященная творчеству выдающегося мариниста русской художественной школы.

На просьбу назвать русского художника-мариниста почти каждый наверняка назовет Айвазовского. Хотя по происхождению Ованес Айвазян — армянин. Но какая разница? Ведь именно он вошел в историю мирового искусства как выдающийся русский маринист, воспевший красоту и мощь морской стихии, создавший множество полотен на темы истории русского военного флота.

Движение живых стихий неуловимо для кисти: писать молнию, порыв ветра, всплеск волны немисливо с натуры. Сюжет картины слагается у меня в памяти, как сюжет стихотворения у поэта.

*Иван
Константинович
Айвазовский*

Правнук турецкоподданого

В июле 1817 года священник армянской церкви Феодосии, тогда — заштатного черноморского городка — записал в церковных книгах, что родился Ованес, сын Геворга Айвазяна. Предки Айвазовского в XVIII веке переселились в Галицию из турецкой Армении. Отец художника, Геворг (Константин), после переезда в Феодосию стал писать фамилию на польский манер — Гайвазовский. Сам Айвазовский в автобиографии писал, что в юности отец поссорился с братьями, потому и перебрался сначала на Дунай, а позже в Феодосию. Рассказывал Айвазовский и семейное предание, гласившее, что среди его предков были турки — прадед художника был сыном турецкого военачальника, во время взятия Азова малыша спас от гибели некий армянин, крестил его и воспитал.

Переселившись в Феодосию, Константин женился на местной армянке Рипсиме, искусной вышивальщице. В семье было пятеро детей — три дочери и два сына. Старший сын, Саргис, стал позже монахом. Сначала на новом месте торговые дела главы семейства шли успешно, но во время эпидемии чумы 1812 года он разорился. Занимался мелкой торговлей и пользовался уважением у коллег-торговцев — иначе вряд ли стал бы старостой феодосийского базара.

Ованес был одаренным ребенком. Когда мальчику исполнилось десять лет, парнишка стал работать



Иван Айвазовский (1817–1900). Морской берег.
Партенит на Южном берегу Крыма. 1861.
Коллекция Латвийского Национального художественного музея

в кофейне у грека Александра. Работа была нелегкой, но были у нее и светлые стороны — мальчик жадно слушал рассказы моряков о дальних странах. Талантливый мальчонка сам освоил игру на скрипке — он на слух исполнял народные мелодии, которые услышал от своего учителя, бродячего музыканта. Говорят, что греческий капитан был потрясен игрой мальчика и подарил ему свою скрипку, с которой Иван не расставался всю жизнь.

Рисовать он вообще начал чуть ли не с пеленок. Но у отца не было денег на карандаши, так что рисовал Ованес самоварным углем, «холстом» служили беленые стены дома. Феодосийский архитектор Яков Кох, давний знакомец отца Ивана, рисунки мальчика видел и неплохо о них отзывался. Однажды он шел по окраинной улочке и увидел маль-

чишку, рисовавшего на стене эскадру кораблей. И вот тут Коха проняло, он предложил Ивану свои уроки. Художник до конца жизни с благодарностью вспоминал преподанные ему Кохом правила перспективы и черчения архитектурных деталей.

Добрые феи

Отец, несмотря на скудный доход семьи, хотел дать сыну хотя бы начальное образование и определил его в Феодосийское уездное училище. Но случилось так, что Кох показал рисунки своего способного ученика новому градоначальнику Феодосии, Александру Казначееву. Тот в живописи разбирался, талант мальчика оценил и захотел познакомиться с юным дарованием. И когда Кох привел Ивана к градоначальнику, Казначеев вручил парнишке роскошный подарок — ящик красок



и рисовальную бумагу. В 1830-м Казначеева назначили губернатором Таврической губернии, и он отбыл вместе с семьей в Симферополь. Ивана тоже взял с собой и отправил учиться в городскую гимназию. Мальчик продолжал запоем рисовать, и однажды его одноклассник Федор Нарышкин показал своей матери, урожденной графине Раstopчиной, подарок Ивана — рисунок пером. Нарышкина была так впечатлена, что тут же написала в Москву, живописцу Сальватору Тончи, просила ходатайствовать перед Николаем I за талантливого мальчика. И рисунок приложила. Император тоже проникся и приказом от 22 июля 1833 года Ивана Гайвазовского зачислили в Академию художеств.

Первые награды

Гайвазовскому повезло — он попал в класс к профессору Максиму Воробьеву, тот не только тонко чувствовал красоту природы, но и обожал музыку, сам играл на скрипке. Так что учитель и ученик нашли общий язык не только в живописи, но и в музыке. В 1835-м Иван получил серебряную медаль за пейзажи «Вид на взморье в окрестностях Петербурга» и «Этюд воздуха над морем».

В том же году Николай I пригласил в Петербург французского мариниста Филиппа Таннера. Айвазовского назначили помощником модного художника. И тут случилась интересная история. Таннер заставлял ученика срисовывать для него эскизы, готовить краски, а учительством особо себя не утруждал. Но за несколько уроков Айва-

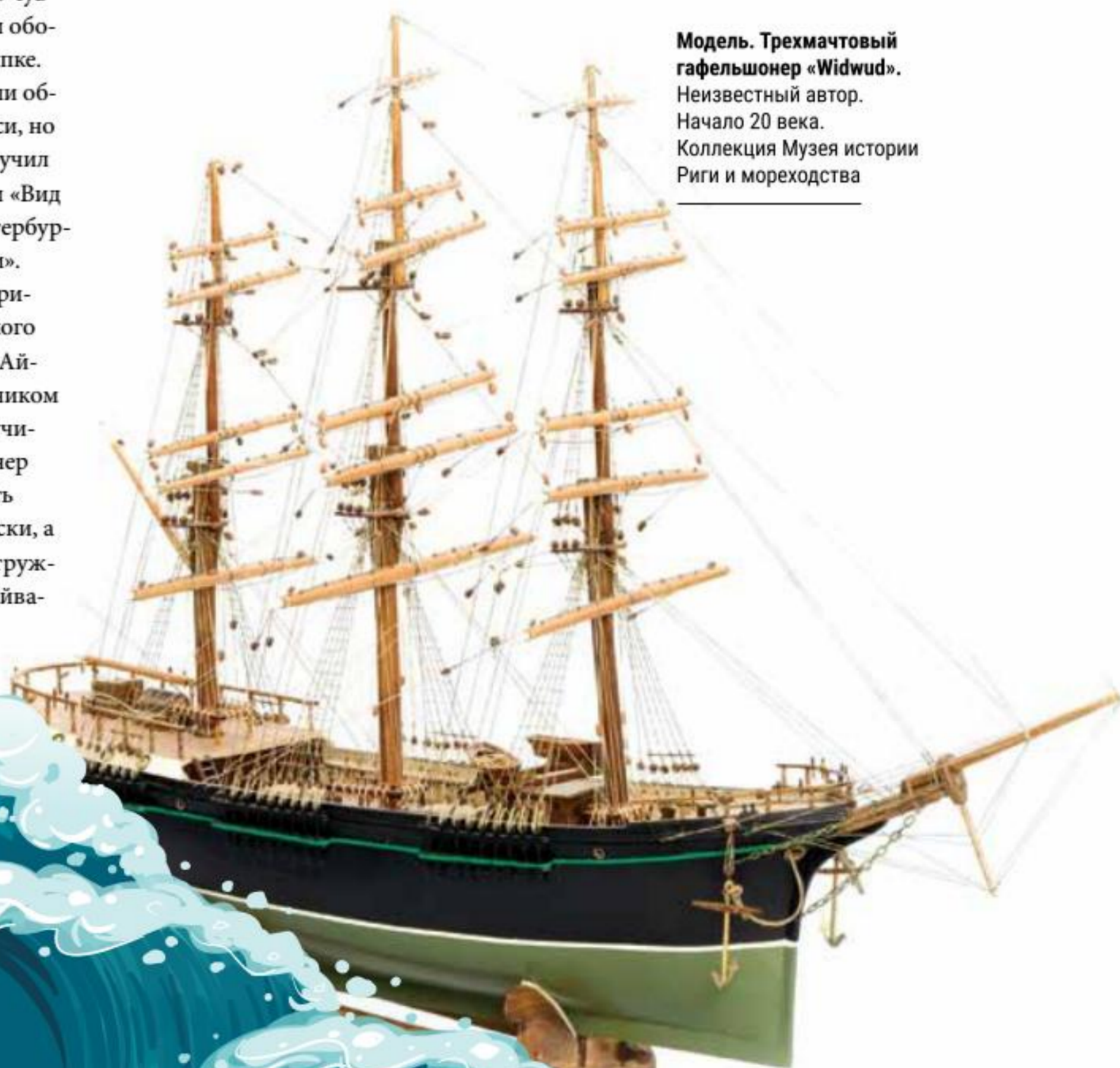
зовский технику написания марин освоил. И на очередной выставке Академии выставил несколько своих работ, о которых критика отзывалась очень благожелательно. А в одной из газет еще и сравнение не в пользу Таннера проскочило. Маститый маринист взбесился и пожаловался императору: мол, своевольно Айвазовский картины выставил. Хотя это было ложью, Иван действовал с разрешения президента Академии. Император сначала пошел на поводу у французского гостя и велел все картины студента снять с выставки. За молодого художника вступился профессор Александр Зауэрвейд, которого Николай I очень уважал. В итоге император купил картину Айвазовского и передал ее в дар Академии, а молодой маринист попал в класс своего заступника, где стал заниматься морской военной живописью. И вскоре получил Большую

золотую медаль за картину «Штиль», что дало ему право на двухлетнюю поездку в Крым. Два года он провел в родном Крыму и на Кавказе, очень много работал, как художник принимал участие и в военно-морском походе к берегам Кавказа.

Европейская слава

В 1840-м Айвазовский вместе с другими пансионерами Академии художеств отправился в Рим для продолжения образования. Средиземное море стало для него новым источником вдохновения, его маринисты пользовались бешеным успехом в Италии. И не только. Ведь художник побывал и во многих городах Италии, и Европу основательно объездил, знакомясь с классическим искусством. И работал, работал, работал... Устраивал выставки своих картин во Франции и других странах. Знаменитый английский худож-

Модель. Трехмачтовый гафельшонер «Widwud».
Неизвестный автор.
Начало 20 века.
Коллекция Музея истории Риги и мореходства



Иван Айвазовский (1817–1900). Вид на Везувий за день до извержения вулкана. 1885
Коллекция Художественного музея Эстонии.
Фото: Станислав Степашко



ник Джозеф Мэллорд Уильям Тернер с восторгом писал о мастерстве русского живописца: «Морская гладь, на которую легкий ветерок нагоняет робкую зыбь, похожа на царскую мантию, драгоценности которой блещут и искрятся! Прости мне, великий художник, если я ошибся, приняв картину за действительность, но работа твоя очаровала меня, и восторг овладел мною. Искусство твое высоко и могущественно, потому что тебя вдохновляет Гений».

Были и совершенные курьезы. Так, берлинские газеты писали, что русский художник наверняка глухонемой, мол, только при таких недостатках может настолько остро развиваться зрение, чтобы можно было так тонко передавать на полотне световые эффекты. А парижские газеты запустили сплетню, что при таком успехе в Европе художник вряд ли захочет вернуться в Россию. Именно это и побудило Айвазовского вернуться домой на два года раньше запланированного: «Рим, Неаполь, Венеция, Париж, Лондон, Амстердам удостоили меня самыми лестными поощрениями, и внутренне я не мог не



Иван Айвазовский (1817–1900). Закат на море. 1885
Коллекция Латвийского Национального художественного музея.
Фото: Нормундс Браслыньш

гордиться моими успехами в чужих краях, предвкушая сочувственный прием на родине».

Домой художник привез несколько золотых медалей от зарубежных поклонников его творчества, одна из них была наградой папы римского Григория XVI — тот приобрел для Ватикана картину «Хаос. Сотворение мира». Самым веселым

по этому поводу было, наверное, поздравление Николая Гоголя: «Исполать тебе, Ваня! Пришел ты, маленький человек с берегов Невы в Рим, и сразу поднял Хаос в Ватикане».

К слову, в Италии Иван навещал в монастыре и своего брата, в монашестве Габриэля. И тот ему рассказал, что фамилия их армянских предков была Айвазян. Братья ре-



Иван Айвазовский (1817–1900). После захода солнца. 1889
Коллекция Одесского художественного музея



Модель. Трехмачтовый барк «Robert».
Неизвестный автор. 1830-е годы.
Коллекция Музея истории Риги и мореходства

шили убрать букву «Г» в фамилии, и с 1841-го художник стал Айвазовским. Домой живописец вернулся признанным мастером, академиком Римской и Амстердамской академий художеств. Дома получил звание академика пейзажной живописи Петербургской академии художеств. И — очень серьезный заказ, ему было поручено написать все военные порты на Балтийском море, императорским указом его причислили к Главному морскому штабу с правом ношения адмиралтейского мундира. А было тогда академику всего двадцать семь лет.

Ничто человеческое...

Что-то слишком сладко у нас получается. Да, Айвазовский был невероятно талантливым и просто чудовищно работоспособным: за свою жизнь он написал

6 000 только крупных полотен, а сколько небольших, а рисунков, набросков? Но он вовсе не был безупречным рыцарем кисти, присущи ему были и слабости.

Одним из учеников Айвазовского был Кирилл Лемох, деликатнейший человек, впоследствии приглашенный ко двору учить живописи детей Александра III. Лемох вспоминал о своем наставнике: «Успех Айвазовского много зависел от покровительства, которое оказывал ему император Николай I. При путешествии по морю на колесном пароходе царь брал с собой и Айвазовского. Стоя на кожухе одного пароходного колеса, царь кричал Айвазовскому, стоявшему на другом колесе: "Айвазовский! Я царь земли, а ты царь моря!" Николай часто обращался к своим приближенным с вопросами: знакомы ли они с произведениями Айвазовского и имеют ли что-либо из них у себя? После таких вопросов всякий из желания угодить царю старался побывать в мастерской знаменитого мариниста». Вспоминал Лемох и о том, что Айвазовский не общался с другими художниками и на их выставки не ходил. Лишь когда устроил свою, встретился на ней с несколькими товарищами по Академии. «Здесь с ним поздоровался Владимир Егорович Маковский. Айвазовский снисходительно спросил его: "Вас, Маковских, было, кажется, несколько братьев?" — как будто не знал, кто именно Владимир Маковский и каково его место в искусстве. Маковский ответил: "У моей матушки, действительно, было нас три сына, а вот вы, Иван Константинович, как видно, родились единственным в своем роде"».

Оценка современников была неоднозначной. Так, Иван Крамской называл своего тезку звездой первой величины и писал Третьякову: «Айвазовский, веро-



Иван Айвазовский (1817–1900). Морской пейзаж (Вечер). 1855
Коллекция Латвийского Национального художественного музея



ятно, обладает секретом составления красок, и даже краски сами секретные». Многие художники ему подражали. А многие упрекали в чрезмерной активности, потому что Айвазовский не только много работал, но и активно продвигал себя на рынке. Он любил писать картины на глазах «изумленной публики», нисколько не скрывая своих секретов. Хотя его авторскую технику до сих пор повторить не могут. К слову, Достоевский об Айвазовском отзывался снисходительно и сравнивал его с Дюма, мол, так же быстро пишет и любит поверхностные эффекты: «У того и у другого произведения имеют сказочный характер: бенгальские огни, трескотня, вопли, вой ветра, молнии...».

«Рожденный смертным, оставил по себе бессмертную память»

Художник был женат дважды. Первый раз в 1848 году, на англичанке Юлии Гревс, дочери штаб-доктора на русской службе. В браке родились четыре дочери. Но супруги не сошлись в географии — в смысле, что художник рвался в родную Феодосию, а жена не желала покидать столицу. Так что спустя двенадцать лет Юлия от мужа ушла, но брак был расторгнут лишь в 1877-м. К слову, император очень не хотел отпускать Айвазовского из Петербурга, но потом махнул рукой — мол, сколько волка ни корми...

Второй женой стала Анна Саркисова, молодую вдову художник увидел на похоронах ее супруга, известного феодосийского купца. Красота Анны поразила Айвазовского, и в 1883-м они поженились. Дом, который в 1845-м спроектировал сам художник, позже стал галереей. Для родного города Айвазовский сделал очень

много, вплоть до торгового порта и железной дороги. И питьевую воду, которой остро не хватало Феодосии, дал городу Айвазовский — он подарил ежедневно 50 тысяч ведер воды из близлежащего имения. Фонтан Айвазовского — визитная карточка Феодосии. К слову, отцы города хотели назвать фонтан в честь Александра III, но пришло высочайшее распоряжение — назвать фонтан именем великого художника.

Айвазовский прожил 82 года, немало путешествовал и работал до последнего дня. Умер он 19 апреля 1900 года от кровоизлияния в мозг. На мольберте осталась неоконченная картина «Взрыв корабля»...

Кто больше?

Картины Айвазовского пользуются стабильным спросом на аукционах, хотя, как утверждают некоторые специалисты, до 50 % «айвазовских» — подделки. В последние годы стоимость его работ неуклонно растет. В 2003 году картина кисти Айвазовского впервые вышла на миллионный рубеж: на «Сотби» его «Корабль на якоре. Константинополь» был продан за миллион долларов. А в 2007-м на «Кристи» картина «Корабль у стен Гибралтара» ушла за 2,708 миллиона фунтов стерлингов, пока это рекорд для картин Айвазовского. И до сих пор случаются сюрпризы. Так, этим летом картина «Битва за Бомарзунд» была продана на аукционе в Упсале. Владельцу полотно досталось в наследство от покойной супруги, и он не знал на автора, ни истинной ценности картины. Когда выяснилось, что это подлинный Айвазовский, «Бомарзунд» ушел за 1,2 миллиона долларов. Купил картину величайшего русского мариниста русский коллекционер.

НЕМНОГО Солнца В НОЯБРЕ



Что такое балтийский ноябрь? Пасмурное небо, морозящие дожди, слякоть под ногами, серый цвет повсюду. И практически полный дефицит солнца и ярких красок! «Как жить в таких условиях?! Причем жить не скучно и не уныло?!» — задаю я себе вопрос каждый ноябрь. Ответ всякий раз находится новый. Например, сама природа подарила нам уникальный по своим свойствам солнечный камень — янтарь. Наверное, в утешение. Так воспользуемся!

АННА БАКУРСКАЯ

лизации деятельности щитовидной железы. Мало того! Специалисты утверждают, что с помощью янтаря излечиваются очень многие заболевания: болезни волос и кожи, нарушения слуха и зрения, бронхиты, астма, инфекции мочевыводящих путей и даже нервные расстройства, особенно депрессия. Вот это да!

Немного мистики

Магические свойства янтаря так же многообразны, как и лечебные. Древние считали, что янтарные бусы следует носить кормящим матерям, чтобы у ребенка впоследствии выработался веселый и добрый характер. Кусок необработанного янтаря нужно класть возле подушки, чтобы отпугивать злых духов во время сна. Этот минерал способен утешить людей, которых постигло горе: он дает облегчение и надежду на хорошее будущее. В доме нужно обязательно держать несколько предметов из янтаря, чтобы уберечь жилище от пожаров и попадания молнии. Правда это или нет, не знаю, но иметь дома янтарь непременно советую. Не повредит!

Представляете: янтарь можно не только носить в виде бус или серег, но и втирать в кожу, заваривать в чай, стирать в пудру, засыпать в подушки и даже заряжать им тело.

Немного фактов

Янтаря во все времена было много. Причем не только в Прибалтике, но и на Аравийском полуострове, в Мексике, на Аляске, в странах Северной Европы. Но только балтийский янтарь отличается своими особыми лечебными свойствами. Концентрация янтарной кислоты в наших «золотых камушках» достигает 15 %, чем не может похвастаться ни один

из его собратьев из других стран. И именно это вещество в сочетании с йодом, которым камень пропитался за тысячелетия в морской воде, способно исцелять. Янтарь камень способный. В народной медицине издревле он считался чуть ли не панацеей от всех болезней. Знаменитый врачеватель Авиценна в своих медицинских трактатах приводит не один десяток лекарств, в состав которых входит янтарь. В польской народной медицине существует рецепт изготовления настойки из янтаря, помогающей при заболеваниях дыхательной системы. Бусы из янтаря следует носить для очищения всего организма от шлаков и норма-



STENDERS

ИСКРЕННИЕ ПОДАРКИ
ДЛЯ ЛЮБИМЫХ

www.stenders-cosmetics.lv



стиками организма человека. Что с точки зрения современных понятий приводит к явлению биорезонанса, восстановлению амплитуды колебаний клеток, органов, тканей. В конечном итоге восстанавливаются адаптационные способности организма, возвращается здоровье и происходит омоложение организма на клеточном уровне. Для процедур для лица используется лечебная косметика на основе природного



Янтарные процедуры

Начнем с массажа нагретым янтарем в мешочках или янтарными палочками. Очень приятная процедура. Дело в том, что при нагревании янтарь выделяет тонкий приятный запах. Несколько сотен лет назад фимиам, выделяемый при горении янтаря, использовали даже при богослужениях. Как и другие камни, янтарь при контакте с кожей человека излучает электромагнитные волны, которые воздействуют на организм человека. Проведенные исследования позволяют сделать вывод, что целебные свойства янтаря обусловлены совокупностью нескольких факторов: воздействием энергии свободных электронов, наличием в янтаре парамагнитных

центров и янтарной кислоты, высокими сорбционными свойствами измельченного янтаря, способностью ионизировать воздух окружающей среды и нейтрализовать образующийся в организме человека избыток свободных радикалов.

При массаже тела, ладоней, стоп янтарем, хождении по мелким камешкам янтаря или аппликации янтаря на области проекции пораженных органов электромагнитная энергия янтаря передается организму через биологически активные точки. Следовательно, воздействие янтаря через эти точки на коже человека не просто способствует передаче энергии свободных электронов, но, что самое главное, эта энергия совпадает с частотными характери-

минерала — янтаря. Она обладает превосходным омолаживающим эффектом: проникая в глубокие слои эпидермиса, регенерирует клетки и замедляет процесс их отмирания, тем самым замедляя процесс старения. Не вызывает аллергических реакций. Это немаловажно! Данная косметика содержит драгоценную янтарную пудру, богатую витаминами, микроэлементами, необходимыми для оптимизации обменных процессов в клетках кожи. Янтарная кислота к тому же оказывает ярко выраженное противовоспалительное и антистрессовое воздействие. Так что причин для того, чтобы испытать целебную силу солнечного камня, предостаточно! Добавьте немного солнца в серый цвет ноября!

