Календарь «ММ»

4 Июля Среда

Восх. 3.52. Зах. 21.15. Долгота дня 17.22.

Народные приметы: Июль – грозовик, молнии мечет, дубы калечит.

Именины празднуют: Георгий, Егор, Юрий, Павел, Терентий, Юлия.

Совет дня: *Прекрасный момент для подачи судебных исков и восстановления справедливости.*

Это интересно.
Почему сахар вреден?

Сахароза – так называемый быстрый углевод. За счёт своей способности активизировать выработку инсулина и поднимать уровень глюкозы в крови его считают самым простым способом получения энергии. Именно поэтому сахаросодержащие продукты пользуются такой популярностью. Правда, сладкоежки забывают, что уровень сахара в крови, вызванный быстрыми углеводами, падает так же быстро. Голод скоро возвращается, заставляя человека в итоге съедать больше, чем ему нужно.

Эксперты считают, что если без сладкого вы не можете обойтись, то безопасная для здоровья женщины доза сахара в день – примерно четыре чайные ложки сахара, для мужчины – около шести чайных ложек, а для ребёнка и того меньше – одна чайная ложка. Речь идёт обо всей дневной норме. То есть учитывается не только тот сахар, который кладётся в чай, но и содержится в кондитерских изделиях, сладких продуктах и напитках.

5 Июля Четверг

Восх. 3.53. Зах. 21.14. Долгота дня 17.21.

Народные приметы: Перед дождём шишки репейника расправляют колючки, цветочки заячьей капусты остаются на ночь открытыми.

Именины празднуют: Галактион, Геннадий, Ульяна.

Совет дня: *Отличный момент для учёбы и работы с юридическими документами.*

Экспозиция

Творческий «Триколор»

Одиннадцатого июля в 17.00 картинная галерея приглашает на открытие выставки работ живописцев группы «Триколор» (0+). Экспозиция объединяет творчество Ренаты Малютиной, Елены Веревкиной и Ольги Фроловой.

Творческий проект «Триколор» существует более года, в его рамках проведено несколько выставок в музеях и галереях Башкортостана. За основу идеи авторы взяли сочетание трёх цветов – синего, красного и жёлтого. Художницы являются членами творческого союза художников и Международной федерации художников. Работы разные по характеру, манере и стилям живописи, тем не менее, гармонично сосуществуют в едином арт-пространстве. Яркость и экспрессия отличают произведения Ренаты Малютиной, Елена Веревкина умеет передать тончайшие оттенки цветов, вибрацию света и воздуха. Полотна Елены Фроловой трогают лиризмом и душевностью. Экспозиция отражает духовный мир каждого из авторов, работы гармонично дополняют друг друга, подчёркивая индивидуальность творческих личностей.

Улыбнись!

Скользкий пол

Самое неприятное в параллельной парковке – это наблюдатели.

***

Из-за незнания иностранных языков российский турист терпел до самых пирамид.

***

Скользкий пол в ЗАГСе сделал ответ жениха ещё конкретнее.

***

Женщина – это единственный представитель фауны, который хочет пахнуть флорой.

***

Удача была на моей стороне. Но в судьбу не вмешивалась.

Кино

По ту сторону молчания

Ретро-сеанс даст возможность погрузиться в атмосферу артхауса 60-х

В среду Киноклуб P. S. приглашает на психологическую драму Ингмара Бергмана «Персона» (16+), снятую им по собственному сценарию в 1966 году. Камерная чёрно-белая лента вошла в золотой фонд мирового кинематографа.

Ингмар Бергман – шведский режиссёр театра и кино, сценарист, писатель, признанный одной из культовых фигур авторского кино. Кроме «Персоны», среди наиболее известных его фильмов – «Седьмая печать» (1957), «Земляничная поляна» (1957), «Шёпоты и крики» (1972), «Фанни и Александр» (1982). Всего же Бергман поставил более шестидесяти художественных и документальных фильмов для кино и телевидения, при этом был автором сценария к большинству из них. Также на его счету более ста семидесяти театральных постановок.

