0+

Философия отдыха

городской журнал | май – июнь 2020 | № 26

КУХНЯ АВСТРАЛИИ с. 62
Гастрономические тренды

ЮЛИЯ ПЕРЕСИЛЬД с. 30
Время для новых идей

ЗНАМЕНИТЫЕ ПУСТЫНИ с. 10
Наедине с собой и миром

МЕЧТЫ СБЫВАЮТСЯ

ФИЛОСОФИЯ ОТДЫХА

ГОРОДСКОЙ ЖУРНАЛ

Философия отдыха у каждого своя. Кто-то любит открывать для себя новые страны, познавать их историю и культуру, кто-то — лежать на пляже с книжкой и временами лениво погружаться в теплые волны, кто-то отпускную романтику видит в морских круизах или в покорении горных вершин. Надеемся, тот самый маршрут, который придется вам по душе, вы найдете в нашем журнале «Философия отдыха». Познаем, путешествуем, советуемся с другими путешественниками, делимся бесценным опытом! Философствуем, отдыхая, и отдыхаем, философствуя!

философияотдыха.рф
filosofiaotdyha.ru

info@filosofiaotdyha.ru
adv@filosofiaotdyha.ru

Пандемия диктует свои законы существования. Пока без ответов остаются вопросы, когда можно будет опять спокойно гулять, ходить в гости, бывать в музеях, театрах и на концертах, торговых центрах, салонах красоты и путешествовать по миру...

И все же хочется верить, что коварный вирус скоро отступит. А это значит, что получится слетать, например, на Итуруп, один из Курильских островов, и искупаться в его целительных горячих источниках. Удастся поправить здоровье на одном из курортов Чехии и сыграть в гольф на знаменитых гольф-полях Италии. Можно будет прогуляться по Арбату в Москве и приобщиться к его тайнам или с размахом отпраздновать 317-летие Санкт-Петербурга на грядущем Дне города.

Для верности можно визуализировать свои желания. Например, купить вкусное эскимо и представить, что пробуешь его на Фестивале мороженого в Северной столице. Или приготовить обед по-австралийски (это совсем не сложно) и вообразить, будто кулинарные изыски дегустируешь не на собственной кухне, а в мельбурнском или канберрском ресторанчике. Очень легко, рассматривая красивые фотографии и читая наш материал, ощутить величественную красоту самых знаменитых пустынь мира. Меня привлекает Патагонская, та, что описана у Жюля Верна в «Детях капитана Гранта», а вам, возможно, приглянется другая.

И напоследок совет практичный. Не забудьте обзавестись гироскутером, сегвеем или моноколесом, потому что парки в ближайшем обозримом будущем обязательно откроют. А летняя прогулка с ветерком способна разогнать любые мрачные мысли. Но самое главное – будьте здоровы и берегите себя!

Маргарита Цибульская

ПОДАРОК ВАШЕМУ ДРУГУ ИЛИ ДОМУ

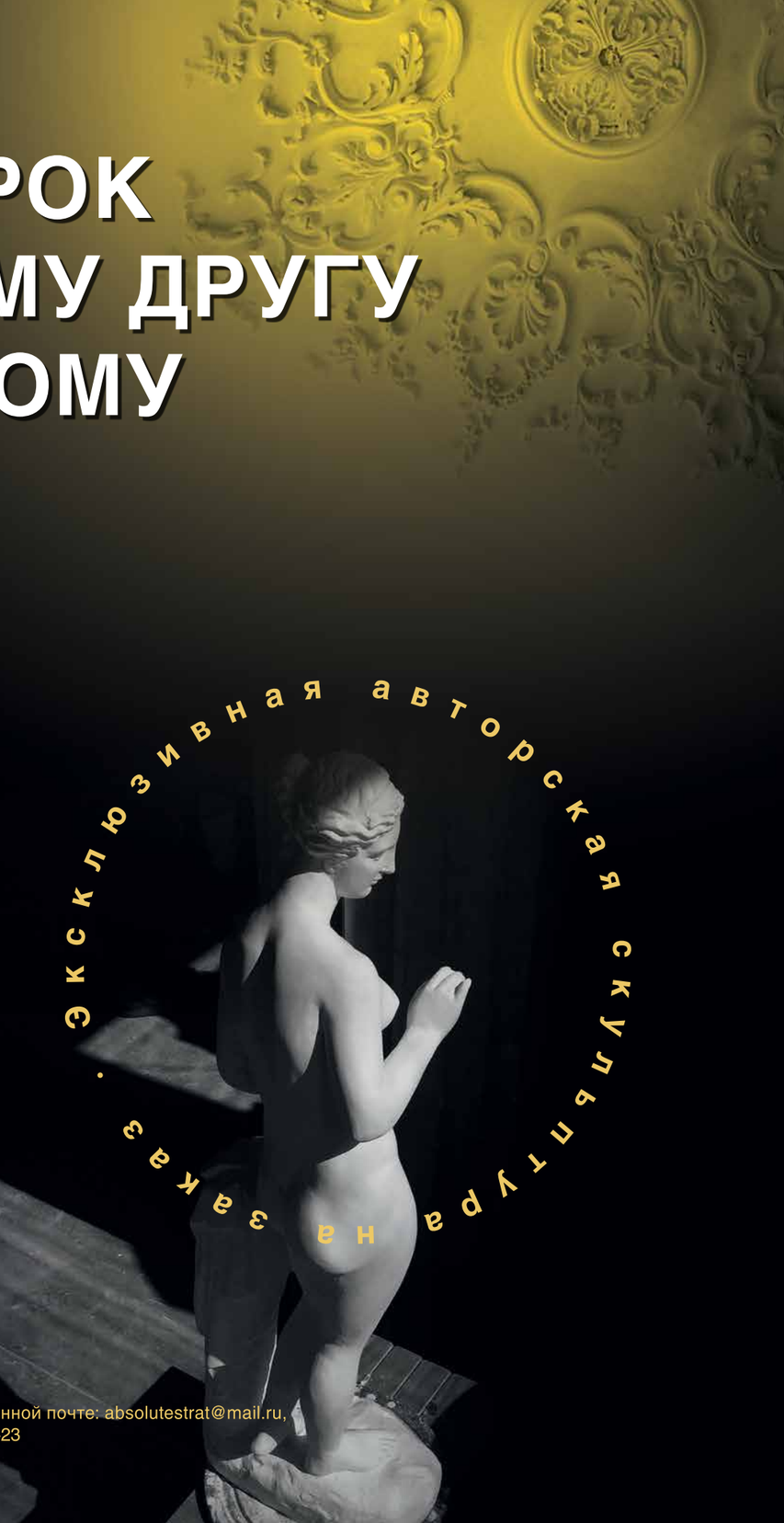
A sculpture

Бюст, скульптура или статуэтка – отличный подарок вашим близким, друзьям, коллегам.

Хотите сделать не просто уникальный и запоминающийся подарок, но и выразить свое отношение к родственнику, другу или бизнес-партнеру? Тогда подарите ему произведение искусства. Ваш подарок долгие годы будет украшать его дом или кабинет, напоминая о вас.

Произведения искусства украсят ваш интерьер.

Вы можете заказать скульптуру для интерьера или элементы дизайна и другие уникальные изделия, созданные скульптором, с использованием гипса, эко-керамики, пластикрита. Стиль, размер и материал можно выбрать.



Заказы принимаются по электронной почте: absolutestrat@mail.ru,
либо по телефону: +7 981-779-30-23
www.a-sculpture.ru

СОДЕРЖАНИЕ

2 ОТ РЕДАКЦИИ

10 МИРОВОЕ ТУРНЕ
Пустыни. В поисках бесконечности

18 ОСТРОВ
Итуруп. Неприступно доступен

22 ПРОМЕНАД
Арбат. Улица, сотканная из противоречий

26 ПРАЗДНИК
С днем рождения, Санкт-Петербург!

30 НА ОГОНЕК
Юлия Пересильд:
«Я не могу пожаловаться, у меня достаточно интересная жизнь»

34 НА ОГОНЕК
Сергей Жуков:
«В нашей семье очень важно быть искренними и доверять друг другу»

38 НА ОГОНЕК
Юрий Шварцкопф: «Культуре нужна поддержка, это не шоу-бизнес»

42 ТЕЧЕНИЕ ЖИЗНИ
Джессика Лэнг. Виражи судьбы

46 КУМИР
Александр Кушнир: «Вместе с Майком Науменко в русской рок-поэзии произошла стилистическая революция»

82

КАК ПРАВИЛЬНО БЕГАТЬ?

Заниматься спортом лучше в парке или в лесу

Если во время пробежки вас мучает сильная жажда сделайте глоток воды

Не забывайте дышать ртом

Одежда и обувь должны быть спортивными

Расправьте и расслабьте плечи, не сутультесь

Смотрите вперед, а не под ноги

Держите локти согнутыми на 90 градусов

Перемещайте руки вперед-назад возле корпуса, а не поперек груди

Не сжимайте сильно кулаки

Выносите вперед бедро, а не ногу целиком

Колено должно быть слегка согнуто, чтобы амортизировать при ударе стопы об землю

Приземляйтесь между пяткой и средней частью стопы

Перекатывайтесь на носок и используйте его для отталкивания от земли

Нога должна приземлиться под ваше тело, а не перед ним

Правильный режим тренировок: один день отдыха между бегом

Дополняйте бег другими тренировками

Выбирайте правильную поверхность для бега

Правильно выбирайте одежду: в жару одевайтесь легко, в холод выбирайте одежду, которая не сковывает движения

52 ИНТЕРЬЕР
Очень модный интерьер

56 КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ
Лечение с увлечением.
Знаменитые курорты Чехии

62 МИРОВАЯ КУХНЯ
По-нашему, по-австралийски

70 КАЛЕЙДОСКОП
Звезды на карантине

74 ХОББИ
Гольф: поле, которое мы выбираем

78 ПСИХОЛОГИЯ
Счастье в гармонии?

82 АВТО. АЛЬТЕРНАТИВА
Не роскошь,
а средство передвижения

86 КНИЖНАЯ ПОЛКА
Новинки

88 В МИРЕ ПРИРОДЫ
Белый как снег

92 LAST PAGE

Фотография на обложке –
© shutterstock.com/zolotarevs

Журнал «ФИЛОСОФИЯ ОТДЫХА», май – июнь 2020, № 26

Учредитель и издатель
ООО «Философия отдыха»
И. о. главного редактора
Маргарита ЦИБУЛЬСКАЯ
Арт-директор
Полина КОРНЕЕВА
Выпускающий редактор
Алла КРАСИНСКАЯ
Литературный редактор
Светлана ГУБАНОВА

Тел.: +7 (911) 180 01 50.
info@filosofiaotdyha.ru – редакция,
adv@filosofiaotdyha.ru – рекламный отдел, designer@filosofiaotdyha.ru – отдел дизайна

Адрес: 198517, Санкт-Петербург, Петергоф, Ропшинское шоссе, 4, а/я 7.
Интернет-сайт:
философияотдыха.рф,
filosofiaotdyha.ru.

Отпечатано в типографии
ООО «Типография Принт 24»,
192102, Санкт-Петербург,
ул. Самойловой, 5в.

Мнение редакции не всегда совпадает с точкой зрения авторов.

При цитировании ссылка на издание и авторов обязательна.

Перепечатка материалов – исключительно с письменного разрешения редакции.

За содержание рекламы издатель ответственности не несет.

Полная PDF-версия журнала всегда доступна на сайтах:
философияотдыха.рф,
filosofiaotdyha.ru.

Тираж: 70 000 экз.
Заказ № 998-2020.

Российское свидетельство о регистрации СМИ ПИ № ФС 77 – 70951 от 05.09.2017 выдано ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБОЙ ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ СВЯЗИ, ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И МАССОВЫХ КОММУНИКАЦИЙ (РОСКОМНАДЗОР).

ТУШЬ THE ONE TREMENDOUS: ВЗГЛЯД ДИКОЙ КОШКИ

Современная женщина – элегантная, грациозная, чувственная, она хочет выделяться и жить по своим правилам. Новая тушь с эффектом кошачьих глаз THE ONE Tremendous от Oriflame поможет подчеркнуть уникальность, сделает взгляд соблазнительным и придаст ему особую кошачью «хитринку».

Объемная тушь с эксклюзивной щеточкой «песочные часы» удлиняет ресницы во внешних уголках глаз при помощи плавного эргономичного изгиба, мягких щетинок и скругленного кончика. Формула туши содержит два типа фибры. Одна из них – в форме сердец – легко обхватывает каждую ресничку, а другая – микрофибра – создает экстремальный объем и утолщает ресницы.

«Мне нравится, как эта тушь меняет взгляд. Эффект сразу заметен в уголках глаз, без наращивания и подкручивания. С таким макияжем я чувствую в себе дерзкие кошачьи повадки», – делится впечатлениями ведущая ТВ-шоу «Орёл и решка» Алина Астровская.

СТУЛЬЧИК НА ВСЮ ЖИЗНЬ

Стульчик Tripp Trapp от норвежского бренда Stokke регулируется в зависимости от роста малыша, а вместе с креслицем-шезлонгом Tripp Trapp Newborn Set подходит даже для новорожденных. Когда малыш немного подрастет, комплект-вставка Baby Set позволит ребенку комфортно сидеть за общим столом. Для детей постарше стульчик будет незаменим для рисования и подготовки письменных заданий, так как изменяющиеся высота сиденья и перекладины для ног дают возможность дошкольникам и ученикам принимать правильную позу для здоровой осанки. Премиальные сорта древесины – европейский бук и дуб – позволяют изделию служить долгие годы.

МАКСИМАЛЬНАЯ ЗАБОТА И НАСЛАЖДЕНИЕ: VICTORIA'S SECRET ЗАПУСТИЛА СЕРВИС ОНЛАЙН-ЗАКАЗА НА ДОМ

Наполнить каждый день бесценными минутками умиротворения, счастья и заботы о себе стало возможно вместе с новой услугой от Victoria's Secret – теперь по всей России доступен сервис онлайн-заказа полюбившихся ароматов, нежных средств по уходу, изящных аксессуаров и домашней одежды. Выбрать все то, о чем мечтаешь и устроить настоящий праздник для души и тела, где бы ты ни находилась – разве не роскошный подарок? Исполнить такое желание помогут чарующие ароматы, разнообразные мисты, молочко для тела, а еще эффектные блески для губ и аксессуары, представленные на официальном сайте Victoria's Secret в России http://victoriassecretrussia.com/catalog/.

KITKAT SENSES DARK ORANGE TASTE: РОСКОШНАЯ НОВИНКА

Кондитеры KitKat по-новому интерпретировали традиционный дуэт апельсина и темного шоколада, создав «огненный» шоколад в стилистике успешной премиальной линейки Senses с модным «мраморным» узором и в элегантной упаковке. KitKat Senses Dark Orange Taste – это яркий вкус апельсина с хрустящей вафлей KitKat на фоне легкой горчинки какао-бобов.

Благодаря уникальному рецепту и дизайнерскому решению бренда KitKat терпкие цитрусовые нотки «заиграли» иначе, а роскошный вкус стал доступнее, дополнив премиальную коллекцию KitKat Senses. За последние два года в эту коллекцию также вошли шоколад со вкусом карамели и капучино (KitKat Senses Caramel Cappuccino), кокоса (KitKat Senses Deluxe Coconut), KitKat Senses Double Chocolate – сочетание молочного и темного шоколада, а также KitKat Senses Gold Edition и лимитированный KitKat Senses Rose Gold Edition с клубникой.

ПУТЕШЕСТВИЯ

ДОРОГИ, КОТОРЫЕ МЫ ВЫБИРАЕМ

С. 10 ГЕРОИ ПУСТЫННЫХ ГОРИЗОНТОВ,
ИЛИ ТАЙНЫ ЗНАМЕНИТЫХ ПУСТЫНЬ

С. 18 ИТУРУП. ОСТРОВ ВУЛКАНОВ И...
ПРИРОДНЫХ СПА-ПРОЦЕДУР

С. 22 МОСКОВСКИЙ АРБАТ.
СТРАНИЦЫ ИСТОРИИ

С. 26 САНКТ-ПЕТЕРБУРГУ – 317 ЛЕТ.
БУДЕТ ЛИ ПРАЗДНИК?

ПУСТЫНИ

В поисках бесконечности

Географы описывают пустыни как засушливые территории с бедной редкой растительностью и очень сухим континентальным климатом, которые занимают примерно 11 % всей поверхности суши. Но удивительным образом они потрясают воображение. Почему? Скорее всего потому, что больше нигде так отчетливо не ощущается бесконечность мироздания и единение с природой. Перед вами – великолепная десятка самых крупных и знаменитых пустынь мира. Когда-нибудь, возможно, вы побываете в них сами, а пока «Философия отдыха» предлагает виртуально-ознакомительное путешествие.

Сахара

Аравийская пустыня

САХАРА. ПУСТЫНЯ ПУСТЫНЬ

Ее название в переводе с арабского означает… пустыня. Просто пустыня, и все. Сахара – самая большая из своих «коллег» на Земле и расположена в Северной Африке. Площадь ее составляет 8,6 млн кв. км (примерно 30 % континента). Сахара вытянута на 4800 км с запада на восток и на 800–1200 км с севера на юг. На ее территории нет ни одной реки, за исключением небольших участков Нила и Нигера да одиночных оазисов. Количество атмосферных осадков – не более 50 мм в год.

В пустыне крайне редко идут дожди, а воздух сухой и горячий. Небо Сахары безоблачно, но при этом в воздухе постоянно висит мельчайшая пыль. Интенсивное дневное солнечное воздействие и испарение сменяется сильным ночным излучением. Сначала песок нагревается до +70 °С, от скал пышет жаром, а вечером поверхность Сахары охлаждается гораздо быстрее воздуха.

Растительность пустыни составляют кусты, травы и деревья в нагорье и оазисах, расположенных по руслам рек. Некоторые растения адаптировались к суровому климату и растут в течение трех дней после дождя, а затем две недели сеют семена. При этом плодородна лишь малая часть Сахары, берущая влагу из подземных рек.

К пустынной жизни приспособились одногорбые верблюды, вилорогие аддаксы, гривистые бараны, газели доркас и антилопы орикс, чьи изогнутые рога по длине почти равны туловищу. Здесь обитают и грызуны: песчанка, абиссинский заяц и тушканчик, который прыгает не хуже кенгуру. Среди хищников выделяется фенек (небольшая лисичка с широкими ушами) и барханный кот. Змеи – гадюки и гремучие, оставляющие на поверхности песка извилистые следы – также облюбовали эти места.

АРАВИЙСКАЯ ПУСТЫНЯ. ПОЧТИ НЕОБИТАЕМАЯ

Знаменитая пустыня расположена в Египте, между Красным морем и долиной Нила. Она является частью великой пустыни Сахары. С восточной стороны Аравийская пустыня ограждается горами, самые высокие из них – Шэиб-эль-Банат и Гариб. Подвижные барханы, песчаные насыпи и небольшие скалистые участки – так выглядит эта пустыня. Здесь сложно найти что-то живое: слишком часты песчаные бури, слишком пронзительны ветра, слишком мало осадков. Но даже в этих суровых условиях есть отважные растения, приспособившиеся к жизни здесь: пепельник, финиковые пальмы, можжевельник, каперсник. Из представителей фауны встречаются насекомые, змеи, ящерицы и некоторые птицы. >>

КАРАКУМЫ. ЧЕРНЫЙ ПЕСОК

Пустыня Каракумы (в переводе на русский ее название означает «Черный песок») расположена на юге Средней Азии и занимает большую часть Туркмении. Площадь пустыни составляет свыше 350 тыс. кв. км. В зависимости от географического строения, почвенного рельефа и особенностей растительного мира Каракумы делятся на Заунгузские (Северные), Низменные (Центральные) и Юго-Восточные. Самая древняя часть – Заунгузские Каракумы, образованные более миллиона лет назад. Пустыня имеет резко континентальный климат. Летом она прогревается до +50...80 °С. Зимой температура может упасть до –30 °С.

Животный мир Каракумов представлен разнообразными грызунами и пресмыкающимися – ящерицами, змеями, степными черепахами. Из крупных животных встречаются волки, джейраны и лисицы-корсаки.

Степная черепаха, пустыня Каракумы

БОЛЬШАЯ ПУСТЫНЯ ВИКТОРИЯ. ДАМА С ОПАЛАМИ

Большая пустыня Виктория – самая крупная пустыня Австралии, занимающая площадь 424 тыс. кв. км и состоящая из песчаных дюн, травянистых равнин и соленых озер.

Впервые эту пустыню пересек в 1875 году английский путешественник Эрнест Джайлс, который патриотично назвал ее в честь своей королевы.

Но до Джайлса пустыню активно осваивали аборигены. В 1970 году на южной окраине пустыни совместно с коренными народами был основан охраняемый парк Мамунгари, где обитают около 120 видов птиц и редких животных, произрастает до 270 разновидностей растений.

У восточной границы пустыни, на хребте Стюарт, есть еще одно примечательное место – подземный город Кубер-Педи, известный как мировая столица опалов, где сосредоточено до 30 % их мировых запасов. Название места переводится с языка аборигенов как «нора белого человека»: с 1849 года, когда обнаружили месторождения опалов, рабочие селились здесь... под землей, чтобы спастись от перегрева и песчаных бурь. Жилища прорубали внутри горы или устраивали в заброшенных шахтах, при этом на работу можно было попасть прямо из дома. И сегодня добрая половина малочисленного населения городка продолжает жить в таких домах.

Подземный город Кубер-Педи

Коста-Дорада

Вилорог, пустыня Чиуауа

Большая Песчаная пустыня

БОЛЬШАЯ ПЕСЧАНАЯ ПУСТЫНЯ. ПОПРОБОВАТЬ ГРЕВИЛЛЕЮ

Большая Песчаная (или Западная) пустыня – вторая по величине пустыня Австралии, ее площадь составляет около 360 тыс. кв. км. Свое начало она берет от побережья, с известного во всем мире Восьмидесятимильного пляжа, и большим пятном неправильной формы простирается вглубь материка, располагаясь к западу от другой австралийской пустыни – Танами.

В условиях пустыни могут выживать только растения, обладающие специальными приспособлениями – длинными корнями, прочными стеблями, жесткими листьями или колючками. На песчаных дюнах здесь растет спинифекс – злак с острыми колючками и жестким стеблем, непригодный даже на корм скоту. Можно обнаружить и вечнозеленую цветковую гревиллею, которую любят употреблять в пищу аборигены из-за ее сладкого нектара. Между дюнами, на глинистых солончаках в северной части пустыни произрастают низкорослые эвкалипты, а на юге – кустарники акации.

Животный мир пустыни немного разнообразнее растительного: здесь водятся собака динго, красный кенгуру, гребнехвостая мышь, а также находящиеся под охраной северный сумчатый крот и кроличий бандикут.

ЧИУАУА. БИОЛОГИЧЕСКИ РАЗНООБРАЗНАЯ

Североамериканская пустыня находится на границе между Соединенными Штатами и Мексикой. Площадь Чиуауа составляет около 362 тыс. кв. км. Она представляет собой засушливую равнину, где пески (образованные не из кварца, как в других пустынях, а их гипсовых образований, что создает иллюзию бесконечного белого покрывала) чередуются с горными грядами. Благодаря тому, что пустыня расположена на возвышенности, у нее достаточно мягкий, щадящий климат.

Метаморфозы здесь происходят после зимних осадков, которые дают растениям возможность вырасти. С конца марта пустыня превращается в сплошную цветущую равнину, где зацветает даже самый чахлый кустик. Эта местность считается одной из самых биоразнообразных на нашей планете, с наибольшим количеством видов животных и растений (более 3500 видов).

Самое известное из обитающих здесь животных – вилорог: он неприхотлив, так как питается всеми растениями, даже ядовитыми. Приспособились к жизни в Чиуауа кенгуровый прыгун, белые лисы, гекконы, тушканчики, ящерицы, змеи, пауки. На зимовку в некоторые районы пустыни прилетает большое количество птиц. >>

Пустынные снежные бараны

Пустыня Большого Бассейна

Гуанако, Патагонская пустыня

ПУСТЫНЯ БОЛЬШОГО БАССЕЙНА. ЦАРСТВО ХОЛОДА

Одна из крупнейших пустынь США площадью 490 тыс. кв. км является крупнейшим водоразделом Северной Америки. Пустыня простирается в сторону Мексики и охватывает большую часть штата Невада, более половины штата Юта, а также часть Калифорнии, Айдахо, Орегона и Вайоминга. Из-за эффекта дождевой тени от гор Сьерра-Невада это холодная пустыня. Здесь расположено несколько городских районов и поселений шошонов (группы индейских племен). Растительный и животный миры пустыни не богаты. Среди эндемиков – пустынные снежные бараны; также здесь водятся лисы, койоты, скунсы, белки и мыши.