К 20-ЛЕТНЕМУ ЮБИЛЕЮ КОМПАНИЯ DEVRO представляет

Московский Театр пластики и драмы
Александра Бабенко

13 ноября 19.00 Дворец культуры ВЭФ

ПАГАНЩИЦЫ

СПЕКТАКЛЬ В СТИЛЕ РОК



Заслуженный артист
Российской Федерации
Дмитрий БОЗИН
Константин СКРИПАЛЕВ
Софья ТОРОСЯН

Группа «РОК ТЕАТР»

Режиссер и хореограф
Александр БАБЕНКО

15 ноября 19.00

ДОМ КОНГРЕССОВ

Надежда
МЕЙЕР-ГРАНОВСКАЯ

Павел ИВЛЮШКИН

Huans Manuels
Rosales
Liza Rosalese

В МУЗЫКАЛЬНОМ СПЕКТАКЛЕ

ИСТОРИЯ ОДНОЙ ЛЮБВИ

VIENAS MILESTIBAS
STASTS

в сопровождении
оркестра

**TANGO
EN VIVO**
orkestra pavadiņa



24 октября

Дом
Москвы
19.00



Раневская

Одинокая насмешница

Драматическая комедия

Зоя БУРЯК, Ульяна ЧЕХМЕНЕВА, Сергей ГАМОВ,
Слава КИРСАНОВА-МИРОПОЛЬСКАЯ, Наталья ЛЬЖИКА
Авторы пьесы: Л. ИЗМАЙЛОВ, А. ЦАГИК
Режиссер: Е. ПИКОВА, Сценаристы: Н. ВЯТЬ

Музыкальный театр
«ПЕТЕРБУРГСКАЯ ОПЕРЕТТА»

23 декабря Дворец культуры ВЭФ

И. Штраус **18.00**

«Летучая мышь»

PETERBURGAS EGLITE,
ПЕТЕРБУРГСКАЯ БАКА

12.00

Музыкальная сказка
Новогодние приключения
Маши и Вити



DEVRO

PRODUCER CENTER

8 января 19.00 Дворец культуры ВЭФ

Ансамбль песни и танца казаков

Санкт-Петербург

Под управлением
Александра МУКИЕНКО



ВЕНГЕРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕАТР
при поддержке Министерства культуры Венгрии
и известной компании SZEGED CONTEMPORARY DANCE SHOW

9 марта 19.00 Д.К. ВЭФ

6 марта 18.00
Дружественский
Дворец культуры

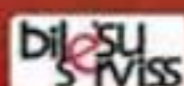
БАЛЕТ


«Carmina Burana» «Don Juan»

Музыка Карла Орфа и Кристофа Виллибальда Глюка



Билеты
в кассах



Информация 29111065, 26441811 WWW.DEVRO.LV  ARTDEVRO



Здоровье НА КОНЧИКАХ ПАЛЬЦЕВ

В последние время в мире стремительно возрос интерес к экзотическим методам оздоровления организма. К ним, бесспорно, относятся и экзотические виды массажа. Они интересны тем, что сохранились с древнейших времен. Но, главное: представители восточной медицины уверены, что такой массаж способен избавить человека если не от всех недугов, то от очень большого количества заболеваний.

 МАРИЯ КИРИЛЕНКО

А Марк Твен вообще утверждал: «Кроме массажа единственный способ сохранить здоровье — это есть то, чего не хочешь, пить то, чего не любишь, и делать то, что не нравится». Гораздо противнее, не правда ли?

Амма — «успокоение рукой»

Восточная массажная методика амма существует не одно тысячелетие. Название ее в переводе означает «успокоение рукой». Историки утверждают, что амма придумали слепые люди, для которых массаж был единственным способом заработать себе на жизнь. Звучит вполне правдоподобно, ведь, как правило, у людей, утративших зрение, наблюдается повышенная тактильная чувствительность, обострены слух



и обоняние. За время своего существования массаж амма превратился в особую философию исцеления, в основе которой лежит учение об энергетических потоках и точках их выхода, называемых цубо. Китайцы

считают, что их 365 — по количеству дней в году. Амма сочетает в себе акупунктуру (иглоукалывание) и акупрессуру (лечение и профилактика заболеваний через давление на определенные точки тела).

Считается, что мастера, владеющие искусством амма, самостоятельно способны диагностировать болезни и излечить пациента, применяя массаж определенных зон. Амма интересен и тем, что практически не имеет противопоказаний. Кстати, известная нам методика шиацу — это тоже амма. Просто, попав в Японию, она была усовершенствована и получила новое название.

Boга Boга — релаксация из глубин Тихого океана

Технику экзотического массажа Boга Boга (полное его название — Boга-Boга Deep Blue massage) придумали жители живописного полинезийского острова с одноименным названием. В основе Boга Boга — релаксирующий массаж с поочередным применением специальных мешочков из ткани, наполненных морскими водорослями.

В начале процедуры мастер наносит на тело эликсир, в основе которого — океанская вода. Какую воду предлагают в европейских спа-салонах, сказать сложно. Но по технологии для массажа Boга Boга должна использоваться вода из Тихого океана, которую добывают на глубине 915 метров. Затем мастер мягко разминает и растирает каждый участок тела мешочками с вышеупомянутыми богатыми полезными веществами тихоокеанскими

водорослями. Взаимодействуя с океанской водой, водоросли насыщают кожу микроэлементами и витаминами, оказывают мощное увлажняющее и омолаживающее воздействие. В завершение процедуры на тело должен наноситься специальный жемчужный крем.

Boга Boга — это настоящий ритуал, который позволяет уже за один сеанс восстановить душевное равновесие и физические силы, а также полностью расслабиться. Специалисты даже рекомендуют принимать эту релаксирующую процедуру только в вечернее время, когда все деловые встречи позади.

Тайна креольских красавиц

Сейчас речь пойдет о креольском массаже бамбуковыми палочками. Считается, что он появился на острове Маврикий 5 000 лет (!) назад. Этот вид экзотического массажа еще называют женским. Креолки издревле использовали данную методику и очень ценили ее за быстрый и заметный эффект. Считается, что креольский массаж хорошо помогает при избыточном весе, целлюлите, физическом переутомлении... Он эффективно улучшает кровообращение, обменные процессы в организме, питание тканей и клеток, снимает стресс...

Бамбук в качестве материала выбран неслучайно. Он испокон веков считался символом изящества, долголетия, выносливости. А гладкие, гибкие и прочные палочки ценились как превосходные массажные инструменты.

НОВИНКА

MIRRA представляет COLLAGEN PREMIUM

Коллаген — природный каркас кожи, от количества которого зависит ее биологический возраст.

При его нехватке возникает потеря упругости, появляются морщины. Морской коллаген схож по составу с коллагеном человека, поэтому способен легко проникать в глубокие слои кожи.

Программа, включающая серию средств с морским коллагеном, призвана восполнить нехватку этого важного для кожи белка и помочь в устранении морщин без применения инъекций, делая кожу упругой и подтянутой.

mirra-lux.lv





Креольский массаж выполняется при помощи двух специальных палочек, одна часть которых — полая, а другая заполнена зерном или мелким песком. Это позволяет создать необходимый звуковой эффект и дополнительную вибрацию. Еще для массажа используются различные экзотические масла: миндальное, кунжутное, мускатное, гуавы, авокадо, папайи.

Как же происходит сам процесс? Сначала массажист производит глубокое растирание тела клиента бамбуковой палочкой. Затем совершает этими палочками удары по телу, причем в ритме 100—120 ударов в минуту! Сразу вспоминается поговорка: массаж — прекрасный способ похудеть, особенно для массажиста. Кроме ударов бамбуковыми палочками выполняется ряд других приемов: выжимание, вкручивание, прокатывание, прессование, растягивание... Бамбуковые палочки позволяют значительно разнообразить технику массажа. Важный нюанс: делаться этот вид массажа обязательно должен под специальную старинную креольскую музыку. Она задает ритм, который играет очень большую роль.

Хоть описание и производит определенное впечатление, интересно, что креольский массаж практически безболезнен, хотя во время сеанса прорабатываются рефлекторные зоны стопы, голени, коленные суставы бедра, ягодицы, живот, спина, шея... Эффект

массажа зависит от силы ударов, темпа и длительности сеанса. А еще специалисты говорят, что лучше, когда массажные палочки разного диаметра. И чем меньше диаметр палочек, тем более проникающим и чувствительным будет креольский массаж.

Ломи-ломи — лапа довольного кота

Ломи-ломи — один из наиболее древних видов массажа. Он зародился на Полинезийских островах. Название этой массажной техники можно перевести с гавайского языка как «мягкое касание бархатной лапы довольного кота».

На Гавайях массаж ломи-ломи на протяжении веков использовали целители и старейшины рода. Они являлись хранителями бесценных знаний, которые бережно передавались из поколения в поколение. До сих пор целители-мастера используют при ломи-ломи чтение молитвы. Некоторые источники утверждают, что ломи-ломи включает в себя элементы древнего шаманского ритуала, который проходили гавайские девушки, когда достигали совершеннолетия. Использовался массаж ломи-ломи с целью очищения души и тела, укрепления духа и исцеления организма.

Кроме молитвы главными составляющими этой целительской практики считаются очищение солью, ментальное очищение, специальные техники дыхания, разнообразные методики массажа,

включающие в себя в том числе этнические ритмы и движения, работу со специальными деревянными палочками и камнями, ароматерапию, благовония... Все вместе эти компоненты обеспечивают уникальный целебный эффект. Кроме того, отдавая дань древним традициям, в помещении, где проходит массаж, ставят чашки с землей и водой, а также свечи. Все это символизирует единение сил природы — воды, земли и огня.

В Полинезии массаж ломи-ломи применяется не только целителями, но и мастерами гавайского единоборства olohe lua в качестве эффективного восстановительного и укрепляющего средства.

Специалисты считают, что эта методика воздействия на организм не имеет аналогов. После ломи-ломи человек может проспать до полутора суток. Эффект от данного вида массажа, хоть он и имеет некоторые противопоказания, можно сравнить с эффектом от нескольких дней, проведенных на курорте. В ходе массажа происходит полное восстановление организма на физическом, психоэмоциональном и духовном уровнях. Помогает ломи-ломи и при многих болезнях.

Интересно, что сами полинезийцы считают: ломи-ломи просто необходим людям, страдающим от нехватки любви и внимания. В полинезийских семьях принято, чтобы жена делала массаж ломи-ломи своему мужу. Тогда его душа и тело обретают утраченную гармонию.



CRESCINA®

HFSC 100%



Рассказывает Наталья Буслова, трихолог и специалист эстетической медицины (Эстония)

НОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ!

— Я с детства мечтала стать парикмахером. Стремилась не только заниматься красотой волос, но и узнать об их физиологии и морфологии. Училась в Москве, Санкт-Петербурге, получила специальность трихолога и специалиста эстетической медицины. Трихология — это наука о волосах, которая не стоит на месте. Она целенаправленно движется вперед! Одной из таких инновационных разработок является швейцарская Crescina.

Благодаря хорошим отзывам и результатам продукты Crescina ценятся во многих странах. Благодаря уникальному составу продукт решает несколько проблем: блокирует выпадение волос и воздействует на собственные стволовые клетки, восстанавливая естественный рост волос; помогает как на ранней стадии выпадения волос, так и на поздней стадии, когда шевелюра значительно поредела. Основные компоненты препарата: два вида аминокислот — цистеин и лизин, специальный фактор роста с гликопротеином, активатор собственных стволовых клеток, циклодекстрины и другие компоненты для расширения кро-

веносных сосудов (для более глубокого проникновения), а также питающие компоненты.

Активные ингредиенты заключены в капсулу, поэтому обеспечивается пролонгированное действие. Курс препарата рассчитан на 2—4 месяца. После прохождения курса, благодаря тому, что активные вещества расщепляются постепенно и длительно, препарат продолжает воздействовать еще 2 месяца. Таким образом, получается, что курс лечения длится 6 месяцев. После этого обязательно надо выдержать паузу. Если это андрогенная мужская или сенильная женская алопеция, курс надо повторять 1—2 раза в год. Препарат Crescina не имеет побочных действий, так же как и не обладает синдромом отмены.

Если женщина просто хочет, чтобы ее волосы были более густыми и красивыми, то тоже можно



использовать Crescina. Я бы порекомендовала раз в год проходить профилактический курс. Активные компоненты ампул стимулируют выработку кератина, и волосы становятся блестящими, более плотными и быстрее растут.

Таким образом, Crescina — это уникальный препарат, разработанный на основании многолетних исследований. Линия включает в себя: Crescina Anti-Hair Loss — ампулы против выпадения волос; Crescina Re-Growth — ампулы для восстановления поврежденных волос и шампунь, обладающий укрепляющим действием. Есть препараты со специальными формулами для женщин и мужчин, а также различной концентрации.

Crescina доступна в аптеках: Apotheke, Euroapteika, Saules aptieka, Benu и Latvijas aptieka. Их также можно приобрести, сделав заказ nalabo-baltic.eu, internetapteika.lv, webapteika.lv, azeta.lv



ИНГА БУНКА

которая

ПЛЫВЕТ ПО ТЕЧЕНИЮ И ГРЕБЕТ ВЕСЛАМИ

✎ ЕЛЕНА ЛУРЬЕ

На прошедшем весной Международном чемпионате по массажу Open Baltic Championship Massage 2019 журнал «360 градусов» традиционно выбирал своего фаворита. И сделать это было непросто, потому что на чемпионат собираются яркие и харизматичные участники. Но Инга Бунка покорила с первого взгляда своим поразительным умением отключиться от внешнего мира — от массы людей вокруг, голоса комментатора, музыки, света — и полностью отдаться клиенту. От нее шел свет. Вот правда! Так что знакомьтесь: гостья нашей рубрики «Мастер» — Инга Бунка, девушка, которая старается жить, слушая свое сердце.

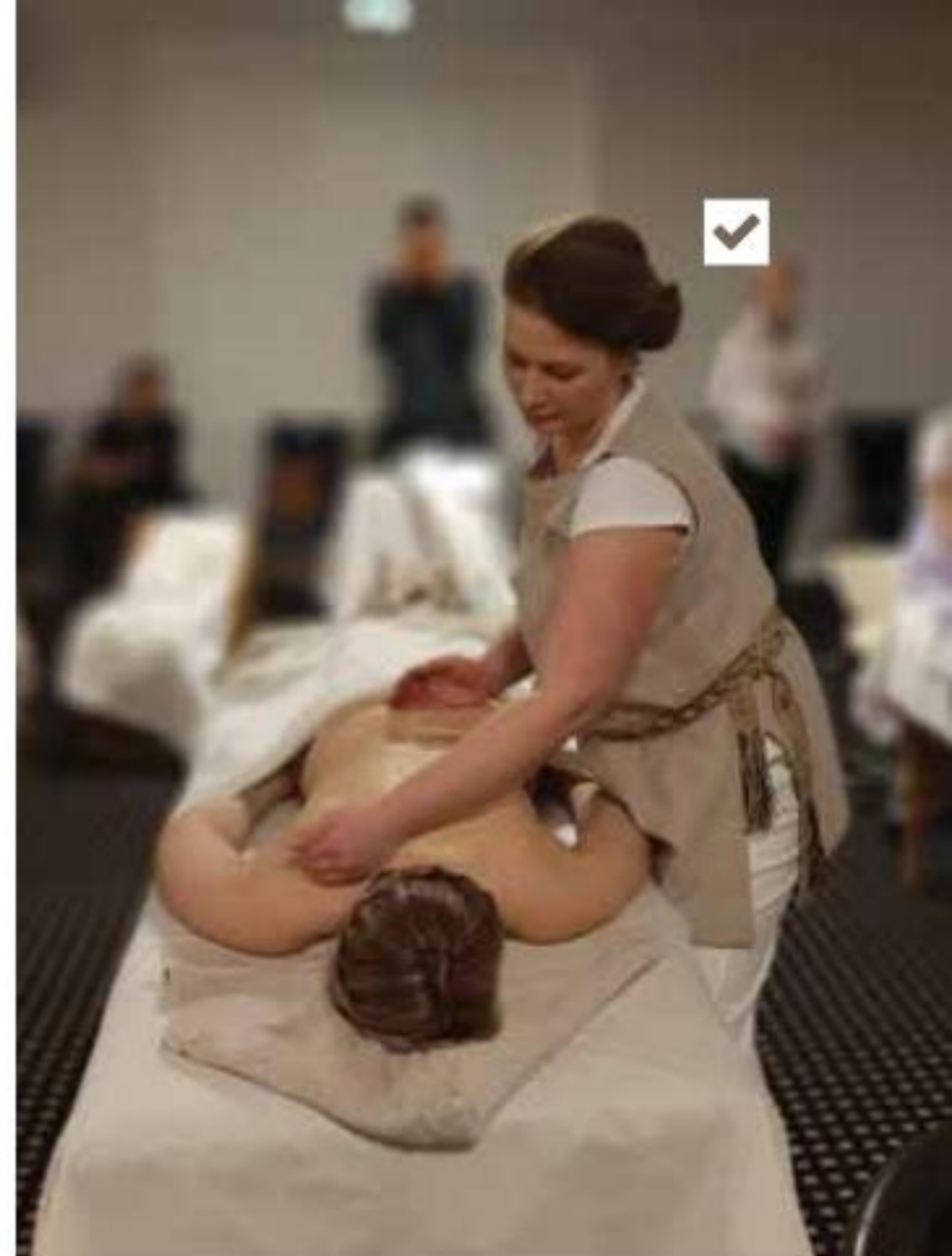
— Удивительно, на факт: до недавнего времени моя деятельность абсолютно не была связана не только с массажем, но и вообще с прикосновениями к другому человеку. Но сегодня я убежде-

на, что этот путь, на который я вступила, на сто процентов мой. Правда, я должна не просто плыть по течению, но и активно грести веслами! Я всегда стараюсь жить по сердцу, прислушиваться к себе и полагаться на интуицию. Так, после школы я начала работать в детском саду воспитательницей, но быстро поняла, что это не мое. И вообще традиционный путь школа — вуз — работа не мой. Я хотела пробовать, искать и делиться с другими. Но чтобы делиться, надо накопить. И я копила.

Судьба повела меня совсем в другую сторону и привела в Рижский аэропорт. Поскольку я девушка с техническим складом ума, люблю скорость, транспорт, движение, такой поворот был неслучаен. проработала 15 счастливых лет и очень довольна полученным опытом — это мой золотой багаж, который навсегда со мной. Но в

прошлом году, а он стал для меня во многих отношениях кризисным, я почувствовала, что нет искры, нет желания и нет того азарта, что был раньше. Я приняла трудное решение уйти с работы в никуда и искать свой новый путь...

Конечно, зарегистрировалась на бирже труда и решила для себя, что открыта всему новому и пойду на все курсы, которые предложат. Так я попала в Beauty School на интенсивный курс обучения спа-специалистов. Неожиданно оказалось, что это неслучайно. Какое-то время назад одна мудрая женщина сказала мне, что мое предназначение — работать руками и дарить свое тепло и силу людям. Тогда мне и в голову не пришло, что это может быть массаж. Я даже попробовала заняться резьбой по дереву. А что? Работа руками, дарю свое творчество людям — все сходится...



Оказавшись в Beauty School, поняла: это мое! А учились мы очень интенсивно: каждый день 5 дней в неделю полгода, так что база заложена очень качественная, есть тот фундамент, на который можно теперь по кирпичику складывать навыки, умения и опыт. Мне очень понравилось, ведь массаж — то, к чему я всегда стремилась: отдавать накопленное людям. Чемпионат стал очень

большим вызовом, и только благодаря подготовке и поддержке моей группы я справилась. У меня в ушах было каждое слово каждого тренера, они словно вели меня.

Что было дальше? После окончания курсов я по договору отработала 2 месяца в Wellton Hotel, и это очень хорошая практика: окунулась из теории в реальность. Затем предложили работу мастера по массажу в спа-центре пятизвездочного отеля

Grand Hotel Kempinski Riga. И это еще одна школа: строгая дисциплина, ответственное отношение, непрерывное обучение, необходимость соответствовать бренду. Для меня большая честь здесь работать. С началом нового учебного года получила предложение и согласилась делиться своими навыками в Beauty School. И это снова вызов. Так что продолжаю плыть по течению и усиленно грести веслами.

АНТРОПОДИУМ

8 ноября в 20.00

«Армянин и грузин (вечно спорили)»

Яркие, веселые и грустные, армянские и грузинские песни с ароматом солнца и сочных абрикосов — про любовь, про родные края и про любовь к этим краям, на армянском, грузинском и русском. Немного поэзии и прозы.

Участствуют:

Юрий Слосман — клавишные, вокал

Дмитрий Евсиков — ударные, перкуссия

Валерий Мороз — аккордеон, гитара

Руслан Реутов, он же «главный грузин» — вокал, саксофон, дудук

Асмик Багоян, она же «главная армянка» — вокал

15 ноября в 20.00

**Вечер памяти
Александра Вертинского**

Истории из жизни и песни неподражаемого **Александра Николаевича Вертинского**, русского и советского художника, поэта, певца, композитора, артиста кабаре и актера, оказавшего своеобразное влияние на русскую традицию художественного пения — в исполнении **Юлии Вилюмане**.

22 ноября в 20.00

**Вечер блюза
от brutальных мужчин**

Участники легендарных ГВФских весен — **Леонид Дума** и **Олег Врублевский**, а также их бэнд покажут, что такое настоящий блюз от действительно brutальных мужчин.

Art
IntRiga



СТОИМОСТЬ БИЛЕТА

15 ЕВРО

Акция!

Три гостя могут пройти по двум билетам!

Friends Club
ул. Элизабетес, 55

Телефон для справок
+371 22 121 343



ЦВЕТ



Блондинка НА 100 %

Елена Серебрякова,
хозяйка Nikos Travel



Несмотря на многие анекдоты и смешные истории, быть блондинкой — это на 100% мое. На самом деле, цвет волос — это просто формальность. Можно быть умной блондинкой или же недалекой шатенкой и наоборот. Мои масштабные эксперименты с цветом волос закончились уже в студенческое время, когда я успела побывать и угольно-черной, и огненно-красной, и практически рыжей. Было хорошее и веселое время, когда почти не было денег, но были жажда перемен и постоянное желание чего-то нового. Поэтому зачастую, это «новое» превращалось в мочалку на голове и не приводило ни к чему хорошему.



Последние лет пятнадцать я могу поменять лишь тон волос, длину, но без кардинальных цветовых изменений. Мне нравится мой образ таким, каков он сейчас. Мы с моим парикмахером, а он является одним из лучших парикмахеров-стилистов в Латвии, нашли, как мне кажется, подходящий для меня вариант, в котором я чувствую себя предельно комфортно. Многие мои клиенты, партнеры никогда и не видели меня другой. Да что уж говорить, даже мои дети удивились, найдя старый альбом с фотографиями.



Я люблю эксперименты, но сейчас могу их позволить себе в различных прическах, макияже, маникюре, но не в цвете волос. И, конечно, я уже давно не крашусь сама, а доверяюсь профессионалам, так как считаю, что каждый должен заниматься своим делом.



Безусловно, красивые, ухоженные волосы влияют на настроение женщины, и не важно какого они цвета. Ну а в бизнесе важен не цвет, а профессионализм, смекалка и упорство, что под силу и блондинкам, и брюнеткам.