«Персона» – психологическая драма, в которой раскрывается одна из важнейших проблем двадцатого века

Впрочем, она актуальная и сегодня: когда, на фоне полного благополучия в личной жизни и полноты профессиональной самореализации, человек вдруг ощущает одиночество и бессмысленность своего существования. Так, героиня ленты Элизабет Фоглер, знаменитая актриса, внезапно замолкает прямо во время спектакля и с тех пор ни с кем больше не разговаривает. Обследование показало, что психически она здорова. Медсестра Альма пытается вывести свою подопечную из этого состояния. Женщины вдвоём отправляются на морское побережье, где их ждут нелёгкие дни поиска взаимопонимания.

Элизабет всё время молчит, но Альма не оставляет попыток её разговорить, доверяя ей свои самые сокровенные тайны. Чем сложнее становятся странные отношения этих двух женщин, тем сложнее им отличить реальность от иллюзии. Постепенно Альме начинает казаться, что они с Элизабет словно бы поменялись личностями…

Интересно, что самая обсуждаемая работа Бергмана стала значимой для него не только в творческом плане. В 1965 году Ингмар Бергман во время восстановления после перенесённого воспаления лёгких написал сценарий камерной экзистенциальной драмы «Персона». Главные роли сыграли шведка Биби Андерссон и норвежская актриса Лив Ульман, с которой у режиссёра сложились близкие отношения.

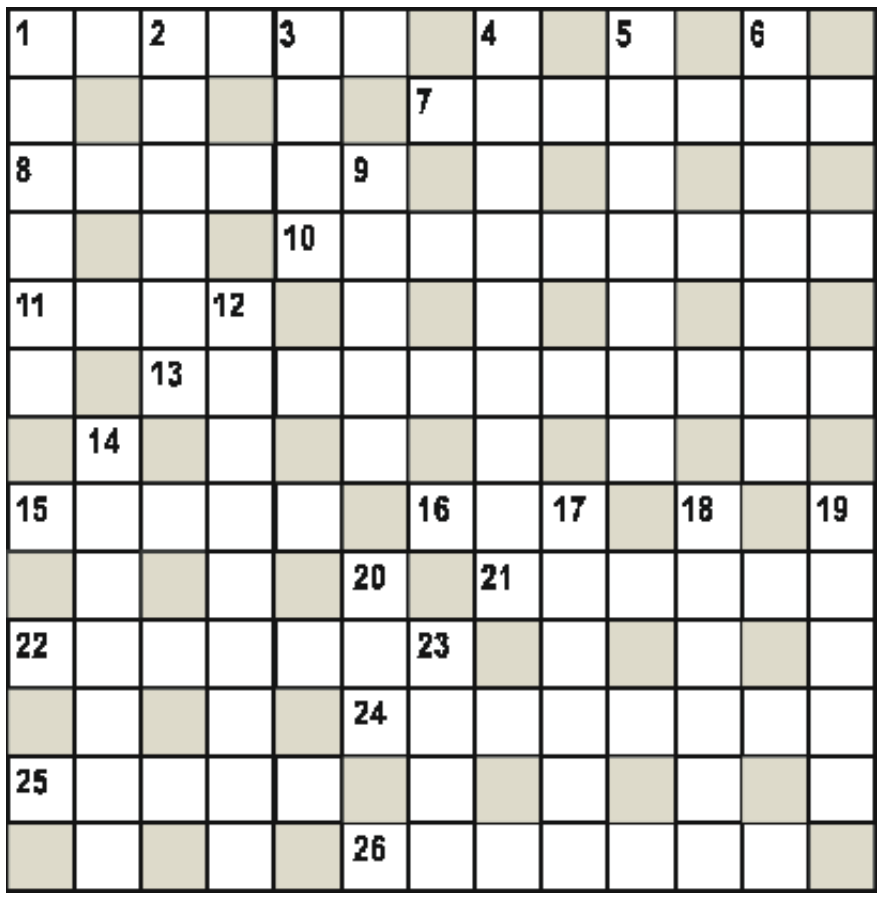
Фильм снят на острове Форё, знаковом для Бергмана: здесь он жил, создавал кинематографические шедевры, здесь и скончался 30 июля 2007-го, на 90-м году жизни, в один день с другим легендарным режиссёром, Микеланджело Антониони. Каждый год в июне на знаменитом шведском острове проводится недельный кинофестиваль Бергмана. Но это уже совсем другая история. Вернёмся к фильму «Персона», который предстанет перед магнитогорскими киноманами в ближайшую среду.