ПАТАГОНСКАЯ ПУСТЫНЯ. ВСЛЕД ЗА КАПИТАНОМ ГРАНТОМ

Главные герои романа Жюля Верна пересекали Патагонию, находящуюся в Южной Америке, пробираясь сквозь густые дебри. К счастью, им не пришлось увидеть, что такое Патагонская пустыня, расположенная в этом же регионе, так как выжить в ней было бы намного сложнее.

У этой пустыни площадью 400 тыс. кв. км есть две особенности: она выходит прямо к берегу океана и занимает Патагонское плато на высоте 600–800 метров над уровнем Мирового океана. Пустыня спускается вниз месасами – огромными уступами с крутыми склонами и глубокими расчлененными каньонами. С одной стороны плато ограничивают Анды, с другой стороны – Атлантический океан, и оба соседа значительно влияют на местный климат и погоду. За год в Патагонской пустыне выпадает не больше 200 мм осадков, здесь часты заморозки, а зимой – очень низкие темпаратуры. Добавляют сложностей сухие ветры, постоянно дующие с запада, и Фолклендское (холодное) течение у берегов.

Удивительно, но при этом в пустыне умудряются вполне комфортно себя чувствовать многие представители флоры и фауны. В районах с относительной влажностью можно увидеть покров из злаковых растений, повсеместно растет ковыль, овсянец и мятлик. Из животных встречаются ящерицы, птицы, млекопитающие, самое известное из которых – гуанако (дикая лама). Также здесь водятся серые лисицы, грызуны, пумы, ласки и экзотический длинноволосый броненосец. »

Бушмены, пустыня Калахари

Гобийский бурый медведь

Пустыня Гоби

КАЛАХАРИ. ВСЕ ОТТЕНКИ КРАСНОГО

Пустыня в Южной Африке площадью около 600 тыс. кв. км располагается на территории Ботсваны, Намибии, ЮАР и частично вторгается на территорию Анголы, Замбии и Зимбабве. Калахари считается одним из самых жарких регионов континента. Вся поверхность пустыни занята песчаными дюнами, расположенными цепями на расстоянии 70–150 м друг от друга. Пески Калахари очень красивы: преобладают красные оттенки, при этом палитра меняется от ярко-розового до почти коричневого цвета, что обусловлено окислами железа.

Калахари негусто населяют бушмены. Основными занятиями этого народа с древности остались собирательство и охота. Не так давно бушмены начали осваивать фермерство и животноводство, но экологи считают, что эта деятельность может быть снова ограничена активностью всемогущей пустыни. Дело в том, что Калахари может проснуться, говорят климатологи. Сейчас ее пески закреплены в своих границах растениями, но так было не всегда. Предполагают, что некогда пески Калахари принесло ветром из Намибии, и они осели здесь, задержанные мелкими рощицами. Увы, климат меняется, ветра становятся все активнее, а количество осадков уменьшается. В итоге бродячий песок может снова захватить едва освоенные человеком саванные земли.

ГОБИ. РОДИНА МАЗАЛАЯ

В переводе с монгольского Гоби означает «безводное место». Это крупная пустыня в Центральной Азии площадью 1,3 млн кв. км, которая простирается на территории Китая и Монголии и представляет собой чередование песчаных и скалистых холмов, дюн, сухих горных склонов, гравийных степей, лесов саксаула и пересохших русел рек. Дюны пустыни занимают лишь 5 % территории, они сформировались в результате сильных бурь и эрозии. Большая часть Гоби покрыта скалами.

Здесь преобладают субарктические зимние температуры, которые могут опускаться до –40 °С в январе. Лето жаркое, хоть и короткое: в июле температура часто достигает +45 °С.

Как и в любой другой экосистеме мира, в этой пустыне продолжается жизнь. Даже небольшое количество осадков способно пробудить дикий лук, кактусы, акацию, креозоты, саксаулы, однолетние цветы, а всего в Гоби произрастает 600 видов растений. Из животных здесь водятся джейраны, куланы, снежные барсы и дикие двугорбые бактрийские верблюды. Главная местная знаменитость – гобийский бурый медведь, или мазалай. Он находится под угрозой исчезновения, в дикой природе таких медведей осталось не более трех десятков.

ИТУРУП

Неприступно доступен

Такие далекие Курилы всегда казались недосягаемой территорией России. Остров Итуруп – самый крупный из южной Курильской гряды. Сюда хотя бы раз непременно стоит попасть ради десятков вулканов, термальных источников, фумарольных полей, белых скал и черных камней в окружении Тихого океана и Охотского моря. Это одно из немногих мест в мире, куда пока не добрался массовый туризм. А еще Курилы не только далекие острова с нетронутой природой, но и особый уклад и философия жизни.

Текст: Анна Сиротина

ИСТОРИЧЕСКАЯ СПРАВКА

Курилы состоят из большой и малой гряды и разделены на северную, центральную и южную части, куда входит 56 островов вулканического происхождения. Долгое время не стихают споры о территориальной принадлежности южного архипелага – на него давно и безуспешно претендует Япония. Заселены только Итуруп, Парамушир, Кунашир и Шикотан. Находятся они на широте черноморской Анапы, но климат здесь совсем иной, непредсказуемый и суровый. Сравниться с ним может разве что климат Крайнего Севера. На островах проживает около 20 тысяч человек.

В XVIII веке Итуруп заселяли коренные жители – айны. Их происхождение до сих остается загадкой. В 1875 году, согласно Санкт-Петербургскому договору, Сахалин стал российской территорией, а Курильские острова были переданы Японии. Именно от Итурупа, из залива Касатка, с военной базы Хитокаппу отплыла японская ударная группа, 350 самолетов которой 7 декабря 1941 года штурмовали Перл-Харбор, нанеся сокрушительный удар по Военно-морскому флоту США. После капитуляции Японии во Второй мировой войне в 1945 году Курилы вновь перешли под советскую юрисдикцию.

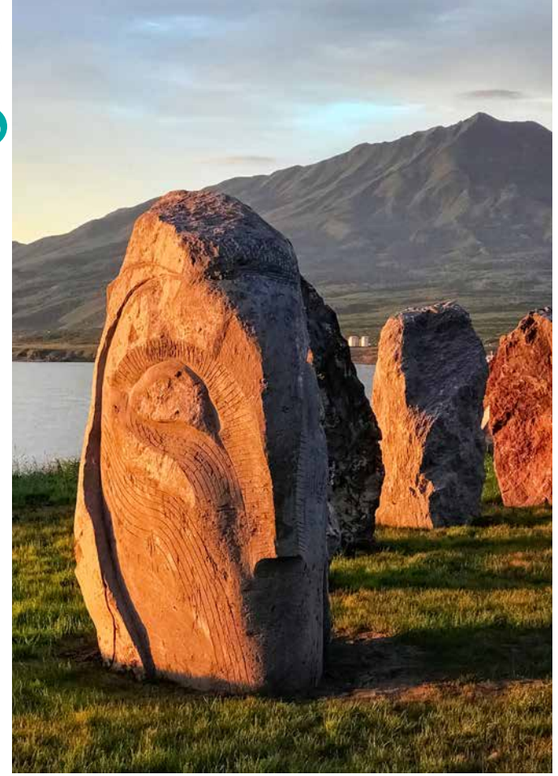
ТО ЛИ МЕДУЗА, ТО ЛИ ЛОСОСЬ

Своими очертаниями Итуруп напоминает морского обитателя. Айны дали ему название Этороп (в переводе «медуза», а по другой версии – «лосось»). Среди главных достопримечательностей острова – залив Львиная Пасть глубиной 500 метров и водопад Илья Муромец высотой 141 метр, который до недавнего времени считался самым высоким в России. И самым труднодоступным на Дальнем Востоке. Увидеть «былинного богатыря» возможно только с воды.

Единственный и главный город острова – Курильск. Здесь работают основные гостиницы, магазины, кафе, а в здании мэрии открыт краеведческий музей.

Долгий и дорогой перелет и пограничные посты до недавнего времени делали поездку сюда практически нереальной. Теперь в Курильск можно попасть вообще без пропуска, город выведен из режимной зоны. Пропуск по-прежнему нужен в порту и для поездок за город, документ без проблем выдают на портале «Госуслуги» или по договору с туркомпанией. Добираться проще всего по воздуху. За восемь с небольшим часов рейсами компании «Аэрофлот» (цена билета начинается с 15660 рублей) или «Россия» (цена билета стартует с 13660 рублей) вы долетите до Южно-Сахалинска, а оттуда, совершив пересадку на самолет компании «Аврора», еще за час доберетесь до Курил (стоимость билета варьируется в пределах 12000 рублей). Также сюда можно доплыть по морю: теплоход «Игорь Фахрутдинов» доставит на Итуруп с Сахалина за трое суток, с заходом на Кунашир и Шикотан.

Организовать поездку возможно и самостоятельно, однако до многих природных объектов добраться сложно, поэтому лучше обратиться в местное туристическое агентство «ГидростройТур», которое предлагает четырехдневные пакетные туры. >>



В ОКРУЖЕНИИ ВУЛКАНОВ

Первое, что вы увидите, выходя из самолета, – это вулкан Богдан Хмельницкий, визитная карточка острова. Местные любовно величают его Богдашей, а по шапке на его макушке прогнозируют погоду. Всего же на Итурупе двадцать вулканов и девять из них – действующие. Самым красивым принято считать Атсонопуре за идеальную форму конуса. А вулкан Кудрявый до сих пор круглосуточно бодрствует. Говорят, в безветренную погоду газово-паровой столб над ним достигает километра. Особенно красив его светящийся конус ночью.

Нас встречают на специальном автобусе высокой проходимости – вахтовке. Именно на таком виде транспорта здесь передвигаться лучше всего, так как дороги в большинстве своем грунтовые. Асфальтовое покрытие и бензоколонки появились совсем недавно. Раньше с топливом были большие перебои, и курильчане шутят, что ездили исключительно «на Святом духе».

ЧЕРНОЕ И БЕЛОЕ

В северной части острова, за поселком Рейдово, вдоль побережья на несколько километров возвышаются белые скалы. Каньоны из серо-белой пемзы образовали уникальный природный заповедник. Черный титано-магнетитовый пляж эффектно контрастирует с пепельными утесами. Если поднести к песку магнит, он моментально обрастает черными песчинками и становится похожим на ощетинившегося ежика.

Это место, фантастическое по своей красоте и неприступности, напоминает натурную декорацию для какого-то фантастического фильма. Рядом расположились двухкилометровые черные базальтовые скалы, напоминающие граненые карандаши, а пляжи сменяются на белые кварцевые. Так на одном побережье можно увидеть два абсолютно разных пейзажа.

…Получится или нет добраться в нужную точку, всегда остается лотереей. Здешний климат непредсказуем. Наша группа не смогла доехать совсем немного, пришлось остановиться где-то в километре, так как вода подошла вплотную к скалам. А еще на Итурупе мы проверили на себе, что такое порывы ветра, при которых невозможно стоять на ногах. В такой момент советуют встать на колени и крепко вцепиться в какие-нибудь кусты или схватиться за дерево.

По дороге назад заезжаем в бухту Лососевая на заливе Простор, где пресная вода пробивается через скалы к морскому побережью. На протяжении ста метров здесь образовалась никогда не замерзающая Стена водопадов.

ВУЛКАНИЧЕСКИЕ ПРОЦЕДУРЫ

Вокруг вулкана Баранский, что находится в центре Итурупа, множество термальных источников, грязевых котлов и фумарольное поле (фумаро́ла – отверстие, располагающееся в кратерах, на склонах и у подножия вулканов, являющееся источником горячих газов).

Итуруп – родина курильского бобтейла. Главная отличительная особенность этой породы кошек – пушистый хвост-помпон. Они прирожденные рыбаки, прекрасно плавают и даже могут нырнуть за рыбой. Отличаются высоким интеллектом, а поведением и повадками напоминают собак.

Речка Кипящая, что находится рядом с вулканом, полностью оправдывает свое название: в ее верховьях температура воды действительно близка к точке кипения. Речная долина почти скрыта в облачках белого пара, а на склонах – множество фумарол и грязевых котлов с булькающей грязью. Река вытекает из крошечного, но изумительно красивого кипящего озера Желтое Око (Изумрудное Око), названного так за желтую кайму из окислов серы вдоль берега. Вода в озере насыщенного изумрудного цвета, над ней постоянно стоит столб пара, а температура воды в нем около +100 °С. Искать место для купания нужно в низовье, где температура воды комфортна и достигает +42 °С.

Рядом с Курильском расположились еще два термальных центра – «Ванночки» и «Жаркие воды». Минеральные ванны находятся прямо на берегу. Можно понежиться в открытых бассейнах с видом на море или выбрать индивидуальную купель в закрытой ротонде.

МЕДВЕЖЬЯ КОРМУШКА

Рядом с рыбзаводом находится одно из самых популярных мест на острове – свалка рыбных отходов. Сюда приходят столоваться целые медвежьи семьи. Курильчане всегда готовы подкармливать своих соседей: местные жители с улыбкой утверждают, что у них на каждые пять человек приходится по медведю.

На людей звери практически не обращают внимания. Раньше после захода солнца не рекомендовалось выходить из дома, так как вполне можно было наткнуться на косолапого. Сейчас же полиция следит за ситуацией и при малейших признаках агрессии со стороны животных принимает меры.

БОЛЬШАЯ РЫБА

В июне на Итурупе проходит День малька. Рыбоводные заводы занимаются производством икры и рыбы на экспорт, но главным образом разведением лососевых пород. Икру оплодотворяют, закладывают в инкубатор, а затем подрощенных мальков выпускают в естественную среду обитания.

В августе же на острове проводят Фестиваль палтуса. С самого утра местные жители отправляются в море и к обеду возвращаются с уловом. Лучшие рыбаки получают призы.

АРБАТ

Улица, сотканная из противоречий

Старый Арбат

Столь популярный среди туристов Арбат, где на каждом метре предельная концентрация историй и судеб, меняется с каждым днем. На смену силуэтам прошлого приходят новые формы. Возможно, именно гремучая смесь стилей, соседство новомодных центров и отелей со старинными особняками и деревянными домами и делает его столь привлекательным. Пройдемся по небольшому отрезку от Новинского бульвара через Каменную слободу до музея Андрея Белого.

Текст: Анна Сиротина

ПУТЕШЕСТВИЕ ВО ВРЕМЕНИ

От Новинского бульвара идем в сторону Композиторской улицы. Она небольшая, всего 380 метров, но история у нее богатая. Раньше на этой улице располагалось правление Союза советских композиторов, отсюда и название. В недавнем прошлом, до 1952 года, здесь находился Дурновский переулок, но его соединили с Собачьим переулком и Собачьей площадкой – получилась целая улица. Дурновский переулок получил свое имя в честь одного из крупных местных домовладельцев, майора Дурново, а Собачьи переулок и площадка – в память о когда-то располагавшемся на этом месте при Иване Грозном царском псовом дворе.

Дом Алексея Хомякова

Здесь и в окрестных переулках было множество старинных домов, где в старые добрые времена жили Хомяковы, Тургеневы и «архивный юноша» Соболевский, в гостях у которого бывал Пушкин.

При советской власти, в 1919 году, в доме Алексея Хомякова устроили Музей сороковых годов XIX века, посвященный Герцену и прочим революционным демократам. Десять лет спустя его закрыли за «идеологическую вредность для пролетариата», а особняк снесли в 1962-м при прокладке проспекта Калинина. Да и от самой Композиторской улицы оставили лишь половину на участке от широкого Садового кольца до старинного Трубниковского переулка.

Проспект Калинина, ныне Новый Арбат, построенный сразу после полета в космос Юрия Гагарина, знаменовал собой дорогу в будущее, где залогом счастья для всего человечества станет технологический прорыв. Одним из символов улицы стал знаменитый глобус, где разместили рекламу «Аэрофлота», единственной в то время авиакомпании страны. Глобус – главный ориентир, по которому сегодня легко найти «Лотте Отель Москва», где приятно отдохнуть после насыщенного дня. Это первый проект в России крупнейшей южнокорейской сети класса люкс Lotte Hotels & Resorts, построенный в 2010 году. Среди достопримечательностей отеля – самый большой «Королевский люкс» в России площадью 490 кв. метров, который находится на десятом этаже. Еще – люкс «Атриум» в черно-белом дизайне. С его балкона открывается вид во внутренний двор и зимний сад. Хорош и люкс «Шарлотта» с панорамной ванной комнатой с джакузи и видом на деловой центр Москвы. Гости этих номеров получают доступ в клубную гостиную, где можно уединиться в течение целого дня. Ресторанное обслуживание прилагается. Постояльцы и люксов, и обычных номеров по достоинству оценят кулинарные изыски ресторанов японской и итальянской кухонь отеля и меню Mandara Spa, главная фишка которого – балийские спа-процедуры. >>

Президентский номер «Лотте Отель Москва»

«Лотте Отель Москва»

Особняк дворянки Щепочкиной

«МОСКОВСКИЙ ДВОРИК» И ФЕСТИВАЛЬ «ПРОБУЖДЕНИЕ ВЕСНЫ» В РЕЗИДЕНЦИИ ПОСЛА США

Выйдя из отеля, сворачиваем в переулок Каменная Слобода и направляемся к церкви Спаса Преображения на Песках, построенной в 1711 году. В советское время храм был закрыт. Его интерьеры, к сожалению, полностью утеряны. С 1956 года в стенах храма разместился «Союзмультфильм». Кстати, именно этот храм в своей картине «Московский дворик» запечатлел в 1878 году художник Василий Поленов.

По соседству находится особняк, появившийся в первой половине XIX века после войны 1812 года и принадлежавший дворянке Щепочкиной. А рядом с ним общеобразовательная школа имени Поленова.

Через 200 метров – знаменитый Спасо-хаус, резиденция посла США. Он был построен в стиле неоклассицизм в 1914 году по проекту В. Адамовича и В. Маята для крупного российского предпринимателя, «стального короля» Николая Второва, которого называли русским Морганом. После национализации здесь некоторое время жил первый нарком иностранных дел Страны Советов Георгий Чичерин. В 1930-е годы, когда установились дипломатические отношения с США, для американского посла начали подыскивать временное пристанище. И, как часто бывает, временное превратилось в постоянное. С тех пор здесь располагается Дом приемов.

В 1935 году американцы решили устроить здесь фестиваль «День пробуждения весны». Основной зал украсили березовыми ветками, на столе выложили цветочную лужайку, в центре которой бил фонтан шампанского. Весеннюю картинку дополняли петухи в клетках, а за «русский дух» действа отвечал маленький медвежонок. На праздник пригласили политическую и творческую элиту. Среди гостей оказался и Михаил Булгаков с женой. Он вспоминал потом, как в 3 часа утра запели петухи, а в 6 утра маршал Тухачевский станцевал лезгинку. И кто знает, возможно, картинка бала у сатаны, описанная в романе «Мастер и Маргарита», родилась в голове писателя именно в эту ночь.

Новый Арбат

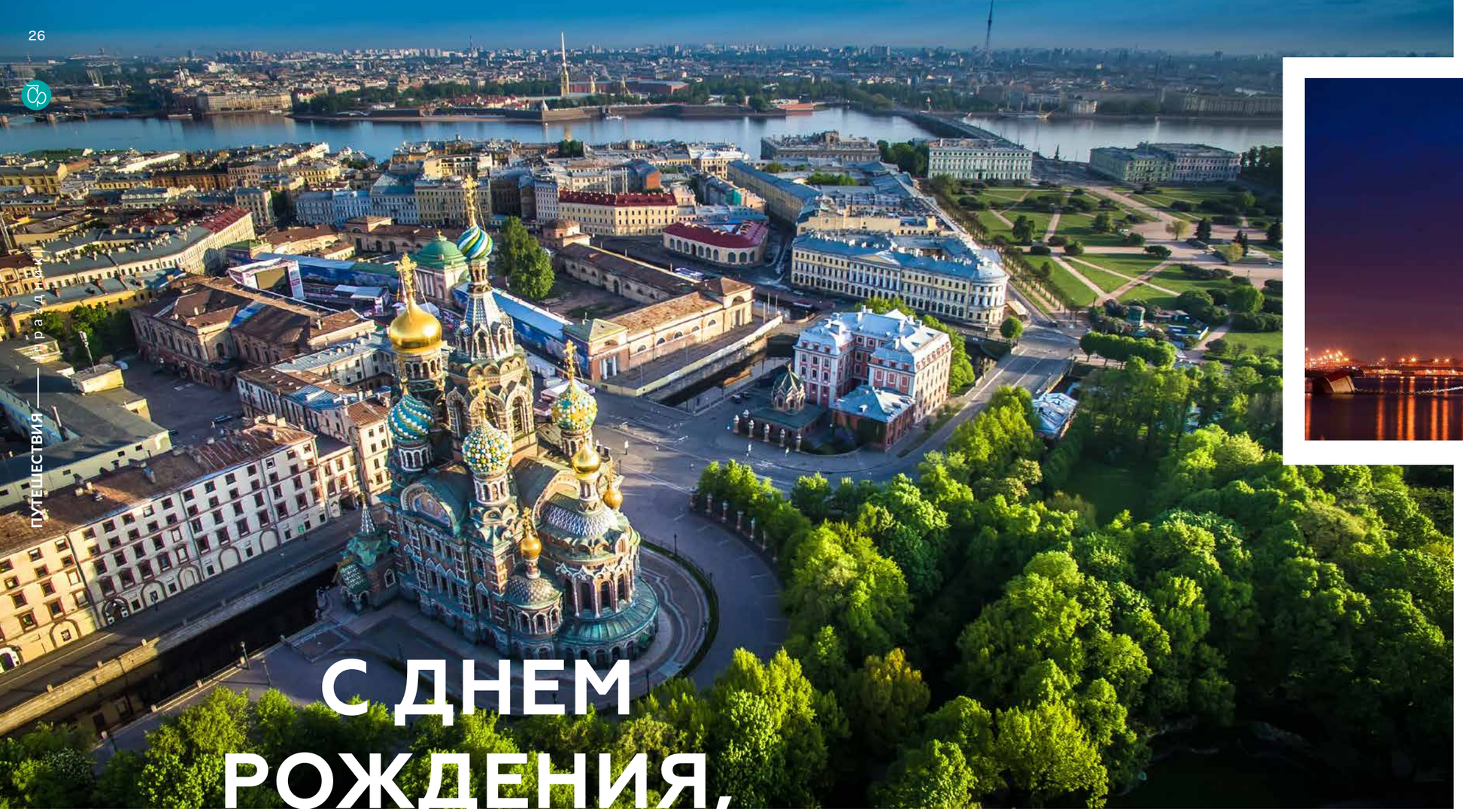
«АРГОНАВТЫ» НА «ГРОМОБОЙНОЙ УЛИЦЕ» И ТРОЛЛЕЙБУС № 39

Улица Старый Арбат начала формироваться в начале XVI века. По правой ее стороне проживали кузнецы и работники царского конюшенного двора. Рядом селились деловые люди, купцы. Тогда мостовая была выложена деревянными бревнами, а каменной она стала в начале XVIII века, в годы правления Петра Первого. Дворянская знать – Гагарины, Лопухины, Голицыны, Трубецкие – построили здесь свои особняки... Здесь же появились самые популярные в Москве магазины – «Булочки от Филиппова», «Лучшие вина от Шустова», «Сладости от Теодора фон Эйнема».

В начале XX века улицу начали застраивать многоквартирными доходными домами. В одном из таких домов, доме Рахманова, родился Борис Бугаев, математик и сын математика, который позже под псевдонимом Андрей Белый стал одним из основоположников русского символизма. К нему в гости в этот дом приходили философ Владимир Соловьев, поэты Валерий Брюсов, Константин Бальмонт, Дмитрий Мережковский, Зинаида Гиппиус. Они называли себя «кружком аргонавтов» на «громобойной» улице. Все потому, что с конца XIX века по ней проходила конка, прообраз современного трамвая на конной тяге. А в 1908 году здесь появился первый электрический трамвай. Потом, уже гораздо позже, запустили знаменитый 39-й троллейбус, воспетый Булатом Окуджавой. И лишь в 1980-е годы Арбат превратился в пешеходную улицу. Его замостили плиткой, которую укладывали с помощью специальных резиновых молоточков, а цементный раствор в процессе и вовсе не применяли. Поставили фонари, и с тех пор, как говорил Окуджава, Арбат полностью «офонарел».

«Вилла Арбат»

В Криворбатском переулке, форма которого соответствует названию, Георгий Данелия снимал фильм «Я шагаю по Москве». Вот только дом, в котором жил главный герой картины Колька, давно снесли. А рядом возвели символ новой эпохи, один из самых дорогих домов в Москве «Виллу Арбат» в стиле классицизма, выставленный на продажу более чем за 400 миллиардов рублей.



С ДНЕМ РОЖДЕНИЯ, САНКТ-ПЕТЕРБУРГ!

27 мая в Северной столице традиционно отмечают День города. Отмечают весело и пышно. Но в нынешнем году в планы вмешалась пандемия, и от того, пойдет она на спад или нет, зависит судьба праздника. Попробуем быть оптимистами и предположим, что коварная болезнь отступит, а День города будет проведен. Пусть не с прежним размахом, но все же…

ПРАЗДНИК С ИСТОРИЕЙ

Санкт-Петербург был заложен Петром I 27 мая 1703 года (16 мая по старому стилю) на Заячьем острове, где в этот день началось строительство Петропавловской крепости. Здесь же первым делом возвели небольшой деревянный домик, где государь жил и руководил строительством будущей столицы.