5 СОВЕТОВ блондинкам

Как в случае с окрашенными волосами, так и с натуральными домашний уход должен быть направлен на увлажнение и поддержание цвета. В первые 2-3 недели после осветления лучше использовать средства из специальных линий для блондинок — тогда цвет сохранится дольше.

1

2 Чем сильнее осветлены волосы, тем более хрупкими и беззащитными они становятся. Поэтому еще одно правило в уходе — это нанесение несмываемых средств перед сушкой.

3 Применение горячих инструментов лучше сократить до одного раза в неделю, а резинки и заколки не закручивать и не зажимать слишком сильно — блондированные волосы пористые и чувствительные, поэтому чаще ломаются.

3

4 Отдавайте предпочтение средствам с маслами. Масло закрывает чешуйки волос, придает им блеск и создает защитную липидную пленку на поверхности, сохраняя их увлажненными. Масляная основа хорошо проникает в структуру волоса под воздействием тепла.

4

5 Начиная с середины весны до середины осени волосы, как и кожу лица, необходимо защищать специальными средствами с солнцезащитным фактором. Продукт может быть любой — от крема до масла. Выбирайте средства 2-в-1 с SPF и термозащитой.

5



ЦВЕТ



ДО БЛОНДА

надо дорастить

Евгения Давыдова,
парикмахер-стилист,
хозяйка Pam Pam
Beauty Studio



Практически всю свою жизнь я была брюнеткой. И очень хорошо себя при этом чувствовала. Желание перейти на светлую сторону пришло как желание побаловаться на лето. Из серии: чем развлекаются парикмахеры. По роду деятельности имея неограниченный доступ к профессиональным красителям и какую-то скучную субботу, подседа я к своей коллеги и говорю: «Крась!»



Выход из темного цвета — дело непростое. Свой идеальный тон я получила только после третьей покраски. Конечно, посмотрев в зеркало и не увидив там себя, ощущение было своеобразное. Но экспериментом была довольна сразу!

Вообще до блонда надо дорастить. Начинается другая жизнь... Но если сама готова...

Первые две недели меня никто не узнавал. Потом видно фотографии в социальных сетях сделали свое дело... Превратившись в блондинку, я с удивлением поняла, что от меня перестали требовать серьезных решений и доказательств теоремы Пифагора. Вот правда! Блондинкам жить легче!



Будучи в темном цвете и приезжая в автосервис, я выслушивала долгую историю про лямдозонд и неработающие сайленблоки. Мозг мой отключался после слов «под капотом...». Теперь возить машину мастеру стало самым любимым делом. Мне отдают ключ, провожают до машины, желают счастливого пути и... все! Никаких технических подробностей!

Как бы смешно это не звучало, но меняется отношение окружающих. Как-то более дружелюбнее народ вокруг стал, что ли. Интересно: я же не поменялась — ни характер, ни знания, ни поступки, только цвет волос. А люди вокруг уже спокойнее реагируют на замечание, громче смеются шуткам, приветливее здороваются... Чудеса!



Стало легче подбирать гардероб. Я смело могу носить черное, и это не будет казаться мрачным. Сложнее стало красить волосы: нужный оттенок блонда — это игра в рулетку, лотерея. И да, я согласна, что блондинку может качественно покрасить только блондинка. Брюнетка просто не сталкивалась с такими полутонами у себя на голове.



Хотелось ли вернуться обратно?! Да, один раз случилось помутнение. Но как только мастер сняла полотенце у меня с головы, я сразу поняла, что вернусь в светлый. Мое глубокое убеждение, что цвет волос — это в первую очередь ощущение себя. Не важно — черный, белый, рыжий... Что будет через пять лет? Не знаю. Но сейчас в блонде я чувствую себя дома. А значит и уверенность есть, и окружающим нравится, и комплименты говорят. А вам какой цвет больше нравится?

1 Увы, любой седой волосок на голове брюнетки предательски виден всем. Потому и приходится регулярно краситься. И не всегда есть время/деньги на салон. Что касается домашнего окрашивания, не забудьте смазать кожу по контуру волос жирным кремом или растительным маслом. Обильно. В противном случае краску придется отдирать наждачкой.

2 Для брюнеток сухие шампуни долгое время были под запретом. Белая пыль на темных прядях уж очень сильно напоминала перхоть, а вычесать ее из волос было нереально. Все изменилось. Сухие шампуни для брюнеток уже существуют. В их составе — прозрачные или темные частицы, незаметные на волосах.

3 Кстати, про отросшие корни. Заведите в косметичке спрей для окрашивания отросших корней. Выручит, если времени красить волосы нет, а вид нужен с иголочки. Учтите, такие спреи смываются при первой же «головомойке».

4 Если натуральный цвет волос вам нравится, и не хотите травить шевелюру химией, можете просто добавить волосам благородного шоколадного блеска. Сделать это можно, к примеру, с помощью маски, приготовленной из кофе или какао.

5 Если блондинки при прорисовке бровей должны отдавать предпочтение средствам, на тон или даже два темнее цвета волос, брюнетки, наоборот — на тон или два светлее. И никаких черных карандашей.

5 СОВЕТОВ *брюнеткам*



ЦВЕТ



РЫЖАЯ

АННА ПРОТКО

Илона Ансоне
руководитель Балтийского
отделения РСТ,
вэлнес-эксперт



*не имеет права
быть
обыкновенной*

Рыжей я не родилась, к сожалению. И до сих пор с большой, белой, доброй завистью смотрю на урожденных рыжих: они мне кажутся особенными людьми — со всеми их веснушками, огненными волосами, солнечными ресницами. Я ими люблю. А я сама, как и большинство латышек, обладательница серо-русых, от рождения ничем не примечательных волос. Что уж тут скрывать?



В моей жизни были разные этапы и разные краски и разные прически... От родного темно-русого до яркого блонда. В блондинках я задержалась лет на 10: это был романтический, студенческий, до семейной период жизни.



Сама не заметила, как и когда, но мой мастер стал меня постепенно перекрашивать в рыжеватый. Это совпало с моим острым желанием длинных волос и, как следствием — периодом африканских косичек (ну потому что длинные волосы мгновенно не появляются). Такой я прожила год, и это был очень яркий, динамичный, слегка сумасшедший период поздней юности.



Сейчас оглядываясь назад, я вижу: чем больше я начинала обретать себя, свою устойчивость, понимание своей сущности, тем больше рыжел цвет моих волос. Да, я осознала, что это подходит к моим зеленым глазам и к тому, как я себя чувствую. Яркие локоны — это такое родное, такое мое, точно отражающее и подчеркивающее мой мир.



Признаюсь честно, я столкнулась и с «побочными эффектами» рыжего. Сначала я воспринимала их как минусы, но потом осознала и отныне считаю плюсами. Например, всем известен стереотип, существующий еще с древних времен, что рыжие и зеленоглазые женщины — все сплошь ведьмы. На первых порах меня это смущало, но потом призналась сама себе: да, я верю в чудеса и знаю, что никто другой, только я сама чудю свою жизнь. Зачем лукавить? Чувствую большую силу в себе? Да, это правда. Мне интересно чуть больше, чем многим? И опять точно. Увлечение различными духовными практиками? Это снова про меня.



Еще один неожиданный эффект рыжих волос — друзья говорят, что при первом знакомстве я произвожу впечатление конкретной рыжей стервы. И когда мне несколько человек повторили это утверждение, я расстроилась: за что меня так? Я же белая и пушистая. А потом поняла, что не стоит обижаться. Наоборот, такое первое впечатление полезно для меня! Я действительно очень открытый и даже доверчивый человек, иду к миру с позитивом и распахнутым сердцем, так что некий фильтр, отсеивающий ненужных людей, мне не повредит. А те, кто осмелится подойти к «этой рыжей стерве», оказываются на поверку не менее сильными и интересными людьми. Вот такой вот парадокс. Существует мнение, что джентльмены предпочитают блондинок, потому что рыжих они боятся. И замечательно! Так не нужны мне такие джентльмены, пусть не тратят попусту мое время. Так что на данном этапе «в рыжем» мне комфортно, хорошо и уютно.

А дальше посмотрим, какие у судьбы и цвета волос на меня планы...

1 *Перед тем как приобрести краску для окрашивания локонов, следует определить свой натуральный цвет кожи. Для этого следует рассмотреть свое лицо в условиях обычного освещения.*

2 *Розоватый кожный покров идеально будет сочетаться в тандеме с глубокими и холодными тонами классического рыжего. Персиковые оттенки лица, наоборот, гармонируют с теплой рыжеватой палитрой.*

3 *Бледнокожие должны делать выбор в пользу самых светлых оттенков рыжего без каких-либо пигментов. Смуглянкам лучше всего для окрашивания покупать более темные оттенки рыжего, например, медный или терракотовый.*

1

2

3

3 СОВЕТА

рыжим

УЖИ
ВВЕРХ!



1



3



6



4



5



2

А ДАЛЬШЕ ПО
КИЕ У СУДЬБЫ И
НА МЕНЯ ПЛАНЫ

- 1. Stenders.** Скраб для рук с восстанавливающим эффектом (25 мл). Разглаживающий, бережно ухаживающий скраб сделает руки нежными, как шелк. Для обеспечения эффективного пилинга дополнен порошком пемзы, а также маслом ши, аллантоином и экстрактом алоэ, которые увлажняют, смягчат и восстановят кожу. Легкий, ненавязчивый аромат. 5,90 евро. stenders-cosmetics.lv
- 2. Stenders.** Крем для рук с 24-каратным золотом (25 мл). Устраняет ощущение сухости и восстанавливает комфорт кожи. Содержит масло ши и аллантоин, обладающий эффектом глубокого увлажнения, а также изысканные компоненты для красоты – 24 каратное коллоидное золото и гранатовый экстракт – чтобы подчеркнуть сияние кожи. 6,40 евро. stenders-cosmetics.lv
- 3. Stenders.** Клюквенный крем для рук (25 мл). Содержит натуральное твердое масло ши, которое обильно питает кожу, а аллантоин, клюквенный экстракт и можжевелевое эфирное масло сделают руки бархатисто-нежными и гладкими. Легко впитывается в кожу, придавая ей натуральный аромат, наполненный силой. 4,90 евро. stenders-cosmetics.lv
- 4. Bio2you.** Натуральный крем для рук против старения с облепиховым маслом и гиалуроновой кислотой (75 мл). Глубоко увлажняет, питает и восстанавливает кожу, предотвращает расслоение ногтей и появление заусениц, смягчает кожу на суставах пальцев. 9,99 евро bio2you.lv
- 5. Bio2you.** Натуральный увлажняющий крем для рук с алоэ вера, АНА и гиалуроновой кислотой (75 мл). Глубоко увлажняет и защищает кожу. Можно использовать ежедневно для поддержания мягкой и гладкой кожи. 9,99 евро bio2you.lv
- 6. Bio2you.** Натуральный питательный крем для рук с маслами авокадо и облепихи и смолой драцены (75 мл). Глубоко питает и защищает кожу, предотвращает расслоение ногтей и появление заусениц, смягчает кожу на суставах пальцев. 9,99 евро bio2you.lv

*цены примерные

ЛАЙФХАКИ

КАК НАСЛАЖДАТЬСЯ ЖИЗНЬЮ 24/7

16+

СМОТРИМ, КАК
ЦВЕТА ВОЛОС

СЕКС В КРИТИЧЕСКИЕ ДНИ

С новыми супер-мягкими тампонами Freedom® ты можешь заниматься сексом в критические дни! Благодаря повышенному уровню прогестерона ты можешь получить максимум удовольствия, секс может облегчить болевые ощущения, снизить интенсивность менструальных выделений и стресс, улучшить сон! Мягкий тампон обеспечит гигиену приятного процесса и не будет ощущаться внутри!



freedomtampons.com

ЛЕГКОЕ ПИЩЕВАРЕНИЕ

Lactoflorene® Плоский живот помогает устранить вздутие живота. После приема пищи ты будешь чувствовать себя легко и комфортно. Если в твоём рационе много растительной пищи и сложных углеводов, ты любишь молоко и молочнокислые продукты, Lactoflorene® Плоский живот поможет твоему организму с легкостью переварить все полезные продукты.



lactoflorene.eu

ХОЛЕСТЕРИН ПОД КОНТРОЛЕМ

Правильное питание, обогащённое качественными пищевыми добавками, активный образ жизни, регулярные анализы - база, на которой строится твоё здоровье. Lactoflorene® Холестерол способствует нормализации уровня холестерина в крови и поможет поддержать работу всей сердечно-сосудистой системы! Нет ничего важнее твоего здоровья и здоровья твоих близких!



lactoflorene.eu

Freedom - свободас soft-tampons - мягкие тампоны
Lactoflorene - биоактивная добавка на основе ферментов, экстрактов растений и пробиотиков. Можно принимать одновременно с приемом пищи. Инструкция по применению на упаковке.

БАД НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Реклама



✎ ЕЛЕНА ЛУРЬЕ
 📷 ИРИНА ВОЛКОВА

Из АУКШТЕНИИ в ЖЕМАЙТИЮ

Также как и Латвия, соседка Литва исторически разделена на четыре области — Аукштению, Жемайтию, Дзукию и Сувалкию, каждая из которых славится своими обычаями и самобытными характерами.



📷 Биржайский лев



По этому поводу есть замечательная легенда. Однажды черт поймал и посадил в мешок аукштайта, жемайта, дзука и сувалкича. Понес их в свое логово, да устал, прилег и заснул. Аукштайт быстро выбрался и бегом домой, заскочил в избу и плотно запер двери. Дзук вылез из мешка и стоит, сувалкича ждет: вдвоем то веселее идти. Сувалкич тоже выбрался да не уходит: ждет, пока мешок освободится — в хозяйстве пригодится. А жемайт и не думает спешить: черт его туда посадил, вот пусть сам и вытаскивает. Сказка ложь, да в ней намек. Вот и давайте поищем следы древней легенды в современной Литве.



📷 Биржай. Во дворце сегодня музей



Столица пива

Границу мы пересекали в маленьком городке Скайсткальне, что немного восточнее Бауски. Кстати, в Скайсткальне расположено одно из чудес Латвии — удивительно красивая церковь с очень богатым алтарем, что не характерно для лютеран. Загляните!

Но вот мы и в Литве, в Аукштении. Первая остановка — город Биржай, до которого от границы 21 км. Местные жители с гордостью называют свой город столицей пива, ведь первая пивоварня появилась здесь в 1648 году. Сам же Биржай впервые был упомянут в 1450-м и до начала XIX века принадлежал вельможам Радвиллам. От былого



📷 Длинный-предлинный пешеходный мост на озере Ширвена

величия осталась крепость-бастион XVII столетия и дворец, где сегодня расположен краеведческий музей края. Туда и направимся.

Указатели с надписью «Pilis» понятны без перевода. Пересекаем реконструированный подвесной мост, и взгляду открывается внушитель-



📷 Паневежис просто создан для прогулок



ный дворец, окруженный красивым парком. Осмотреть музей можно двумя способами: экономично и самостоятельно или подороже, но с наворотами — экскурсия, дегустация пива, сыра, хлеба с песнями и плясками аукштайтов. Музей очень богат для провинциального города: более 84 000 экспонатов. Мы опробовали раскладную трость-табуретку для надсмотрщиков, послушали симфонию XIX века и патефон 1957 года, мысленно примерили наряды аукштайтской моды прошлых веков и добросовестно бросили монетку в громадный сундук. На память.

А потом в 300-летнем подвале крепости началось самое интересное. Пиво действительно оказалось отменным, домашний сыр нежным, а ржаной хлеб вкусным. Фольклорный ансамбль разошелся не на шутку: и сами пели, и нам слова раздали, на дудках всяких играть научили и в танцы вовлекли. А на все наши попытки попрощаться, говорили: «Да зачем вам еще куда-то? У нас так хорошо. Еще пива принесем». Вот оно, подтверждение легенды!

Ближе к обеду мы вырвались и отправились смотреть самый длинный пешеходный мост (525 м) на озере Ширвена. Но мост просто

📷 Паневежис. Тот самый польский князь Александр





📷 Пакройская усадьба летом



📷 Фестиваль «Большие китайские фонари» в Пакройской усадьбе

осмотреть недостаточно, по нему пройти надо! На другой стороне оказалось поместье графов Тишкявичюсов, которым за долги достался Биржайский край в 1811 году.

Город Александра

От Биржая 66 км до Паневежиса, пятого по величине города Литвы, разменявшему уже шестое столетие. Название городу дала река

Невежис, протекающая через него. Когда-то польский князь Александр, памятник которому красуется в самом центре Паневежиса, подарил одному ксензу кусок земли для богоугодного дела: постройки храма. Костел возвели, да был он не очень популярен среди прихожан. Тогда предприимчивый ксенз построил рядом трактир — народ пошел, а заодно и в храм стал заглядывать. Со

временем вокруг появились другие постройки, и вырос город. Очень, кстати сказать, симпатичный город: погулять непременно советуем!

Литовская «Голландия»

Далее наш путь пролегал в Жемайтию, по шоссе А 9 в сторону Шауляя. Примерно в 35 км в районе местечка Пакалнишкяй мы свернули к Бурбишскому поместью. Поместье XVII века, напоминающее крепость, окружено огромным парком пейзажного типа, в котором хозяева — семья Баженских — вырыла в свое время массу прудов и каналов, создав 15 островов и соединив их 12 мостиками. Поместье живописное в любое время года, но — по секрету скажем — особенно в мае! А все потому, что главная «фишка» Бурбишского поместья — огромный питомник тюльпанов: более 500 сортов невообразимых расцветок и форм образует целое цветочное



море. Когда тюльпаны отцветают, на смену им приходят ирисы. И кульминацией этой цветочной феерии является ежегодный праздник, с каждым годом все ярче и шире празднуемый в мае в поместье.

От цветов до китайских фонарей

Пакруойское поместье — самый крупный комплекс из сохранившихся в Литве поместных построек — находится в 39 км от Шауляя. Поместье внесено в перечень объектов культурного наследия Литвы и в Книгу рекордов Гиннеса в качестве самого большого охраняемого государством памятника поместной архитекту-

ры. И представьте себе: здесь действительно чувствуешь атмосферу сельской жизни XIX века! Абсолютно роскошный музей различной утвари и инструментов — для любознательных и дотошных, музей пыток — для любителей пощекотать нервы, пивоварня с трактиром — пива попить и после попеть, «аптека» — принять на грудь «тридцать капель» зелья, различные мастерские и магазинчики, кафе и ресторан — Пакруойское поместье умеет порадовать. А еще здесь регулярно проводят зрелищные фестивали: летом — цветочных композиций, зимой — гигантских китайских фонарей. Ближайший начнется 23 ноября.

Священная гора

В 12 км за Шауляем по шоссе Вильнюс — Рига расположена знаменитая гора крестов, куда мы тоже заехали. Первые кресты на этом священном для католиков месте появились в 1831 году в память о павших во время подавления властями народного восстания. С тех пор гора росла стихийно: люди ставили большие и маленькие кресты в благодарность или с просьбой. В советское время гору не раз равняли с землей, но каждый раз ночью люди устанавливали кресты на место. Сейчас их более 100 000, хотя абсолютно непонятно, как их можно подсчитать. В 1993 году во время визита в Литву гору крестов посетил папа римский Иоанн Павел II.

Местные умельцы недалеко от святыни продают кресты и крестики любого размера, так что при желании можно оставить Богу и свою просьбу. Говорят, для этого не обязательно быть католиком.

Открой мир!

БОЛЬШАЯ РАСПРОДАЖА ПУТЕШЕСТВИЙ

BALT ²⁰²⁰ TOUR

27-Я МЕЖДУНАРОДНАЯ ВЫСТАВКА-ЯРМАРКА ТУРИЗМА

31 января – 2 февраля
Рига, Латвия



- Ближние и дальние путешествия
- Выгодные цены

- Новые маршруты
- Разнообразный отдых в каждом краю Латвии

Осень

ВНИМАНИЕ НА ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ

В холодное время года, когда наступает более прохладная погода, мы невольно начинаем думать о неотъемлемой зимней приправе — сезонных болезнях: насморк, боль в горле, отяжелевшая голова или грипп. Особенно часто настоящая головная боль возникает у родителей: что делать и что точно предпринять, чтобы их малыши, сидя на школьной скамье, идя в школу или из нее, были устойчивы к болезням зимнего сезона.

Основное внимание — иммунитету детей

По окончании сезона ягод и свежих овощей стоит и дальше заботиться о детском организме — обеспечить его самыми необходимыми витаминами и вспомнить сильную тройку: мед, лимон и имбирь. Помимо прочего, при похолодании стоит не запускать и активный образ жизни, а также поощрять детей плавать в бассейне, делать зарядку или заниматься другими любимыми видами спорта.

По словам старшего кинезитерапевта Лины Жукаускене, 29 лет работающей в санатории «Eglės sanatorija», в детстве и подростковом возрасте, при формировании осанки и скелета человека, мышечной системы, физическая активность особенно важна, поэтому родители





должны обратить внимание и искать способы, как поощрять и мотивировать детей заниматься зарядкой, а специалисты могли бы помочь не только при выборе правильных упражнений, но и полюбить здоровый образ жизни. Кинезитерапевт утверждает, что, например, корректирующая гимнастика очень положительно влияет на здоровье детей. В санатории «Eglės sanatorija» такую зарядку для детей называем «Гимнастика для силачей». «Она предназначена именно для улучшения осанки детей, укрепления мышц живота и спины», — комментирует специалист.

Л.Жукаускаене считает зарядку одной из самых важных и эффективных профилактических мер, желая пресечь путь болезням, укрепить иммунитет и здоровье. Такое укрепление иммунитета, занятия зарядкой и пополнение организма необходимыми витаминами, в холодное время года помогает детям оставаться энергичными, бодрыми, а главное здоровыми и устойчивыми к различным сезонным болезням.

Оздоровительные процедуры для детей

Желая максимально укрепить организм детей, санаторий предлагает лечебные, оздоровительные процедуры, предназначенные специально для них: упражнения в кинезитерапевтическом зале или бассейне, лечебные ванны с минеральной водой, классический массаж, те или иные релаксационные процедуры. Все это помогает ребенку и расслабить мышцы, и

укрепить их, а релаксационные процедуры освобождают от накопившейся усталости и напряжения.

Стресс, по словам Л.Жукаускаене, — это бич XXI века, с которым сталкиваются не только взрослые, но и дети, поэтому все упомянутые процедуры, включая релаксационные, входят в лечебные программы, предназначенные для детей в «Eglės sanatorija» в Друскининкае или Биштонасе.