Ленту тепло приняли кинокритики. В 1967 году фильм получил сразу несколько наград от Национального общества кинокритиков США: за лучший фильм, лучшую режиссуру и лучшую женскую роль. Со временем «Персона» стала одной из самых обсуждаемых работ Бергмана.

Увидеть один из лучших фильмов великого шведа можно будет 4 июля в 18.30 в кинотеатре с джазовой душой в рамках программы Клуба P. S.

Кроссворд

Литературный эксперт



По горизонтали: 1. С каким цветком обычно сравнивают аметист? **7**. Самый знаменитый водочный фабрикант Российской империи. **8**. Литературный эксперт. **10**. Чертёжник местности. **11**. Форум, чтобы выбрать сельского старосту. **13**. Где растут дамские пальчики? **15**. Что ирландцы считают «главным чудом» святого Патрика? **16**. Кто стал без вины виноватым в том, что с великого Караваджо сняли звание рыцаря Мальтийского ордена? **21**. Пояс борца сумо. **22**. Кто привязан к арестанту? **24**. Выпивка для сладкоежек. **25**. Начало эстафеты. **26**. Какой пушной грызун слывёт весьма искусным пловцом?

По вертикали: 1. Ритуальная салфетка у японцев. **2**. «Он имеет четыре пишущие машинки, и может печатать сразу четыре книжки двумя руками и двумя ногами; а сколько он извёл деревьев, издавая свои произведения, но, несмотря на это, он не робот». О ком так отозвался Артур Кларк? **3**. Громкость на уровне воплей. **4**. Европейская столица, где в 1611 году появилась первая голландская фондовая биржа. **5**. Коллектив из песни «Бал-маскарад» Владимира Высоцкого. **6**. Перемещение ценных кадров. **9**. Наполнитель спасательного круга. **12**. Американский космический аппарат. **14**. «И … к падшим призывал». **17**. Недовольство в письменном виде. **18**. Какую птицу считают самой опасной на Земле? **19**. Главарь шайки с лицом Михаила Жарова из фильма «Путёвка в жизнь». **20**. Где Николай Гоголь обрёл «райскую неуязвимость для мук и тягостных чувств»? **23**. Главная водная артерия Лихтенштейна.

Ответы на кроссворд

По горизонтали: 1. Фиалка. 7. Смирнов. **8**. Критик. **10**. Картограф. **11**. Сход. **13**. Виноградник. **15**. Виски. **16**. Паж. **21**. Мавасн. **22**. Конвоир. **24**. Медовуха. **25**. Старт. **26**. Опдатра. **По вертикали: 1**. Фукуса. **2**. Азимов. **3**. Крик. **4**. Амстердам. **5**. Бригада. **6**. Ротация. **9**. Канок. **12**. «Дискавери». **14**. Мнлость. **17**. Жалоба. **18**. Казуар. **19**. Жиган. **20**. Рим. **23**. Рейн.

Адрес редакции, издателя: 455038, Челябинская область, г. Магнитогорск, пр. Ленина, д.124, корпус 1. Тел. (3519) 39-60-74, отдел подписки: 39-60-87, отдел рекламы: 39-60-79, e-mail: inbox@magmetall.ru сайт: magmetall.ru (16+)

Учредитель – Автономная некоммерческая организация «Редакция газеты «Магнитогорский металл».

Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Челябинской области. Свидетельство о регистрации СМИ ПИ № ТУ 74-01224 от 29 декабря 2015 г.

Главный редактор Фролов Олег Валерьевич

Ответственный секретарь Наумов Евгений Михайлович

При воспроизведении материалов «ММ» в печатном, электронном или ином виде ссылка на «Магнитогорский металл» обязательна.

Программа телевидения предоставлена ЗАО «Сервис-ТВ». Ответственности за программу телевидения, прогноз погоды редакция не несёт. За достоверность фактов и сведений ответственность несут авторы публикаций и рекламодатели.

Авторы публикаций выражают исключительно собственную точку зрения, которая может не совпадать с мнением редакции, издателя и учредителя. Письма и рукописи не возвращаются и не рецензируются.

Подписано в печать 2.07.2018 по графику в 19.00, фактически в 18.30.

Заказ № 3773. Тираж 74893. Объём 4 печатных листа. Печать офсетная. Подписной индекс 24106.

Отпечатано ЗАО «Магнитогорский Дом печати» (455000, Челябинская область, г. Магнитогорск, пр. К. Маркса, д. 69).