Традиция отмечать День города установилась не сразу. В царские времена праздновали только круглые даты, причем впервые торжество состоялось при императоре Александре I, в честь столетия Санкт-Петербурга. На палубе военного корабля подняли ботик Петра, и как только на нем взвился флаг, грянули пушечные выстрелы со стороны Адмиралтейства, Петропавловской крепости, а также со всей флотилии на Неве. На следующий день к могиле Петра I возложили множество золотых и серебряных венков, а в храмах прошли богослужения.

Еще через 100 лет, при Николае II, празднование прошло более помпезно. Были приглашены гости из-за границы, для которых накрыли званый обед в Летнем саду. Город богато украсили, на улицах там и тут стояли импровизированные сооружения с якорями, гербом и Андреевским флагом, на Невском проспекте выставили арки и колонны. Основная часть торжества началась с пушечных залпов со стен Петропавловской крепости, а на одном из военных кораблей была установлена выполненная Петром I лодка с иконой, которую торжественно приветствовали все корабли и яхты. Тогда же был открыт Троицкий мост: Николай II собственноручно запустил подъемный механизм в действие.

Следующее глобальное празднование случилось уже при советской власти, в 1957 году. В этот день был открыт музей на крейсере «Аврора», а на Финляндском вокзале установили тот самый паровоз, на котором В. И. Ленин вернулся в Россию – транспорт можно увидеть на том же месте и сейчас. На следующий день состоялся торжественный пушечный залп из Петропавловской крепости, зажглись огни на Ростральных колоннах, на Неве выстроились корабли Балтийского флота, а для жителей города было дано представление «Петербург – Петроград – Ленинград».

...Трехсотлетний юбилей города пришелся на новейшую историю. На празднование юбилея приехали многие видные политические фигуры. В городе прошли важные мероприятия, а Эрмитаж был открыт для посетителей всю ночь. 27 мая к подножию Медного всадника возложили цветы, а к могиле Петра I в Петропавловской крепости – цветы и памятную медаль, отчеканенную в честь 300-летия основанного им города. В городских храмах прошли торжественные молебны. На Дворцовой площади состоялся губернаторский смотр кадетских корпусов.

Впрочем, вне зависимости от юбилейных дат петербуржцы празднуют день рождения любимого города с поистине удивительным размахом. »

ОПТИМИСТИЧНЫЙ ПРОГНОЗ, ИЛИ ЧТО БУДЕТ В ИДЕАЛЕ

В 2020 году 27 мая выпадает на среду. Дата проведения основных мероприятий для горожан пока не названа, но можно предположить, что праздник пройдет в воскресенье 24 мая или на уик-энде 30–31 мая.

Праздничный фейерверк. Красочный салют запускают у Петропавловской крепости. Лучшие места для наблюдения за ним – Дворцовая набережная, Дворцовый мост и Стрелка Васильевского острова. Ближайшая станция метро: «Адмиралтейская».

Фестиваль мороженого на площади Островского. Площадь находится в центре города у Александринского театра, рядом с Невским проспектом. Ближайшая станция метро: «Гостиный двор».

Парад на Невском проспекте. Движение автотранспорта по главной улице города обычно закрывают на несколько часов. В праздничном параде участвуют разные группы: духовые оркестры, артисты цирка, спортсмены… Ближайшие станции метро: «Невский проспект», «Гостиный двор».

Бал национальностей. Шествие в национальных костюмах пройдет от площади Белинского по Невскому проспекту до Стрелки Васильевского острова.

Транспортный фестиваль. По Невскому проспекту проедут старинные автомобили, автобусы, троллейбусы, грузовые и легковые автомобили, представленные городскими службами, коллекционерами и музеями. По окончании пробега в конечной точке маршрута, на Инженерной улице, будет организована открытая выставка ретротехники. Ближайшие станции метро: «Невский проспект», «Гостиный двор».

Большой велопарад. Велопарады проходят в городе на Неве с 2016 года. В 2019 году в году в шествии приняло участие более 18 тысяч человек. Колонна стартует с Лиговского проспекта в створе с улицей Жуковского, а финиширует в парке 300-летия Санкт-Петербурга. Ближайшая станция метро: «Площадь Восстания».

Концерт «Классика на Дворцовой». На главной площади города, между Эрмитажем и Главным штабом в этот день можно услышать выступления симфонического оркестра, оперных певцов и других артистов. Ближайшие станции метро: «Адмиралтейская», «Невский проспект».

Светомузыкальное шоу «Поющие мосты». Дворцовый мост разводится под аккомпанемент симфонического оркестра «Северная Симфония» с участием солистов театра «Мюзик-Холл». Ближайшие станции метро: «Адмиралтейская», «Невский проспект».

ЗВЕЗДЫ

И ИХ ИСТОРИИ

С. 30 ЮЛИЯ ПЕРЕСИЛЬД: ПЕРЕЗАГРУЗКА НА САМОИЗОЛЯЦИИ

С. 34 СЕРГЕЙ ЖУКОВ: БИЗНЕС НА ПАУЗЕ, ТВОРЧЕСТВО НА ВЗЛЕТЕ!

С. 38 ЮРИЙ ШВАРЦКОПФ: ЧЕМ СЕГОДНЯ ЖИВЕТ ПЕТЕРБУРГСКИЙ ТЕАТР МУЗКОМЕДИИ

С. 42 ДЖЕССИКА ЛЭНГ: ФОТОГРАФ, КОТОРАЯ СТАЛА КИНОЗВЕЗДОЙ

С. 46 АЛЕКСАНДР КУШНИР О РУССКОМ РОКЕ, МАЙКЕ НАУМЕНКО И СВОЕЙ НОВОЙ КНИГЕ

ЮЛИЯ ПЕРЕСИЛЬД:

«Я не могу пожаловаться, у меня достаточно интересная жизнь»

Актриса Юлия Пересильд самоизоляцию переживает за городом. «Скучать в деревне» ей некогда: она ведет дела в благотворительном фонде «Галчонок», учредителем которого является, участвует в онлайн-пробах нового кино, занимается домом и детьми, а еще английским языком и бегом… Конечно, как и все, мечтает о море, солнце и летнем отпуске. И изо всех сил гонит от себя тревогу.

Беседовала Анна Сиротина

Юлия, как вы считаете, те изменения, которые происходят сейчас в жизни, временные, или многое останется и после выхода из изоляции?

Время все равно очень быстро летит, и у меня нет ощущения, что жизнь остановилась. Во-первых, с детьми не заскучаешь, во-вторых, все бытовые вопросы приходится сейчас решать самостоятельно.

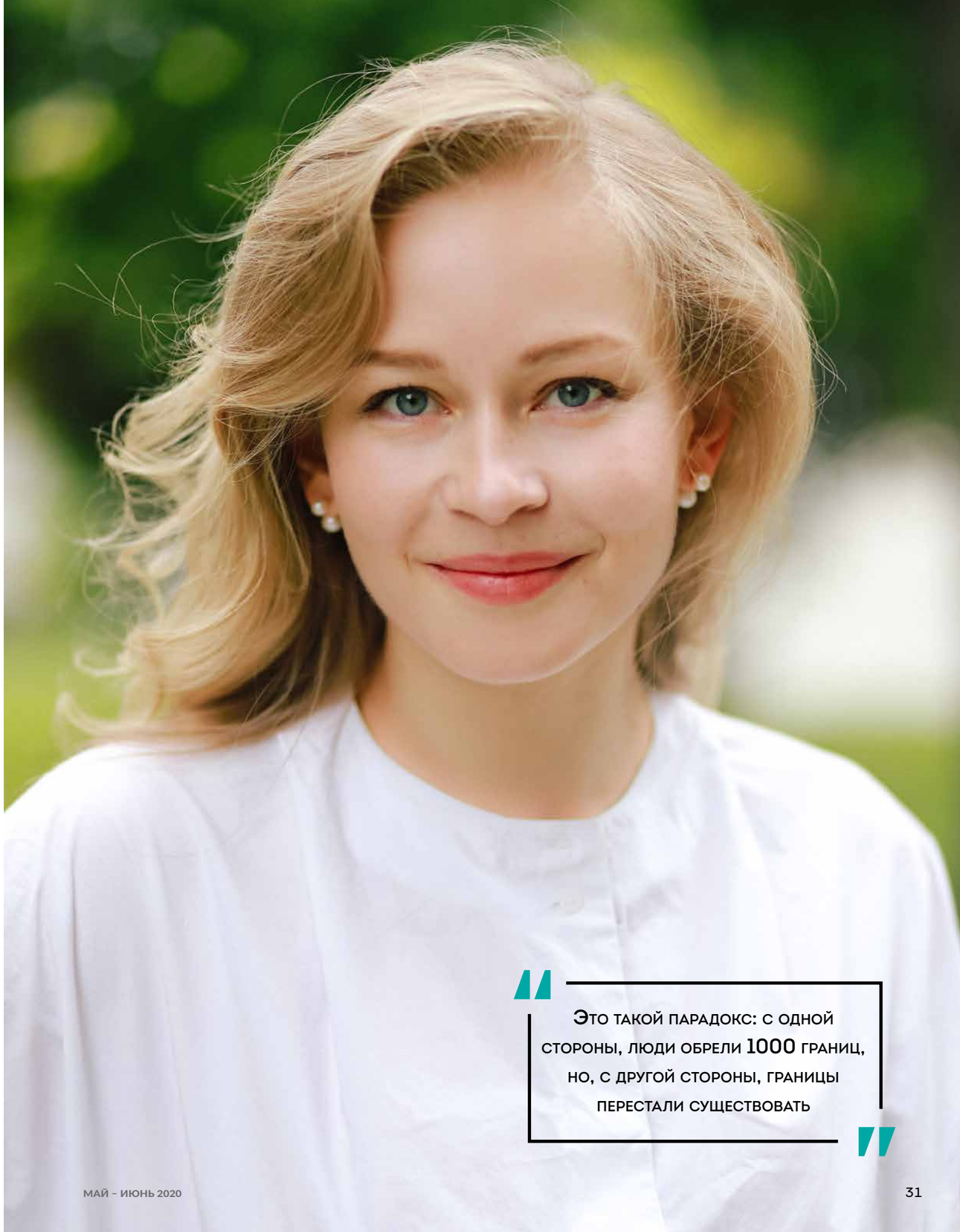
Конечно же, немного волнуюсь без прямой связи с коллегами и со зрителями, но я не могу пожаловаться, у меня достаточно интересная жизнь. Сейчас я думаю, что все эти новые формы онлайн-общения прочно войдут в нашу жизнь.

Немного страшно: ты же артист и выходишь из публичной зоны, не имеешь всего того, что было раньше. Одно дело, когда добровольно уходишь в творческий отпуск, потому что у тебя появилась такая потребность. У меня, например, пока ее не было.

Кроме того, как учредитель благотворительного фонда я не могу раствориться совсем и сесть только за книги. Мое имя напрямую связано связано с «Галчонком» (www.bf-galchonok.ru), и мне хочется верить, если интерес вызываю я, то он точно так же не ослабевает и к моему фонду. Чулпан Хаматова сейчас постоянно выходит в «Инстаграм» не для того, чтобы пропиарить себя, а чтобы напомнить о фонде «Подари жизнь» и о том, что рак не ушел на карантин.

Все же театр – это искусство, требующее непосредственного присутствия здесь и сейчас и прямого энергетического обмена со зрительным залом…

Те спектакли, которые идут у нас на сцене, в записи не смотрю никогда. Но когда Стефан Брауншвейг предлагает ссылку для просмотра спектаклей театра «Одеон» или берлинский театр «Шаубюне» выкладывает свои работы, непременно спользуюсь такой возможностью. Уникально и ценно посмотреть постановки Петра Наумовича Фоменко, которые уже сняты из репертуара. Но ни одна самая гениальная запись никогда не сравнится с живым исполнением. »



> Это такой парадокс: с одной стороны, люди обрели 1000 границ, но, с другой стороны, границы перестали существовать

Что у вас в планах на этот театральный сезон?
В Театре Наций мы начали снимать сериал. В этом году театру исполняется 15 лет. Так что карантин не карантин, а нужно делать проект и без него нельзя двигаться дальше. Первая серия посвящена перестройке театра. А вторая история будет о «кудряшах» – выпускниках мастерской Олега Львовича Кудряшова.

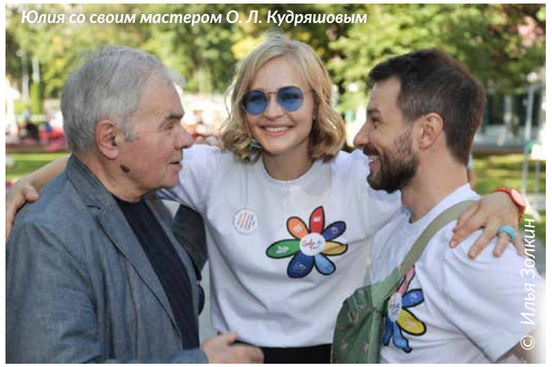
Что сейчас происходит в фонде «Галчонок»?
Не хочу жаловаться, потому что мы сохранили всех сотрудников и все зарплаты. Всегда так жили, чтобы иметь ресурс для каких-то экстремальных ситуаций, и у нас есть некий резервный фонд.

Сейчас мы приняли решение удержать нашу команду целиком. Она в кои-то веки собралась просто идеальная. Мы мечтали именно о такой. Работы по-прежнему огромное количество, и то, что все делали в офисе, теперь осуществляют дистанционно у себя дома.

Мы немного изменили статус и теперь называемся «Фонд помощи детям и молодежи». Наконец оформили все документально и теперь можем содействовать и людям с 18 до 25 лет, а это самый важный и сложный период.

На день рождения «Галчонка» мы придумали новые форматы пожертвований. Также запускаем мастер-классы от наших актеров. Люди специально разрабатывают программы. Это не будет происходить на уровне: «Здравствуйте, я актриса Юля и расскажу вам про себя» Я дорабатываю сейчас свой личный тренинг «Правила поведения на съемочной площадке». За пожертвование все желающие смогут принять участие в наших мероприятиях.

Спектакль «Гроза Гроза»
© Дарья Глобина


Юлия со своим мастером О. Л. Кудряшовым
© Илья Зелкин

Вернемся к вопросу нового формата жизни в изоляции. Для многих семей это оказалось тяжелым испытанием…
Не нужно забывать, что абсолютно все сейчас находятся в состоянии стресса. Это же не просто семейная поездка на море.

Существенно и то, сидишь ли ты в городской квартире или в загородном доме, где можно выйти хотя бы в сад. Также не дают покоя мысли о том, как и кем ты будешь дальше работать, где брать деньги, как изменится мир. Эта неизвестность нависает над всеми, даже над самыми успешными и обеспеченными. А для детей это и вовсе сюрреалистическая ситуация. Сложно представить себя в школьном возрасте, когда ты не можешь выйти из квартиры.

У вас есть рецепт, как справляться со страхами?
Мне кажется, очень важно давать друг другу передышку, когда у каждого есть хотя бы небольшое личное время и пространство. Очень важно разрешать человеку хоть немного побыть одному. Надо как-то договариваться: к примеру, в ближайший час я тебя не трогаю, но и ты ко мне не подходи. Также хорошо находить для себя какие-то новые форматы общения.

Для своих детей делаю квесты, но я же немного массовик-затейник, мне легко это придумать. Однако хоть и спасаемся креативом, но все равно часто возникает желание просто полежать.

Есть ли у вас привычка, которая выработалась за последнее время, и с ней вы не хотите расставаться и потом?
Я бегаю с утра вокруг дома. Если не могу выйти, то хотя бы кручу обруч или делаю какие-то упражнения. Также включаю в наушниках Мобильный художественный театр. Это новый проект Михаила Зыгаря, и мне он действительно очень нравится, я уже по второму разу переслушиваю. Вышло три премьеры: «1000 шагов с Кириллом Серебренниковым»; «Мастер и Маргарита» при участии Ингеборге Дапкунайте, Юрия Колокольникова, Леонида Парфёнова; «Свинарка и пастух» с Одином Байроном, Ян Гэ и Чулпан Хаматовой. Аудиоспектакли и легкий спорт меня очень успокаивают. Я бы хотела закрепить за собой эту историю.

© Кинокомпания «Русское» и телеканал «Россия 1»

Вторая важная вещь – я начала заниматься по Zoom английским языком. Эта же педагог готовила меня к съемкам в фильме «Битва за Севастополь». Она жила в Москве, а потом уехала в Грузию. После ее отъезда я все время убеждала себя, что обязательно встречалась бы с ней, будь она рядом, а с другими совершенно не хочу. Просто обманывала себя и делала всё, чтобы не заниматься вовсе. Теперь же, когда иных вариантов, кроме онлайн-обучения, не осталось, мы спокойно находим время для учебы.

Это такой парадокс: с одной стороны, люди обрели 1000 границ, но, с другой стороны, границы перестали существовать. Дочка моя продолжает заниматься со своими педагогами по танцам, которые уехали в Лос-Анджелес, и нет разницы, ничего не изменилось. Мы точно так же делали пробы с Юлей Хлыниной: я была в своей деревне, она в своей, а режиссер в Америке, и всё прекрасно получилось. Раньше всем нужно было бы куда-то специально ехать и тратить дополнительно кучу времени.

Что в планах на ближайшее время?
Из главных событий 9 мая мы с моим однокурсником Пашей Акимкиным будем делать онлайн-концерт по песням военных лет. И отмечать день рождения нашего фонда «Галчонок». Еще у меня, как и у огромного количества людей, есть мечта поехать на море, если откроют границы. Но я не сильно на это надеюсь и не уверена, что нужно туда рваться, даже когда снимут все ограничения. Думаю, в крайнем случае, переживем это лето в деревне. Возможно, не идеальный сценарий, но все равно нормальный и возможный.

Также в этом году моя младшая дочка должна пойти в первый класс, а старшая – в пятый. И это очень важные ступени. Мне бы хотелось, чтобы и одна, и вторая отправились в школу, а не застряли на чистом онлайн-обучении.

СЕРГЕЙ ЖУКОВ:

«В нашей семье очень важно быть искренними и доверять друг другу»

Бессменный лидер группы «Руки Вверх!» Сергей Жуков не стоит на месте – готовится к стадионному туру (надеясь, что коронавирус не помешает этим планам), записывает новые песни, занимается бизнесом. И при этом старается проводить почти все свободное время со своей семьей. А еще у музыканта есть собственное место силы. Об этом и не только – в откровенном интервью журналу «Философия отдыха».

Сергей, уже больше 20 лет вы гастролируете по стране и собираете полные залы. Как можете объяснить такую долгую и неутихающую популярность?

Безусловно, большую роль играет ностальгия людей, которые выросли на творчестве «Руки Вверх!». Наши песни стали частью жизни миллионов: кто-то влюблялся под них, кто-то женился, а кто-то расставался. Сейчас эти люди приходят на концерты отдыхать, танцевать, веселиться. Мы, в свою очередь, уважаем и ценим всех своих поклонников, много и усердно работаем для того, чтобы продолжать радовать и дарить им настоящие, искренние эмоции и, конечно же, наши вечные хиты.

Чего стоит ждать от группы «Руки Вверх!» в ближайшем будущем? Над чем вы сейчас работаете?

В связи с обстоятельствами, которые сложились в мире, мартовские и апрельские концерты «Руки Вверх!» отменились, другие выступления под вопросом. Если, дай бог, ситуация в мире нормализуется, в 2020 году мы отправимся в стадионный тур. В шести российских городах – Москве, Питере, Самаре, Волгограде, Екатеринбурге и Нижнем Новгороде – выступим на новейших стадионах, построенных к чемпионату мира по футболу. Кульминация – в Москве 1 августа, в «Лужниках», на главном стадионе страны.

А пока что у меня появилось больше времени на другие свои проекты. Уже сейчас я начинаю активно готовиться к 25-летию «Руки Вверх!» и пишу новый альбом. Представляете, в следующем году у нас юбилей! Я работаю над собственным реалити-шоу и интернет-сериалом. Помимо всего, занимаюсь своими продюсерскими проектами «Денди» и «Пиджаков»: помогаю парням записывать и выпускать песни, делюсь с ними опытом. Ребята очень талантливые, и, надеюсь, совсем скоро о них узнает как можно больше людей. Работы и идей очень много, скучать не приходится.

Вы активно занимаетесь бизнесом, и не только музыкальным. Расскажите о нем.

Да, предпринимательскую жилку у меня не отнять, и я очень доволен бизнесом, которым сейчас занимаюсь. Во-первых, это наше с женой семейное детище – сеть кафе-кондитерских «Любовь и сладости». Сюда, когда закончатся все карантинные ограничения, однозначно следует заглянуть тем, кто хочет побаловать себя вкусными угощениями.

Во-вторых, восемь лет назад мы открыли наш первый «Руки Вверх! Бар» в Питере. Сейчас это уже целая сеть баров, которая стремительно растет. Мы покоряем новые города. Благодаря нам все больше людей могут погрузиться в жаркую атмосферу 1990-х и 2000-х, «оторваться» под музыку того времени. >>

Именем группы вы назвали женскую футбольную команду, сеть баров. Это для того, чтобы легче было продвигать бизнес, или просто название для вас счастливое?

На старте, конечно, это помогает. Имя, определенно, играет свою роль в продвижении. Но нужно понимать, что оно добавляет и ответственности за качество. Вот, например, придет посетитель в «Руки Вверх! Бар», не понравится ему здесь, так он больше и не вернется. Поэтому только на одном имени ничего не добьешься.

Так же и с женской футбольной командой. Девушки с достоинством носят имя группы «Руки Вверх!» и показывают хорошие результаты, занимают призовые места в турнирах и доказывают, что женский футбол может быть интересным и зрелищным.

У вас столько дел!.. Как удается управлять такой мощной бизнес-империей?

Бизнес я контролирую дистанционно. В «Руки Вверх! Барах» есть управляющие, с которыми я постоянно на связи. Что касается кондитерской «Любовь и сладости», то здесь все, от работы с персоналом до рецептов сладостей, лежит на моей жене Регине и ее команде. И у них все прекрасно получается.

Какое будущее видите для своих детей? Хотите, чтобы они пошли по вашим стопам?

Дети прекрасно знают, как много мы с их мамой работаем, знают, что в жизни просто так ничего не дается. Они видят, сколько времени и сил уходит на репетиции перед концертами, как мало я сплю. Если их спросить, хотят ли они стать артистами, скорее всего они скажут: «Это же так сложно!» Думаю, говорить об их будущей карьере пока рано. Главное, чтобы в будущем они занимались любимым делом. Если захотят пойти по нашим стопам, пусть идут. А если у них это будет хорошо получаться, то тем более. Мы поддержим, но давить точно не будем. Главное, пусть это решение они примут осознанно и сами.

Чем, помимо учебы, сегодня заняты ваши дети?

Дети у нас разносторонние. Их дни насыщены самыми разными занятиями, как спортивными, так и творческими и образовательными. Ника серьезно увлечена танцами. Энджел много времени уделяет спорту – футболу, горным лыжам, джиу-джитсу. Мирон так же, как и брат, занимается футболом, ходит на гимнастику. Ника и Энджел посещают театральную студию, в 2019 году даже снялись в кино – в фильме про «Артек». Мы с Региной поддерживаем увлечения детей. Пусть пробуют, изучают, выбирают, что им больше нравится.

> Песни «Руки Вверх!» стали частью жизни миллионов людей. И мы много работаем для того, чтобы продолжать дарить поклонникам настоящие эмоции

Поделитесь, пожалуйста, секретами воспитания Жуковых.

В нашей семье очень важно быть искренними и доверять друг другу. Наши дети не боятся говорить правду, мы откровенно разговариваем с ними, учим быть честными. Общаемся с ними, как со взрослыми, не повышаем голос и ни в коем случае не унижаем, не оскорбляем. Мы с Региной хотим, чтобы дети выросли воспитанными и ценили то, что заработано не криком, а взаимным уважением.

Как вы проводите время вместе? Есть ли у вас свои традиции?

С возрастом я все больше ценю наши домашние посиделки. Есть у нас, кстати, добрая традиция собираться вечером за чаем. Во время чаепития мы обсуждаем самые разные вещи, откровенничаем. Когда есть время, можем зависнуть на кухне и приготовить что-нибудь вместе, испечь, например, пирог, а потом пойти посмотреть какой-нибудь фильм. Иногда отправляемся на гастроли всей семьей. Так, мы ездили в американский и европейский туры. Во время перерывов между концертами успевали посмотреть города, посетить местные музеи. Любое времяпрепровождение с семьей – прекрасно. И сегодня, во время самоизоляции, мы по-настоящему наслаждаемся обществом друг друга.

Как вы проводите отпуск? Есть какие-то любимые места, куда ездите отдыхать регулярно?