Чтобы научить заботиться о своем здоровье с малых лет, в «Eglės sanatorija» начали назначать процедуры не только прибывшим родителям, которые хотят оздоровительного отпуска и отдыха, но и их отпрыскам. Прибыв с детьми 5—15 лет, они получают в подарок консультацию врача для ребенка и назначенные им целых две лечебные процедуры ежедневно: кинезитерапия для детей в группе «Зарядка для силачей», а также аппаратная физиотерапия или релаксационная процедура. А прибыв с программой отдыха, дети 5-15 лет в подарок получают посещение комплекса бассейнов и саун каждый вечер. Такая возможность оздоровления особенно привлекательна для тех, которые ищут наибольшую пользу для здоровья и качественного отдыха, подходящего как для взрослых, так и для детей.

Свободное время всей семьей

Хорошее самочувствие зависит не только от оздоровительных процедур, большое влияние на самочувствие детей оказывает и его психологическое состояние, по-

этому очень важно, чтобы у детей были интересные занятия, которые развивают воображение, помогают расслабиться, развивают социальные навыки. Следует не забывать и то, что внимание родителей и проведение свободного времени вместе чрезвычайно важны для детей. Принимая во внимание постоянно растущие потребности, в санатории «Eglės sanatorija» в Друскининкае оборудовали семейную комнату отдыха, где родители вместе с детьми могут развлекаться — играть, читать, общаться.

Стремясь развивать у детей социальные навыки и тогда, когда у родителей в санатории предусмотрены процедуры, юных гостей как в Друскининкае, так и в Биштонасе приглашают в детскую игровую комнату, где они находятся под наблюдением профессиональных нянь. Здесь множество игрушек и настольных игр, компьютеры «X-box» с технологией «Kinect», поощряющей детей не только весело проводить время, но и активно двигаться.

«Eglės sanatorija» стремится, чтобы юным гостям санатория было хорошо и интересно: их ждут не только оздоровительные, но и развлекательные мероприятия, которые помогут расслабиться, сформировать счастливые воспоминания о семейном времяпровождении, развить различные способности и привить привычки здорового образа жизни.

Подробная информация на medicalspsa.lt



Eglės sanatorija

НУРРА

ДЕТСКАЯ ОДЕЖДА



МЕМБРАННАЯ ТКАНЬ

НОВАЯ ЗИМНЯЯ КОЛЛЕКЦИЯ
УЖЕ В МАГАЗИНАХ



НОВЫЙ МАГАЗИН НУРРА
Brīvības gatve 323 (напротив т/ц ALFA)
tāl. +371 27082080

Фирменные магазины НУРРА в Риге: **Zemitāna ielā 6**, tālr. 67847790;
T/C Bolero, Lielirbes ielā 27 (рядом с Т/С SPICE), tālr. 66051898

Рīga: Čapčiks, Artillerijas iela 13; **Baby Store**, Stabu iela 45; Ganību Dambis 31; **Bubis**, Veldres iela 40; **Liberi.lv**, Brasas iela 29A; **Bērnu Mode**, Augusta Deglava iela 120
Jēkabpils: Bebriņš, A. Pormaļa iela 12; **Daugavpils:** Colibri, 18. Novembra iela 133; **Talsi:** Hugo, Rīgas ielā 8; **Ādaži:** Maijiņa, t/c Apelsins, Rīgas gatve 5;
Valmiera: Agate, Upīša iela 8; **Madona:** Duets, Poruka iela 3; **Rakari**, Saules iela 7; **Pekausis**, Saules iela 39B; **Limbaži:** Agate, Rīgas iela 5;
Jelgava: MINI-S, Mātera iela 28; **Ventspils:** Ventspils Bērnu centrs, Raiņa iela 19

BabyCity ToyCity

Imanta, Slokas iela 161
Purvciems, A. Deglava iela 47



Lielirbes iela 29, t/c "Spice"
Brīvības iela 372, t/p "Alfa"
Ieriķu iela 3, t/c "Domina Shopping"

Mūkusalas iela 71, mic "Rīga Plaza"
Liepāja, Lielā iela 13, t/n "Kurzeme"
Daugavpils, Rīgas iela 9, t/c "Solo"

mothercare

Lielirbes iela 29, t/c "Spice"
Brīvības iela 372, t/p "Alfa"

Ноябрь

2 ноября

11.00 Малый зал. Красная Шапочка и волк ²⁺

14.00 Большой зал. Белоснежка и семь гномов ⁴⁺

3 ноября

11.00 Малый зал. Три поросенка и волк ²⁺

15.00 Большой зал.

Малыш и Карлсон, который живет на крыше ⁴⁺

9 ноября

11.00 Большой зал. Приключения в волшебном лесу ³⁺

15.00 Малый зал. Рикки-Тикки-Тави ⁴⁺

10 ноября

11.00 Малый зал. Принцесса на горошине ⁴⁺

15.00 Большой зал. Крокодил Гена и Чебурашка ³⁺

16 ноября

11.00 Малый зал. Козленок, который считал до десяти ²⁺

14.00 Большой зал. Кентервильское привидение ⁶⁺

17 ноября

11.00 Малый зал. Лисенок плут ³⁺

14.00 Большой зал. Знаменитый утенок Тим ²⁺

22 ноября

18.30 Музей кукол. Вечерняя сказка. Теремок ²⁺

23 ноября

11.00 Большой зал. Золушка ³⁺

14.00 Малый зал. Козлята и волк ²⁺

24 ноября

11.00 Большой зал. Следствие ведут Колобки ⁵⁺

15.00 Малый зал. Дюймовочка ³⁺

29 ноября

18.30 ПРЕМЬЕРА. Котенок по имени Гав ³⁺

30 ноября

11.00 Большой зал. Доктор Айболит ⁵⁺

14.00 Малый зал. Чеперашка зеленые штанишки ²⁺

Декабрь

1 декабря

11.00 Большой зал.

Малыш и Карлсон, который живет на крыше ⁴⁺

14.00 Малый зал. Ежик и елка ³⁺

7 декабря

11.00 Большой зал. Крокодил Гена и Чебурашка ³⁺

15.00 Котенок по имени Гав ³⁺

8 декабря

11.00 Малый зал. Три поросенка и волк ²⁺

14.00 Большой зал. Белоснежка и семь гномов ⁴⁺

13 декабря

18.30 Музей кукол. Вечерняя сказка. Теремок ²⁺

14 декабря

11.00 Малый зал. Козленок, который считал до десяти ²⁺

15 декабря

11.00 Большой зал. Солнышко и снежные человечки ²⁺

11.00 Малый зал. Козленок, который считал до десяти ²⁺

21 декабря

11.00 Большой зал. Снежная королева ⁴⁺

14.00 Малый зал. Чеперашка зеленые штанишки ²⁺

22 декабря

11.00 Большой зал. Зимняя сказка ²⁺

15.00 Малый зал. Дюймовочка ³⁺

24 декабря

11.00 Большой зал. Снежная королева ⁴⁺

15.00 Малый зал. Принцесса на горошине ⁴⁺

25 декабря

11.00 Большой зал. Доктор Айболит ⁵⁺

14.00 Малый зал. Ежик и елка ³⁺

26 декабря

11.00 Малый зал. Лисенок плут ³⁺

14.00 Большой зал. Солнышко и снежные человечки ²⁺

28 декабря

11.00 Большой зал. Зимняя сказка ²⁺

15.00 Малый зал. Рикки-Тикки-Тави ⁴⁺

29 декабря

11.00 Котенок по имени Гав ³⁺

14.00 Большой зал. Снежная королева ⁴⁺

31 декабря

11.00 Большой зал. Зимняя сказка ²⁺



LATVIJAS
LEĻĻU
TEĀTRIS

Рига,
ул. Кр. Барона, 16/18
lelluteatris.lv

ФУЭРТЕВЕ

остров
ветра

и БОЛЬШОЙ
УДАЧИ

✍ ЕЛЕНА ЗАКУТАЕВА

📷 ФОТО АВТОРА



В прошлом году совершенно случайно мной были услышаны восторженные восклицания одной английской семейной пары по поводу места с удивительно красивым названием – Фуэртевентура. Признаться честно, до того момента не слышала и понятия не имела, где это «чудо» находится. Оказалось, таинственный остров расположился в архипелаге Канарских островов и является, между прочим, вторым по величине островом данного архипелага и самым близким к Африканскому континенту.

НТУРА



Забегая вперед, сразу отмечу, что это совсем другие Канары. Не яркие, праздничные и многолюдные, как знакомый многим Тенерифе, а спокойные, даже первозданные, где можно абстрагироваться от остального мира, находя единение с природой и гармонию с собой. Да-да, оказывается, остались еще места, где нет многоэтажных строений, улицы не забиты беззаботными туристами или усталыми «аборигенами», где время как будто остановилось. На небе светит солнце, в

воздухе ощущается дуновение ветра, а до самого горизонта распластался бескрайний океан, и все это в обрамлении песчаных и скалистых пляжей и гор. Где все время преследует ощущение некой сюрреальности, будто все происходит не здесь, не сейчас и не с тобой. Не каждый сможет их понять, принять и полюбить, но кто сможет проникнуться их солоноватым вкусом свободы и удивительной тишины, тот оставит в своем сердце незабываемые воспоминания.

Хорошо подготовленный экспромт

А начиналось все с грандиозных планов и более чем основательной подготовки. Прямых рейсов из Риги на этот загадочный остров пока «не придумали», поэтому решили лететь через Европу. Для нас самым выгодным пунктом пересадки оказался Берлин. Во-первых, удобная стыковка с ночевкой в отеле в 500 м от аэропорта, во-вторых, быстрый перелет до столицы Германии с возможностью совершить маршбросок по Берлину, чтобы хоть одним глазком зацепить несколько достопримечательностей и оценить масштабы города с населением свыше 3 млн.

Ранний рейс на остров также оказался плюсом: мы смогли выспаться во время 5-часового перелета, ну и весь день был впереди. Предварительно сделав онлайн резервацию на аренду авто, ключи от новенького Opel Mokka получили достаточно быстро и с нетерпением направились к месту нашей локации.

Неслучайно отправной точкой стал небольшой курортный город Коста-Кальма, который расположился почти на самой границе полуострова Хандия, в 65 км от аэропорта (близ Пуэрто-дель-Росарио). Катаясь по острову в дальнейшем и сравнивая разные пляжи, мы убедились, что расположился Коста-Кальма крайне удачно. Отсюда начинается самое протяженное побережье Фуэртевентуры — многокилометровый пляж Сотавенто,



крывался потрясающий вид на океан. И следующие несколько дней совершенно бессовестно провели «тюленьим» образом. Но очень скоро (хотя я бы еще с удовольствием понежилась на пляже) ребенок заскучал и стал требовать «хлеба и зрелищ», да и совесть-таки взяла верх над ленью. Сперва мы при-

большая часть которого практически не застроена, что и притягивает любителей уединения. Кстати, обязательно следует учесть, что на острове всегда дует ветер. И днем, и ночью, и в солнечную, и в пасмурную погоду. Когда ветерособо расбушует, это больше напоминает сеанс песочного пиллинга — сильные порывы ветра с мельчайшими песчинками уверенно прогоняют любителей «погреть пузико» с бескрайних песочных пляжей. А уж какие при этом ветре поднимаются волны! Ох, не зря здесь рай для винд- и кайтсерферов. Солнце, ветер, волны на протяжении всего года! Но мы изначально себя определили как «наземные» туристы в виду моей непроходящей с юности морской болезни.



Океана много не бывает

Мы заселились в просторные двухкомнатные апартаменты, с огромной террасой, откуда от-

ступили к изучению ближайших пляжей и различных развлекалок семейного типа. Еще раз отмечу, что остров не балует изобилием туристических фишек. Здесь кайф в другом: многокилометровые пляжи со светлым мелким песком — визитная карточка и главная достопримечательность этого острова! А еще это потрясающий океан, все время разный, и на удивление теплый. Градуса 23-24 точно.

Толика гурманства

Немного о местной кухне. К моему удивлению, самым популярным представителем традиционной кухни острова выступил папасарругадас (сморщенная картошка), или попростому, картофель «в мундире». Только технология приготовления имеет свои секреты, потому и вкус разительно отличается от нашей. Подают его во всех закусочных и придорожных кафе. Конечно, на острове очень много ресторанов с блюдами из морепродуктов — тут и стейки из тунца, и щупальца осьминога, и королевские креветки с местными соусами мохо верде и мохо пикон, и многое другое. Главное, что все свежее, что безусловно самым положительным образом сказывается на вкусе блюд.





Покормить жирафа с рук и прочие радости

Одним из наиболее популярных мест для семьи путешественник обозначил нам «Оазис сафари парк», удачно расположенный в 10 км от Коста-Кальмы, что недалеко от рыбацкого города Ла Лахита, и занимающий внушительную территорию в 800 000 м². Туда мы и направились. Огромные рекламные плакаты не дадут проехать мимо, а стоянка для машин весьма вместительная. Посетителей очень много, билеты можно купить через интернет или в кассе. Мы выбрали второй вариант. Колоритные кассиры, в шутку прозванные моим мужем «мамочки Чолли» (видимо, в силу необычайного сходства), особо не торопясь и повязывая разноцветные браслеты, продавали как входные билеты, так и предлагали участие в дополнительных шоу.

Оазис парк со всех сторон окружен холмами и горами, поэтому ветра здесь не бывает. А вот в солнечную и жаркую погоду тут явное пекло. Так что для посещения

рекомендую выбрать пасмурный или ветреный день. Весь парк очень ухоженный и чистый, везде лавочки, много туалетов, все они бесплатные. Если хотите пройти всю территорию прогулочным шагом, то на это уйдет весь день. Кстати, приготовьтесь много ходить вверх-вниз — местность-то холмистая, советую обуть удобные мокасины или что-то в этом роде.

Оазис парк разделен на зоны: пернатые, морские обитатели, жители саванны, рептилии и пресмыкающиеся — в основном, все представители канарской, африканской и южно-американской фауны. Животным предоставлены просторные чистые вольеры, и они выглядят очень ухоженными, сытыми и довольными. Причем можно не только понаблюдать за обитателями парка, но и посмотреть шоу попугаев, лемуру, поплавать с морскими котиками, покататься на верблюдах, покормить жирафов и слонов. Но мы, если честно, целенаправленно ехали к жирафам, вернее, за теми

эмоциями, которых мы жаждали от собственноручного кормления этих спокойных и грациозных животных. И ожидания оправдались полностью: прекрасное настроение старшего поколения и дикий восторг детей, с ладоней которых жирафы очень аккуратно угощались морковью и яблоками, обеспечены! Корм для животных можно приобрести при входе в зоопарк (1,50 евро за мешочек) либо принести с собой, купив заранее в местном магазине, это не запрещается.

Цена вопроса: 35 евро — билет для взрослого, 20 евро — для ребенка, но советую посмотреть сайт www.oasiswildlifefuerteventura.com, где периодически выкладывают специальные предложения и скидки.

Сотавенто — девять километров удовольствия

Немногочисленные отзывы о Фуэртевентуре единогласно убеждали нас в необходимости исследования острова и особенно

ДЛЯ ВАС, ВАШЕЙ СЕМЬИ, ВАШИХ ДРУЗЕЙ И ЗНАКОМЫХ!

Праздничные улицы столичных городов, легенды **замков**, волшебство **природы**, термальные источники, дегустации, национальный **колорит!**
Гарантированные туры!



- ✓ Краков — Закопане и Высокие Татры — Варшава — Величка (соляные копи) — термальные бассейны — Ченстохова — **4 дня от 99 евро, 15.11, 22.12, 27.12, 30.12**
- ✓ Классическая Италия. Грац — Венеция — Сан-Марино — Рим — Ватикан — Флоренция — Пирамиденкогель — **8 дней от 329 евро, 21.12**
- ✓ Легенды и сказания Беларуси — **4 дня от 129 евро, 23.12**
- ✓ Новый год в Монако, королевский салют в Монте-Карло, красивейшие города Лигурии — **8 дней от 296 евро, 21.12**
- ✓ Новый год в сверкающей Венгрии! Будапешт — круиз по Дунаю — Сентендре — Гёделлэ — Тата — Дьёр — Эгер — встреча Нового года в VARGA TANYA — **6 дней, от 199 евро, 28.12**

Зимние направления — подборка лучшего по хорошим ценам!

Египет (Хургада, Шарм-Эль-Шейх), Канарские острова, Тайланд Куба, ОАЭ

Акция раннего бронирования на лето 2020

Плати только 50 евро — лето уже наступает на пятки!

Турция, Греция, Испания, Италия, Португалия, Болгария

➔ Рига, ул. Дзирнаву, 91
☎ + 371 29240746, +37167686686
🌐 ozolciems.lv





пляжей. Начать решили с пляжей полуострова Хандия, наобум сворачивая с трассы в сторону океана. Несколько раз нас ждало разочарование: то упирались в тупик, то выезжали к пляжам, где проходит обучение серфингистов (плавать там нереально — на несколько сотен метров очень мелко). Но, наконец, нам повезло: мы свернули с шоссе и прямо с горы, виляя по гравийной дороге, спустились к океану. Оставив машину на небольшой бесплатной стоянке, сразу же оказались на чудесном пляже Сотавенто.

Протяженность этого первозданного пляжа составляет девять километров. Девять километров песка, океана и удовольствия — есть чем насладиться! Без преувеличения могу сказать: это один из красивейших пляжей, на которых я когда-либо бывала, заход в океан мега комфортный, и что я люблю больше всего — почти сразу глубина. Да, здесь вряд ли получится поплавать в полном понимании этого слова, но насладится океаном, прыгая на огромных волнах



и получая максимальное удовольствие от воды, ветра и солнца получится сполна. В общем, зацепило это место, поэтому возвращались сюда неоднократно.

Исследуем остров

Затем направились к западной части острова, постепенно продвигаясь к югу. Заехали на пляж Ла Паред, на подъезде к которому нам повстречались выскакивающие со всех сторон магрибские белки. Милейшие создания, с виду напоминающие маленьких бурундучков, которые протягивали свои маленькие лапки в поисках вкусных орешков. Остаться равнодушным к этим круглым добрым глазкам невозможно,

поэтому все получили небольшое угощение. Кстати, по приезду на остров сразу же запаситесь мешочком орехов, потому что встречаться магрибские белки будут по всему острову, в особенности в каменистых местах, поскольку именно там они прячутся от хищных птиц.

Добравшись до верха, мы увидели скалистый обрыв с фантастическим видом от Аджуи на севере до Кофете на юге. Насладившись пейзажем и видом белоснежной морской пены от разбивающихся о скалы волн, мы продолжили поездку вдоль острова. И следующую остановку мы совершили в местечке Аджуя — это маленькая рыбацкая деревня,



известная своим небольшим пляжем с вулканическим песком. Черный песчаный пляж с красивым гротом на левой стороне, забравшись на который, можно полюбоваться открывающимся видом и красочными, словно нарисованными лодками. Песок на пляже в солнечные дни нагревается очень быстро, поэтому если планируете позагорать, советую обязательно постелить покрывало или полотенце, а то вполне можно получить ожоги. Вдоволь насладившись отдыхом в этом укромном местечке, мы засобирались домой. Обратная дорога в Коста-Кальму заняла у нас где-то полтора часа.

Почти пираты

Если вы заскучаете или вас утомит размеренный отдых, то разнообразить свое пребывание на острове можно, занимаясь дайвингом, глубоководной рыбалкой или разного вида морскими прогулками. Однако излюбленным на Фуэрте был и остается виндсерфинг. Мы же решились на развлечение более безобидное — морскую прогулку в пиратском



стиле. Добравшись до Морро-Хабле на экскурсионном автобусе, среди целого ряда катеров, яхт и лодок мы сразу же увидели «настоящее» пиратское парусное судно.

Приветствовал каждую семью веселый пират аля Джек Воробей, который в дальнейшем и вел развлекательную программу во время морской прогулки. Очень весело и динамично на четырех языках капитан устраивал испытания для взрослых и совместно с восторгающимися детьми изучал карту сокровищ!

Когда клад в виде сундука с золотыми шоколадными монетами был найден, совершенно неожиданно мы услышали крик нашего капитана, что надо смотреть за борт. Естественно, все ринулись к бортам — а там они! Дельфины! Целое семейство, играя друг с другом, то подплывали к нашему судну, то удалялись, давая рассмотреть себя со всех сторон. Впервые я увидела дельфинов в естественной среде обитания. Эти «улыбающиеся» мордочки мало кого оставляют равнодушными, но я испытала настоящий восторг, настолько дружелюбными, ловкими и быстрыми они были. Зрелище завораживает, хочется смотреть и смотреть дальше. Но тут дельфины совершили финальные коллективные прыжки и отправились в даль очаровывать уже других путешественников.

Находясь в состоянии эйфории от увиденного, мы незаметно добрались до бухты, и, наконец, в этот жаркий день у нас появилась возможность окунуться в воду. Для

детей установили надувную горку от борта корабля до самой воды, в целях безопасности маленьким пиратам раздали спасательные жилеты, а уже на воде их ждал небольшой бассейн с подводным биноклем, чтобы рассматривать рыбок или других морских обитателей. В реальности же они видели ноги своих плавающих вокруг бассейна родителей. Самым активным взрослым предлагают спрыгнуть в воду с установленной на носу судна тарзанки, чем, судя по крикам, воспользовалась большая часть мужской половины нашего коллектива. Ну а дамы, не очень, впрочем, грациозно сползли в воду по обычной металлической лестнице. После водных процедур немного усталые, но безусловно довольные и эмоционально заряженные, мы отправились в обратный путь.

Цена вопроса: 59 евро для взрослого, и 29,50 для ребенка до 12 лет

Фуэртевентура — остров очень занятный, со своим настроением и особенным послевкусием. Он обязательно вам понравится, если предпочитаете спокойную атмосферу, любите активно исследовать незнакомые места, неспешно гулять по белоснежным пляжам и рады морским приключениям. В последний день на Фуэртевентуре мы отправились к самой северной точке острова — в порт Корралехо, откуда отчетливо виднеется еще один канарский остров — Лансароте. На этот остров можно переправиться на пароме, но поездка туда — это уже совсем другая история.



WASA

RESORT

HOTEL, APARTMENTS & SPA



ПРОЦЕДУРЫ ДЛЯ ТЕЛА И ДУШИ

ALINA BIRJUK

Курортная столица Эстонии — город Пярну — хорош в любое время года. И не только потому, что там море, парк, сосны и атмосфера, но и благодаря высококлассным спа-отелям. Этим летом в Пярну открылся новый 4-звездочный Wasa Resort — гостиница с особой концепцией и оригинальными процедурами для души и тела. Мы с удовольствием продолжаем рассказывать о возможностях отдыха на курортах Балтии — как романтического, так и семейного.

Пакеты с проживанием на любой вкус

Не смотря на то, что Wasa Resort — отель совсем свеженький и только начинает завоевывать любовь гостей, пакеты с проживанием составлены весь-

ма интересно и профессионально. В каждый пакет входит богатый и вкусный завтрак по системе «шведский стол», ведь как день начнешь, так он и пройдет. А также изысканный ужин а-ля карт в ресторане отеля, который станет элегантным завершением дня. Сам день вместит и неограниченное посещение спа-центра с бассейнами и банями, и выбранные процедуры в зависимости от пакета.