Два раза в год мы всей семьей уезжаем в отпуск поближе к солнышку. Уже традицией стали поездки на Самуи. Ведь этот остров для нас уже родной. Когда-то давно, когда у нас с Региной еще не было детей, мы посадили там наше дерево любви. С этого момента Самуи стало местом силы для нас. Прошло уже 12 лет. Сейчас мы приезжаем на остров всей семьей, навещаем наше дерево, фотографируемся с ним на память, загадываем желания и надеемся, что они непременно сбудутся.

ЮРИЙ ШВАРЦКОПФ:

«Культуре нужна поддержка, это не шоу-бизнес»

В 2019 году петербургский Театр музыкальной комедии отметил свое 90-летие. Для человека это солидный возраст, а для театра – пора расцвета, когда уже есть славная история, большой опыт, сложившаяся труппа и вместе с этим желание развиваться, двигаться вперед. Генеральный директор театра Юрий Алексеевич Шварцкопф в интервью «Философии отдыха» рассказал о своих заботах и радостях, о сотрудничестве с зарубежными коллегами, о том, что помогает оставаться театру современным, о важности гастролей и фестивалей.

Беседовала Светлана Губанова

Участники спектакля «Джекилл и Хайд». В центре – режиссер-постановщик КЕРО (Венгрия). 2014

Юрий Алексеевич, у вас как у организатора театрального дела большой стаж в профессии: вы работали в Театре им. В. Ф. Комиссаржевской, Филармонии, Мариинском театре, уже 15 лет вы генеральный директор Театра музыкальной комедии. Менялось ли в течение жизни ваше личное отношение к театру?

Нет, отношение не менялось, но меняется реальность. В советские времена нам были известны правила игры: все четко знали, чего власть от нас хочет и что нам за это дает. Да, мы все ругали (и справедливо) систему, при которой каждый спектакль принимала комиссия, вносила свои замечания или вообще могла его закрыть. Парадокс заключается в том, что при этом не было такого количества постановок «ниже планки», как сейчас.

Раньше власть понимала, что «культурный слой» надо поддерживать: был престиж у профессии, перспективы у молодых, артистам давали квартиры… Когда начался «рынок», и все отправились в свободное плавание, мы радовались, что, получая на входе рубль, могли им распоряжаться. Но надо понимать: сейчас поставить классическую оперетту – значит задействовать около 200 костюмов, масштабную декорацию, огромный коллектив артистов, включая солистов, хор, балет, оркестр. Каждый спектакль в нашем жанре стоит 200–300 тысяч евро. Культуре нужна поддержка, она не может быть самоокупаема, это не шоу-бизнес.

Когда вы приходите в театр, вы смотрите на сцену как профессионал или как зритель? Что произвело на вас впечатление за последнее время?

Скорее, где-то между профессионалом и зрителем. Где бы я ни работал, я присутствую практически на всех спектаклях каждый вечер. И если вижу, что на сцене происходит что-то не то, всегда могу быстро зайти за кулисы и помочь, подсказать… С другой стороны, очень многое смотрю как зритель. И, должен признаться, благодарный зритель. Но мне тяжело понравиться, ведь я за свою жизнь видел столько блестящих постановок *(улыбается)*!

В начале весны, 14 марта, на сцене Театра музкомедии гостил «Театральный экспромт» – свой практически моноспектакль показал Олег Меньшиков. Он фантастический актер с огромным обаянием, космос! В тот вечер я вновь почувствовал счастье зрителя, порадовался, что все-таки есть настоящие актеры, которые считают невозможным играть «с холодным носом»! »

В последние годы Театр музкомедии активно выступает за пределами Санкт-Петербурга. Расскажите, пожалуйста, о географии гастролей. Какие поездки особенно запомнились и чем?

В 2005 году, когда я возглавил музкомедию, мало кто знал, что есть такой театр… От былой славы его не осталось и следа. С тех пор коллектив прошел большой путь: все спектакли отсматривают эксперты «Золотой маски», «Золотого софита», и наш театр хотят видеть вне столичных пределов.

В 2018 году в рамках Дней Петербурга в Будапеште мы представили в числе прочих выбивающийся из нашей афиши спектакль-мистерию «Белый. Петербург» на музыку Георгия Фиртича, и его фантастически приняли. В Ереване с огромным успехом прошел наш концерт «Хиты Бродвея». 2019 год, особенно его вторая половина, был вообще сумасшедшим по гастролям: мы показали свои лучшие мюзиклы и спектакли классической оперетты в Хабаровске, Новосибирске, на Камчатке, в Сургуте, Таллине, Петрозаводске…

Гастроли очень важны для театра. Во-первых, когда мы приезжаем с замечательными солистами, прекрасными артистами, декорациями и костюмами, то есть показываем хороший и редкий «товар», это праздник для любого города. Во-вторых, на гастролях мы, как на лакмусовой бумажке, проверяем, что делаем и каким путем идем. Ведь раз в год мы встречаемся с критиками и обсуждаем, как дальше развиваться оперетте, как сделать, чтобы этот консервативный жанр был интересен современному зрителю.

Помимо высокого уровня исполнительского мастерства, зрители как раз отмечают актуальность постановок Театра музкомедии. На ваш взгляд, что помогает театру оставаться живым, волнующим?

Тут есть несколько составляющих. В театре работают разные режиссеры: мы «попробовали» практически всех петербургских мастеров, и кто-то из них «прижился». Спектакли ставят режиссеры из Москвы, из Европы и США – всё это школа для артистов.

Свою роль сыграло 12-летнее сотрудничество с Будапештским театром оперетты и мюзикла. Самое страшное в оперетте – это скука на сцене, которая убивает жанр совершенно. Венгры выходят на каждый спектакль с особым внутренним зарядом – и этому тоже было важно учиться.

Что касается мюзиклов, надо понимать: у советской и российской оперетты есть своя мощная история и основа, но мюзикл мы только начинаем осваивать. Не хочу сказать, что мы «жигули», но мы пока еще не «мерседес», это факт. Первые мюзиклы в Театре музкомедии были 100%-ными кальками европейских и американских постановок, и только освоив эту территорию, мы смогли делать что-то свое. Мы работали по лицензии с австрийцами («Бал вампиров»), хорватами («Чикаго»), с польским театром Roma («Аладдин»), с Бродвеем («Чаплин»). Было очень сложно, ведь приходилось согласовывать каждый шаг, но это колоссальный опыт и подключение к общемировым правилам и схемам. Например, когда-то мы не знали, как проводить кастинги. Было удивительно видеть иностранных коллег, которые четко знают, чего хотят, и умеют из трехсот человек выбрать одного-двоих, этому нужно учиться. Когда в свои концерты мы стали приглашать мировых звезд мюзикла, это тоже стало школой для наших замечательных артистов. Если рядом с тобой на сцене стоит фантастический Томас Борхерт, Марк Зайберт или легендарный Кевин Тарт, это дорогого стоит.

По-вашему, театр оперетты сегодня может стать центром притяжения туристического внимания?

В широком смысле слова нет, потому что турист, который приезжает в Санкт-Петербург, идет на «Лебединое озеро». Но на мюзиклы к нам едет публика со всей страны и из ближнего зарубежья, молва о театре и качестве наших постановок распространяется. И неудивительно: полная версия «Джекилла и Хайда» Фрэнка Уайлдхорна в России не идет больше нигде, наш «Бал вампиров» ничуть не хуже оригинальной постановки, появляются новые прекрасные спектакли, в том числе российских авторов – «Девчонка на миллион» Максима Леонидова, «Бал воров» Александра Пантыкина и другие…

Концерт к 150-летию со дня рождения Ф. Легара «Легар-гала». 2020

Ф. Легар «Веселая вдова». Ханна – Н. Савченко, Данило – О. Ромашин

Уникальный проект «Оперетта-парк» три года подряд проходил в Гатчинском музее-заповеднике и каждый раз становился настоящим праздником искусства. Какие перспективы у фестиваля?

Фестиваль только становится на ноги. В нашем регионе свои сложности с проектами под открытым небом. Это и погодные ограничения: из трех спектаклей минимум два всегда показывали в дождь. И организационные сложности: нам самостоятельно приходилось строить сцену и козырек. На этом фестивале мы ничего не зарабатывали, но очень любили «Оперетту-парк» за возможность создать локальную точку притяжения ценителей искусства, сделать интересный опенэйр в лучших европейских традициях.

Из-за пандемии, скорее всего, нам придется взять паузу в этом году… Мы хотели провести фестиваль хотя бы в миниформате, в рамках одного дня, но если отменяют знаменитые фестивали в Европе, то что нам говорить? Поживем – увидим.

Театр музыкальной комедии дарит радость тысячам петербуржцев и гостей города. А как вы сами предпочитаете отдыхать?

Только в театре! У меня есть свое место в зале, и я люблю смотреть спектакли из-за кулис. Руководитель театра не может не быть здесь 24 часа в сутки *(улыбается)*. Это другой смысл жизни, другой ритм… Я должен быть на месте! И всем желаю: любите театр, ходите в театр!

Музыкальная фантазия «Холопка». Гатчина, 2016

ДЖЕССИКА ЛЭНГ

Виражи судьбы

Она стала известной после того, как исполнила роль красотки, покорившей сердце Кинг-Конга. Слава была сомнительной, но все же это была слава. И кто бы мог подумать, что симпатичная блондинка впоследствии станет одной из самых глубоких драматических актрис XX века? Она заняла свое место в голливудском мейнстриме и в независимом американском кино, а в наши дни вновь вернулась на экраны на фоне сериального бума. Актриса, фотограф, возлюбленная Михаила Барышникова – знаменитая Джессика Лэнг.

«ВЫ ХОТИТЕ СНИМАТЬСЯ В КИНО?»

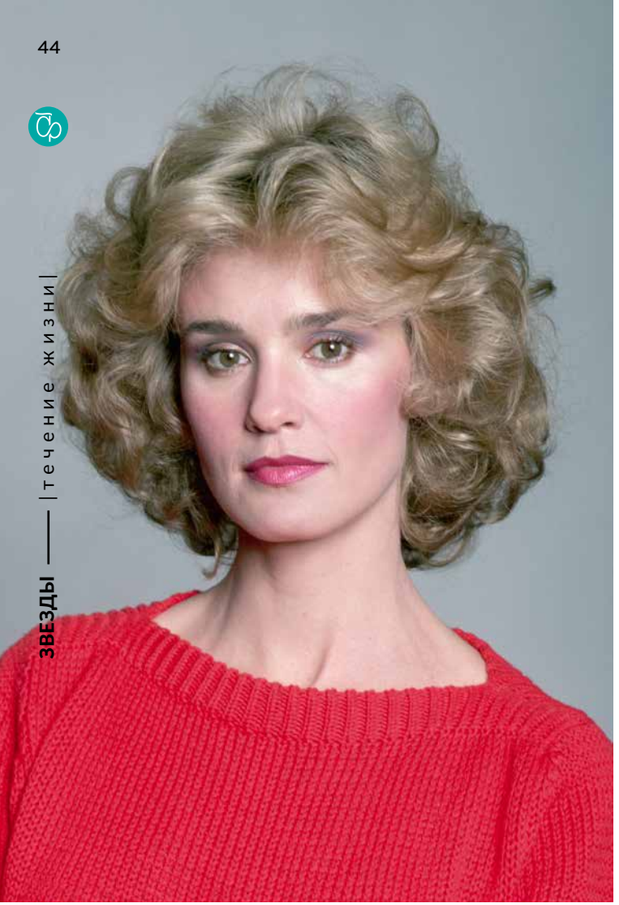
Джессика родилась в небольшом провинциальном городке Клокей в штате Миннесота. Ее отец был коммивояжером, так что семья жила на колесах, переезжая из штата в штат. Джессика сменила больше десятка городов и школ, но – все возвращается на круги своя – закончила учебу в родном Клокее. Там в конце концов Лэнги, уставшие от кочевой жизни, и обосновались.

Удивительно, но, несмотря на бесконечные переезды, Джессика умудрялась хорошо учиться, а после школы поступила в университет Миннесоты. Там она изучала историю искусства и фотографию. Там же встретила свою любовь – испанского фотографа Пако Гранде. Молодые люди поженились и… Джессика бросила университет. Романтичная девушка недоумевала, зачем учиться, если можно вместе с любимым отправиться в путешествие куда глаза глядят. Да и, признаться откровенно, она была истинной дочерью своего отца, которому никогда на месте не сиделось. Оседлая жизнь была ей просто скучна. Джес и Пако примкнули к хиппи, бесконечно колесили по родным Штатам и соседней Мексике. Ссорились, мирились, снова ссорились и вновь мирились. А потом судьба занесла их в Париж, где супруги разругались уже окончательно – Джессике надоело бесцельное кружение по свету и она решила взяться за ум.

В столице Франции она увлеклась пантомимой и изучала это искусство под руководством знаменитого мима Этьена Декруа. Джессика оказалась хорошей ученицей, и учитель помог ей пристроиться танцовщицей в «Опера-Комик» (Национальный театр комической оперы). Кров она делила с начинающими моделями Джерри Холл и Грейс Джонс. Те быстро привлекли Джессику в свои ряды – и она тоже стала моделью. Впрочем, ненадолго, потому что вдруг заскучала по дому и вернулась в Штаты. Из танцовщицы и модели быстро переквалифицировалась в официантку, разнося подносы в ресторане на Манхэттене. Однажды туда зашел на ланч один известный продюсер. Барышня ему понравилась, и он предложил ей попробоваться на роль в новом фильме «Кинг-Конг».

ДЕВУШКА КИНГ-КОНГА

Любительница крутых поворотов в жизни, конечно, не могла упустить шанс совершить очередной крутой вираж. На пробах Джессика постаралась, включила все свое обаяние и обошла уже известных в те годы Голди Хоун и Мэрил Стрип. И вот она уже хлопает глазами и отчаянно вопит, оказавшись в лапах легендарной гигантской обезьяны. Да, высоколобая критика приняла фильм холодно, но обычные зрители проголосовали «за»: кинозалы были забиты, картина стала одной из самых кассовых в 1976 году, а Джессика получила «Золотой глобус» как лучшая дебютантка. >>



В фильме «Тутси» партнером Джессики был Дастин Хоффман

Кадр из фильма «Кинг-Конг»

Джессика Лэнг и Сэм Шепард

С Томми Ли Джонсом в фильме «Голубое небо»

Образ прекрасной девушки, которую похищает чудовище, моментально сделал начинающую актрису одним из секс-символов своего времени. Конечно, ей стали немедленно предлагать похожие роли, но она не поддалась. Благо денег у нее теперь было вполне достаточно и можно было просто подождать нового виража судьбы. Ждать пришлось три года – и вот знаменитый режиссер и хореограф Боб Фосс пригласил ее сниматься в картине «Весь этот джаз». Роль была написана специально для Джессики. Казалось бы, все складывалось как нельзя более удачно: фильм взял главный приз в Каннах и четыре премии «Оскар», однако сама актриса не получила наград. Фиаско, конечно, но не полное, потому что сняться у самого Фосса – это что-то да значит. В любом случае после этого Лэнг стала полноправной звездой Голливуда.

САМАЯ ТИТУЛОВАННАЯ

Настоящий успех пришел к Джессике в начале 1980-х. Сначала был триллер «Почтальон всегда звонит дважды», где Лэнг сыграла роковую красавицу, а ее партнером был не кто иной, как Джек Николсон. Затем – драма «Фрэнсис» и комедия «Тутси». За роль в «Тутси» она получила свой первый «Оскар» – как лучшая актриса второго плана. Джессику номинировали и за роль в картине «Фрэнсис» – таким образом она стала первой актрисой старше 40 лет, получившей в одном и том же году сразу две номинации. В этих ролях Лэнг открылась зрителям как глубокая драматическая актриса и в то же время как актриса комедийная.

Потом были фильмы «Деревня», «Сладкие грезы» и другие. Практически каждая новая роль приносила номинации на премии «Оскар» и «Золотой глобус». К середине 1980-х Лэнг превратилась в одну из самых популярных и титулованных актрис Голливуда. Впрочем, Джессика в полной мере сохранила свой звездный статус и в 1990-х, получив очередные «Оскар» и «Золотой глобус» за роль в фильме «Голубое небо» и еще несколько номинаций за другие работы. Сегодня на ее счету два «Оскара», пять «Золотых глобусов», несколько «Эмми», премия «Тони» и около двух десятков всевозможных номинаций.

МИССИС НЕЗАВИСИМОСТЬ

Джессика не умела почивать на лаврах. Ей становилось скучно, когда жизнь текла размеренно и ровно, и всегда хотелось чего-то нового. И так уж получалось, что это новое неизменно приносило ей успех. Театр, телесериалы, независимое кино, работа с самыми знаменитыми режиссерами – все это заполняло и заполняет ее жизнь. Вот лишь несколько примеров. На театральной сцене актриса сыграла Бланш Дюбуа в пьесе «Трамвай «Желание». На протяжении четырех сезонов она была ключевой звездой телесериала «Американская история ужасов» и сумела своей игрой придать сборнику страшилок драматическую глубину, заставить зрителей не только трястись от страха, но и сопереживать. Стала сопродюсером телесериала «Вражда» и сыграла в нем главную роль.

В так называемом независимом кинематографе Лэнг исполнила одну из главных ролей в режиссерском дебюте Джулии Теймор «Тит», сыграла в фильмах «Нация прозака» и «Шоу века». Кроме того, в ее актерском портфолио значатся работы в картинах «Крупная рыба» Тима Бёртона, «Сломанные цветы» Джима Джармуша и «Входите без стука» Вима Вендерса.

ТРИ СУМАСШЕДШИХ РОМАНА

Красавица и умница, Джессика Лэнг устроила американские горки и в собственной личной жизни. Или просто так сложилась судьба. Официально она была замужем только один раз. Отношения с Пако Гранде длились всего пару лет, но официальный развод случился только через десять. Вдобавок ей пришлось платить бывшему мужу алименты, ведь она стала богатой и знаменитой, а он – бедным и больным.

Драйва в ее жизнь добавил роман с великим танцовщиком Михаилом Барышниковым. Их отношения продолжались шесть лет, с 1976 по 1982 годы. У них родилась общая дочь, которую назвали Саша, но официально пара так и не оформила свой союз.

Следующий гражданский брак с актером, сценаристом и режиссером Сэмом Шепардом продолжался… целых 27 лет, с 1982 по 2009 год. Эти отношения принесли Джессике полное разочарование в мужчинах и еще двоих детей.

ВНИМАНИЕ, СНЯТО!

У Джессики есть одно увлечение, которое она пронесла через всю свою жизнь – она обожает фотографировать. Глаз у нее точный и внимательный, но показать свои работы публике она решилась только в 2008 году, выставив 50 черно-белых фотографий. За этим последовало сразу несколько выставок – в Нью-Йорке, Новом Орлеане, Калифорнии и других городах США. Профессиональное сообщество достаточно высоко оценило работы Джессики. В частности, она получила престижную премию им. Джорджа Истмана Хауса. В 2010 году актриса опубликовала свою вторую фотоколлекцию – In Mexico. С 2011 по 2015 год выставки Джессики состоялись в Испании, Португалии, России и других странах...

АЛЕКСАНДР КУШНИР:

«Вместе с Майком Науменко в русской рок-поэзии произошла стилистическая революция»

Буквально на днях журналист и писатель Александр Кушнир закончил многолетнюю работу над биографией Майка Науменко. Книга о лидере «Зоопарка» завершает трилогию под условным названием «Жизнь запрещенных людей», включающую жизнеописания композитора-авангардиста Сергея Курёхина и поэта, издателя, переводчика Ильи Кормильцева. И пока издательство «Выргород» готовит книгу «Майк Науменко. Бегство из зоопарка» к выходу, Александр рассказал «Философии отдыха» о космической связи со своим героем, фильме «Лето» и сложностях создания документального романа о ленинградской рок-звезде 1980-х.

Можно ли сказать, что русский рок без группы «Зоопарк» и ее лидера Майка Науменко был бы несовершенен? Как вы оцениваете роль группы в становлении и развитии русского рока?

В самом начале книги описывается дебютное выступление ленинградского рок-поэта в Москве. Это было в 1980 году. Так случилось, что в тот вечер 25-летний Майк оказался хедлайнером – в яркой компании с Андреем Макаревичем, Борисом Гребенщиковым, «Последним шансом» и Константином Никольским из «Воскресения». И на фоне метафизических песен «про замки» и «дороги разочарований» Науменко обрушил на охреневших москвичей настоящий панк-рок. Невысокий, но стильный, Майк застал всех врасплох, потому что такого до него еще не было. Душераздирающие боевики «Пригородный блюз», «Дрянь» и «Сладкая N» вызвали среди зрителей споры и чуть ли не драку: равнодушных после исполнения строчек «Я сижу в сортире и читаю Rolling Stone» в зале не осталось. Как гласит история, в числе идеологических противников Майка оказались Андрей Макаревич и Алексей Козлов из «Арсенала», а в числе ярых поклонников – Людмила Петрушевская, Юрий Норштейн, Артемий Троицкий и будущий музыкант «Звуков Му» Александр Липницкий. Они влюбились в жесткую иронию Майка, в его пронзительное описание будней «ленинградской коммунальной жизни». И после выхода магнитоальбома «Сладкая N и другие» стало понятно, что в русской рок-поэзии произошла стилистическая революция. А после появления у Майка собственной группы «Зоопарк» и выхода «концертника» Blues de Moscou его песни наконец-то вырвались из акустических закромов на «электрический простор». И в середине 1980-х «Зоопарк» стали слушать по всей стране – от Калининграда до Владивостока. Кроме того, важно и другое: его раннее творчество оказало мощное влияние на многих музыкантов, от Гребенщикова до Цоя.

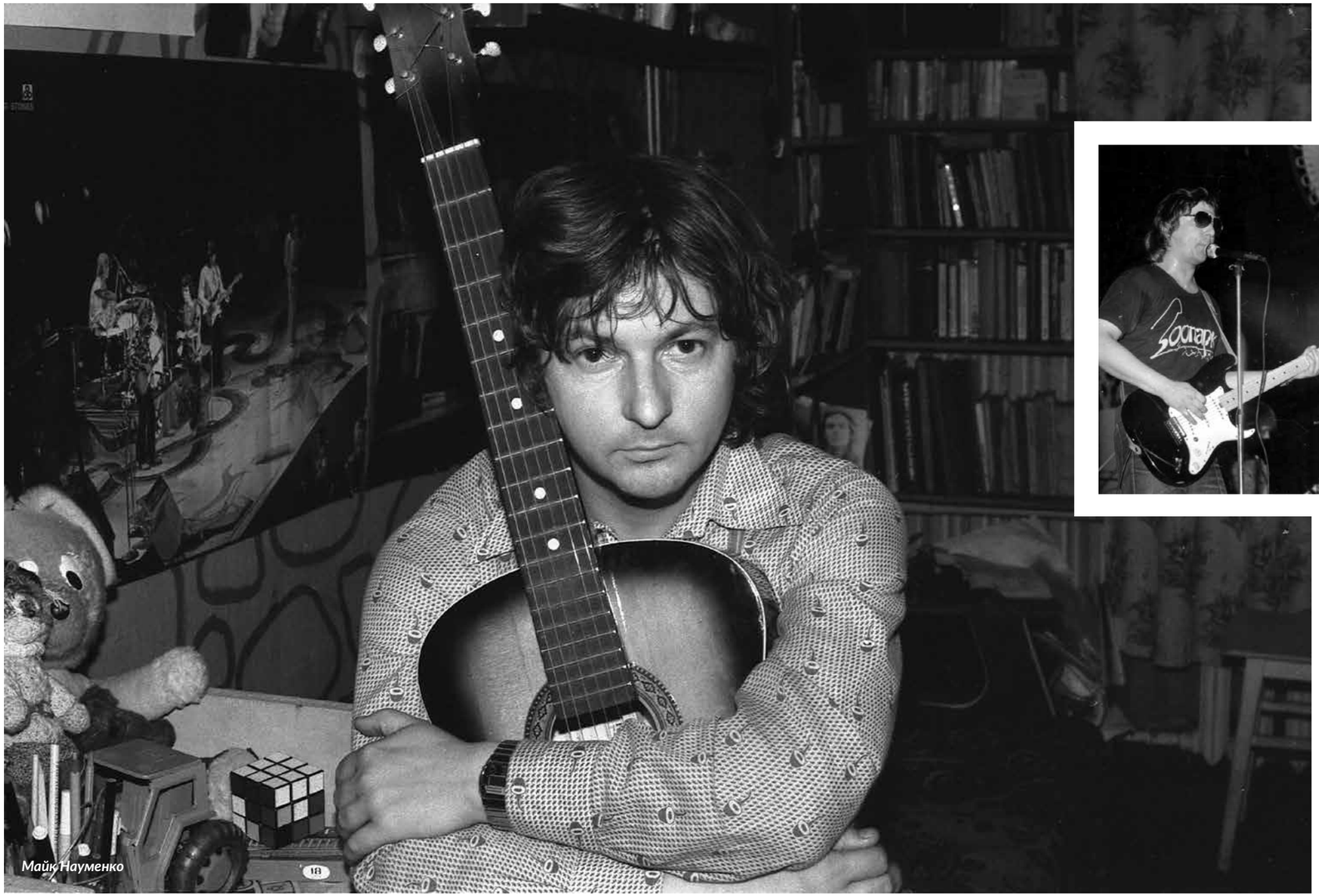
Группа «Зоопарк». Фотография А. Усова

Вы были лично знакомы со своим героем? Если да, то каким запомнили его?