В арсенале отеля есть пакет с массажем, пакет красоты, романтический и освежающий. Так, пакет массажа предлагает расслабляющий классический или ароматический массаж, которые поднимут настроение, успокоят и помогут снять стресс.

Пакет красоты включает процедуру для лица именно для вашего типа кожи (50 мин) и классический

маникюр (60 мин). Позитивные эмоции гарантированы, когда вы ухожены, отдохнули и расслабились!

Романтический пакет создан для влюбленных пар и включает дуэт-массаж для двоих продолжительностью 50 мин. Кроме того, в номере гостей будут ждать игристое вино и фрукты.

Освежающий пакет отдыха предлагает насладиться не только уютным курортным Пярну и новым отелем, но и освежающей процедурой для лица и классическим массажем.

Магия спа

Спа-центр отеля находится на первом этаже и располагает одиннадцатью помещениями для процедур. Для которых выбраны популярные бренды косметики — Anne Semonin, Esse, Orly и Londontown. В списке процедур найдут для себя

нужный уход мужчины, женщины и самые маленькие члены семьи. Причем, есть и очень оригинальные ритуалы!

Например, фирменный ритуал отеля Wasa Resort сочетает в себе лучшие средства и техники ухода Anne Semonin, которые дарят высшее блаженство от макушки до кончиков пальцев ног. Процедура начинается с ритуала здоровья, который настраивает тело на волну ухода. За ним следует пилинг и массаж всего тела, снимающий мышечное напряжение. Средства для ухода за лицом подбираются вместе с косметологом, чтобы соответствовать потребностям и состоянию вашей кожи. Массаж рук и головы во время действия маски обеспечит расслабление и позаботится о том, чтобы фирменный уход подарил молодой и сияющий вид, расслабление и хорошее настроение.

Или вот такая — интересная — процедура из спа-портфолио отеля: омолаживающая процедура с тонирующим и подтягивающим эффектом с замороженными кубиками сыворотки! Она придаст коже лица сияние и поборется с признаками старения, сделает кожу безупречной и создаст чувство комфорта. Процедура включает в себя элементы криотерапии: в ней используется кубик замороженной сыворотки, которая оказывает омолаживающий эффект и придает сияние. Содержащийся в сыворотке экстракт дикого индиго обладает нейрокосметическим действием и стимулирует выработку эндорфинов В, или гормонов счастья, а также восстанавливает упругость кожи на клеточном уровне.

Тело можно побаловать не только нежным пилингом или расслабляющим массажем, но и, например, подтягивающим и тонирующим тело антицеллюлитным уходом. Процедура от Anne Semonin борется с жировыми отложениями и целлюлитом. Уход, вдохновленный криотерапией, в котором сочетаются чередующие холод и тепло шоковые техники контрастного массажа, стимулирует кровообращение и



иммунную систему. Специальный массаж, выводящий токсины, а также комплекс бурых и красных водорослей улучшают контуры тела, создают чувство легкости в ногах и повышают тонус кожи. Наилучший эффект принесет курс процедур. Так что — прощай, «апельсиновая корка»!

Не забыты и ножки! Уход для удивительно легких ног быстро избавит от усталости в них. Процедура улучшает кровообращение, препятствует накоплению лишней жидкости и придает изумительное чувство легкости в ногах. В состав этой эффективной и в то же время приятной расслабляющей процедуры входит пилинг ног с морским скрабом, чудесное морское обертывание, придающее чувство легкости, и нежный массаж. Снижает дискомфорт в усталых и отекающих ногах, выводит шлаки и улучшает микроциркуляцию крови. Обеспечивает мгновенный и длительный эффект.

Есть процедуры для джентльменов и для юных гостей, большой ассортимент массажных уходов и много всего прочего интересного. Полный список спа-процедур и уходов вы найдете на сайте отеля, там же легко сделать бронирование и устроить себе курортный отпуск!

 wasahotels.ee

Триазка



И ГУБКИ

1. Stenders. Увлажняющий крем для кожи вокруг глаз «Дикая роза» (15 мл). Обогащен экстрактом дикой розы для увлажнения и смягчения кожи. Глубоко увлажняющее масло ореха макадамии и гидролизованный коллаген позаботятся о более эффективном увлажнении, даря коже гладкость и эластичность. 22,90 евро. stenders-cosmetics.lv **2. Stenders.** Мицеллярная вода «Дикая роза» (155 мл). Тонизирующая вода для лица с тройным действием – эффективно очищает от ежедневных загрязнений, удаляет декоративную косметику и обеспечивает увлажнение и свежесть кожи. 11,90 евро. stenders-cosmetics.lv **3. Stenders.** Увлажняющий тоник для лица «Дикая роза» (150 мл). Очищает кожу лица, балансирует уровень влажности и делает кожу чистой, гладкой и готовой к увлажнению. Обогащен экстрактом дикой розы, а также экстрактом ромашки, который обеспечивает бережный уход. 9,90 евро. stenders-cosmetics.lv **4. Stenders.** Очищающая эмульсия для лица с маточным молочком (150 мл). Нежное, кремообразное средство для очистки кожи лица бережно освободит от ежедневных загрязнений и косметики, успокаивая кожу, делая ее нежной и гладкой. Без смывания водой. Содержит маточное молочко, пчелиный воск и масло ши, которые смягчат кожу и позаботятся о ее комфорте. 11,90 евро. stenders-cosmetics.lv **5. Stenders.** Бальзам для губ с маточным молочком (10 мл). Обогащен пчелиным маточным молочком, экстрактами цветков примулы, энотеры и плодов манго. Обеспечивает длительную защиту, предотвращает появление ощущения сухости, делая губы гладкими и придавая им привлекательный блеск. 7,40 евро. stenders-cosmetics.lv **6. Stenders.** Масло ши (7 г). 100% натуральное масло ши для нежной защиты и успокоения вашей особо чувствительной кожи. Оно значительно смягчает и обновляет сухую кожу. Всегда держите его под рукой, чтобы позаботиться о



сухой коже, кутикуле и губах, когда это необходимо. 6,90 евро. stenders-cosmetics.lv **7. Bio2you.** Гелевая омолаживающая маска для кожи вокруг глаз (10 мл). Инновационное решение против старения кожи. Уникальная технология позволяет активным ингредиентам проникать в глубокие слои эпидерма; кожа немедленно обогащается коллагеном. Обеспечивает эффектом 4D регенерации кожи и уменьшения морщин, эффективно увлажняет кожу и улучшает ее эластичность и упругость, уменьшает темные круги и отечность под глазами. 5,68 евро bio2you.lv **8. Bio2you.** Натуральный омолаживающий облепиховый крем для контура глаз (30 мл). Уменьшает морщинки, укрепляет, питает, увлажняет и придает области вокруг глаз ощущение приятной нежности и комфорта. Стимулирует синтез коллагена, замедляя образование морщин. 25,96 евро bio2you.lv **9. Bio2you.** Натуральная омолаживающая сыворотка для контура глаз (30 мл). Коллаген повышает эластичность и тонус кожи, уменьшает признаки старения. Алоэ Вера успокаивает и увлажняет, уменьшает зуд, отек, воспаление и уменьшает чувствительность кожи. Гиалуроновая кислота содействует удержанию влаги в тканях тела и помогает увлажнять кожу, придавая ей гладкость и сияние. Ценное облепиховое масло усиливает микроциркуляцию, обеспечивает защиту от старения, идеально подходит для восстановления и увлажнения кожи и ухода за загорелой кожей. 28,25 евро bio2you.lv **10. Bio2you.** Облепиховый крем для кожи вокруг глаз (30 мл). Разглаживает имеющиеся мимические морщинки и предотвращают появление новых. Обладает укрепляющим и увлажняющим эффектом. Содержит естественные фитоэкстракты, легко впитывающиеся в кожу. Благодаря освежающему и успокаивающему эффекту рекомендуется для чувствительных глаз и тех, кто носит контактные линзы. 20,60 евро bio2you.lv

*цены примерные

РОСКОШЬ

для взрослых

SPA18+

АННА БАКУРСКАЯ

Отель Tallinn Viimsi SPA расположен в элегантном пригороде Таллинна, на живописном полуострове Виймси. Чудесное место: вы там еще не были?

Очень рекомендуем, тем более что Tallinn Viimsi SPA постоянно радует сюрпризами и новинками. Вот и в этот наш приезд мы восхитительно побаловали себя в новом SPA18+.

Элегантно для взрослых

У гостей старше 18 лет есть очень привлекательная возможность — заглянуть в элегантный SPA 18+. Мы и заглянули. И если театр, как известно, начинается с вешалки, то здесь релакс и нега начинаются с уютного махрового халата цвета лаванды... Облачившись в него, мы распахнули дверь... И очутились в роскошном царстве удовольствий: приятный рассеянный свет, нежные ароматы, томная музыка, живой огонь свечей и камина, мягкие кушетки под балдахинами для пар, журчание воды... Бассейн с массажными струями так и манил, вслед за ним хотелось попробовать все бани. Их здесь шесть, очень красивые, и все с сюрпризом. В паровой по стеклянной стене струился водопад, в соляной предлагалась не просто соль для пилинга, но и смеси соли и масла, соли и меда. Понравилась грязевая баня, где каждого гостя ждала персональная баночка целебной сааремаской грязи, чтобы намазаться с головы до ног и побаловать



свою кожу. Но моим фаворитом однозначно стал хамам: очень хороший, ну совсем, как в Турции.

В спа 18+ можно познакомиться и с рыбками гарра руфа, которые сделают вам нежный и эффективный пилинг, откусив «все лишнее». А между процедурами так уютно закутаться в халат и улечься вдвоем на мягкий диван, и пусть официант подаст легкие закуски и приятные напитки... Конечно, бар здесь тоже есть. Как и бесплатная вода с фруктами. Три часа пролетели незаметно, но запомнились надолго...

Можно также заказать экзотические процедуры по уходу за телом — спа ритуалы и массажи с косметикой *Per chage*, которая содержат икру из морских водорослей, т.е. самые лучшие органические морские водоросли, собранные экологичным способом. Икра из морских водорослей богата витаминами и минералами, микроэлементами и аминокислотами, которые увлажняют и регенерируют кожу, придавая ей удивительное здоровое сияние. Кстати, при покупке ухода за телом в SPA18+, продлевается время посещения на время, равное длительности процедуры.

Магия банной ночи

Каждую вторую пятницу месяца с 21:00 до 01:00 в спа для взрослых проходят роскошные банные ритуалы на любой вкус — и для влюбленных пар, и для веселых компаний. Не нашлось пары? Не повод для уныния! В ритуалах можно участвовать и по одному. Называется это мероприятие «Магия банной ночи», причем каждое имеет свою тематику.

Банная ночь начинается с приветственных напитков, как алкогольных, так и безалкогольных. Теплый прием очищающим ритуалом с помощью перьев и ладана обеспечат гостям красивые амазонки. В программу также входит выступление загадочных артистов — от экзотических танцовщиц до поп-музыки. Повелительница бань вместе с гуру ритуалов и парильщиками проводят только для данного мероприятия специально выбранные спа-ритуалы в турецком хаммаме, грязевой и соляно-паровой банях! Лечебная грязь с острова



Сааремаа, масло ши, морская соль и веники — это все в распоряжении гостей в волшебную банную ночь.

Ритуал в парной

Ритуалы в парной проходят в бане, отапливаемой дровами. Разницы температур стимулируют кровообращение и поднимают общую сопротивляемость организма. Также процедура помогает выводить шлаки, успокаивает и бодрит тело. Участники ритуала получают необычные впечатления в атмосфере жаркого воздуха, льда и ароматов.

«Искусство прикосновения». Ритуал любви для пар

Как добавить романтики и немного магии в повседневную жизнь, как поддерживать свежесть в отношениях? Научимся искусству прикосновений и сделаем массаж друг другу.

Трюфельный ритуал

Расслабляющий ритуал в соляно-паровой бане с использованием магического действия масла ши унесет назад во времена античной Африки. Ритуал подходит для всех, кто хочет взбодрить тело и дух.

Грязевые игры

Ритуал в грязевой бане. Позвольте лечебной грязи с острова Сааремаа взбодрить ваше тело и чувства, подпитать и омолодить кожу! К тому же гости узнают о полезных свойствах лечебной грязи.

Йога в сауне

Йога в сауне представляет собой комбинацию тишины и тепла сауны с простыми позами и дыханием йоги, что поможет найти путь к миру и расслаблению. Это идеальная тренировка для людей разного возраста, независимо от их физической подготовки и предварительного опыта в йоге.

ДНЕВНОЙ ПАКЕТ SPA18+ «КЛЕОПАТРА»

Специальное предложение для читателей журнала — ~~110 €~~/чел **75 €/чел**

Пакет включает:

- Неограниченное посещение сауна-центра SPA18+
- Восточный медовый ритуал для тела, 60 мин
- Подтягивающий и придающий упругость уход для кожи лица, 30 мин
- Игристое вино, закуски
- Релаксационная зона с освежающими напитками и фруктовым ассорти
- Использование халата и банного полотенца
- Посещение банного центра Viimsi SPA (7 бань, бассейн, спортивный бассейн)
- Бесплатная парковка

Расписание ближайших мероприятий:

- 8 ноября — «Что-то для души...»
- 13 декабря — «Магия рождества в полнолуние пятницу 13...»
- 10 января — «Праздник Нового года»
- 14 февраля — особое предложение Дня Валентина «Воздух любви»
- 13 марта — особое предложение Женского дня «Ночь для дам»
- 10 апреля — «Весна в сердце!»
- 8 мая — финальная «Магия банной ночи» сезона «Краски лета!»

Стоимость билета на такую волшебную ночь — 37 евро. Билет возможно приобрести на сайте viimsikino.ee или (при наличии свободных мест) на месте.

Tallinn Viimsi SPA

✉ info@spatallinn.ee

☎ +372 606 1000

📌 viimsispa

📍 spatallinn.ee



📷 Бывшее имение Бенкендорфа, позднее Волконского



Айда В ЭСТОНИЮ!

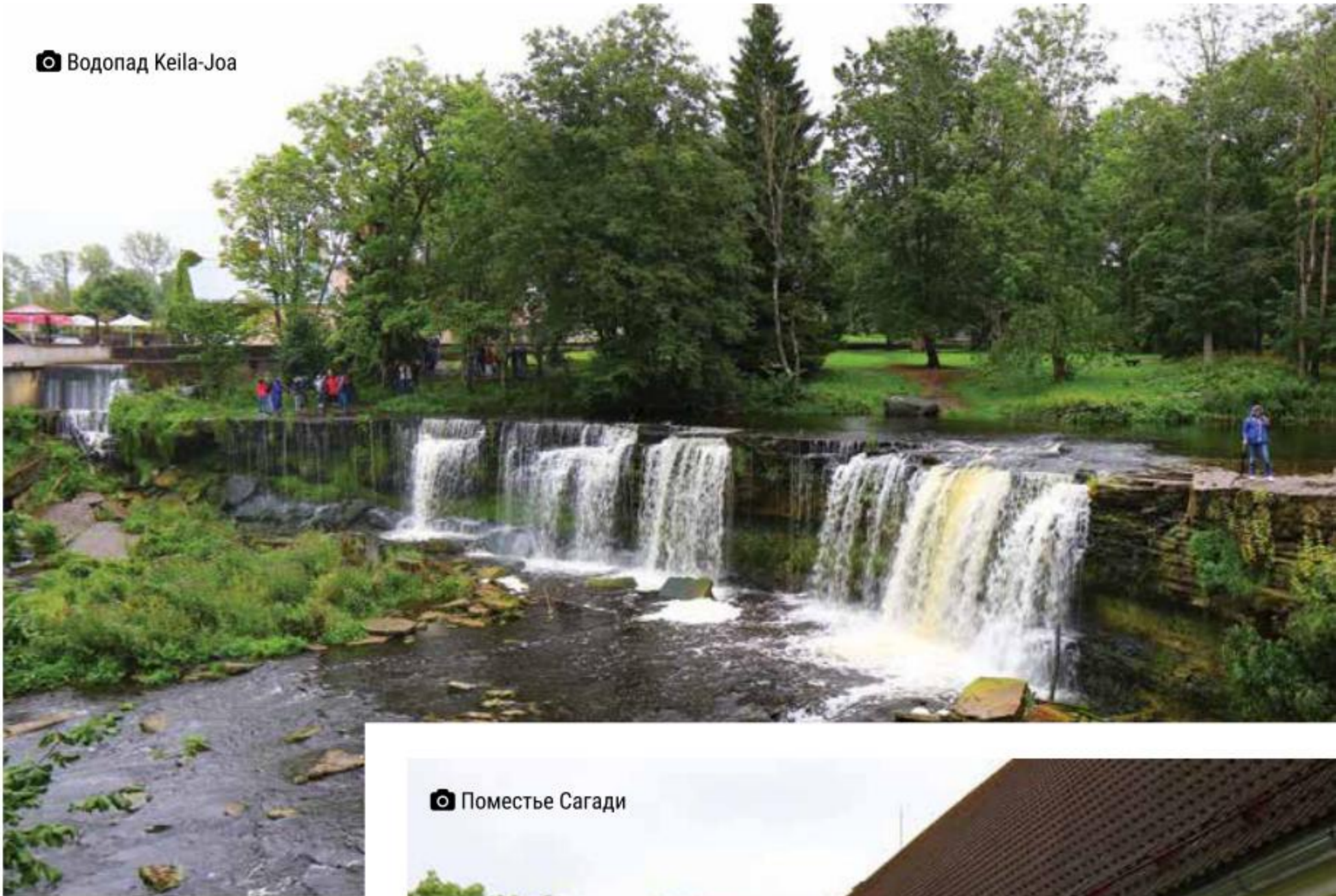


✍ ЕЛЕНА БАКУРСКАЯ

📷 ИРИНА ВОЛКОВА

По статистике Всемирной туристической организации, средний европеец предпочитает короткие путешествия, которые организует самостоятельно и осуществляет на автомобиле. Сами понимаете, ехать далеко вовсе необязательно: соседняя Эстония — весьма неплохой выбор.

📷 Водопад Keila-Joa



Эстония — страна водопадов и средневековых замков, где можно отдохнуть на одной скамейке с Оскаром Уальдом, залезть в водяную мельницу и почесать брюхо четырехметровому туру. И это еще далеко не все эстонские чудеса!

Локомотивы и их товарищи

Любопытная точка маршрута — местечко Lavassaare под Пярну. Здесь расположен крупнейший в странах Балтии и один из самых больших в Европе Музей узкоколейной железной дороги, коллекция которого насчитывает более 30 локомотивов и вагонов XIX и XX веков. Все это богатство расположено под открытым небом и открыто для посещения с 11.00 до 17.00 ежедневно. Есть и вправду интересные экземпляры — например, автобусы и грузовики, передвигавшиеся по рельсам, снегоуборочный локомотив и даже железнодорожный велосипед. Везде можно залезть, все потрогать и даже поката́ться на небольшом паровозике.

📷 Поместье Сагади



Красавец-водопад

Еще одна «фишка» — городок Keila-Joa. Во-первых, в здешних краях, по преданию, жил прадед Пушкина Абрам Ганнибал. Сыгравший не последнюю роль в политической жизни государства российского эфиоп много времени провел в Эстляндии, где скрывался от своих недругов во время дворцовых интриг. Во-вторых, в Keila-Joa располагалось имение начальника

Третьего отделения жандармского управления, нехорошего господина Бенкендорфа, гонителя А.С.Пушкина. Но позднее этой землей владел и хороший человек из рода Волконских, известного по роману Л.Н.Толстого «Война и мир». Имение пережило своих хозяев, в том числе и Советскую армию, устроившую в барском доме солдатский клуб, и теперь радуется туристам. Но главные изюминки



Помесье Сагади

заодно можно перекусить, потому что средневековых рыцарей сменили рестораторы. Порции большие, домашняя выпечка тает во рту.

Потом еще 37 км, поворот налево у деревянной корчмы Viitna, и во всей красе предстает усадьба Palmse — родовое гнездо графов Паленов. Господский дом и парк еще в советское время были приведены в порядок и превращены в музей. Изюминки музея — музыкальная шкатулка XIX века размером со

Keila-Joa — все же водопад и парк с подвесными мостиками и теннисными аллеями. Кстати, зимой водопад не менее красив, чем летом: это просто ледяной дворец, а не водопад!

Замковый маршрут

А можно просто прокатиться по замковому маршруту. Сначала самая маленькая крепость Балтии Кiiu, где



Ракверский замок

Ракверский замок





📷 Ракверский замок



📷 Ракверский замок

шкаф, которую можно послушать, изразцовая печь на львиных лапках — писк тогдашней моды и роскошные люстры мейсенского фарфора.

Еще 10 км, и усадьба Sagadi, нынешним владельцем которой является организация Государственные леса Эстонии, организация небедная, что очень чувствуется по интерьерам Sagadi. Очень роскошно, ухожено и интересно. В бывшей хозпостройке имения расположился Музей леса с весьма любопытной коллекцией.

После Sagadi есть смысл захватить в Раквере. По крайней мере, по двум причинам: чтобы глянуть на орденский замок XIII века и познакомиться с самым большим травоядным Эстонии. С замком все более-менее ясно: построили его датчане, потом перестроил Ливонский орден и долгие века он устрашал окрестности. А вот четырехметровый бронзовый тур поселился в Раквере сравнительно недавно — в 2000 году — в честь 700-го юбилея города. Стоит этот зверь в самой высокой точке и превосходно виден уже издалека. Трудно удержаться от соблазна «познакомиться» с туром поближе и почесать ему брюхо.



АХЕН

ГОРОД

*трех
государств*

ЛАРИСА БОГОВИЧ

путешественница, магистр психологии, детский психолог, специалист по работе с детьми с особенностями в развитии, руководитель центра развития детских возможностей «Талант»

ФОТО АВТОРА

Ахен — немецкий город, находящийся на самом западе страны и имеющий очень интересное географическое положение: он расположен на границе трех государств — Германии, Бельгии и Нидерландов. Сами понимаете, из Ахена удобно путешествовать по интереснейшим окрестностям, причем не одной страны, а целых трех!

Правда, добраться до Ахена не так-то просто, удобнее всего ехать на машине, как мы и сделали. Также можно лететь до Кёльна и потом на поезде добираться до Ахена, но стоит помнить, что в Германии общественный междугородный транспорт очень дорогой. Например, поездка на поезде Кёльн-Ахен обойдется в сумму около 40 евро на человека, а расстояние между этими городами всего 70 километров. Поэтому, если хочется хорошо попутешествовать по этим местам и не вылететь в копейку, то остается автомобиль — свой или прокатный. Это и экономия (особенно если большая компания), и свобода передвижения.



Ахенский собор — германское чудо света

Но прежде чем уезжать за пределы Ахена, стоит осмотреть сам город. Он по немецким меркам не очень велик, но посмотреть там есть что. Старый город впечатляет собором, оригинальными фонтанами и средневековой атмосферой.