Впервые я увидел Майка за кулисами на фестивале в Подольске осенью 1987 года. Потом было много выступлений «Зоопарка» (и Майка в акустике) по всей стране: в Питере, Москве, Киеве и Череповце. На сцене он всегда был в «рок-н-ролльном образе», а в жизни случалось по-разному. Иногда это был блестящий рассказчик, энциклопедически подкованный переводчик книг про Марка Болана и тонкий, ранимый поэт. А иногда – циничная рок-звезда в стиле его любимых Лу Рида или Боба Дилана. Перепад настроений у него был громадным. Наверное, в те годы наиболее точно отобразил образ Майка молодой кинорежиссер Рашид Нугманов, снявший тридцатилетнего Науменко (в роли самого себя) в своей дипломной работе «Йя-Хха».

Как родилась идея книги? Действительно ли на ее написанию вас вдохновил фильм «Лето» Кирилла Серебренникова? Если да, то что так зацепило вас в этой картине?

Фильм «Лето» – очень светлый, теплый и по-хорошему ностальгический, из категории must see. Если в нем и есть незначительные неточности, то они практически незаметны. При этом просветительская роль фильма Серебренникова огромна: его очень часто показывают по цифровым >>



Майк Науменко

каналам телевидения, и он стал основой для знакомства с творчеством Майка у поколения 18+. Так случилось, что за несколько месяцев до официальной премьеры я видел черновой вариант этого фильма. Там был другой финал: Цой поет на сцене, а Майк с Наташей сидят в зрительном зале и слушают его выступление. Когда мы с друзьями вышли после просмотра фильма на улицу, незнакомая девушка, которая шла впереди нас, задумчиво спросила у своего парня: «А где можно про Майка почитать?» На что бойфренд ответил ей слегка раздраженно, но очень точно: «Где, где? Да нигде!» Как я сейчас понимаю, это был сигнал, знак из космоса. Может, подсознательный, но мне кажется, что на небесах уже все в тот вечер было предрешено. Поэтому уже через несколько дней я отложил в сторону книгу про поколение Вудстока 1960-х годов, с которой возился больше года, и поехал на неделю в Питер – встречаться с друзьями Майка и брать у них первые интервью.

Работая над книгой, вы взяли более 200 интервью у людей, близких к Майку Науменко. Как вам это удалось? Кто удивил своими откровениями, а кто, наоборот, делиться воспоминаниями отказался?

После триумфальной премьеры фильма «Лето» все вдруг резко засели писать мемуары про Майка. Наверное, они тогда решили, что все это очень быстро и легко делается. Хаха. И пока музыканты «Зоопарка» и родственники Майка были «в образе», мне пришлось разработать целый план, как, скажем, найти зашифрованных по жизни одноклассников Науменко.

Дело в том, что Майк учился в крутой английской спецшколе на Невском, и все вокруг уверяли, что ничего у меня с этими интервью не получится. Действительно, по ряду причин было очень сложно выйти на школьных друзей Майка и настроить их на откровенный разговор. В итоге как минимум три интервью получились совершенно бесценными – с одноклассниками Димой Калашником и Сашей Самородницким, а также с эксцентричным человеком по прозвищу Родион – другом Майка по учебе в инженерно-строительном институте. Именно Родион в 1975 году, на секундочку, познакомил Гребенщикова с Науменко. С этого, наверное, все и началось.

Что нового и неожиданного в процессе работы вы узнали о своем герое? Реальный Майк совпал с тем образом, который нарисовало ваше воображение?

Во-первых, меня удивило то сопротивление, которое оказывали родители Майка его увлечению рок-н-роллом. Они были советскими людьми, верили в идеалы коммунизма, а тут у них на кухне сидят патлатые Родион, Гребенщиков и Сева Гаккель. Было от чего сойти с ума. Во-вторых, личное знакомство с музами Майка – ну, ребята, это просто целая Вселенная!.. И, в-третьих, осознание цены, которую Майку пришлось заплатить за свой путь наверх. На самом деле, это, без дураков, страшно.

Какая история из жизни Майка особенно поразила вас?

Как он на пике рок-н-ролльной славы начал сильно разочаровываться в собственных идеалах. В итоге уверенным шагом двинулся по пути саморазрушения и за какие-то два года со скоростью топора рухнул на самое дно. Почему-то раньше об этом нигде не говорили и не писали. Наверное, из соображений ложной политкорректности. Майк умер в возрасте 36 лет, не реализовав и половину своего потенциала. Это третий рок-поэт в плеяде ранних смертей: Башлачев (1988) – Цой (1990) – Науменко (1991).

Есть ли в книге художественный вымысел, или она совершенно документальна?

Вымысла здесь нет вообще. Это принципиальная позиция. В этом документальном романе воспоминания очевидцев переплетаются с аналитическими выкладками, а личные впечатления соседствуют с архивными материалами. Дело в том, что, общаясь с музыкантами Ленинградского рок-клуба, я еще в 1995–1999 годах посвятил творчеству Науменко несколько глав в своей главной книге «100 магнитоальбомов советского рока». Спустя двадцать лет этот труд неожиданно для меня перешел в совершенно иное 3D-измерение, когда были тщательно изучены все этапы творчества одного из родоначальников поэтической рок-школы. Я искренне горжусь, что в книге «Майк Науменко. Бегство из зоопарка» множество фактов из жизни «ленинградского Боба Дилана» будут обнародованы впервые. Они развенчивают многие мифы и дают необходимый объем для более полного восприятия этой легендарной личности.

Довольны ли вы результатом? Как думаете, что сказал бы о книге сам Майк, если бы дожил до ее выхода?

Что ответить? Книга получилась очень искренней, хотя, наверное, это нормально и не бог весть какой повод для гордости. Как я уже говорил, в ней много неизвестного Майка – глазами москвича, воспитанного на альбомах «Аквариума», «Зоопарка», «Звуков Му» и, наверное, «Наутилуса Помпилиуса». Смутно догадываюсь, что москвичам и жителям регионов книга основательно снесет крышу. Думаю, что питерцам она понравится меньше. Это длинный разговор, поскольку в столице, на Урале и в Сибири Майка всегда любили больше и сильнее, чем в его родном городе. Ну, так исторически сложилось – что-то из серии «нет пророка в своем отечестве». А что касается мнения об этой книге Майка Науменко, то, полагаю, в какой-то момент я смогу это узнать у него напрямую. Просто всему, как говорится, свое время.

НАДЕЖНЫЙ ЗАЩИТНИК

Универсальный гель HADALABO Gokujyun с высокой защитой SPF 50+, предназначенный для утреннего использования, содержит четыре вида гиалуроновой кислоты с разной величиной молекул и силой удержания влаги. Гель не создает ощущения липкости. Подходит для всех типов кожи, надежно охраняя ее от вредного воздействия ультрафиолета.

ОСВЕЖАЮЩИЙ И НЕЖНЫЙ

NIVEA представляет новинку – гель-уход для душа «Свежесть и забота». В его состав входит натуральное алоэ вера, которое является одним из лучших ухаживающих ингредиентов. Теперь вы можете не только очищать кожу, но и одновременно ухаживать за ней! При нанесении гель моментально превращается в мягкое облако пены, которое окутывает вас увлажнением и заботой. Освежающий и в то же время нежный аромат средства вдохновляет и заряжает весенним настроением.

ПЕРЧАТКИ ДЛЯ ХОЗЯЙКИ

Не секрет, что во время долгой работы в резиновых перчатках руки становятся влажными, даже если вода не проникла внутрь. Однако с перчатками Paclan Extra Dry ладони останутся сухими: инновационная технология флокирования совершенствует свойства хлопкового напыления на внутренней поверхности. Мягкими и бархатистыми изнутри Paclan Extra Dry приятно пользоваться, и они впитывают пот в 15 раз эффективнее обычных перчаток. Плотный, но эластичный материал не пропускает влагу и бытовую химию, обеспечивая максимальную защиту рук и маникюра.

Paclan Extra Dry доступны в размерах S, M, L и в двух стильных оттенках – классическом синем и нежно-голубом «тиффани».

ЗДОРОВЫЙ МЕТАБОЛИЗМ ЗА ТРИ НЕДЕЛИ

Бренд Nutrilite™ выпустил обновленную программу Body Detox «Избавься от лишнего за 3 недели!». Сделать достижение цели проще и приятней помогут продукты Nutrilite™. БАД «Nutrilite™ Блокатор углеводов» станет помощником в борьбе с излишним потреблением углеводов. Добавка содержит активные вещества, которые компенсируют несовершенство рациона, блокируя до 500 ккал за один прием пищи, и способствуют поддержанию более стабильного уровня сахара в крови. «Nutrilite™ Пиколинат хрома плюс» содержит ванадий, который улучшает обмен веществ и работу мышц, а также является дополнительным источником хрома и гидроксилимонной кислоты, способствующих контролю уровня глюкозы и инсулина.

ОБЯЗАТЕЛЬНО ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ДЛЯ СОВЕРШЕНСТВА КОЖИ

Oriflame представляет линейку средств дополнительного ухода NovAge для любого возраста, созданную специально для жирной, комбинированной и проблемной кожи. Средства можно использовать как вместе, так и по отдельности. Матирующий гель предназначен для контроля выработки себума, сужения пор и предотвращения их закупорки. Гель успокаивает кожу и убирает жирный блеск. Эмульсия для лица на 63 % уменьшает активность воспалений, а также на 19 % сокращает покраснения и следы от них уже после одного месяца применения. Гель против воспалений – это SOS-средство, которое служит для точечной обработки и уменьшения имеющихся воспалений.

СОВРЕМЕННАЯ САМОБРАНКА

Одно из главных преимуществ мультиварки PMC 0489IH от Polaris – технология индукционного нагрева Smart IH, которая обеспечивает оптимальную конвекцию тепла во всем объеме чаши. Мультиварка за считанные секунды выходит на рабочую температуру, а это значит, что ваши любимые блюда будут приготовлены быстрее, при этом сохранят все витамины и полезные свойства. В приборе предустановлено 300 режимов и 57 программ. Объем чаши мультиварки – 4 литра, ее можно мыть в посудомоечной машине, а безопасное шестислойное антипригарное покрытие устойчиво к царапинам. В комплекте идет книга на 200 авторских рецептов и аксессуары для приготовления разнообразных блюд.

ДИЗАЙН МОДА

С. 52 ВАШ МОДНЫЙ ДОМ.
СОВЕТЫ ДИЗАЙНЕРОВ МИРА

ОЧЕНЬ МОДНЫЙ ИНТЕРЬЕР

Пандемия пандемией, но жить хочется в красоте и уюте. Задумали ремонт и выбираете дизайн интерьера? Тогда эта статья для вас. «Философия отдыха» рассказывает, что модно в новом сезоне, а что безнадежно устарело.

БЫТЬ В ТРЕНДЕ

Главная новость: «правильный» стиль, выверенный по всем модным канонам, больше не актуален. На первый план выходит выражение индивидуальных предпочтений и вкусов. Что это означает? Экспериментируйте со стилем, смешивайте цвета и текстуры, делайте яркие и неожиданные акценты – в результате ваш интерьер будет не как у всех, а особенным, именно вашим. Неординарные решения возможны даже в… отделке потолка. Например, скомбинируйте гипсокартон с натяжными потолками и покраской – получится весьма необычно. Поэкспериментировать можно и с декоративными штукатурками.

В тренде предметы интерьера, которые создают иллюзию движения в пространстве. Как этого достичь? Просто установите LED-подсветку на дно тумбы, кровати или даже шкафа – и вуаля, мебель будто бы парит над полом. Подсвечивать таким образом можно даже сантехнику. А еще этот прием визуально увеличивает помещение (на расширение пространства работают и зеркала, и отражающие поверхности). Эффекта полета можно добиться и за счет подвесных конструкций на тросах, скрытых опор или магнитов.

Какие выбрать материалы? В моде экостиль, поэтому, если вы приобретаете новый мебельный гарнитур, пусть он будет из дерева. Отлично смотрятся ротанговые кресла и предметы из бамбука. Не забудьте и о таких уютных мелочах, как глиняная или плетеная посуда, каменные подставки, скатерти и другой текстиль изо льна, шерсти или шелка. Встроенные светильники, которые остаются популярными в нынешнем году, тоже должны быть из натуральных материалов и минималистичными по форме.

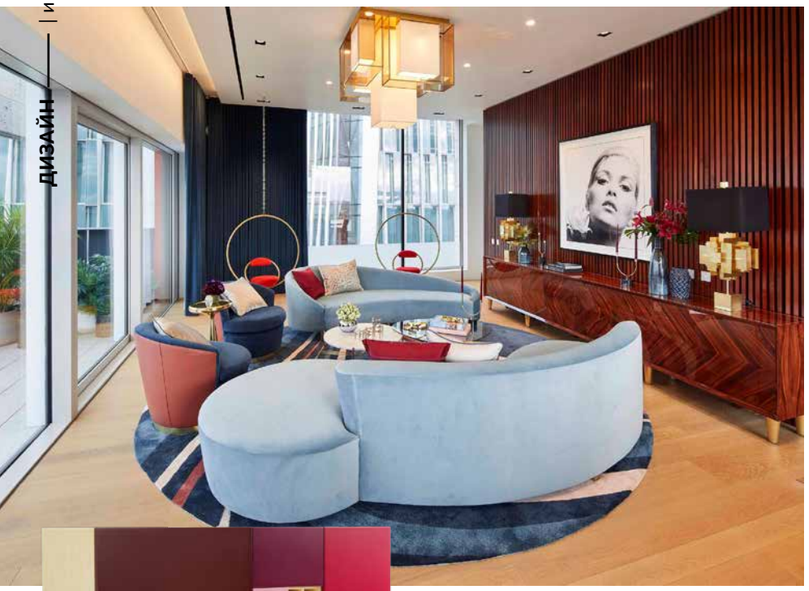
Еще один актуальный в этом году стиль – хай-тек. Для такого интерьера идеально подойдут стулья и столики из прозрачного пластика или стекла. Прозрачная мебель кажется невидимой, невесомой и не нагружает интерьер лишними деталями. >>

В оформлении спальни как никогда модны мягкие изголовья из натуральной или экокожи. Кроме того, в новом сезоне возвращается в обиход такой роскошный материал, как бархат, а также мягкая мебель с обивкой из замши или велюра. Главное – не переборщить и подобрать к ней по контрасту текстиль, шторы и покрывала из другой ткани.

Что касается цвета, в нынешнем году в тренде темные, глубокие и приглушенные цвета, такие как бархатистый зеленый и синий. Для домашнего текстиля и обивки мягкой мебели они будут просто идеальны.

По-прежнему остается актуальной нейтральная цветовая гамма: бежевый, бледно-розовый, серый. Для оформления санузла наряду с белым цветом, который остается базовым и в 2020 году, дизайнеры предлагают использовать различные оттенки серого.

Для декора стен в жилых комнатах лучше всего выбирать текстильные обои с растительным или геометрическим орнаментом. Кроме того, сейчас интерьер принято дополнять обилием комнатных растений, поэтому расставить большие горшки с цветами в спальне и гостиной на хорошо освещенных солнцем участках будет совсем не лишне.



ОТ ЧЕГО ЛУЧШЕ ОТКАЗАТЬСЯ

Желательно отказаться от пластиковых деталей в интерьере – они сильно «удешевляют» его, а угловые полки из пластика еще и зрительно сужают пространство.

Металлические текстуры и поверхности, так популярные недавно, уходят в небытие. Сплошной металлический декор смотрится громоздко, а холодные цвета делают, например, пространство кухни отчужденным и неуютным. И если уж речь зашла о кухне, не стоит заказывать столешницу из серого или коричневого гранита. Если, конечно, вы хотите, чтобы кухня выглядела современно.

Еще один устаревший тренд – мягкие пуфы-мешки. Их лучше заменить на красивые кресла или стулья.

Деревянный паркет-елочка, увы, сегодня совсем непопулярен, он моментально делает обстановку старомодной. Лучше при оформлении пола выбрать прямолинейный узор, который, кроме прочего, визуально удлиняет пространство.

Сочетание балдахинов, темного бархата и позолоты давно набило оскомину. Сейчас на смену вычурности и показному шику приходят спокойствие и минимализм: вместо тяжелых штор выбирают легкие струящиеся занавески, бархат заменяют льном и хлопком, а позолоченные детали уступают место дереву или серебристому металлу.

Кирпичная отделка под лофт тоже уходит в небытие. Этот стиль просто приелся, а на замену ему как раз пришел экостиль, о котором сказано выше.

Линолеум считается дешевым и практичным материалом, но вместе с тем он делает «дешевым» и сам интерьер. Особенно если выбраны стандартные принты, которые, помимо квартир, можно встретить в больницах, школах, музеях и библиотеках. Вместо этого лучше обратить внимание на дерево или плитку для напольного покрытия.

КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ

С. 56 ОТПРАВЛЯЕМСЯ НА ВОДЫ. ЛУЧШИЕ КУРОРТЫ ЧЕХИИ

ЛЕЧЕНИЕ С УВЛЕЧЕНИЕМ

Знаменитые курорты Чехии

Поправить здоровье, набраться сил и энергии, чтобы потом с новыми силами приступить к работе... Не об этом ли мечтают многие читатели, планируя отправиться в приятное место, как только откроются границы? «Философия отдыха» подсказывает: курорты Карловы Вары, Марианские Лазни, Лазне Кинжварт и другие знамениты далеко за пределами Чешской республики. Полный релакс, оздоровительные процедуры и ненавязчивое погружение в историю гарантируются. Статья подготовлена при поддержке Национального туристического управления Чешской республики – ЧехТуризма в Москве (#visitczechrepublic).

© Ladislav Renner

© David Marvan

КАРЛОВЫ ВАРЫ. ВЕРШИНА ТРЕУГОЛЬНИКА

В Карловы Вары, главный город всемирно известного курортного треугольника (в него входят также Марианские Лазни и Франтишковы Лазни), любят приезжать туристы со всего света. Он самый популярный после Праги. Здесь уникально все – природа, архитектура, особенности лечения.

По легенде, город основал чешский король и император Священной Римской империи Карл IV. Дело было в далеком XIV веке. Король, охотясь в этих местах, обнаружил минеральные источники. Попил из них водички и почувствовал удивительный прилив сил. Не пропадать же такому добру! Властитель решил построить на источниках город – так и появились Карловы Вары. За долгие годы существования курорта кто здесь только ни бывал... И Гёте, и Бетховен, и Гоголь, и Паганини, и Казанова, и Моцарт, не говоря уже о президентах, королях и кинозвездах – в последнее время в городе проводится один из крупных европейских кинофестивалей. Приезжайте и вы!

Прогуляйтесь по историческому центру, налейте в кружечку воды из местных лечебных источников, пройдитесь в тени элегантных колоннад. Обратите внимание на величественное здание Городского театра, Императорский санаторий и храм Св. Марии Магдалены. Недалеко от храма бьет из земли самый горячий из карловарских источников – Vřídlo, температура воды в нем достигает +72 °C! Поднимитесь на фуникулере на одну из смотровых площадок и полюбуйтесь на город с высоты птичьего полета. Ну а теперь – шопинг. Изделия всемирно известного стекольного завода «Мозер», карловарский фарфор «Тхун» и замечательный крепкий ликер на травах «Бехеровка», который нередко называют местным 13-м источником, достойны вашего внимания. >>

© Ladislav Renner

МАРИАНСКИЕ ЛАЗНИ. С КОРОЛЕВСКИМ РАЗМАХОМ

В некогда негостеприимной, болотистой местности Западной Чехии в начале XIX столетия вырос роскошный курортный город. Самые разные знаменитости приезжали сюда отдохнуть, полечиться и на досуге поработать. Среди знаменитых постояльцев – Малер и Вагнер, Киплинг, Нобель, Максим Горький, Фрейд, Эдисон, Марк Твен. Английский король Эдуард VII побывал здесь в общей сложности девять раз. По желанию монарха, страстного любителя гольфа, в этих местах открыли поле для игры. Теперь это поле – одно из старейших в Европе, как и гольф-клуб, единственный в Центральной Европе обладающий титулом Royal Golf Club (Королевский гольф-клуб).

Но главное сокровище курорта – его минеральные источники. Все, кто приезжает сюда, обязательно принимают курс минеральных и углекислых ванн. Например, в комплексе Ensana, который находится в самом центре города, где в свое время принимал ванны и Его Величество Эдуард VII. Под богато украшенными потолками исторических римских бань посетители ощущают полный релакс. Замечательную возможность для отдыха представляют собой и расположенные неподалеку старейшие в Европе грязевые ванны.

ФРАНТИШКОВЫ ЛАЗНИ. ПОДРУЖИТЕСЬ С ФРАНЦЕМ

Иоганн Вольфганг Гёте назвал это место «земным раем». Самый маленький город «курортного треугольника» гордится элегантными классическими колоннадами, ухоженными парками и приятной атмосферой.

Лечебные свойства здешних источников люди стали использовать пять столетий тому назад, но курорт здесь появился только в конце XVIII века. Его основал австрийский император Франц I, и его имя осталось в названии города. В списке знаменитых поклонников курорта – Штраус, князь Меттерних, Кафка, Бетховен. Приехав сюда, вы тоже можете испытать на себе полезное воздействие двадцати холодных минеральных источников природного торфа и лечебного газа. Если вы страдаете заболеваниями опорно-двигательного аппарата или сердечно-сосудистыми заболеваниями, вам сюда. А еще здесь успешно лечат женские недуги, в том числе и бесплодие. В последнем случае не только ванны, но и… Франц вам в помощь. Так зовут скульптуру мальчика, который считается символом города. Дотроньтесь до него, и, как уверяют местные жители, через девять месяцев обязательно станете мамой.

© David Marvan

© David Marvan

ЛАЗНЕ КИНЖВАРТ. ВСЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ

Небольшой городок Лазне Кинжварт расположен на юго-западном склоне Славковского леса на высоте 780 м над уровнем моря. Этот город-курорт, известный четырьмя минеральными источниками, специализируется на лечении дыхательных путей у детей от 2 до 15 лет. Кроме этого, здесь лечат аллергические кожные заболевания и болезни почек. В свободное от процедур время можно прогуляться по природным заповедникам Смрадёх и Кладска и побывать в замке Кинжварт, которым некогда владели представители рода Меттерних (они основали и город, и курорт).

ЯХИМОВ. НАСЛЕДИЕ МАРИ КЮРИ

В начале XX века шахтеры при добыче урановой руды обнаружили в бывших серебряных рудниках месторождения радона. Так появился Яхимов, курортный город у подножья Крушных гор, на западе Чехии. Здешние методы лечения тесно связаны с научными открытиями Марии Кюри, в честь которой назван один из курортных домов.

Нарушения опорно-двигательного аппарата, неврологические заболевания (заболевания периферической нервной системы), нарушения обмена веществ, кожные заболевания, болезни ЦНС, послеоперационные и посттравматические состояния, остеопороз – все это лечат местные радоновые ванны. В перерывах между процедурами можно побывать на Королевском монетном дворе, послушать музыку на концертах в костеле Всех святых или в одном из курортных домов, посетить католическую мессу в костеле Св. Яхима.

КОНСТАНТИНОВИ ЛАЗНЕ. ДВИЖЕНИЕ – ЭТО ЖИЗНЬ

Курорт Константинови Лазне знаменит минеральными водами с самым высоким содержанием свободной окиси углерода и специализируется на лечении заболеваний сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата, нарушений обмена веществ и болезней дыхательного аппарата. В городе десять санаториев, самый знаменитый из них – курортный отель Jirásek с уникальным реабилитационным бассейном. Главный бальнеоцентр курорта расположен в здравнице Prusík. Ну а просто расслабиться можно в велнес-центре Konstantin.

Если лечиться вам не нужно, и вы любите движение и свежий воздух, здесь будет чем заняться. В окрестностях курорта более 450 км велодорожек, пеших туристических трасс, дорожек для скандинавской ходьбы. Непосредствен- »

но в городе находятся футбольное и волейбольное поля, теннисные корты, мини-гольф, зоны для игры в петанк и керлинг. Ну а расслабиться перед сном можно, побаловав себя местным фирменным ликером на травах, который, конечно же, называется «Константин».

ТЕПЛИЦЕ. ЧЕШСКИЙ ПАРИЖ

Образцовые курортные дома, парки, сады, фонтаны, обширная пешеходная зона и барочный Марианский столб – все это Теплице, старейший курорт Чехии, расположенный между Чешским Среднегорьем и Крушными горами.

А еще здесь находятся лечебные горячие источники. Когда они были обнаружены, точно не известно, но было это очень давно, и слава о лечебных свойствах местной воды идет далеко за пределами страны. Врачи советуют ехать на этот курорт, если вы страдаете болезнями опорно-двигательного аппарата, сколиозом, сахарным диабетом, паталогиями нервной системы и другими болезнями.

Абсолютно здоровым людям в Теплице тоже понравится. Посетите Теплицкий замок и музейные выставки в его стенах, осмотрите здание Крушногорского театра, построенное в 1920-х годах, побывайте в Ботаническом саду с несколькими оранжереями и поднимитесь к развалинам готической крепости Доубравска гора на окраине города. Любите водные развлечения? Тогда вам точно придется по душе Теплицкий аквапарк, а летом отправляйтесь на озеро Барбора. Нравятся экскурсии? Побывайте в старинном замке Доугавица, где провел последние годы жизни знаменитый авантюрист Джакомо Казанова.

ЛУГАЧОВИЦЕ. АРОМАТ СЛАДКИХ ВАФЕЛЬ

Самый большой моравский курорт, расположенный неподалеку от города Злин, славится своими природными целебными источниками. Здешние воды отличаются высоким содержанием минеральных веществ и считаются одними из самых эффективных в Европе. Они помогают в лечении органов дыхания, опорно-двигательного аппарата, диабета и прочих заболеваний. Одни источники питьевые, другие предназначены для ингаляций, третьи – для принятия ванн с углекислым газом.

Конечно, главное в Лугачовице – это лечебные процедуры, ради которых сюда все едут, но постарайтесь найти время на прогулку по кленовой аллее в парке. Наберите стаканчик воды из источника, окруженного цветущими магнолиями, и просто отдыхайте. А еще обязательно попробуйте местные вафли, хрустящие и очень вкусные. Воздух в Лугачовице пропитан их сладким ароматом – уверены, он просто не может надоесть!

ГУРМАН

ВКУСНО О ЕДЕ

С. 62 БЛЮДА АВСТРАЛИИ НА ВАШЕЙ КУХНЕ

ПО-НАШЕМУ, ПО-АВСТРАЛИЙСКИ

Андре Куантро, президент старейшей и весьма престижной кулинарной школы Le Cordon Bleu с филиалами в Лондоне, Нью-Йорке, Токио и Сиднее, считает, что если 30 лет назад Франция была несомненным центром мировой гастрономии, то сейчас этот центр переместился в Австралию. Почему? Попробуем разобраться и попутно приготовить несколько популярных блюд по типично австралийским рецептам… адаптированным под содержимое российского холодильника.

Если вы настоящий гурман и любите экзотику, то австралийская кухня, представляющая собой фьюжен из африканской, азиатской и европейской кухонь, вас точно не разочарует. Тут вам и морепродукты в удивительном изобилии (креветки, трепанги, омары, мидии, голубые крабы и так далее по списку), и привычные для россиян курица, свинина, говядина, крольчатина, и экзотические мясо кенгуру, стейки из крокодила или страуса, да еще все это приготовлено так, что просто пальчики оближете. Мясо, какого бы происхождения оно ни было, чаще всего маринуют в апельсиновом или ананасовом соусе, а на гарнир подают жареные бананы. Рис, индийские специи, орехи и экзотические плоды прилагаются.

Пока путешествие в Австралию представляется достаточно туманной перспективой, попробуйте самостоятельно приготовить несколько простых блюд по рецептам шеф-поваров этой далекой страны. Итак, кулинарный вояж начинается.

НЕСКОЛЬКО РЕЦЕПТОВ

МЯСНОЙ ПИРОГ

Австралийский пирог – своеобразная визитная карточка этого государства, и готовится он совсем несложно.

Ингредиенты:
500 г говяжьего фарша
1 луковица
350 г слоеного теста (можно купить готовое)
2 ст. л. кетчупа
2 ст. л. соевого соуса
1 ч. л. тимьяна
1 ч. л. орегано
1 стакан кипяченой воды
3 ст. л. муки

Приготовление:
Нарежьте и спассеруйте луковицу до золотистого цвета, добавьте к ней фарш и слегка обжарьте его. Туда же выложите муку, кетчуп, орегано и тимьян, а через пару минут – соевый соус, воду и соль. Все потушите 10 минут на слабом огне, помешивая. Готовую начинку снимите с огня и остудите.

Тесто разделите на две неравные части и раскатайте их в пласты. Большую часть уложите на дно жаропрочной формы, сверху равномерно выложите начинку, закройте вторым пластом и тщательно защипите края. Выпекайте пирог при 180 °С около 40 минут. »

САЛАТ СО СВЕКЛОЙ И МАНГО

Ингредиенты:
1 манго
3 свеклы
50 г сыра фета
3 ст. л. оливкового масла
3 ст. л. бальзамического уксуса
Соль, специи, свежая зелень петрушки

Приготовление:
Свеклу очистите, каждую разрежьте на восемь частей, выложите на противень и запекайте при температуре 200 °С в течение 45 минут. Готовую свеклу выложите в глубокую миску, добавьте порезанный кубиками сыр, ломтики манго и рубленую зелень. Заправьте салат бальзамиком и оливковым маслом.

МОЗГИ ПО-МАТРОССКИ

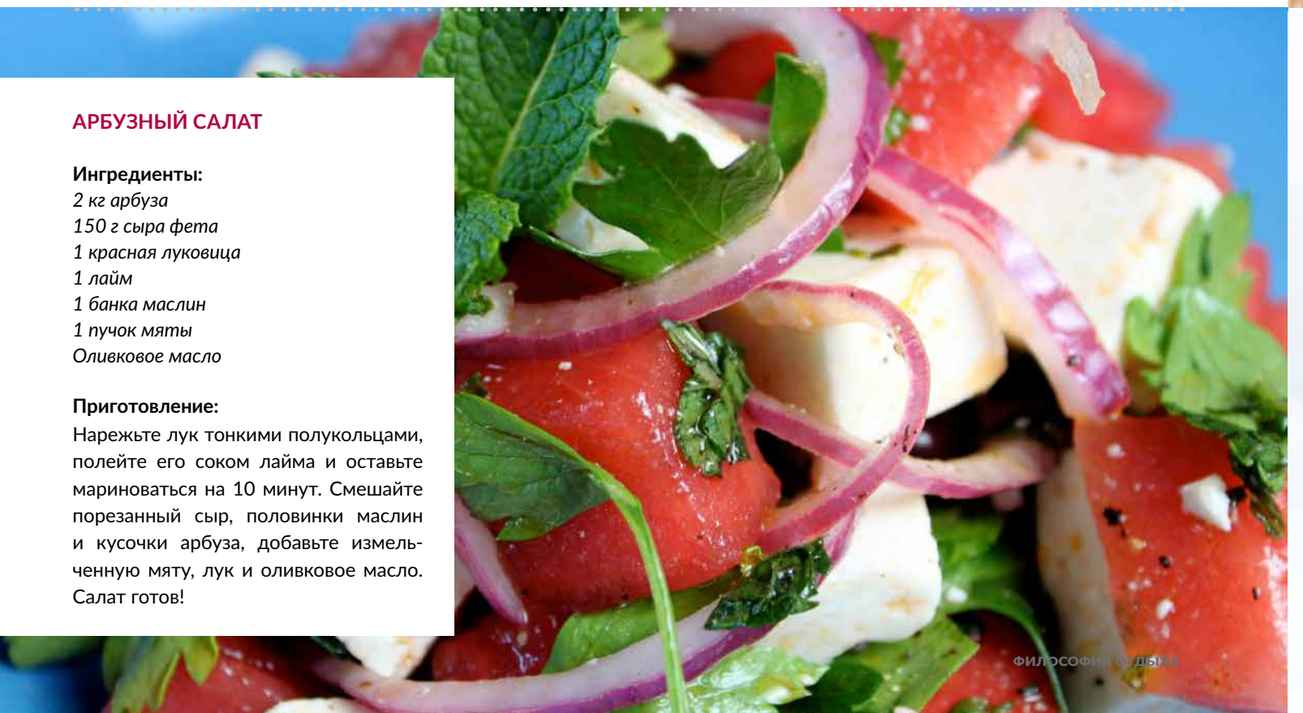
Ингредиенты:
360 г говяжьих мозгов
60 мл сухого красного вина
30 г сливочного масла
2 крупные луковицы
250 г свежих грибов

Приготовление:
Это простое и очень сытное блюдо. Мозги отварите в подсоленной воде, нарежьте небольшими кусочками, полейте растопленным сливочным маслом, а затем вином. На гарнир – тушеные грибы с луком.

БИФШТЕКС «СУМЧАТЫЙ»

Ингредиенты:
500 г свиной вырезки
120 г любых свежих грибов
1 ч. л. лимонной цедры
1 яйцо
40 г сливочного масла
Соль, майонез, панировочные сухари, специи и зелень петрушки

Приготовление:
Обжарьте на сливочном масле почищенные, вымытые и порезанные грибы. В отдельной посуде смешайте яйцо, панировочные сухари, лимонную цедру, рубленую петрушку, соль и специи, добавьте к грибам и перемешайте. Вымойте мясо, обсушите бумажным полотенцем от лишней воды, надрежьте по длине, наполните грибной начинкой, перевяжите ниткой и обжарьте на сковороде до появления румяной корочки. Выложите мясо в форму, смажьте майонезом и запеките в духовке при температуре 200 °С в течение 45 минут.



АРБУЗНЫЙ САЛАТ

Ингредиенты:
2 кг арбуза
150 г сыра фета
1 красная луковица
1 лайм
1 банка маслин
1 пучок мяты
Оливковое масло

Приготовление:
Нарежьте лук тонкими полукольцами, полейте его соком лайма и оставьте мариноваться на 10 минут. Смешайте порезанный сыр, половинки маслин и кусочки арбуза, добавьте измельченную мяту, лук и оливковое масло. Салат готов!

АНЗАК

Ингредиенты:
100 г овсяных хлопьев
100 г кокосовой стружки
1 ст. л. жидкого меда
100 г тростникового сахара
100 г муки
2 ст. л. холодной воды
60 г сливочного масла

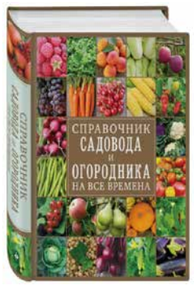
Приготовление:
Соедините в подходящей емкости овсяные хлопья, кокосовую стружку, сахар и муку. В небольшой кастрюльке смешайте мед, воду и сливочное масло, прогрейте на слабом огне и соедините с содой. Теперь вылейте смесь в емкость с сухими ингредиентами, и все тщательно перемешайте. Сформируйте из теста шарики, выложите их на противень, застеленный пекарской бумагой, и поставьте в духовку, нагретую до 160 °С. Выпекайте около 20 минут.

ШЕСТЬ РАЙСКИХ СОТОК,

или Огород на балконе

Конец весны – лучшее время для рассады и грядок, комнатных растений и балконных насаждений. Представляем книжную подборку для тех, кто не мыслит жизни без «зеленых друзей».

Ирина Чадеева
ВСЕ В САД!
О том, как превратить дачный участок в райский уголок
Двадцать лет назад Ирина Чадеева купила дачу на шесть соток в старом товариществе. Чтобы превратить заброшенный участок в цветущий сад, она закончила курсы ландшафтного дизайна, изучила десятки книг и опыт других садоводов. Для Ирины важно, чтобы на участке росли цветы, которые могут прожить без недельного ухода, а сама дача была удобным и приятным местом, куда хочется возвращаться. В этой вдохновляющей и очень красивой книге автор рассказывает, как вырастить растения и подобрать им достойное окружение.



СПРАВОЧНИК САДОВОДА И ОГОРОДНИКА НА ВСЕ ВРЕМЕНА
Универсальный справочник, в котором можно найти ответы на самые разные вопросы, от планирования участка до сбора овощей и фруктов. В книге описаны техники ухода за садом, огородом и виноградником. Важная особенность издания – вся информация актуальна для средней полосы России. Вы узнаете, какие сорта культурных растений позволяют получить богатый урожай с учетом характеристик почвы и климатических особенностей региона. Издание станет желанным подарком для всех дачников.

Хилтон Картер
WILD AT HOME.
Как превратить свой дом в зеленый рай
Если у вас нет дачи, разбить сад можно и в квартире! Как это сделать, расскажет известный дизайнер, ведущий телепрограммы Plant Doctor. Книга научит ухаживать за комнатными растениями даже тех, кто раньше довольствовался лишь искусственными цветами. Вы узнаете, где разместить растения, как их размножать, как подобрать правильный горшок и избавиться от вредителей и болезней. А еще как комбинировать разные цветы и создавать дизайнерские композиции в каждой комнате.

Геннадий Распопов
КАК ВЫРАСТИТЬ ЭКОПРОДУКТЫ.
Все о здоровом питании от рождения до 100 лет
Успешный врач и садовод с 45-летним стажем Геннадий Распопов знает, что органическая еда – это лучшее лекарство. Именно поэтому овощи и фрукты из собственного огорода не идут ни в какое сравнение с «пластмассовыми» яблоками и помидорами из супермаркетов. В своей книге автор рассказывает, как связаны химикаты, применяемые в сельском хозяйстве, с уровнем здоровья, и учит выращивать экологически чистые овощи и фрукты.

КАЛЕЙДОСКОП
ОБО ВСЕМ

С. 70 НЕ СКУЧАЙ-АЙ-АЙ! ЗВЕЗДЫ НА КАРАНТИНЕ

С. 74 НАЙДИ СВОЕ ПОЛЕ... ДЛЯ ГОЛЬФА

С. 78 ПОРЯДОК В ДОМЕ = ПОРЯДОК В ГОЛОВЕ. ВСЕГДА ЛИ?

С. 82 С ВЕТЕРКОМ ПО ПАРКУ.
ГИРОСКУТЕР, СЕГВЕЙ ИЛИ МОНОКОЛЕСО?

С. 88 ЛЕГКО ЛИ БЫТЬ АЛЬБИНОСОМ

ДАЧНЫЙ ОТВЕТ: САМОИЗОЛЯЦИЯ С ПОЛЬЗОЙ

Никогда еще не было так просто спасти себя и близких: нужно всего лишь отсидеть дома несколько недель и смириться с вынужденной самоизоляцией. В нынешней ситуации кто-то вернулся к старым хобби, на которые всегда не хватало времени, а кто-то открыл для себя новые и полезные занятия. Одно из них – садоводство. У этого дела много плюсов, начиная с физической нагрузки и заканчивая гордостью за собранный урожай.

Среди других преимуществ дачи – экономия денег. Даже небольшой сад позволяет тратить в супермаркете меньше денег на покупку овощей и фруктов хотя бы летом. И конечно, жизнь за городом – это еще и экологично. Растения очищают пространство вокруг нас, поэтому везде, где возможно – во дворах, в квартире, на крыше, – приветствуется озеленение.

И пусть необходимые сейчас ограничения удручают, можно взглянуть на ситуацию под другим углом и потратить появившееся свободное время на уход за растениями. Каждую весну они особенно нуждаются во внимании садовода из-за нестабильной погоды.

ОБРЕЗКА ДЕРЕВЬЕВ И КУСТОВ

Весеннюю обрезку кустарников проводят обычно в конце марта, когда стаял снег и установилась плюсовая температура, но листья еще не успели распуститься – такие условия считаются наиболее удачными. Существуют правила и схемы грамотной обрезки для каждого вида плодового, ягодного или декоративного кустарника. Поэтому перед началом процедуры определитесь с целями и техникой обрезки кустарника, учитывая возраст растения.

Грамотно подбирайте садовые инструменты: для обрезки могут понадобиться секатор, сучкорез, садовые ножницы и, возможно, садовая пила для самых толстых ветвей. Обратите внимание на уникальный инструмент с запатентованной технологией – сучкорез SlimCut от GARDENA. Он отличается от других инструментов данной категории наличием телескопической алюминиевой рукоятки и двухприводной передачи для усиления мощности реза. Это совершенно новое решение на рынке садового оборудования, обеспечивающее максимальное удобство при работе: рукоятка регулируется по длине, а привод одним движением можно перевести из режима мощности для обрезки толстых веток (до 28 мм в диаметре) в режим для быстрой обрезки тонких. Лезвия сучкореза с острой заточкой и защитой от налипания обладают оптимальной геометрией для точного среза без особых усилий.

УБОРКА МУСОРА

Самое главное в начале нового сезона – подождать, пока земля просохнет после снега. Тогда и уборка участка пройдет гораздо проще. Аккуратно соберите листья, ветки и остатки прошлогодних плодов. Не забудьте отдельно собрать органику в компостную яму! В это же время можно попрощаться с устаревшим и сломанным садовым декором, инструментами и ненужными вещами.

ПРОПОЛКА ГРЯДОК

Ранней весной, когда на огороде появятся первые всходы, следует приступать к прополке. Ведь, если оставить сорняки на месте, они помешают молодым растениям нормально развиваться.

Удалять сорняки с грядки лучше всего в сухую и жаркую погоду, приступая к работе с самого утра. В этом случае корешки сорняков, которые останутся на земле, быстро засохнут и не смогут снова прорасти. Во время работы лучше всего двигаться спиной, чтобы не затаптывать скошенные сорняки.

Иногда возникают ситуации, когда нет сил или времени очистить огород от сорняков, и они вырастают выше культурных растений. В этом случае прополкой лучше заниматься вечером, чтобы растения за ночь адаптировались к новым условиям.

ПРИВИВКА ДЕРЕВЬЕВ

Это достаточно кропотливое занятие, требующее от садовода больших знаний и времени. Пока вы находитесь на самоизоляции, самое время заняться прививкой деревьев. Это не только вегетативный способ размножения растений, но и возможность омолодить состарившиеся или заболевшие плодовые деревья. В этом случае саженец повторяет лучшие свойства материнского растения. А еще на одном стволе прививают несколько сортов, чтобы сэкономить место в саду.

Успешной считается прививка, при которой разные сорта прививают на один вид растения. То есть, сорт яблони нужно прививать на яблоневый подвой, а сорт груши – на грушевый. Однако бывают и исключения: привой черенка сливы хорошо приживается на алыче, черенок лимона – на горьком апельсине.

ПЕРВЫЙ ПОСЕВ

В апреле уже можно высевать на грядку семена холодостойких культур. Даже если ваш участок расположен в теплом, укрытом от ветра месте, весенние посадки начинают только после того, как почва прогреется не меньше, чем до +5 °С. Ранней весной можно посадить бобы, горох, морковь, петрушку, укроп и т. д.

На свободных грядках можно посеять холодостойкие сидераты (рожь), которые восстанавливают плодородие почвы. Подросшие, но не успевшие зацвести сидераты заделывайте в почву за две-три недели до высадки или посева основной культуры, чтобы они успели разложиться и удобрить землю.

ЗВЕЗДЫ НА КАРАНТИНЕ

Каждый противостоит пандемии по-своему: кто-то готовит вкусные лакомства, кто-то сажает рассаду, кто-то разбирает дом, кто-то играет с детьми. А как в вынужденной изоляции проводят время медийные персоны? Хотите узнать? Благо каждый из них регулярно выкладывает посты и видеоролики в социальные сети.

ЯНА РУДКОВСКАЯ. ДАМА С КАМЕЛИЯМИ

Продюсер активно ведет свою страничку в «Инстаграме». На одном из видеороликов Яна учит подписчиков заваривать «целебный чай», на другом проводит экскурсию по своей гардеробной комнате, на третьем – дает мастер-класс по изготовлению защитных масок. Обычные черные маски Яна украшает цветами. В последнее время она не только сама появлялась в этом «аксессуаре», но еще и снабжала им коллег по шоу-бизнесу, а также разыгрывала маски среди подписчиков.

СЕРГЕЙ ЛАЗАРЕВ. КОНЦЕРТ В ДОМАШНЕМ ЗАЛЕ

Известный певец сделал приятный подарок своим поклонникам: эксклюзивный онлайн-концерт Сергея Лазарева состоялся в прямом эфире 4 апреля. Он исполнил свои лучшие песни, а также композиции из альбома «Я не боюсь». Поп-звезда неустанно призывает своих почитателей оставаться дома. Сергей пишет, что лучше это время посвятить семье и выставляет в соцсетях видео своих маленьких детей.

ДМИТРИЙ КОЛДУН. ОГОРОД НА БАЛКОНЕ

Дмитрий выращивает рассаду к дачному сезону: «Заодно проверим, у кого в семье самая легкая рука: чья рассада вырастет быстрее и даст самый большой урожай». И, конечно, уделяет время детям: «Дети постоянно рядом, все секции и кружки закрыты. Заняться, кроме меня, ими теперь некому, поэтому становлюсь их персональным тренером».

МАРГАРИТА СУХАНКИНА. ИГРА В ГОРОДКИ

Популярная певица на карантине разделяет увлечения своих детей. «Осваиваю очень интересную технику рисунков по точкам. Отрыла мир видеоуроков на YouTube. А еще сын и дочь занимаются городками. Чтобы не терять навык, пока закрыта секция, организовали на воздухе импровизированную площадку. Я тоже присоединилась, проводим семейные турниры», – рассказывает она. >>

БРЮС УИЛЛИС. ПАРИКМАХЕРСКАЯ НА ДОМУ

На рискованный эксперимент с волосами решились Брюс Уиллис и его младшая дочь от Деми Мур Таллула. Звездный отец не пощадил локоны девушки и побрил ее прямо на камеру! Позже это видео появилось на страничке Таллулы в «Инстаграме». Надеемся, менять прически двум другим своим длинноволосым дочерям актер не станет. При этом на карантине Брюс находится именно в доме бывшей жены. С чем это связано, неизвестно. В собственном особняке его ждут супруга Эмма Хемминг и две маленькие дочери.

ТЭЙЛОР ЛОТНЕР. СНЯТЬ... ПАРОДИЮ

Звезда «Сумерек» решил снять смешное видео. В ролике, который появился на страничке актера, он в маске Бэтмена выпрыгивает из мусорного бака под музыку из фильма «Миссия невыполнима» и, раскрыв зонтик, убегает. Многие фанаты Лотнера предположили, что этим видео он хотел подколоть своего коллегу по вампирской саге Роберта Паттинсона, который как раз получил роль супергероя в новом фильме.

КЕЙТ БЕКИНСЕЙЛ. КАПУСТНАЯ ШЛЯПА

Кейт сидит на карантине вместе со своими любимыми питомцами – кошками Клайвом и Уиллоу. Недавно она выложила в сеть ролик, на котором предстала перед подписчиками с выбеленным лицом и нарисованными кошачьими усами. Судя по видео, кошка Бекинсейл была в шоке от своей хозяйки. Но, осмелимся предположить, в больший шок Уиллоу пришла, когда актриса попыталась смастерить для нее шляпу из капусты.

ЭНТОНИ ХОПКИНС. КОНЦЕРТ ДЛЯ КОТА

Энтони Хопкинс, оказавшись в четырех стенах, развлекает не только себя, но и домашнего любимца. Актер поделился роликом в «Инстаграме», в котором играет на рояле для кота Нибло и улыбается животному. Сам Хопкинс прокомментировал видео так: «Нибло следит, чтобы я оставался здоровым и требует развлекать его взамен».

ДЖАРЕД ЛЕТО. ЭЛИТНЫЙ КЛУБ ЛЮБИТЕЛЕЙ КИНО

На карантине Лето делится с подписчиками своего аккаунта в «Твиттере» фильмами, которые смотрит каждый вечер. Поклонники обсуждают просмотренные картины, и некоторым отвечает сам Джаред! Для того чтобы поучаствовать в дискуссии, нужно пройти по тегу #JaredLetoCinemaClub на официальной странице артиста.

НАТАЛЬЯ ВОДЯНОВА, ДЖАНЕТ ДЖЕКСОН, ЭМБЕР ХЕРД И НАТАЛИ ПОРТМАН. КУЛИНАРНЫЕ ПОДВИГИ

Супермодель Наталья Водянова и на карантине продолжает следить за фигурой. Дома она готовит исключительно полезные блюда. К кулинарному процессу Наталья подключает и своих пятерых наследников: недавно они всей семьей готовили зеленый рис.

Певица Джанет Джексон креативит и на кухне: вместе с сыном Эйссом она напекла блинчиков в виде нот.

Актриса Эмбер Херд на карантине испекла... хлеб. Для первого опыта неплохо. По крайней мере, на вид.

Актриса Натали Портман – настоящий фанат кулинарии. Со своими подписчиками в «Инстаграме» она каждый день делится новыми рецептами блюд. Тут вам и салаты, и выпечка, и супы, так что с помощью Натали можно приготовить целый обед.

ДЖЕННИФЕР ЛОПЕС. ВЫЕЗДНОЕ КАФЕ

Знойная певица и актриса самоизолировалась в Майами в современном минималистичном загородном особняке вместе с семьей. На лужайке перед домом она устроила импровизированное кафе, в котором ее сын «подрабатывает» официантом. А еще Дженнифер проводит пижамные вечеринки и снимает видео. В кадре – дети и муж, бейсболист Алекс Родригес.