Ахенский собор великолепен и величественен. Ему более тысячи лет! Строительство собора начал около 800 года Карл Великий, пригласив специалистов из Рима и Византии для создания на германской территории монументальной каменной постройки. В 805 году собор был освящен, а в 814-м Карл Великий был погребен в дворцовой капелле.

Как водится, его строили, достраивали и перестраивали в течение нескольких столетий. Из-за этого внешний вид собора очень разнообразен и эклектичен: купола, башни, башенки, колокольня — смешение всевозможных стилей. Каждый правитель считал своим долгом оставить свой архитектурный след и, конечно, по моде своего времени.

Вход было найти непросто: пришлось обойти по кругу все здание и только, когда мы зашли в небольшой дворик и прошли через него, попали внутрь золотой расписной сказки. Интерьер собора украшен богатой мозаикой, чудесными узорами, огромными витражами, золотом и драгоценными камнями.

Даже есть позолоченная кафедра с барельефами из слоновой кости, привезенной из Египта. Если вам нравится история и архитектура, то на осмотр Ахенского собора необходимо запланировать не менее пары часов. Рассмотрев собор в подробностях, можно выйти на площадь и побаловать себя чашечкой кофе или какао с чем-нибудь восхитительно вкусным из богатого ассортимента немецкой выпечки.

Ахен — древний и юный

Ахен — очень древний город-курорт, был основан еще в эпоху римлян, которые заинтересовались его минеральными источни-



ками и оценили их воздействие на организм. Да и сейчас здесь находится грандиознейшая Университетская клиника, являющаяся центром развития медицинской науки. В эту клинику приезжают со всей Европы пациенты, нуждающиеся в особом лечении. Клиника расположена практически на границе с Нидерландами: мы пешком ходили в голландский магазин за фруктами. Прогулка получилась отличная: вокруг

идиллический сельский пейзаж с полями, проселочными дорогами и пасущимися коровами.

Также в Ахене расположен Рейнско-Вестфальский технический университет, в который входит большое количество институтов, лабораторий и различных бюро, разбросанных по всему городу. Из-за всего этого Ахен считается городом студентов и действительно является активным, живым, развивающимся.

Наскоком в Нидерланды

В Ахене неплохо задержаться на два-три дня и затем просто необходимо поехать по окрестностям. При выезде в Нидерланды сразу поражает качество дорог: они просто идеальные, даже по сравнению с немецкими, но не такие широкие. Стоит приготовиться к разным узким выездам-разъездам. Ближайший к границе крупный город — это Маастрихт. Большой,



чопорный, звонкий и шумный. Мы попали в него накануне оперного фестиваля, и весь город был заполнен туристами. В центре города оказался рынок, часть из которого отдана цветам: прекрасные букеты, разные сорта роз и гвоздик. Особенно впечатлили гвоздики бежево-кремового цвета.

Наездом в Бельгию

После Голландии отправились в Бельгию. Очень интересно ехали: дорога шла то по Германии, то по Бельгии, затем снова пару километров по Германии, и снова кусочек Бельгии. Бельгийские дороги в той местности, называемой Валлония, были ужасны, разбиты и не ухожены

(опять это в сравнении с Германией). Появились лихачи, в основном на гоночных машинах, сказывается близость трассы Формула 1, куда мы и планировали наведаться. Но перед таким впечатляющим заездом, решили для успокоения нервной системы посетить бельгийский городок Спа, от названия которого и



NIKOS TRAVEL

Подробная информация:
в офисе турагентства Nikos Travel
Рига, ул. Базницас, 7
(вход с ул. Дзирнаву)
тел.: +371 67280326
+371 67280327
+371 29565257
e-mail: info@nikostravel.lv
на сайте www.nikostravel.lv

NEW! АВТОРСКИЙ ДЕТОКС-ТУР В НАРВЕ!

С 17 ноября на 6 дней – только 350 евро
Включено: тренировки, проживание на берегу моря, комплекс процедур, диетическое меню и консультации специалистов

РОЖДЕСТВЕНСКИЕ И НОВОГОДНИЕ ТУРЫ

- Рождественская сказка в Санкт-Петербурге – 22.12, 4 дня, 180 евро
- Рождество в Лапландии – 23.12, 4 дня, 290 евро
- Сказочный тур в Резиденцию белорусского Деда Мороза – 24.12, 3 дня, 95 евро
- Рождество в Таллинне и Тарту – 24.12, 2 дня, 65 евро
- Рождественская сказка в Вильнюсе и Тракае – 24.12, 2 дня, 65 евро
- Новый год в Лапландии – 30.12, 4 дня, 309 Евро
- Новогодняя сказка в Стамбуле – 30.12, 4 дня, 645 евро
(авиаперелет, проживание, трансфер, все экскурсии включены в стоимость)

Самый большой выбор
однодневных туров по
Балтии – от 18 евро



произошло наименование оздоравливающих и омолаживающих процедур. Это курортный город, очень маленький, немного заброшенный и обветшалый. Людей в нем было немного, в основном сениоры.

Погуляв пару часиков по Спа, мы отправились на поиски трассы Формула 1. И мы её нашли, в тот день даже были какие-то заезды для мотоциклистов. Подсмотрели через забор на мимо мелькающие мотоциклы, пронесшиеся почти что со скоростью звука, и отправились любоваться на заезды картингистов-любителей.

В гостях у сказки

На следующий день мы отправились в сказку, хотя получилось это весьма неожиданно. По совету местных друзей, мы решили посетить немецкий городок Моншау, находящийся в национальном парке Эйфель. Мы приехали туда во второй половине дня, когда нежные лучи солнца начали золотить верхушки деревьев, воздух был наполнен безмятежностью и покоем. Моншау превзошел все наши ожидания: это был настоящий немецкий старинный город из сказок.



Узкие улочки, речка, фарвехтовые домики, барчики с бельгийским пивом. Затем мы услышали музыку и вышли на площадь, на которой как раз проходили городские гуляния с концертом симфонической музыки, местным пивом, сосисками и бельгийской картошечкой. В основном гостями города были немцы и бельгийцы, которые с удовольствием слушали музыку, танцевали и угощались.

Невозможно описать словами всю нежность и прелесть этого городка. Он расположен в ущелье вдоль реки, и можно пройти по всему городу по центральной улице, в конце которой подняться на гору и пройти снова вдоль всего города, но уже сверху — любуясь крышами, колокольнями и старинным замком на другой стороне реки.

Город Люксембург в стране Люксембург

Проведя совершенно волшебный день в Моншау, мы настолько вдохновились, что решили съездить к более дальним достопримечательностям. Мы рванули в Люксембург. Путь не близкий — порядка 150 километров, но мы не пожалели! Нашей конечной целью был город Люксембург в стране Люксембург, но по дороге мы заглянули в милейший Вианден с его главной достопримечательностью — одноименным замком, который возвышается на горе над городом. Оставив машину в центре городка, у реки, мы пешком

отправились в замок, по дороге любуясь открывающимися видами. Замок впечатлил, потому что это был самый настоящий рыцарский замок, прекрасно сохранившийся и наполненный отзвуками прошлого. Нам здесь так понравилось, что мы забыли про время и спохватились только после обеда, что до города Люксембурга мы так и не добрались.

Он встретил прекрасной погодой и весьма впечатлил. Здешняя атмосфера напомнила знаменитые «Хроники Амбера» Роджера Желязны. Кажется, что где-то совсем недавно шли битвы, в которых сражались принцы и принцессы Амбера... Кстати, после посещения Люксембурга захотелось перечитать все части «Хроник» и еще раз убедиться в подлинности замка.

Сам Люксембург оказался шумным, веселым, активным городом, с концертом на центральной площади, со множеством людей, кафе, ресторанчиков и баров. В отличие от сельских пейзажей этой карликовой страны — вот они нежны и идилличны, дышат тишиной и покоем.

Если подводить итоги этого путешествия, то оно оказалось очень необычным: ехали в Ахен, а посетили несколько стран. Город Ахен стал своего рода порталом в другие интересные и неожиданные места. Остался на следующий раз Национальный парк Эйфель, не менее двадцати старинных замков... Да и до Амстердама с Брюсселем совсем недалеко! Так что в Ахен однозначно стоит вернуться.

РАННЕЕ БРОНИРОВАНИЕ 2020 ГОДА! ХИТ СЕЗОНА — ОТДЫХАЙ И ОЗДОРАВЛИВАЙСЯ!

Щедрый подарок природы — курорт Абано-Терме (Италия)

Термальные воды, лечебные грязи, здоровое питание и экскурсии

01.06-08.06.2020

999 EUR — за 8 дней отдыха в отеле 4 * с полкпансионом + авиабилет + сопровождающий из Риги

Акция раннего бронирования до 1.11.2019 — **859 EUR**

Традиционный осенний тур на термальные воды в Хайдусобосло (Венгрия)

SPA отдых, оздоровление, развлечения! Фольклор и винные долины

10.09 — 21.09.2020

699 EUR — за 11 дней отдыха + автобус + все ночи в отелях

Акция раннего бронирования до 1.11.2019 — **659 EUR**

Рождественские и Новогодние путешествия 2019

Автобусные туры: Чехия, Польша, Словакия, Австрия, Венгрия, Белоруссия, Россия, Финляндия
Авиатуры: Египет, ОАЭ, Таиланд, Шри-Ланка, Индия, Вьетнам, Канарские острова



Тел.: +371 27 099 777

+371 25 415 667

mail@sibus.lv

ул. Дзирнаву, 119

www.sibus.lv



За КРАСОТОЙ И ЗДОРОВЬЕМ!



Чем мы лучше узнаем литовский курорт Бирштонас, тем больше в него влюбляемся. Вот правда идеальное место для отдыха тела и души! Место красивейшее — на берегу излучины Немана, минеральная вода — нацеленнейшая, санаторный сервис замечательный. Всем советуем заглянуть в Бирштонас! В свою очередь, в самом центре города, в роскошном парке у реки, находится санаторий **Tulpe**. Это первый санаторий на этом курорте, с самыми давними традициями и накопленным бесценным опытом, где сегодня наряду с традиционным лечением минеральными водами и грязью применяются современные технологии.

Tulpe заслуженно гордится наградами за свои услуги. В 2005-м за лечебный комплекс услуг с применением минеральной воды «Вайдилуте» на конкурсе «Литовский продукт года-2005» был удостоен Золотой медали. В 2006-м санаторий получил награду за уникальный комплекс услуг отдыха для будущих родителей «В ожидание новой жизни».

Команда профессионалов санатория готова прийти на помощь каждому: и тому, кто приехал отдыхать и желает расслабиться, и тому, кто приехал с целью поправить свое здоровье. В санатории лечат: заболевания пищеварительного тракта, опорно-двигательного аппарата, гинекологические болезни, онкологические заболевания, эмоциональную и физическую усталость, истощение

организма. **Tulpe** предлагает своим гостям программы санаторного лечения с 4 или 6 процедурами ежедневно. Данные программы включают консультацию врача, составление лечебной программы, 3-разовое питание и проживание в номере выбранного типа. А можно приехать просто отдохнуть на уик-энд и выбрать программы на выходные.

Санаторий **Tulpe** гордится источником минеральной воды «Вайдилуте», в составе которого содержатся ионы, обладающие исключительным специфическим воздействием на мышцы, суставы, нервную систему, сердце и кровеносные сосуды. В санатории действует комплекс бассейнов и бань, где так приятно понежиться всей семьей. Кроме того в бассейне проводятся занятия по водной гимнастике.

Для удобства клиентов предлагаются одноместные, двухместные или семейные номера. Санаторий может одновременно разместить до 150 клиентов. Действуют два жилых корпуса. Один из них — современный недавно оборудованный корпус Белая вилла. Это историческое здание возродилось к новой жизни и ждет гостей! Великолепный вид на реку Неман и Бирштонас, открывающийся из окон, а также уютная обстановка номеров очаруют каждого посетителя.

Кроме реабилитационных процедур предлагаются и спа-комплексы для красоты и здоровья. Они проводятся с применением минеральной воды, морских продуктов, натуральных эфирных масел и меда. Побаловать себя можно, выбрав процедуры для лица и тела, есть особые предложения и для мужчин.

СИЛА МЕРТВОГО МОРЯ

Производить пищевые добавки в настоящее время несложно. Тем не менее, сложно завоевать доверие, что может быть достигнуто только безупречным качеством. Именно такое качество у продукции израильской компании «Gadot Биохимические Industries Ltd.», уже в течение почти 50 лет успешно работающей на рынке БАДов. Эта компания, успешно применяя многолетний опыт и инновационные технологии, производит пищевые добавки, которые используют люди во всем мире.

В основе продукции — минералы Мертвого моря, поистине природной сокровищницы, чуда природы, уже с древних времен известного своим благотворным влиянием на здоровье. При выпаривании воды Мертвого моря выделяют около 45 микроэлементов, включая магний, калий, кальций, цинк, железо, которые используются в пищевых добавках.

Дистрибьютор данной продукции — компания BIOFARMACIJA — является единственной в странах Балтии, кто предлагает своим клиентам простые, но в то же время очень ценные пищевые добавки из Израиля без химических добавок. В них вы никогда не найдете химических наполнителей, таких как ароматизаторы, подсластители, красители, растворители, стабилизаторы. Мы категорически отказались от ненужных веществ, которые улучшают вкус и внешнюю привлекательность, но не добавляют полезные функции.



биоМАГНИЙ +биоКАЛИЙ

Уменьшает усталость! Магний и калий особенно важен для людей много работающих и спортивно активным.



bioCalcium FORTE

Кальций необходим для поддержания здоровья костей и зубов, для нормальной работы мышц, при передаче нервных импульсов, для нормальной свертывания крови и для нормальной работы пищеварительных ферментов.



биоКАЛИЙ

Калий помогает поддерживать нормальное кровяное давление, нормальную работу нервной системы и мышц. В организме калий накапливается в клетках мышц, мозга и кожи.



биоMAGNIS B6 PREMIUM

По сравнению с другими формами магния усваивается особенно хорошо, так как содержит магний природного происхождения, полученный из воды Мертвого моря и обогащенный минералами цинка и витаминами B6 и B12. Уменьшает чувства усталости и слабости, поддерживает нормальную работу мышц и нервной системы, нормальное состояние костей и зубов, участвует в энергетическом обмене веществ и синтезе белков.



биоMAGNESIUM

Поддерживает нормальную работу мышц и нервной системы, предотвращает появление чувства усталости и слабости, поддерживает нормальное состояние костей и зубов, участвует в энергетическом обмене веществ и синтезе белков, необходим в процессе деления клеток.



bioCa+K+Mg+Zn с витамином D3 и боярышником

Дополните свой рацион важным для организма комплексом минералов, который поможет поддерживать нормальное состояние костей и зубов, стабилизировать кровяное давление, предотвратит появление чувства усталости и слабости, нормализует функционирование нервной системы, психологическое состояние и работу сердца.

SIA BIOFARMACIJA

+371 29121609 * latvia@biofarmacija.eu * www.biofarmacija.eu

ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

СУББОТА, 9 НОЯБРЯ 2019 ГОДА В 19:00
БОЛЬШАЯ ГИЛЬДИЯ
Открытие WINTERFEST

ДЖАЗОВОЕ ТРИО ДАВИДА ГАЗАРОВА

СУББОТА, 23 НОЯБРЯ 2019 ГОДА В 19:00
КОНЦЕРТНЫЙ ЗАЛ ARTISSIMO (Вальню 9-7)

**РОКСАНА ТАРВИД
КАСПАРС БУМБИШ**

ФОРТЕПИАННЫЙ ДУЭТ

ЧЕТВЕРГ, 28 НОЯБРЯ 2019 ГОДА В 19.00
КОНЦЕРТНЫЙ ЗАЛ ARTISSIMO (Вальню 9-7)

ВЕСТАРД ШИМКУС (фортепиано)

с особенной программой М.РАВЕЛЬ

СРЕДА, 4 НОЯБРЯ 2019 ГОДА В 19.00
КОНЦЕРТНЫЙ ЗАЛ ARTISSIMO (Вальню 9-7)

ТЕО ФУШЕНЕРЕ

(THÉO FOUCHENNERET, ФОРТЕПИАНО, ФРАНЦИЯ)

ПОНЕДЕЛЬНИК, 9 ДЕКАБРЯ 2019 ГОДА В 19:00
БОЛЬШАЯ ГИЛЬДИЯ

I MUSICI DI ROMA

(камерный оркестр, Италия)

ПЕРЕ РОМЕРО (Педро Ромеро, гитара, Испания)

ПОНЕДЕЛЬНИК, 16 ДЕКАБРЯ 2019 ГОДА В 19:00
БОЛЬШАЯ ГИЛЬДИЯ

СИМФОНИЯ ИГРУШЕК

(Symphony of Toys)

ПЯТНИЦА, 20 ДЕКАБРЯ 2019 ГОДА В 19:00
ЦЕРКОВЬ СВ. ИОАННА

НОЧНАЯ МОЛИТВА

ХОР ЛАТВИЙСКОГО РАДИО

ДИРИЖЕР СИГВАРДС КЛЯВА

ПОНЕДЕЛЬНИК, 23 ДЕКАБРЯ 2019 ГОДА В 19:00
ЦЕРКОВЬ СВ. ИОАННА

ЭГИЛС СИЛИНЬШ (БАС)

ЭДИТЕ АЛПЕ (ОРГАН)

СУББОТА, 29 ДЕКАБРЯ 2019 ГОДА В 18.00
КОНЦЕРТНЫЙ ЗАЛ ARTISSIMO (Вальню 9-7)

МУЗА РУБАЦКИТЕ (ФОРТЕПИАНО, ФРАНЦИЯ-ЛИТВА)

Дмитрий Махтин (СКРИПКА)

СУББОТА, 18 ЯНВАРЯ 2020 ГОДА В 19.00
МАЛАЯ ГИЛЬДИЯ

FINE ARTS QUARTET (СТРУННЫЙ КВАРТЕТ, США)

ПОНЕДЕЛЬНИК, 27 ЯНВАРЯ 2019 ГОДА В 19.00
ДВОРЕЦ КУЛЬТУРЫ VEF

Лауреат международного конкурса П.И. Чайковского - 2019!

МАО ФУДЖИТА (МАО FUJITA, ФОРТЕПИАНО, ЯПОНИЯ)



Билеты в Большой Гильдии, кассах "Biļežu serviss"
www.bilesuserviss.lv
в интернете www.hbf.lv
резервирование. т. 67205444

НОЯБРЬ

БОЛЬШОЙ ЗАЛ

01.11 в 19.00	«ГРАНЕНКА». Трагикомические ситуации. Э. Сеньков
02.11 в 19.00	«МЕТОД ГРЕНХОЛЬМА». Корпоративная интрига. Ж. Гальсеран
03.11 в 19.00	«ОДЕССА ГОРОД КОЛДОВСКОЙ». Музыкально-драматическая фантазия по мотивам произведений И. Бабеля. В. Вербин
06.11 в 19.00	«1900-й. ЛЕГЕНДА О ПИАНИСТЕ». Морское путешествие без антракта. А. Барикко
07.11 в 19.00	«ДЕВУШКА В КАФЕ». Музыкальные фантазии Р. Паулса на стихи А. Скуини
08.11 в 19.00	«МУМУ». Игра в людей. И. Тургенев
09.11 в 19.00	«ПОЧТИСЧАСТЬЕ». Неромантическая комедия. Дж. Кариани
10.11 в 12.00, 23.11 в 11.00	«ЧУДЕСНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ НИЛЬСА ХОЛЬГЕРССОНА». По мотивам сказки С. Лагерлёф
10 и 23.11 в 19.00	«КАНКУН». Полнолуние без антракта. Ж. Гальсеран
13.11 в 19.00	«ЛЮБИТЬ». История первой и последней любви. В. Токарева
14.11 в 19.00	«МЕДЕЯ». Трагедия. Еврипид
16.11 в 12.00	«МАЛЕНЬКИЙ ПРИНЦ». Сказка-притча. Антуан. де Сент-Экзюпери
17.11 в 12.00 и 19.00, 19.11 в 19.00	«ГРФ МОНТЕ-КРИСТО. Я – ЭДМОН ДАНТЕС». Композитор – Л. Квинт. Драматург и поэт – Н. Денисов
20.11 в 19.00	«ГОЛОДРАНЦЫ-АРИСТОКРАТЫ». Комедия. Э. Скарлетта
22.11 в 19.00	«АЛЬБОМ». Семь способов соблазнения. А. Аверченко
24.11 в 19.00	«ПРИВИДЕНИЕ ИЗ КЕНТЕРВИЛЯ». Легенда с музыкой в двух действиях по истории О. Уальда. А. Щербак
26 и 27.11 в 19.00	«МОЯ ПРЕКРАСНАЯ ЛЕДИ». Музыкальный спектакль. А.Дж. Лернер и Ф. Лоу
30.11 в 19.00	«КОРОЛЬ ЛИР». Побег из рая. У. Шекспир

МАЛЫЙ ЗАЛ

05.11 в 19.00	«ГРАНЕНКА». Трагикомические ситуации. Э. Сеньков
06 и 08.11 в 19.00, 24.11 в 12.00	«ПРАВДА». Современная комедия в одном действии. Ф. Зеллер
09 и 15.11 в 19.00	«ШЕРЛОК ХОЛМС: СНЫ МИССИС ХАДСОН». Клоунада
19 и 20.11 в 19.00	Музей моды представляет «CHANEL №1». И. Якимов
21, 22 и 23.11 в 19.00	«ФУФА – ДВА СЕРДЦА». А. Образцов
29.11 в 19.00	«ИСПОВЕДЬ ХУЛИГАНКИ». La performance по стихам Соли Моновой. Моноспектакль Т. Лукашенко

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ СЦЕНА

02 и 30.11 в 12.00	«КАКА-БЯКА И ВЕСНА». Спектакль для детей и их родителей. А. Кивиряхк
03.11 в 12.00 и 14.00	«БЗИК!». Научная лаборатория для детей
22.11 в 19.00	«РАФАЛЬСОНАТА СО СТРУНЫМИ». Моноспектакль Я. Рафальсона
29.11 в 19.00	«ПРЕСТУПЛЕНИЕ ИЛИ НАКАЗАНИЕ». Психодрама с топором в одном действии. Ф. Достоевский

КВАРТИРНИК

02.11 в 19.00	«MR. MALIKOV. АМОРАЛЬНЫЙ БЛЮЗ». Творческий вечер А. Маликова
03 и 24.11 в 17.00, 08, 14 и 23.11 в 19.00	«ВОТ КОМНАТА ЭТА...» Посвящен творчеству Булата Окуджавы

ДЕКАБРЬ

БОЛЬШОЙ ЗАЛ

01 и 14.12 в 12.00	«МАЛЕНЬКИЙ ПРИНЦ». Сказка-притча. А. де Сент-Экзюпери
01.12 в 19.00	«НЕ ВСЕ КОТУ МАСЛЕНИЦА». Комедия. Н. Островский
03, 07 и 29.12 в 12.00	«ЧУДЕСНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ НИЛЬСА ХОЛЬГЕРССОНА». По мотивам сказки С. Лагерлёф
05.12 в 19.00	«ПРИВИДЕНИЕ ИЗ КЕНТЕРВИЛЯ». Легенда с музыкой в двух действиях по истории О. Уальда. А. Щербак
06.12 в 19.00	«ДЕВУШКА В КАФЕ». Музыкальные фантазии Р. Паулса на стихи А. Скуини
07.12 в 19.00	«МЕТОД ГРЕНХОЛЬМА». Корпоративная интрига. Ж. Гальсеран
08, 24, 25, 26 и 28.12 в 12.00	«СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА». Сказка. Г.Х. Андерсен
08.12 в 19.00	«МОРСКОЙ ВЕТЕР». Перепады атмосферного давления в двух частях. И. Абеле
10 и 11.12 в 19.00	«ГРФ МОНТЕ-КРИСТО. Я – ЭДМОН ДАНТЕС». Композитор – Л. Квинт. Драматург и поэт – Н. Денисов
13, 14, 24, 25, 26, 27, 28 и 29.12 в 19.00, 15 и 22.12 в 14.00 и 18.00	ПРЕМЬЕРА. «Рейс 2019-2020». Рождественский концерт
17.12 в 19.00	«1900-й. ЛЕГЕНДА О ПИАНИСТЕ». Морское путешествие без антракта. А. Барикко
18 и 19.12 в 19.00	«КАНКУН». Полнолуние без антракта. Ж. Гальсеран
20 и 21.12 в 19.00	«МОЯ ПРЕКРАСНАЯ ЛЕДИ». Музыкальный спектакль. А.Дж. Лернер и Ф. Лоу

МАЛЫЙ ЗАЛ

01, 05 и 06.12 в 19.00	«ФУФА – ДВА СЕРДЦА». Спектакль, посвященный неподражаемой Ф. Раневской. А. Образцов
07 и 08.12 в 19.00	«ИСПОВЕДЬ ХУЛИГАНКИ». La performance по стихам Соли Моновой. Моноспектакль Т. Лукашенко
10 и 11.12 в 19.00	Музей моды представляет «CHANEL №1». И. Якимов
13 и 14.12 в 19.00	Гастроли. «КЛЁВ». Щемлящая комедия в одном действии. Р. Бугавичуте-Пеце
17, 18 и 19.11 в 19.00	«ГРАНЕНКА». Трагикомические ситуации. Э. Сеньков
21.12 в 12.00	«ШЕРЛОК ХОЛМС: СНЫ МИССИС ХАДСОН». Клоунада
28.12 в 15.00, 29.12 в 14.00	«ПРАВДА». Современная комедия в одном действии. Ф. Зеллер

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ СЦЕНА

07.12 в 16.00 и 18.00, 8.12 в 15.00 и 17.00	«БЗИК!». Научная лаборатория для детей
21.12 в 12.00	«КАКА-БЯКА И ВЕСНА». Спектакль для детей и их родителей. А. Кивиряхк

КВАРТИРНИК

06.12 в 19.00, 08 и 28.12 в 16.00	«ВОТ КОМНАТА ЭТА...» Посвящен творчеству Булата Окуджавы
20.12 в 19.00	«MR. MALIKOV. АМОРАЛЬНЫЙ БЛЮЗ». Творческий вечер А. Маликова



От редакции

Премьера рубрики. Собираясь в поездку, большинство современных путешественников обращаются к путеводителям или к отзывам в интернете, считая количество лайков и рейтинги в TripAdvisor. Мы же предлагаем настроиться на путешествие или продлить его послевкусие с помощью художественной литературы... Это невероятно увлекательно. Попробуйте! Вашим гидом по воображаемому книжному полкам будет человек пристрастный, книголюб и книголюб, путешественница, а также директор программы «Управление туристическим и гостиничным бизнесом» БМА — Марина Гунаре



Италия КАК ОНА ЕСТЬ

Италия — это воплощенная мечта. Когда тебе хорошо, так хочется поехать в Италию! Когда тебе плохо, то надо ехать в Италию, чтобы залечить раны. И ведь помогает! Когда тебе грустно, то стоит съездить в Италию, потому что жизнерадостный нрав местных жителей, чашка кофе и мисочка с джелато способна поднять настроение даже самому отъявленному мизантропу. Вкусно поесть? В Италию! Познакомиться с мировыми художественными ценностями? В Италию! Искупаться и позагорать? В Италию! За историей? В Италию! За любовью? Вы все еще сомневаетесь?! Ну, конечно же, надо ехать в Италию. В общем, при любой непонятной ситуации — отправляйтесь в Италию.

Да, и не забудьте прихватить с собой книги.

Для тех, кто не любит стандартных решений Питер Мейл. «Хороший год» Бидиша. «Под кожей города любви»

«Венеция не меняется, именно в этом ее тяжкий грех и ее величайшая притягательность...»

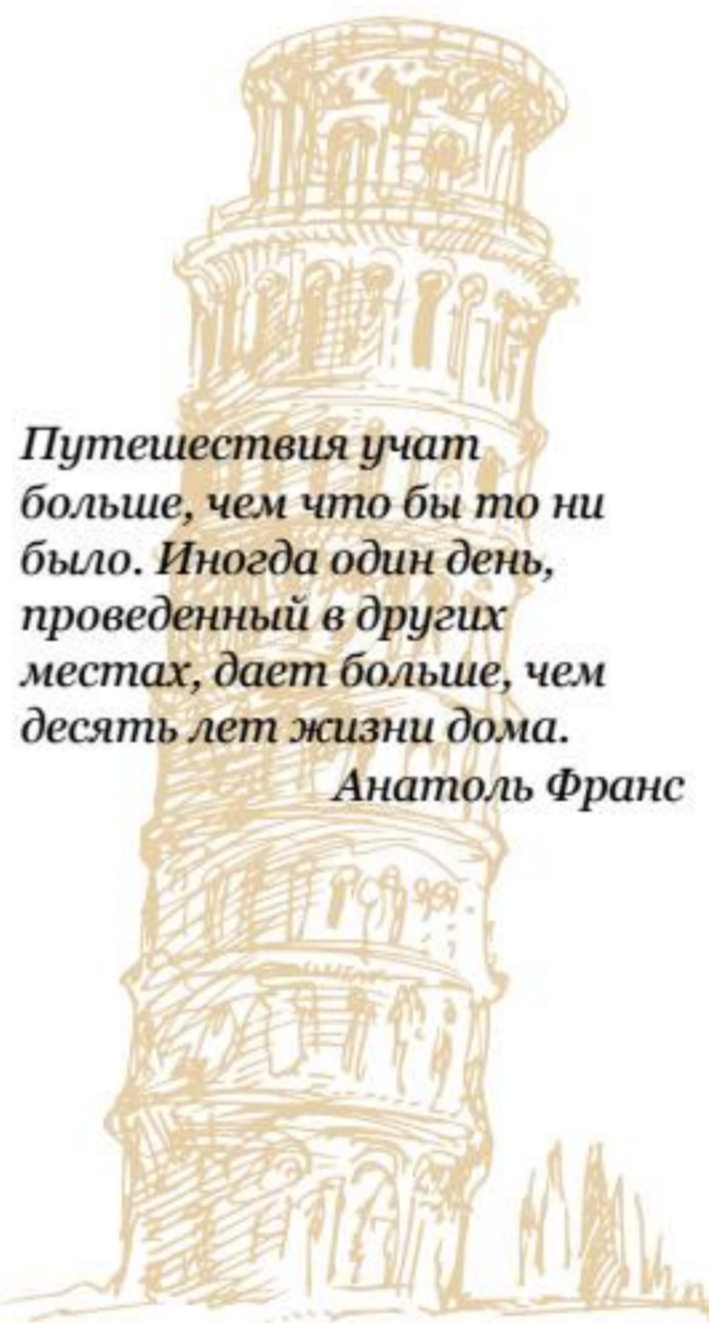
Это очень странная книга, которую совсем не ожидаешь прочитать, когда идет речь о таком удивительном городе, как Венеция. Мы же все про нее знаем! Мы знаем о том, как прекрасен Большой канал, что обязательно надо прогуляться по мосту Риальто, выпить кофе на площади Сан-Марко и привезти на память украшение из муранского стекла. Венеция — это город-сказка, город-история, город-мечта. Но автор рассказывает нам совсем другую историю.

Молодая английская писательница индийского происхождения в течение целого лета исследует Венецию и рассказывает нам о своих впечатлениях. И надо сказать, что эти впечатления часто противоречат нашим ожиданиям, противоречат настолько, что мы не можем спокойно воспринимать повествование. Ищем противоречия, обвиняем в предвзятости и отсутствии четко очерченной сюжетной линии. Мы забываем, что эта книга не путеводитель, а описание впечатлений человека, который пытается понять этот город, показывая, что он может быть негостеприимным, жестоким, церемонным... Впрочем, как и любой другой город мира.

Если вы хотите узнать другое мнение о Венеции, то можете отправиться в незабываемое путешествие по тайным лабиринтам города, который мечтает утонуть, вместе с автором.

Путешествия учат больше, чем что бы то ни было. Иногда один день, проведенный в других местах, дает больше, чем десять лет жизни дома.

Анатоль Франс





Для любителей хороших историй
Марлена де Блази.

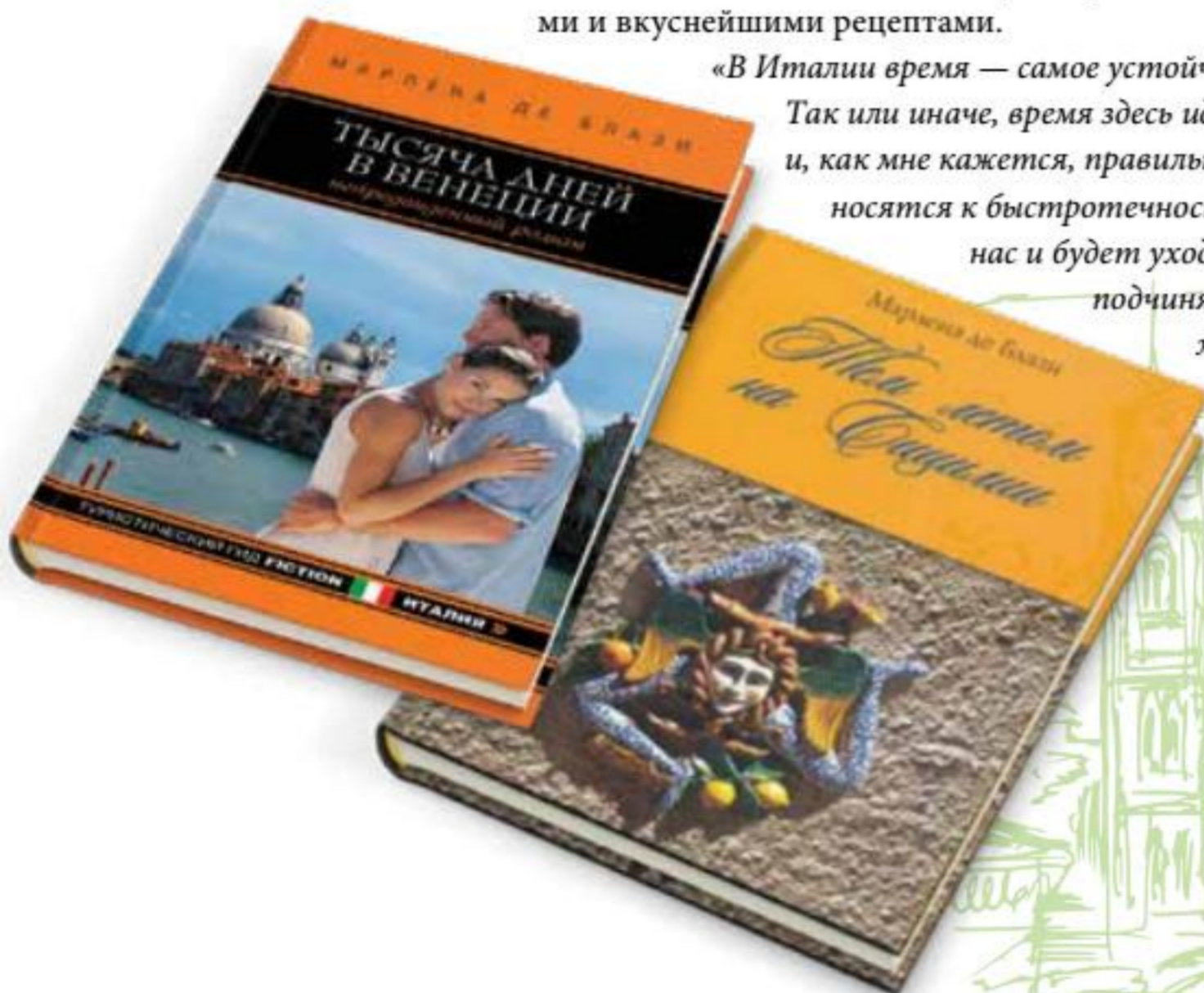
«Тысяча дней в Венеции. Непредвиденный роман»
«Тысяча дней в Тоскане. Приключение с горчинкой»
«Дама в палаццо. Умбрийская сказка»
«Тем летом на Сицилии»

Если решите окунуться в книги Марлены де Блази, то готовьтесь к тому, что остановиться уже будет трудно. Здесь есть все: романтическая любовь, переезд, трепетное знакомство с городом и людьми, рассказы о кулинарии, описания еды, от которой все твоё существо наполняется блаженным желанием вкушать хоть раз описываемые блюда и, конечно же, рецепты, потому что автор книги — шеф-повар и ведущая кулинарной колонки, которая влюбилась в венецианца и, бросив все, отправилась в путешествие по Италии длиною в жизнь.

Вся прелесть в том, что вместе с автором вы можете переезжать с места на место, знакомясь с новыми регионами Италии, с традициями, новыми людьми, блюдами и впитывать впечатления и идеи этой удивительной, предприимчивой и талантливой женщины. И это будет чудесное путешествие, наполненное новыми знаниями и вкуснейшими рецептами.

«В Италии время — самое устойчивое измерение. Или самое неустойчивое.

Так или иначе, время здесь идет независимо от человеческих усилий, и, как мне кажется, правильно делает. Здесь снисходительно относятся к быстротечности времени. Что ж, время уходило до нас и будет уходить после. Кто мы такие, чтобы подчинять его себе? "Нет-нет, не сегодня, я же сказал, что позвоню "около" этого числа. Когда я сдам готовую работу? Как только закончу"».

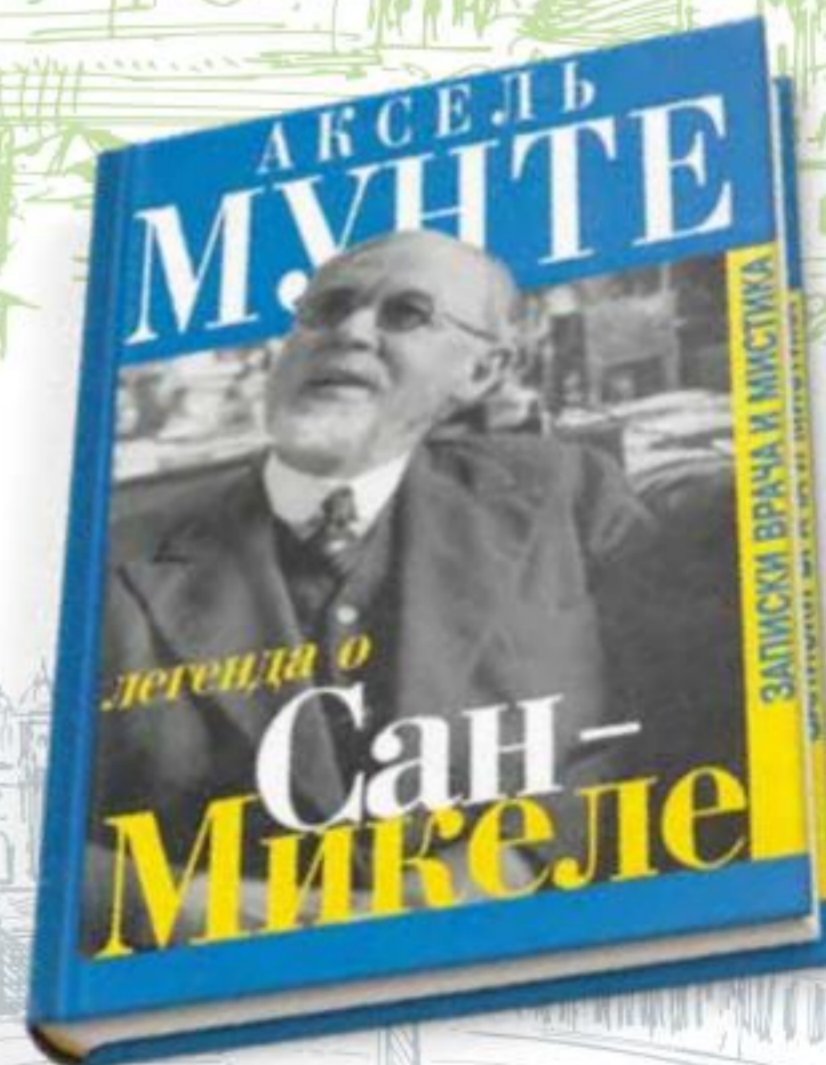


Для любителей мистических историй
Аксель Мунте. «Легенда о Сан-Микеле. Записки врача и мистика»

«Если бы я боялся ответственности, я не был бы врачом».

Наверное, одна из самых необычных и загадочных книг, связанных с Италией. Это автобиография шведского врача, который много времени провел в Италии, помогая лечить больных холерой в Неаполе, спасая тех, кто пострадал от Мессинского землетрясения, которое считается самым сильным в Европе в начале XX века. Всю свою жизнь он посвятил пациентам, но у него была мечта о своем доме, о Сан-Микеле, который он сначала построил в своем воображении, а затем и в реальности на острове Капри. Когда будете на этом чудесном острове, обязательно посетите виллу-музей «Сан-Микеле». Аксель Мунте отдал большую часть жизни постройке этой виллы и обустройству окружающих садов. В то время Капри был буквально завален кусками римских мраморных колонн и статуй, погребенных лишь под тонким слоем почвы. Островитяне называли эти руины «штучками Тиберия» и отдавали их Мунте, который включал их в свою коллекцию романских, этрусских и египетских артефактов, собранную во время частых путешествий. Ну а что же мистического во всем этом, вы узнаете, прочитав книгу, которая стала бестселлером еще в 40-х годах XX века.

«Мой дом будет открыт солнцу, и ветру, и голосам моря — как греческий храм — и свету, свету, свету повсюду!»





Для любителей необычных фактов и разрушителей мифов Джон Дики. «Delizia! Эпическая история итальянцев и их еды»

Эта одна из наиболее популярных книг, которые я упоминаю во время своих лекций для студентов. Она необычна тем, что здесь собрано в интереснейшем повествовании множество самых разнообразных и необычных фактов об Италии, которые полностью ломают наше представление о стране — история, география, кулинария, взаимовлияние разных событий на европейскую историю. В этой книге можно узнать, что проблема мусора в Неаполе имеет очень длинные исторические корни. Или как мороженое из Италии попало во Францию и стало одним из любимых десертов. Или что одну из популярнейших кулинарных книг в Италии написали в лагерях для пленных Первой мировой войны полумертвые от голода и отвергнутые родной страной солдаты и офицеры. Но я не буду выдавать все тайны, лучше читайте сами и открывайте для себя Италию через истории, рассказанные моим коллегой из Университетского колледжа в Лондоне, где он читает лекции по истории Италии. Кстати, в 2005 году президент Итальянской республики наградил Джона Дики орденом «Звезда итальянской солидарности» за его исследования в области итальянской истории.



Для любителей кулинарных путешествий Елена Костюкович. «Еда: итальянское счастье»

«Читать меню полезно и приятно, ибо читать вообще полезно и приятно».

В предисловии к этой книге известный итальянский ученый и писатель Умберто Эко назвал еду универсальным языком Италии. Однако, данная книга не сборник кулинарных рецептов итальянской кухни и не туристический путеводитель по Италии, хотя в ней и рассказывается о разнообразии местных блюд, потому что вместе с автором мы путешествуем по самым разным регионам Италии, знакомясь с особенностями региональных обычаев и нравов. Эта книга продумана как своеобразная энциклопедия итальянской жизни, в которой история и география, искусство и политика описаны через отношение к еде как культурной составляющей страны. Потому что представить Италию в отрыве от ее кулинарных традиций невозможно.



Для желающих начать жизнь с чистого листа Фрэнсис Майерс. «Под солнцем Тосканы»

Непередаваемое ощущение — оказаться одной в чужой стране и чувствовать себя «другой».

Тоскана для путешественников по Италии, как Прованс для любителей Франции. Место, где соединяются воедино волнистые холмы, чаши долин, наполненные туманом, кипарисы и море, средневековые замки... Пронзительная, захватывающая дух красота, от которой невозможно отвести взгляд. Именно сюда переезжает из Америки автор книги, покупает старый дом в окрестностях Кортонны и начинает новую жизнь, познавая особенности совершенно другого уклада, простого труда и местной кухни. Этот роман дал идею для создания туристических маршрутов по Тоскане и стал основой для одноименного фильма, который можно смотреть не один раз, утопая в оливковых зарослях, виноградниках и любви.

«Посещение какого-либо места может стать для человека началом его путешествия в дальние уголки своей души. Какое-то "нечто" должно сделать это место вашим, то самое непередаваемое "нечто", о котором не прочитаешь ни в одной книге. Это может быть что-то очень простое: например, свет, который я замечаю на лицах трех женщин, идущих по улице. Они освещены косыми лучами вечернего солнца. Этот свет благоговяет все, чего коснется. Я тоже хочу окунуться в него, всей кожей впитать сияние солнца».



23.11. **SESTDIEN**
pl. 19.00



RĪGAS
KONGRESU
NAMS
Rīgas nami



Natālija
Varleja

Vladimirs
Dolinskis

OPERĀCIJA

“ОПЕРАЦИЯ “МЫ”

или
невероятные приключения

07.12. **SESTDIEN**
pl. 19.00

RĪGAS
KONGRESU NAMS



Vadims
Kolganovs

Vjačeslavs
Nevinnijs

Aleksandrs
Bobrovs

Irina
Lačina

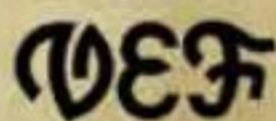
Jana
Poplavska

Asja
Kaļiņina

ATDOŠU VĪRU LABĀS ROKĀS

Отдам мужа в хорошие руки

CETURTDIEN
23.01.



KULTŪRAS PILS
VĒRTĪBAS ELEGANTĀ FORMĀ

pl. 19.00



Larisa
LUŽINA

Raisa
RJAZANOVA



Sergejs
NIKONENKO

Aleksandrs
GUNDAREVS

PIANISTS АККОМПАНИАТОР

SESTDIEN
29.02.