СЕРГЕЙ БЕЗРУКОВ, ЕЛЕНА ВАЕНГА, ЕКАТЕРИНА СТРИЖЕНОВА, ЮЛИЯ ПЕРЕСИЛЬД. ВО САДУ ЛИ, В ОГОРОДЕ

Те, у кого есть такая возможность, стараются пережить это время вдали от мегаполиса. На даче или в загородном доме самоизоляция переносится не в пример легче, так как есть место для прогулок даже в пределах своего участка и всегда найдется дело по душе..

Сергей Безруков посадил на майских праздниках картошку. Актер с супругой Анной Матисон и двумя маленькими дочерьми живут в загородном доме. На карантине Сергей не скучает – пишет картины, гуляет с собаками, играет с детьми. По вечерам супруги прогуливаются к речке, что неподалеку от их дома.

Певица Елена Ваенга тоже обосновалась за городом – сама копает огород и обустраивает теплицы.

Занимается своим приусадебным участком и телеведущая Екатерина Стриженова: «Пою гимн женщинам, на плечи которых сейчас легла тройная нагрузка – стираем, готовим, убираем с утра до вечера без выходных!»

А Юлия Пересильд даже дрова сама сумела наколоть. Думается, звезды и обычные люди во время самоизоляции откроют в себе еще немало талантов...

© ЭНИТ

Is Arenas Golf & Country Club

© ЭНИТ

ПОЛЕ,

которое мы выбираем

Любите гольф? Мечтаете отправиться в Италию, когда границы откроются? Специально для вас – обзор лучших полей и гольф-курортов этой прекрасной страны. Выбирать, к слову, есть из чего: в Италии 400 гольф-клубов, 150 гольф-полей с минимальным числом лунок 18 и гольф-курорты, расположенные в изумительно красивых местах.

И ГОЛЬФ, И ВИНО. FRANCIACORTA GOLF CLUB

Городок Корте-Франка, который находится в самом центре региона Франчакорта, знаменит своими винами. Так что совсем не случайно Franciacorta Golf Club, открытый в 1927 году, тесно связан с винной тематикой, а его три гольф-поля носят имена Brut, Satèn и Rosè. Раскинувшийся на площади 80 га клуб утопает в зелени. Поле на 27 лунок с плавными неровностями рельефа подходит для игроков любого уровня. Здесь все в лучших традициях: тренировочное поле, школа гольфа, паттинг-грин, чиппинг-грин, аренда гольф-каров и тележек для гольфа, теннисные корты, бассейны, велнес-зона, бистро, магазин товаров для гольфа и тенниса. И, конечно, вкусное вино в ознаменование славных побед. Так что в свободное от гольфа время стоит прогуляться по Винной дороге Франчакорты и зайти в один из многочисленных винных погребков. Любителям природы понравится в заповеднике Торбьере-дель-Себино и на озере Изео, где находится самый крупный озерный остров Италии Монте-Изола.

НА ЛОНЕ ПРИРОДЫ. GOLF DES ILES BORROMÉES

Хотите провести отпуск на лоне девственной природы, бродить по лесу, мечтать на берегу озера, а когда душа пожелает, играть в гольф? Тогда вам в Golf Des Iles Borromées.

Гольф-клуб, расположенный среди дубовых и каштановых лесов, на залитых солнцем холмах над городом Стреза, известен изумительно красивыми панорамными видами на озеро Лаго-Маджоре. Разноуровневое 18-луночное поле с естественными преградами находится на высоте 600 метров. К услугам гольфистов тренировочное поле, паттинг-грин, аренда тележек и сумок для гольфа, магазин товаров для гольфа, бар, ресторан. В перерывах между боями можно арендовать автомобиль и отправиться в Стрезу, курорт на озере Лаго-Маджоре, чтобы совершить променад по живописной набережной, а можно съездить в небольшие милые городки – Вербанию, Арону, Анжеру, Бавено. Любители морских прогулок наверняка предпочтут автомобильной поездке путешествие на пароме или моторном катере вдоль Борромейских островов, что напротив Стрезы.

ЧУДО САРДИНИИ. IS ARENAS GOLF & COUNTRY CLUB

Известный клуб, созданный по проекту знаменитых американских архитекторов Роберта фон Хагге и Ричарда Барила, расположен на Сардинии. Он занимает площадь в 700 га и входит в состав курортного отеля на берегу моря. 18-луночное гольф-поле длиной 6300 метров с соснами и зарослями можжевельника – настоящая мечта гольфиста. Здесь предусмотрены тренировочное поле, питчинг-грин, паттинг-грин, школа гольфа, гольф-кары, аренда ручных и электрических тележек для гольфа, бассейн, магазин товаров для гольфа, ресторан, бар, жилье и пляжный клуб. В перерывах между играми можно посетить лучшие пляжи острова – Ис Аренас, Ис Арутас, Маймони, Путцу Иду и С'Аркитту. »

С ВИДОМ НА СРЕДИЗЕМНОМОРЬЕ. VERDURA RESORT

Гольф-клуб Verdura Resort, чьи гольф-поля входят в число лучших в Европе, расположен в Шакке (о. Сицилия), на территории курортного отеля класса люкс. Клуб славится двумя полями высокого технического уровня с качественным травяным покровом. Благодаря мягкому климату в гольф здесь можно играть в любое время года. А еще посетителей ждут тренировочное поле, гольф-академия, тренировочный ров с песком, паттинг-грин, питчинг-грин, аренда ручных и электрических тележек для гольфа, аренда клюшек, гольф-кары, бассейн, отработка техники свинга, магазин товаров для гольфа, спа-центр, бар и рестораны. Если взять автомобиль напрокат, можно совершить вояж по окрестностям. Например, съездить в город Шакка, известный старинными соборами, римскими термами и традиционной керамикой, качество которой выше всяких похвал.

ЛУЧШЕ ГОР МОГУТ БЫТЬ ТОЛЬКО ГОРЫ...
ASIAGO GOLF CLUB

Asiago Golf Club славится своими игровыми зонами, с которых открываются завораживающие панорамные виды Альп. 18-луночное поле лежит на высоте 1000 метров над уровнем моря, к гольф-хаусу примыкают отель и ресторан. А еще здесь есть все, чтобы гольфист, в том числе начинающий, чувствовал себя комфортно: паттинг-грин, гольф-академия, аренда ручных и электрических тележек для гольфа, аренда сумок для гольфа и клюшек, гольф-кары, ресторан, магазин товаров для гольфа. Помимо гольфа, на плоскогорье Азиаго, или «плоскогорье семи городов», можно заниматься трекингом и кататься на горном велосипеде.

В ЗЕЛЕНИ ХОЛМОВ. SALSOMAGGIORE GOLF & THERMAE

Гольф-клуб расположен в тихой долине среди холмов, окружающих знаменитый термальный курорт Сальсомаджоре-Терме в Эмилии. Поле на 18 лунок, где плавные фервеи чередуются с быстрыми гринами, подходит для гольфистов любого уровня подготовки. Бассейн, солярий и ресторан прилагаются.

К услугам гостей тренировочное поле с 15 помостами, в том числе пятью крытыми, питчинг-грин, паттинг-грин, гольф-кары, аренда клюшек, электрические и ручные тележки для гольфа, магазин товаров для гольфа. На досуге стоит расслабиться в термах Сальсомаджоре и Табиано. Ну а чтобы вкусить пищи духовной, можно совершить приятное путешествие по близлежащим городам, связанным с именем великого Джузеппе Верди, а также посетить Парму с ее Королевским театром и полюбоваться расположенными в окрестностях средневековыми крепостями и замками.

ПОГРУЖАЯСЬ В ИСТОРИЮ. CIRCOLO DEL GOLF DI ROMA ACQUASANTA

Этот гольф-клуб, основанный в 1903 году, один из старейших в Италии. Он расположен в парке Старой Аппиевой дороги, у ворот, ведущих в исторический центр Рима. Поле с 18 лунками природного происхождения находится неподалеку от мавзолея Цецилии Метеллы и пересечено римским акведуком (акведук Клавдия). В остальном здесь все очень современно: есть тренировочное поле, паттинг-грин, гольф-кары, электрические и ручные тележки, аренда сумок для гольфа, ресторан, бассейн, спортзал и бильярдный зал.

СВЕЖО И ОСТРО ПАХНЕТ МОРЕМ... SAN DOMENICO GOLF CLUB

В Савеллетри-ди-Фазано, городе на берегу Адриатики, визитной карточкой которого являются старинные домики, покрытые белой известью, расположен San Domenico Golf Club. Клуб располагает 18-луночным гольф-полем с обширными площадками и склонами для игры и соответствует самым высоким техническим стандартам. К услугам гольфистов тренировочное поле, питчинг-грин, паттинг-грин, школа гольфа, тренировочный бункер, гольф-кары, аренда ручных и электрических тележек для гольфа, бар, ресторан.

Отдохнув после игры, можно посетить Археологический парк древнеримского города Эгнациа по соседству, термы Торре-Канне и долину Валле д'Итрия с ее знаменитыми городками Альберобелло и Остуни.

В КОЛЬЦЕ ХОЛМОВ ПОД СЕНЬЮ ЗАМКА. GOLF & COUNTRY CLUB CASTELLO DI SPESSA

Этот гольф и кантри-клуб расположен среди виноградников зоны Коллио в провинции Гориция, у подножья старинного замка, который недавно отметил свой восьмивековой юбилей. В замке периодически проводятся изысканные винные дегустации. Но это вечером, а сначала – гольф. 18-луночное поле находится среди сменяющих друг друга ландшафтов и располагает разнообразными ферверями. Услуги традиционны: питчинг-грин, паттинг-грин, тренировочный бункер, гольф-академия, курортный отель, бар, ресторан. Если нагрузки будет недостаточно, можно взять напрокат велосипед и отправиться по увлекательному маршруту по Коллио в направлении Словении.

КРАСОТА, ПРИРОДА, МОРЕ. CONERO GOLF CLUB

Гольф-клуб расположен в регионе Марке на территории парка Конеро. 18-луночное 6000-метровое гольф-поле разбито на рыхлой почве с разнообразным рельефом. Опытным гольфистам здесь точно понравится, а укороченное поле подойдет для начинающих и детей. А еще здесь можно поиграть в большой теннис, благо есть оборудованные корты. Представлен весь традиционный набор для отдыхающих: школа гольфа, ручные и электрические тележки для гольфа, магазин товаров для гольфа и тенниса, бар, ресторан, бассейн. На досуге можно погреть косточки на одном из живописных пляжей – Дуэ-Сорелле, Ла-Вела, Меццавалле и полюбоваться древностями в средневековых предместьях Сироло, Лорето, Озимо и Нумана.

НА БЕРЕГУ ЛИГУРИЙСКОГО МОРЯ. CIRCOLO GOLF & TENNIS RAPALLO

Клуб для игры в гольф и теннис расположен на курорте Рапалло на восточном побережье Лигурийского моря (Ривьера-ди-Леванте), на территории прекрасного природного парка. За ухоженность и красоту гольф-поле (любители ботаники не будут разочарованы) даже отметили наградой местные экологи. Самая прекрасная панорама на старинный монастырь Валле-Кристи открывается от седьмой лунки – обязательно обратите внимание. Услуги традиционные: паттинг-грин, аренда ручных и электрических тележек для гольфа, аренда сумок для гольфа, теннисные корты, ресторан. Любителям пеших прогулок, которые отдыхают со своей половиной, точно придется по душе романтичный «Путь поцелуев» – 8-километровый маршрут, который проходит от Рапалло до Портофино.

У ПОДНОЖИЯ ЗАМКА. ANTOGNOLLA GOLF

К северу от Перуджи, у подножия великолепного средневекового замка Антоньолла XII века, на территории эксклюзивного курортного отеля расположен гольф-клуб Antognolla Golf с 18-луночным полем. На разнообразном и интересном поле находится много заряжающих драйвом преград. К услугам гостей паттинг-грин, гольф-кары, аренда ручных и электрических тележек для гольфа, магазин товаров для гольфа, тренировочное поле, курортный отель, спа-центр, ресторан.

Клуб находится в центре Умбрии, всего в получасе езды от знаменитых мест этой области: Тразименского озера и городов Перуджа, Губбио и Ассизи, так что вопрос о проведении досуга здесь не стоит.

Публикация подготовлена по материалам Национального агентства Италии по туризму.

СЧАСТЬЕ В ГАРМОНИИ?

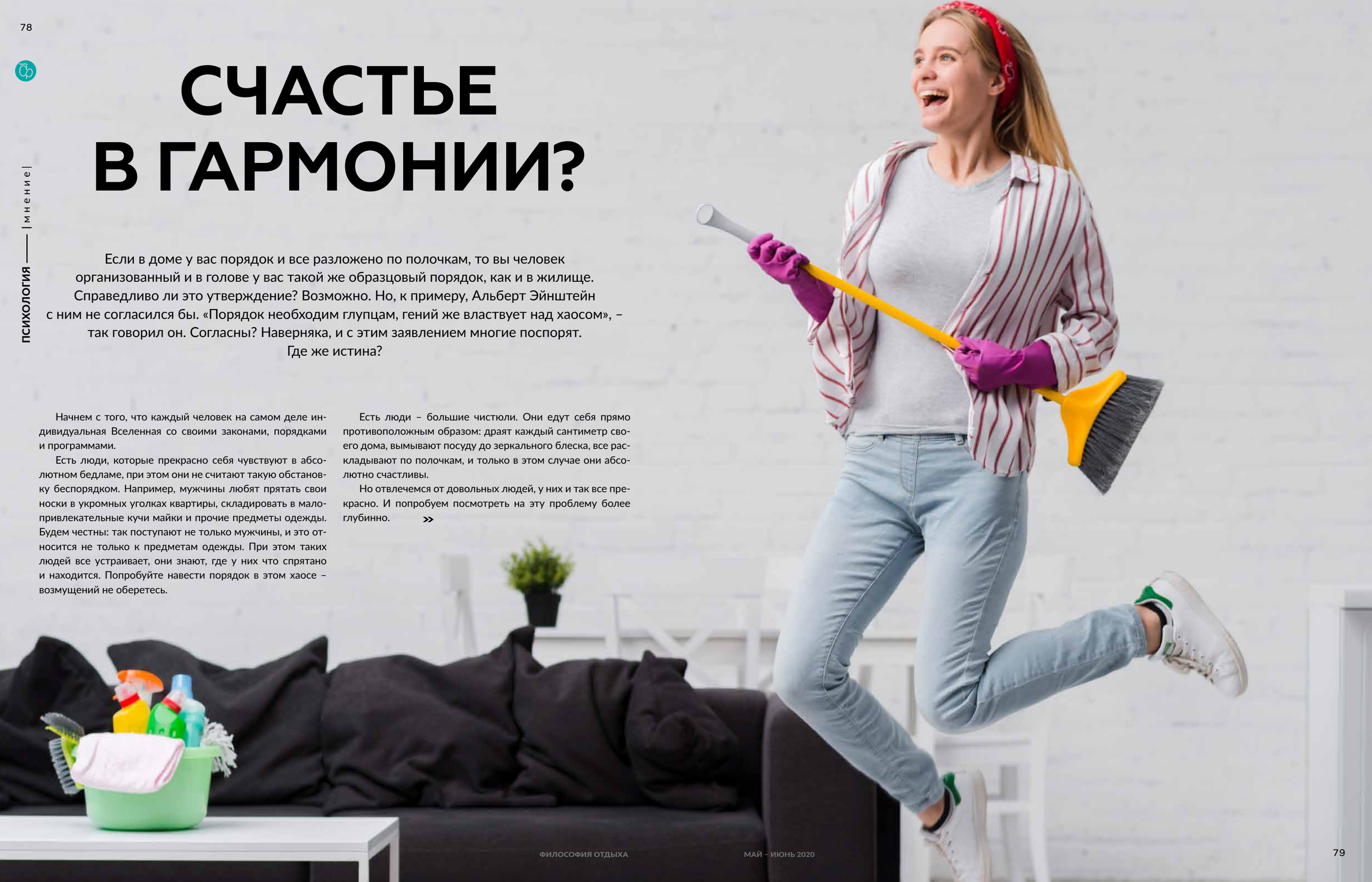
Если в доме у вас порядок и все разложено по полочкам, то вы человек организованный и в голове у вас такой же образцовый порядок, как и в жилище. Справедливо ли это утверждение? Возможно. Но, к примеру, Альберт Эйнштейн с ним не согласился бы. «Порядок необходим глупцам, гений же властвует над хаосом», – так говорил он. Согласны? Наверняка, и с этим заявлением многие поспорят. Где же истина?

Начнем с того, что каждый человек на самом деле индивидуальная Вселенная со своими законами, порядками и программами.

Есть люди, которые прекрасно себя чувствуют в абсолютном бедламе, при этом они не считают такую обстановку беспорядком. Например, мужчины любят прятать свои носки в укромных уголках квартиры, складировать в малопривлекательные кучи майки и прочие предметы одежды. Будем честны: так поступают не только мужчины, и это относится не только к предметам одежды. При этом таких людей все устраивает, они знают, где у них что спрятано и находится. Попробуйте навести порядок в этом хаосе – возмущений не оберетесь.

Есть люди – большие чистюли. Они едут себя прямо противоположным образом: драят каждый сантиметр своего дома, вымывают посуду до зеркального блеска, все раскладывают по полочкам, и только в этом случае они абсолютно счастливы.

Но отвлечемся от довольных людей, у них и так все прекрасно. И попробуем посмотреть на эту проблему более глубинно. »



Многие вещи зависят от программ, которые заложены с детства. Именно в первые годы жизни большинству внушают, что чистота – залог здоровья, что надо все класть на свои места и так далее, и тому подобное. Эти формулы так прочно оседают в головах, что, повзрослев, люди начинают смотреть на беспорядок с отторжением, а значит, приходится либо менять восприятие реальности, либо начинать убираться, что, безусловно, приносит свои позитивные плоды.

Второй фактор – подсознание. Действительно, если ежедневно наводить порядок в доме, раскладывать вещи на правильные, раз и навсегда отведенные для них места, мыть посуду сразу после еды, выносить мусор, не копя его, то через какое-то время возникает новая привычка, и психика тоже перестраивается. Вскоре можно с удивлением обнаружить, что и в других делах вы начинаете действовать более четко и организованно. Вот почему, если вам хочется стать более аккуратным, сосредоточенным, упорядоченным, психологи советуют начать с организации своего пространства.

Теперь коснемся непосредственно порядка в голове. Тут одной уборкой в доме, к сожалению, не отделаться, надо искать причину глубже. Возможно, вы просто сейчас перегружены, и вам необходимо отдохнуть и отвлечься. Китайская мудрость гласит: дай осесть мутному илу, чтобы увидеть чистоту воды. Иногда и правда нужно отложить на время все дела и заняться тем, что сделает вас счастливым сейчас. Ведь люди, кажется, именно для этого живут? Да и может ли у счастливого человека быть каша в голове? Подумайте.

Кстати, о пресловутой уборке – это как раз хорошее занятие, чтобы отвлечься, и однозначно полезное. Расставьте все на свои места, как всегда хотелось, выбросите ненужные и испорченные вещи. Прочь хлам и мусор, даешь больше пространства! Из уборки можно сделать целый ритуал: включить музыку и двигаться под нее, зажечь свечи и благовония, разложить карты Таро... Ой, последнее, кажется, не совсем по этой теме... Самое главное здесь – это ваше счастье, ну и, конечно, счастье ваших близких людей. Помните об этом.

НЕ РОСКОШЬ, А СРЕДСТВО ПЕРЕДВИЖЕНИЯ

Гироскутер, сегвей или моноколесо?

Для того, чтобы быстро передвигаться по городу на не слишком далекие расстояния, вовсе не нужен автомобиль. Существуют другие средства передвижения, на которых можно прокатиться с ветерком, не затратив ни капли горючего и практически никаких физических усилий. Речь идет о модных сегодня гироскутере, сегвее и моноколесе. Что выбрать? Предлагаем рассмотреть все варианты.

ГИРОСКУТЕР. ТРАНСПОРТ ДЛЯ РАЗВЛЕЧЕНИЯ

На этой компактной конструкции можно без проблем передвигаться по городу или по парку. Главный недостаток: если батарея разрядится, а случается это, как правило, в самый неподходящий момент, «кататься» гироскутер будет уже на вас. Согласитесь, тащить на себе 8-килограммовый прибор, если вы отъехали достаточно далеко от дома, не очень приятно. Аккумулятора хватает максимум на 20 км.

Как выбрать

Максимальная нагрузка. От этого параметра зависит безопасность движения и срок службы устройства. Детские модели рассчитаны на вес до 60–70 кг. У самых надежных гироскутеров максимальная нагрузка достигает 130–150 кг, при соблюдении техники безопасности шарнирные крепления и платформа не сломаются даже под весом взрослого мужчины. Универсальные модели для ребенка и взрослого рассчитаны на нагрузку 100–120 кг.

Максимальная скорость и мощность. В зависимости от мощности электродвигателя гироскутеры могут развивать скорость до 20 км/ч. Модели для детей выпускаются со 150–170-ваттными мотор-колесами и суммарной пиковой мощностью 304–370 Вт, которая позволяет ускоряться до 10 км/ч. На устройствах для взрослых фирмы-производители устанавливают двигатели мощностью от 300 до 600 Вт с общей мощностью до 1200 Вт.

Емкость аккумулятора и запас хода. При выборе по этому параметру можно запомнить простое правило: чем выше емкость аккумулятора, тем большее расстояние можно проехать. Продолжительность езды зависит и от веса пассажира. Дети могут кататься с утра до вечера, подзаряжая прибор раз в два дня, а под мужчиной весом 110–120 кг аккумулятор разрядится за 1–2 часа.

Размер колеса. Ориентироваться нужно на возраст владельца. Для ребенка 6–7 лет подойдет модель с диаметром колес 4 дюйма. Взрослые и подростки будут комфортно чувствовать себя на гироскутерах и сегвеях с 10-дюймовыми колесами. >>

СЕГВЕЙ. ПЛАВНО И КОМФОРТНО

Сегвей, по сравнению с гироскутером, больше подходит для плавного и комфортного передвижения. Также он более безопасен и отличается хорошей системой самобалансировки. А самое главное – управляется при помощи руля.

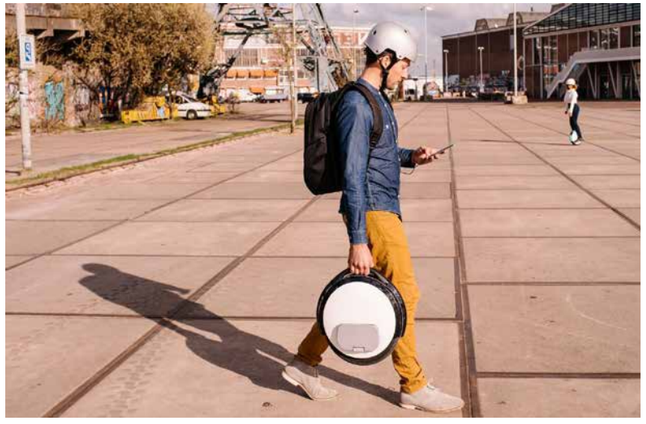
Как выбрать

Для начала нужно определиться, транспорт нужен вам для дальних поездок или для коротких дистанций. В первом случае стоит приобрести полноценный большой сегвей.

Для кого. Обратите внимание на диаметр колеса, максимально развиваемую скорость и максимальную грузоподъемность. Незначительное отклонение веса водителя в меньшую сторону может положительно повлиять на разгон сегвея, а превышение массы – быстро вывести прибор из строя. Одновременно следует иметь в виду, что если вес водителя значительно меньше заявленной в паспорте устройства грузоподъемности, то управлять им будет сложно. Так, если на сегвей встал ребенок весом 30 кг, то устройство с грузоподъемностью 120 кг может просто не сдвинуться с места, поскольку управляется системой балансировки. Сегвеи с маленьким диаметром колеса (4,5–6,5 дюймов) выдерживают пассажиров с небольшим весом (до 60 кг) и предназначены, в основном, для детей. Чем больше диаметр колес сегвея, тем больший вес он готов на себе возить.

Назначение. Вы намереваетесь кататься на нем по улицам города, передвигаться по торговым центрам, совершать прогулки по неровной поверхности за городом или предпочитаете экстрим по пересеченной местности? Здесь вновь обратите внимание на колеса. Когда нет высоких требований к проходимости колесного транспорта, выбор диаметра колеса зависит лишь от массы тела. В этом случае большой роли не играет, надувные или бескамерные будут колеса. Следует учесть, что бескамерные весят больше, однако они тверже и практичнее. Когда повышается требование по проходимости, следует отдать предпочтение сегвеям с большим диаметром колеса. Здесь немаловажную роль играет мягкость колес, от которой зависят плавность и комфортность передвижения, поэтому для этих целей предпочтительнее надувные колеса. На возможность преодолевать препятствия влияет такая техническая характеристика, как угол подъема по поверхности: чем он выше, тем больше возможностей у сегвея.

Разгон. Сегвеи могут развить скорость от 5 до 30 км/ч (новые модели умеют разгоняться до 50 км/ч). Для детей младшего возраста нежелательно приобретать сегвеи, двигающиеся со скоростью более 10–15 км/ч. Взрослые вполне могут позволить себе прокатиться с ветерком на скорости до 30 км/ч. Разгон зависит от такой технической характеристики, как мощность электродвигателя. Так, при мощности двигателя 700 Вт можно развить скорость до 30 км/ч. Но это при условии, что движение происходит по ровной поверхности, близкой к идеальной. Различные трещины и неровности покрытия снижают скорость передвижения на 2–5 км/ч. Кроме того, на разгон влияет вес тела человека: при меньшем весе скорость может достичь своего максимального предела. Для передвижения со скоростью 5–10 км/ч достаточно мощности двигателя в 250 Вт.



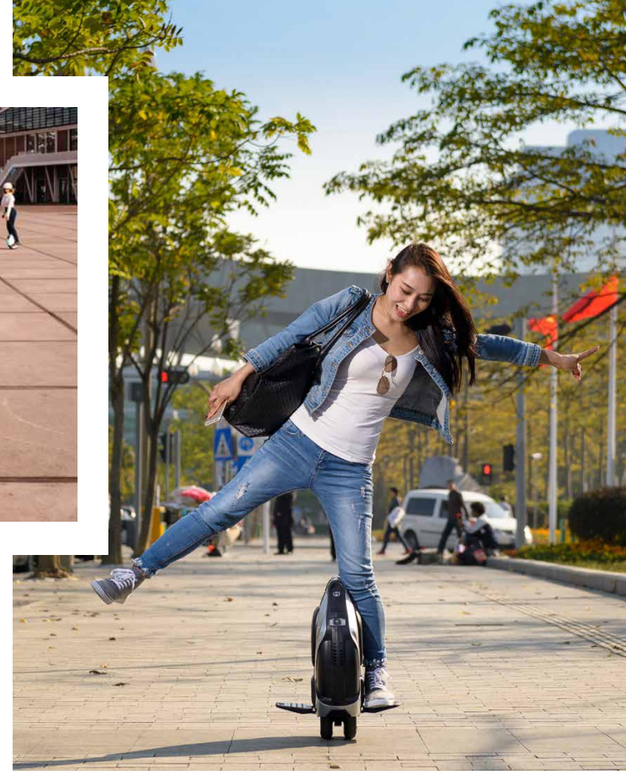
МОНОКОЛЕСО. ГОРОДСКОЙ ВЕЗДЕХОД

Моноколеса, несмотря на свое название («моно» означает «одно»), бывают и двухколесными. Прибор очень компактный, на нем можно передвигаться практически везде. А еще такое колесо удобно хранить даже в самой маленькой квартире, и его легко перемещать за ручку для переноски. Единственный большой минус – сложность освоения: просто так встать и поехать с первого раза не получится. В зависимости от навыков на «укрощение» колеса придется потратить от 30 минут до… недели.

Как выбрать

Скорость. Медленные моноколеса, к примеру Airwheel, ограничивают скорость подъемом педалей на 12–14 км/ч; максимальная скорость 18 км/ч. Средние моноколеса ограничивают скорость на 18–20 км/ч; максимальная скорость 20–22 км/ч. Быстрые моноколеса ограничивают скорость на 24–26 км/ч; максимальная скорость 30–35 км/ч. Супербыстрые моноколеса ограничивают скорость на 40 км/ч; максимальная скорость 50 км/ч. При выборе моноколеса стоит обратить внимание не на максимальную скорость, а на скорость, при которой моноколесо поднимает педали и искусственно начинает ограничивать дальнейшее ускорение.

Мощность аккумулятора. Чем мощнее аккумулятор, тем дальше сможет проехать моноколесо. Аккумуляторы бывают от 99 Wh до 1600 Wh и более. Казалось бы, о чем тут думать? Надо брать как можно больше, да и всё. Но не всё так просто. Первая проблема – это цена моноколеса, которая на 60 % состоит из стоимости аккумулятора, это самая дорогая деталь. Цена некоторых аккумуляторов может превышать 50 тысяч рублей. Вторая проблема – это вес. Аккумуляторы невероятно тяжелые. Чем больше емкость аккумулятора, тем он тяжелее, причем вес может быть больше на 4–5, а то и на 10 кг. Если для вас важен параметр веса, присмотритесь к аккумуляторам от 240 Wh до 340 Wh. Они не очень тяжелые и провезут вас на расстояние до 20–30 км. Если для вас важнее всего дальность поездки, выбирайте аккумуляторы от 520 Wh до 840 Wh. Они тяжелее, но зато провезут вас на расстояние до 80 км.



Вес. Чем легче моноколесо, тем лучше. Его средний вес 15–20 кг. С меньшим весом будет удобно, а вот с большим уже тяжело управляться.

Диаметр. Моноколеса бывают разного диаметра, от 5 до 22 дюймов. Чем больше, тем тяжелее; чем меньше, тем легче. Но от диаметра моноколес зависит и управление: чем больше моноколесо, тем легче им управлять; чем меньше – тем сложнее. Тут необходима золотая середина – это моноколеса 12, 14 и 16 дюймов, где 14 является самым популярным диаметром.

Выбирая диаметр, стоит ориентироваться на свой вес. Если ваш вес меньше 60 кг, смело покупайте моноколесо диаметром 12–14 дюймов. При весе от 60 до 80 кг присмотритесь к 14-дюймовым колесам. С весом от 80 до 100 кг подойдут 14- или 16-дюймовые моноколеса. Для человека от 100 кг и больше нужно 18-дюймовое моноколесо.

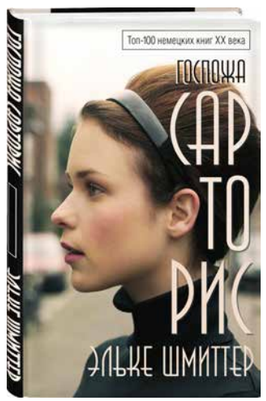
Элизабет Говард

ВСЁ МЕНЯЕТСЯ

1950 год. Матриарх аристократической семьи Казалетов, всеми любимая Дюши, умирает, а следом за ней рушится привычный уклад усадебной жизни, полный традиций, красоты и неспешности. Каждого члена большой семьи ждут перемены и испытания, а в качестве кульминации в Хоум-плейс в Рождество появится на свет новое поколение Казалетов. Неуловимо волшебное, очень доброе настроение пронизывает этот роман. Увлекательно, порой смешно, порой трогательно повествуя о своих героях, он дает возможность читателям задуматься о себе, навевает воспоминания. На протяжении всего романа нет ни одного лишнего образа, детали или слова. Очевидно, что актуальность этой истории не теряется с годами, и на такой ясной морали и вере в силу добра строится мир сейчас, как и в былые времена…

Эльке Шмиттер

ГОСПОЖА САРТОРИС



Поздно вечером на безлюдной улице машина насмерть сбивает человека, и водитель скрывается под проливным дождем… Это завязка романа, в основе которого – история обычной женщины из среднего класса, живущей в маленьком городке в довоенной Германии. Сословные различия помешали ей выйти замуж за любимого. Она стала женой порядочного, но нелюбимого человека, да и доверительные отношения с дочерью Даниэлой построить не получилось. Композиция романа нелинейна, и все это становится известно уже на первых страницах, как и то, что героиня совершает убийство – продуманное, хладнокровное. А дальше читателю предоставляется решать, кого и почему она убила. И вот здесь разворачивается вся жизнь героини, чем-то напоминающей флоберовскую госпожу Бовари. Отсылку к знаменитому произведению Эльке Шмиттер дает даже в названии своего романа.

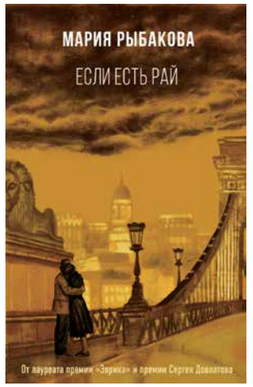
Анна Тодд

САМЫЕ ЯРКИЕ ЗВЕЗДЫ

Карине на собственном опыте пришлось узнать, что война никогда не отпускает тех, кого она коснулась: будь то непосредственные участники боев, как отец Карины, или те, кто долго жил на военной базе, как она сама. Покинув ненавистный Форт-Беннинг, где ее семье довелось пережить множество испытаний, девушка решает наладить тихую и одинокую жизнь в Атланте. И все шло хорошо, пока не появился Каэл: молодой, красивый, таинственный и… сломленный ужасами войны в Афганистане. Его скрытность и нелюдимость не отпугнули чуткую и осторожную Карину, а в ее сердце постепенно рождаются новые для нее чувства. Постепенно выясняется, что прошлое Каэла таит немало мрачных секретов. В это же время психическое состояние отца Карины резко ухудшается, а ее брат Остин решает вернуться к преступной деятельности…

Мария Рыбакова

ЕСЛИ ЕСТЬ РАЙ



Жизнь устроена таким образом, что порой приходится прятать куда подальше свои собственные желания и делать то, что требуется. Так вышло с главной героиней, которая была вынуждена выйти замуж за нелюбимого человека. Но так ли это на самом деле? Ведь все может измениться, если взглянуть на происходящее немного с другой точки зрения. Акценты сместятся, и ситуация покажется совершенно не такой, как прежде… Эта книга о женской душе, оказавшейся на перепутье. А еще автор через любовно-интеллектуальный «сюжет страсти», притяжения и отталкивания, анализирует неразрывно-конфликтную связь Европа – Россия – Восток, проводя свою русскую героиню от Будапешта до Дели.

Татьяна Стецкая

ДЕТСКИЕ ИСТЕРИКИ:

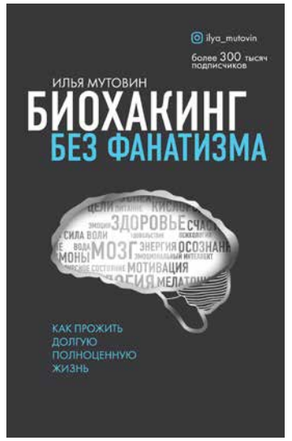
КТО ВИНОВАТ И ЧТО ДЕЛАТЬ?

Татьяна Стецкая – врач-невролог, кандидат медицинских наук, член Российского общества сомнологов. Ее блогу в «Инстаграме» @doctor_steckaya доверяют более 365 тысяч подписчиков. Из новой книги автора вы узнаете, как распознать возрастные кризисы у своих детей и успешно их преодолеть, что такое материнский ресурс и как сохранить его баланс, почему у детей бывают истерики, как заподозрить СДВГ и что стоит за этим диагнозом, что делать взрослому во время детской истерики и нужно ли ее, истерику, лечить, почему так важен эмоциональный интеллект и как его развивать, и, наконец, как справиться с агрессией и аутоагрессией. Вооружившись этими знаниям, вы наверняка станете самой разумной мамой или самым вдумчивым папой, а ваш юный наследник никогда не станет устраивать вам «эмоциональных разборок».

Илья Мутовин

БИОХАКИНГ БЕЗ ФАНАТИЗМА

КАК ПРОЖИТЬ ДОЛГУЮ ПОЛНОЦЕННУЮ ЖИЗНЬ

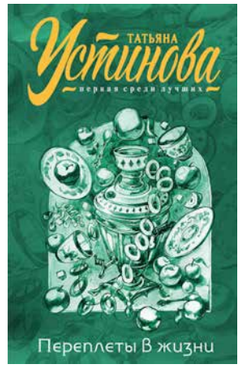


Автор книги – эксперт по правильному питанию, спорту, гигиене сна, медитациям, физическим и ментальным практикам. Илья более 10 лет занимается биохакингом и изучением работы мозга и ведет в «Инстаграме» блог @ilya_mutovin, связанный с долголетием, продуктивностью и подходом к жизни в удовольствие.

Его книга для тех, кто хочет оставаться здоровым физически и ментально. Здесь вы не найдете чудодейственных решений и «волшебных таблеток», а получите только честные и полезные рекомендации, которые подтверждены современной доказательной медициной. В издании собраны результаты современных исследований, практические инструкции и другие материалы, которые можно использовать самостоятельно. Книга содержит QR-коды со ссылками на полезную информацию: например, о самых удобных берушах, эффективном увлажнителе воздуха или лучшем тренере по медитации.

Татьяна Устинова

ПЕРЕПЛЕТЫ В ЖИЗНИ



«Потерять, разломать, не уследить, сделать недовольное лицо, зачитать приговор гораздо проще, чем сохранить, уберечь, сделать счастливое лицо и добиться помилования! Несчастным и нелюбимым вообще быть проще, чем счастливым и любимым, ибо любовь и счастье – большая работа!» (Татьяна Устинова). О том, как стать счастливым, любимым и удачливым, популярный автор детективов рассказывает в трех повестях сборника – «Тверская, 8», «Не оглядывающийся никогда», «Вечное свидание».

Морган Доан, Эрин Хардинг

КАК УХАЖИВАТЬ ЗА РАСТЕНИЯМИ, ЧТОБЫ ОНИ ПОЛЮБИЛИ ТЕБЯ

Эксперты по комнатным растениям из популярного «Инстаграма» @houseplantclub собрали в одной книге информацию о том, как выращивать растения легко и с удовольствием. Больше никаких засохших кустиков и выброшенных на ветер денег! Вы узнаете, как выбирать растения в зависимости от особенностей квартиры, какими инструментами пользоваться, как бороться с вредителями – все, что нужно, чтобы ваши растения цвели и радовали глаз.

Татьяна Шиканян

САДЫ ВДОХНОВЕНИЯ

25 ЛУЧШИХ ИДЕЙ ЛАНДШАФТНОГО ДИЗАЙНА

Известный ландшафтный дизайнер Татьяна Шиканян выбрала 25 лучших садов Подмосковья и Ленинградской области и пригласила читателей насладиться их роскошными цветниками, уютными уголками для отдыха и оригинальными решениями. Вы увидите, каких чудес можно добиться на шести сотках и познакомитесь с зарослями декоративных ив, рододендронов, сирени и роз. Это невероятный заряд вдохновения и хороший способ увидеть много интересного, поучиться, обменяться опытом и познакомиться с такими же увлеченными людьми.

Джейн Исто, Джорджианна Лэйн

ПИОНЫ

РОСКОШНЫЕ ЦВЕТЫ ДЛЯ ДОМА И САДА

Пион – настоящий король цветочного мира. На Востоке существует понятие «любование пионами», когда тысячи людей со всего Китая и Японии приезжают в прекрасные сады, чтобы насладиться изяществом цветущих пионов. Авторы книги раскрывают перед читателями красоту этого необыкновенного цветка и учат выращивать пионы так, чтобы они раскрывались во всем своем природном очаровании. Великолепные фотографии Джорджианны Лэйн передают обаяние этого цветка, в который просто невозможно не влюбиться.

БЕЛЫЙ КАК СНЕГ

Светлые земные ангелы, белоснежные королевские особи – как только не называют животных-альбиносов... Причина этого чуда – мутация на генном уровне, которая характеризуется врожденным отсутствием меланина – пигмента, отвечающего за цвет кожи, шерсти и глаз.

ВСЁ ПО НАУКЕ

Ген альбинизма является рецессивным. Это означает, что полностью белым малыш получится лишь в том случае, если носители гена – оба родителя. В случае, если мутированный ген присутствует лишь у одного из них, окраска новорожденного будет обычной.

В природе альбинизм чаще всего встречается у теплокровных животных, у хладнокровных – реже. Ну а красным глазам альбиносы обязаны светлой радужке, через которую просматривается оболочка из сосудов, пронизанная кровеносными капиллярами.

КАК СТРАШНО ЖИТЬ!

Альбиносам сложно выживать в дикой природе: у них нет маскирующей окраски, поэтому они не могут спрятаться. Им сложно охотиться: потенциальная добыча сразу заприметит своего белого преследователя. И противоположный пол таких животных не жалует. «Барышни», как правило, клюют на «парней» яркой окраски. И «парни» на необычных «блондинок» не обращают внимания, предпочитая прекрасных «дам» традиционных расцветок. И дело тут совсем не в ретроградстве. Правильный окрас – своего рода гарантия, что потомство будет здоровым и красивым. И это, как ни печально, верный выбор, ведь белоснежные альбиносы чувствительны к солнечным лучам, у них пониженный иммунитет и повышенный риск рака кожи, они плохо слышат и видят. »

ЛЮБИМЦЫ ПУБЛИКИ

Людям животные-альбиносы, наоборот, нравятся. С ними связаны многочисленные легенды и суеверия. В Сибири альбиносов называли князьками и считали волшебными. Охотники, например, верили: если поймать такое животное, им гарантирован успех и счастье. Среди американских индейцев была популярна легенда о коне прерий с белоснежной окраской, повелителе мустангов. В Таиланде обладать белыми тиграми и слонами могли только королевские особы. Ну а индийский раджа Мохан, получив в дар белого тигренка, сумел вывести целую линию тигров-альбиносов, чем очень гордился.

Альбиносы встречаются и среди домашних животных. Особенно популярны белоснежные грызуны – кролики, шиншиллы, хомячки. Еще – хорьки. Они более спокойные, чем их собратья с нормальным окрасом. Ну и, само собой разумеется, кошки и собаки. Но у всех них, так же, как и у их диких сородичей, плохой иммунитет, слабое зрение и слух, и живут они гораздо меньше обычных питомцев.

ЗНАМЕНИТЫЕ АЛЬБИНОСЫ

Крокодил по кличке Белый Алмаз – единственный аллигатор-альбинос в Европе. Он звезда шоу под названием «Земля рептилий».

Артур, как называют каролинскую белку-альбиноса, живет в Шотландии, в одном из садов в области Западный Лотиан. Его здесь любят и подкармливают.

Еж-альбинос Снежок был выхожен знаменитым центром спасения ежей в графстве Бакингемшир, Великобритания. История произошла незадолго до Рождества. Почему студия Disney до сих пор не сделала его героем очередного мультфильма, непонятно.

В 2012 году в Ялтинском зоопарке получила прописку великолепная пятерка белых львов. Трое из них родились в парке сафари, а двое других – в небольшом зоопарке, тоже в Ялте. Здесь же живет замечательный белоснежный павлин, который свободно разгуливает по дорожкам парка.

Верблюды-альбиносы встречаются очень редко. До недавнего времени считалось, что в мире существует только четыре таких особи. Но вот недавно в австралийском штате Новый Южный Уэльс на одной из ферм родился белый верблюжонок, которого назвали Юла. Мама его обычной окраски, поэтому, возможно, малыш со временем поменяет цвет, но пока он белый как снег.

Белые тигры долгое время участвовали в аттракционе дрессировщиков Зигфрида и Роя в американском Лас-Вегасе, пока не произошел несчастный случай. Один из тигров набросился на Роя. Дрессировщик в результате попал в больницу, а тигр – в зоопарк.

Горилла по имени Снежок была единственным известным альбиносом своего вида в мире. Он прожил в Испании, в зоопарке Барселоны, до 37 лет и скончался от рака кожи.

Мальчик Призрак – так зовут коалу-альбиноса, который родился в зоопарке Сан-Диего. Оба его родителя обладают обычным для коал окрасом. Он считается единственным коалой-альбиносом, содержащимся в неволе.

Вслед за мечтой

Будьте осторожны со своими желаниями – они имеют свойство сбываться.

Михаил Булгаков

– Что ж вы… мечте изменили?
– Нет. Просто я мечту изменила!

«Королева бензоколонки»

Все наши мечты могут исполниться, если у нас есть мужество следовать за ними…

Уолт Дисней

А никто и не говорил, что мечта должна быть разумной.

Терри Пратчетт

Мечтам и годам нет возврата.

Александр Пушкин

Желать и ждать – на этом далеко не уедешь. Встань и начни следовать за своей мечтой.

Джаред Лето

Дайте человеку все, чего он желает, и в ту же минуту он почувствует, что это все не есть все.

Иммануил Кант

О, как отвратительна действительность!
Что она против мечты?

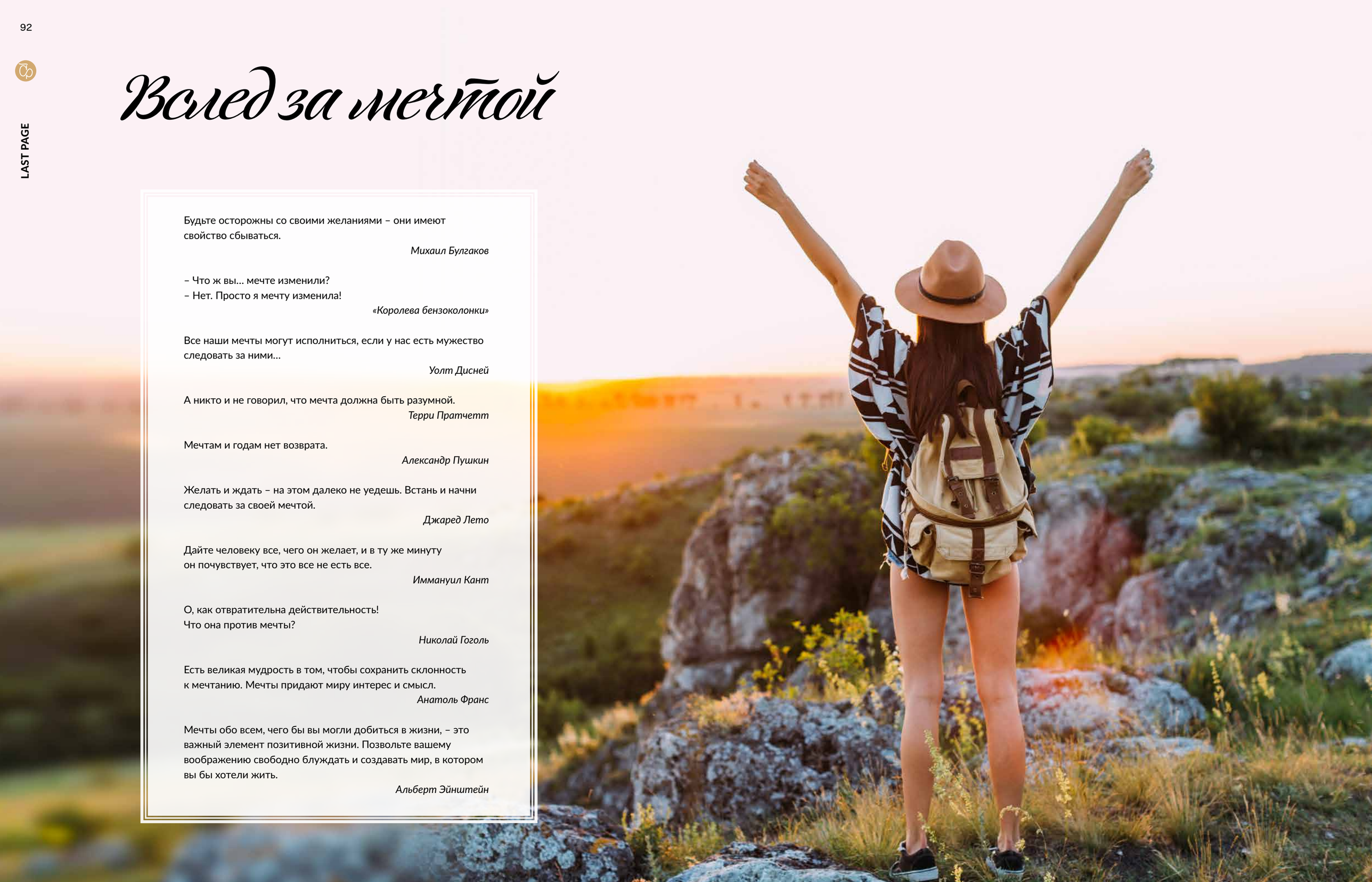
Николай Гоголь

Есть великая мудрость в том, чтобы сохранить склонность к мечтанию. Мечты придают миру интерес и смысл.

Анатоль Франс

Мечты обо всем, чего бы вы могли добиться в жизни, – это важный элемент позитивной жизни. Позвольте вашему воображению свободно блуждать и создавать мир, в котором вы бы хотели жить.

Альберт Эйнштейн



Он один такой — оранжевый

Поезд №20 Москва - Санкт-Петербург
Отправление из Москвы в 00:20
Прибытие в Санкт-Петербург в 8:59

Поезд №19 Санкт-Петербург - Москва
Отправление из Санкт-Петербурга в 22:50
Прибытие в Москву в 7:07

Современное оснащение вагонов и неповторимый дизайн, высокий уровень сервиса, система кондиционирования воздуха, уютный вагон-ресторан европейского класса, возможность заказа завтрака и ужина.
Собственные железнодорожные кассы на Ленинградском вокзале в Москве и на Московском вокзале в Санкт-Петербурге.

Телефон бронирования/Booking: 8 800 777 2019
Сайт: www.poezdmegapolis.ru

МЕГАПОЛИС
скорый поезд №20/19