KULTŪRAS PILS
VĒRTĪBAS ELEGANTĀ FORMĀ

pl. 19.00



ILJA
GLINIKOVS

IGORS
ĻIVANOVS

JŪLIJA
TAKŠINA

IDEĀLAIS LIECINIEKS ИДЕАЛЬНЫЙ СВИДЕТЕЛЬ



www.parter.lv

INFORMĀCIJA:

23 11 26 56



Заметки О КОНКУРСЕ КРАСОТЫ PLUS SIZE И ЕГО ЛАТВИЙСКИХ МУЗАХ



✍ КРИСТИНА ГЕИНА, СТИЛИСТ
📷 ПРЕСС-ФОТО

«Красота — это величайший дар, данный Богом человеческому существу, потому что благодаря красоте мы поднимаем дух к созерцанию»

(Аньоло Фиренцуола, 1578)

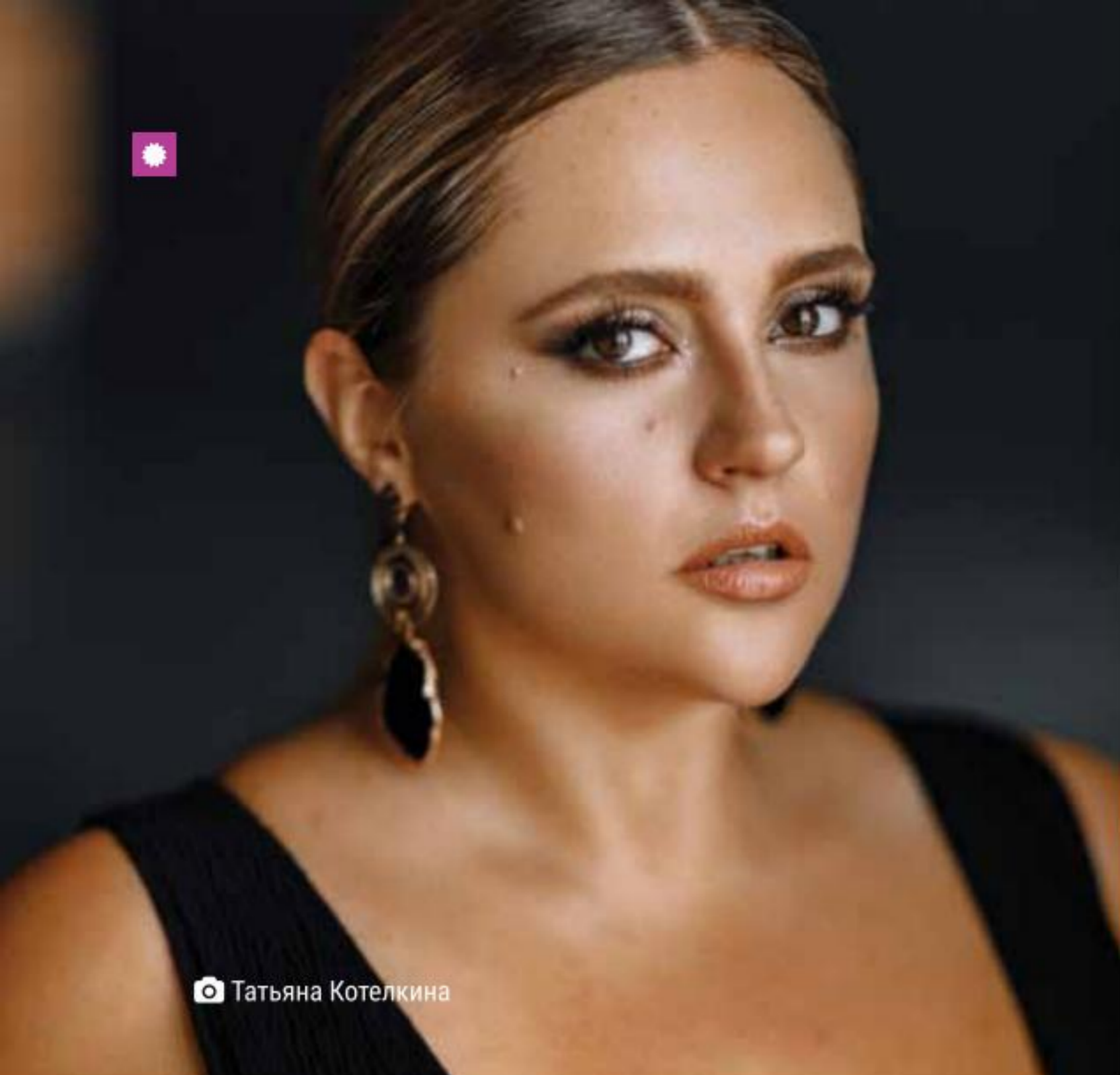
У каждой исторической эпохи были свои каноны красоты, исходящие и зависящие от политических и демографических аспектов того времени. Порой оглядываясь назад, мы понимаем: некоторые каноны уже

настолько неприемлемы в наши дни, даже ужасны, но в свое время они активно доминировали на пьедестале моды. Все уважающие себя светские дамы пытались соблюдать их и подчиняться им. В период маркетинго-





📷 Татьяна Мацкевич



Татьяна Котелкина

В сентябре этого года в Киеве состоялся отборочный национальный конкурс «Miss Top Of the World Plus Size Ukraine», корни которого ведут в Латвию: именно наши соотечественницы — организатор конкурсов красоты Кристине Линденблате и муза конкурса, первая модель plus size в Латвии Татьяна Мацкевич — вдохновители украинского конкурса.

Имея степень магистра экономики и отработав 10 лет аудитором в Рижской думе, Кристине Линденблате решает кардинально изменить свою жизнь и начинает заниматься конкурсами красоты. На данный момент она организатор таких популярных международных конкурсов красоты как «Mrs Top Of the World», «Miss Top of the World», «Top Of the World Pluse Size», а также «Misis Latvija».

вого прогресса, выпавшего на конец 1980-90-х, правили уже совершенно другие стереотипы красоты, пришедшие с Запада и смешанные с нашей социальной средой, нашим консерватизмом. Хоть мода и циклична, но даже совсем недавние, казалось бы, привычные образы канули в лету.

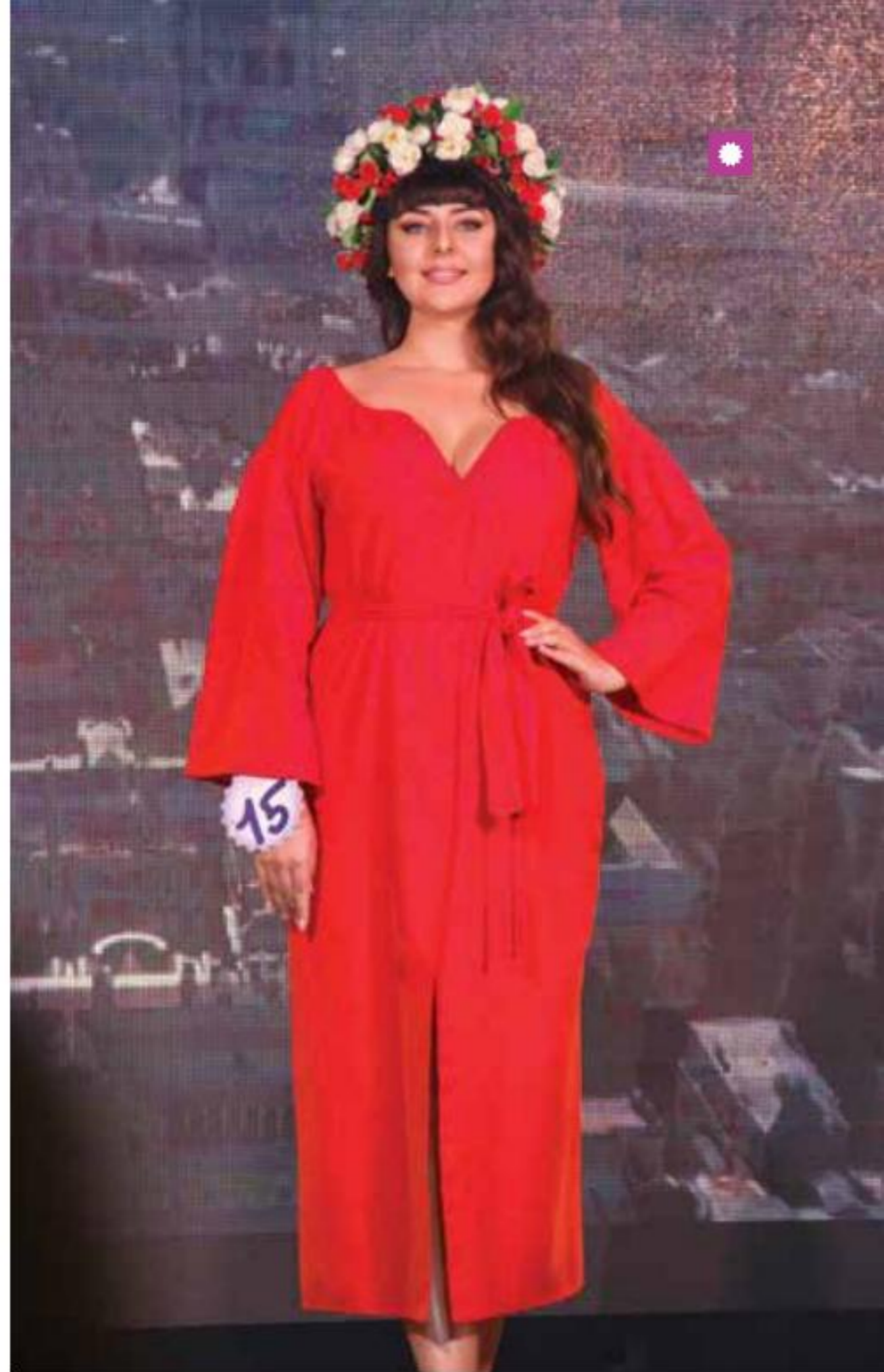
Каковы же современные каноны красоты? Если начать дискутировать по данному вопросу, то однозначно мнения разделятся. Уже не выходят на первый план, как когда-то, параметры 90-60-90. Да, соглашусь с итальянским писателем XVI века Аньоло Фиренцуола, что красота — это величайший дар! И даже дополнительный бонус в чем-то. Но в современную эру безумной конкуренции, одних внешних данных и наличия образования мало. Девушка должна уметь подать себя и обладать харизмой.

С появлением новых тенденций перемены как обязанность входят в систему преобразования каждой женщины. Мы можем изменить цвет волос, прическу, кардинально поменять стиль, но в силу своих генетических данных мы не можем похудеть до размера XS, если предрасположенность организма совершенно не располагает этому модному образцу! На фоне дискриминации женщин plus size появляется новомодное



движение бодипозитив — это протест современных женщин на навязываемую многими десятилетиями коммерциализированную красоту. В первую очередь, это поддержка, основанная на любви к себе в целом, к особенностям своего тела и внешним данным, расширяющая право на собственную индивидуальность! Ведь для каждой женщины самое главное — это быть счастливой и принимать себя такой, какая ты есть!

Познакомившись с Татьяной Мацкевич и воодушевившись ее красотой и обаянием, Кристине принимает решение о создании конкурса «Top Of the World Pluse Size». Как считает Кристине: «Пышные дамы» очень красивые и просто обязаны участвовать в конкурсах красоты и нести титул королев. Да, когда-то считалось, что только обладательницы стандартных размеров могут участвовать в



конкурсах красоты, но это не правда! Мы разные, мы все не можем быть клонами одного стандарта. Я очень рада, что в современном мире сама модная индустрия начала работать на plus size, появилось много возможностей и предложений!»

Так и родилась идея о создании конкурса для «пышных дам», в последствии переросшего в «Miss Top of the World Plus Size», который на данный момент входит в пятерку самых известных мировых конкурсов красоты. Первый конкурс проходил в 2016 году в Риге. «Я хотела посмотреть, насколько тема plus size будет актуальна и востребована в сфере красоты», — говорит Кристине. Интуиция ее не подвела, и уже в 2017-м конкурс прошел в Сингапуре, в 2018-м — на Филиппинах, а в ноябре 2019-го состоится в Украине.

Сложнее ли быть конкурсанткой plus size? Как говорит Кристине: «В современном мире стирается грань придуманной красоты. И даже если рассуждать о чувствах, мужчины никогда не знают, кого они любят, «пышную» или стройную, высокую или низкую. Да, есть мужчины, которые хотят видеть рядом «инстаграмную» красотку. Но у любви нет границ, нет стандартов. Поэтому я не считаю, что девушкам plus size сложнее. Да, есть определенные стандарты красоты, но мы все разные! Конечно, нужно думать о здоровье в первую очередь, все должно быть в меру, без излишеств, мы должны жить в гармонии с собой!».



Приняв участие в 2016 году в конкурсе красоты «Top Of the World Pluse Size» и получив заслуженный титул «Vice Miss» и «Miss Model», Татьяна Мацкевич обрела статус музы конкурса, а также стала пионером латвийского бодипозитива. В 2017 году Татьяну заметил ведущий украинский телеканал «1+1», который в то время запускал проект «Модель XL» и искал члена жюри и ведущую проекта. Татьяна обладала всеми необходимыми навыками и опытом моделинга, а также умением правильно держаться в кадре. Успешно проработав и обретя популярность в украинском шоу-бизнесе, она стала иконой стиля и примером для сотен украинских женщин. После высоких рейтингов первого сезона «Модель



XL» руководством канала было принято решение запустить второй сезон. И снова Татьяна выступила в качестве члена жюри и ведущей. В Латвии проект «Модель XL» транслировался на телеканалах «3+» и Kanāls 2.

Прошедший в сентябре в Киеве конкурс «Miss Top of the World Plus Size Ukraine» впервые прошел на таком высоком уровне. Как рассказала национальный директор и организатор конкурса в Украине Татьяна Котелкина: «Для меня организовывать этот конкурс — большая честь, испытание и моя личная победа! Так как когда-то я сама мечтала принять участие в этом конкурсе, но не случилось. Жутко расстроилась, но решила, что это для меня еще одна возможность подняться над собой и уже в следующем году стать Miss Top of the World Plus Size. Но судьба распорядилась иначе: сама Кристине Линденблате предложила стать организатором отборочного конкурса в Украине. Сказать, что я была сильно удивлена, — это ничего не сказать!»

Отбор конкурсанток проходил на протяжении полугода, в нем приняли участие более 300 девушек, в итоге 18 пышных и роскошных украинок боролись за главную корону. Гала-конкурс проходил в пять этапов: от визитной карточки конкурсанток до выхода в стильных платьях из последней коллекции Осень/Зима 2019-2020.



«Каждая девушка — королева, поэтому мы решили, что каждая девушка будет коронована», — подчеркнула организатор конкурса Татьяна Котелкина.

Я убеждена, что вне зависимости от стереотипов каждая женщина имеет право на уважение к себе и не должна меняться лишь в угоду кому-то. Современное общество уже давно принимает разнообразие внешних типажей, ведь личность определяется множеством факторов. И чем более оригинальная и самодостаточная личность, тем она интересней в обществе. Так что будьте прекрасны и растите над собой! Только это имеет значение.

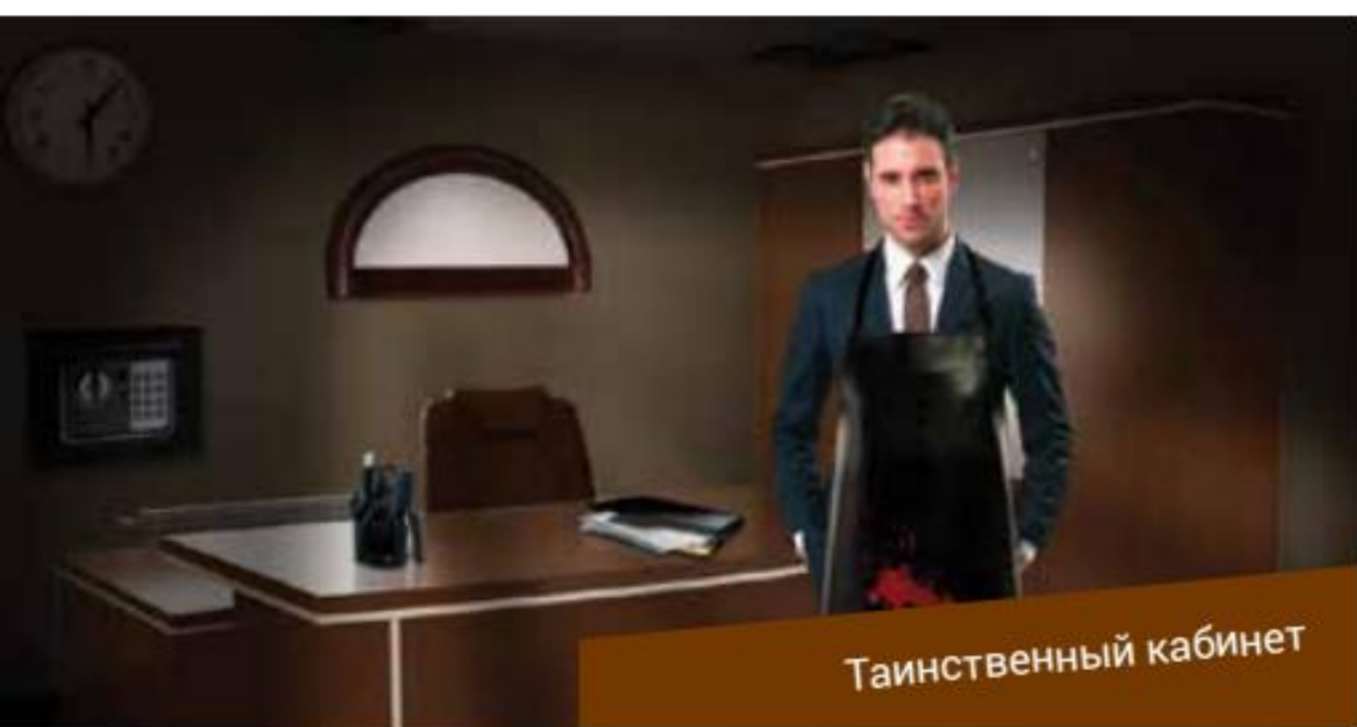
Рига — Киев



Безумная вечеринка



Заброшенный исследовательский комплекс



Таинственный кабинет



Во все тяжкие



От заката до рассвета



Иллюзия обмана



Маньяк



Ограбление музея

Квесты в реальности «Real Quest»



realquest.lv
Рига, ул. Пейтавас, 4
+371 27407426

Наши двери всегда
открыты для вас!

Если вы хотите:

- незабываемо отпраздновать свой день рождения, именины, девичник / мальчишник или другое важное событие,
- сплотить рабочий коллектив,
- интересно и с пользой провести свободное время,

то посещение наших квест-комнат — это то, что вам нужно!

Real Quest — это возможность ощутить себя в другой реальности, принять живое участие в игре с заранее определенной сюжетной линией. **Основная задача игры:** разгадать головоломки, найти подсказки и открыть все спрятанные тайники! У вас есть **ровно час**, чтобы выбраться из комнаты!

8 ярких и захватывающих квест-комнат Real Quest находятся в одном месте — **в Старой Риге по ул. Пейтавас, 4**. Мы можем принять одновременно до 48 человек!

Также предлагаем:

- * услуги аренды банкетного зала вместительностью до 18 человек
- * услуги аниматора детям до 13 лет

BE PART
OF
glam
topia



1 | TRANSLUCENT SHIMMER POWDER
Прозрачная пудра с эффектом сияния. Подстраивается под оттенок кожи
€ 28.99*

2 | LIP JEWELS
Помада с перламутровыми частичками и металлическим эффектом
€ 17.99*

3 | HIGH INTENSITY PRECISION LINER
Лайнер интенсивного черного цвета
€ 18,99*

*рекомендованная стоимость

КОСМЕТИЧЕСКИЙ
ПРЕМИУМ
БРЕНД №1
В ГЕРМАНИИ

Источник: по инф. исследований компании IRI декоративной косметики в парф. и спец. магазинах в 2018 году.

ARTDECO

artdeco.com



Hotel Jūrmala Spa
SPA & Conference Centre

31/12/19
В ВИХРЯХ
РОК-Н-РОЛЛА

ПОДОБНО ТОМУ, КАК КАНТРИ МУЗЫКА И РИТМЫ БЛЮЗА
СЛИВАЮТСЯ В ЛЕГЕНДАРНОМ РОК-Н-РОЛЛЕ,
ТАК И 2019 ГОД ПЛАВНО ПЕРЕЙДЁТ В 2020 ГОД,
С ЗАХВАТЫВАЮЩИМ НОВОГОДНИМ БАЛОМ
В ГОСТИНИЦЕ HOTEL JŪRMALA SPA!

**ПРИГЛАШАЕМ ВАС ВЕСЕЛО И УВЛЕКАТЕЛЬНО ПРОВЕСТИ ВРЕМЯ
ВСТРЕЧАЯ ЭТОТ ВОЛШЕБНЫЙ 2020 ГОД!**

ЗАЖИГАТЕЛЬНАЯ ВЕЧЕРНЯЯ ПРОГРАММА
С БЕЗУМНЫМИ ТАНЦЕВАЛЬНЫМИ ВЫСТУПЛЕНИЯМИ, ДИ-ДЖЕЕМ,
ЖИВОЙ МУЗЫКОЙ И КОНЕЧНО ЖЕ КОНКУРСАМИ И ПРАЗДНИЧНЫМ САЛЮТОМ.

НАЧАЛО В 21:00 🕒

ВХОД С 20:30 🕒

ЦЕНЫ НА БИЛЕТЫ:
ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ ОТ 130 EUR
ДЛЯ ДЕТЕЙ ДО 12 ЛЕТ ОТ 91 EUR
ДЛЯ ДЕТЕЙ ДО 5-ТИ ЛЕТ ВХОД БЕСПЛАТНЫЙ

В ЦЕНУ ВКЛЮЧЕНО:
НОВОГОДНЯЯ ПРОГРАММА, ПРАЗДНИЧНЫЙ УЖИН И БОКАЛ ИГРИСТОГО ВИНА.
ДЛЯ ДЕТЕЙ ПОДГОТОВИЛИ ВЕСЕЛУЮ РАЗВЛЕКАТЕЛЬНУЮ ПРОГРАММУ С ИГРАМИ И СЮРПРИЗАМИ!
ВЕДУЩИЙ БУДЕТ РАЗВЛЕКАТЬ ГОСТЕЙ НА ЛАТЫШСКОМ И РУССКОМ ЯЗЫКАХ.

УЛИЦА ЙОМАС 47/49, ЮРМАЛА, ЛАТВИЯ
[+371] 67784415

BOOKING@HOTELJURMALA.COM
WWW.HOTELJURMALA.COM