

КАЛЕНДАРЬ

Весь год с культурой

Утвержден перечень культурных мероприятий, которые пройдут в Челябинской области в 2013 году при финансовой поддержке регионального правительства.

— Нынешний год, как и предыдущий, будет насыщенным и интересным, — заверил глава областного минкульта Алексей Бетехтин.

В заветном списке 56 пунктов. В том числе ставшие традиционными Ильменский и Бажовский фестивали, Сабантуй, музыкальные фестивали «Какой удивительный мир» и «Денис Мацуев представляет», ФотоФест, фольклорно-этнографический праздник «Арканм», Дни славянской письменности, международный фольклорный фестиваль «Синегорье», который проходит раз в два года.

Внесен в список фестиваль «Уральские пельмени», впервые состоявшийся в конце минувшего года. Возобновляется театральный фестиваль «Камерата». Ряд мероприятий проходит отдельным постановлением губернатора: «Дни высокой музыки», фестиваль имени Екатерины Максимовой, который планируется возродить.

Не останутся незамеченными два юбилея. Областной Дом дружбы народов отметит десятилетие, а публичная библиотека — 115-ю годовщину. Последнему событию будет посвящен целый цикл мероприятий, которые пройдут в течение года по всей области. Минкульт продолжит свой проект «Театрально-концертный зал», вновь соберет Съезд народов Южного Урала. Пройдет немало совместных акций с творческими союзами.

УЛЫБИМСЯ!

Босоногий кормилец

— Я о тебе заботилась! Когда тебе плохо было, я тебе суп приготовила!

— А ты ничего не перепутала? Ты сначала мне суп приготовила, а потом мне плохо было!

— Люся, какой у тебя рост?

— Метр пятьдесят.

— Я буду называть тебя полторашкой.

В самолете парень высказывает претензии стюардессе:

— Что за еду вы мне принесли?! В каком она состоянии?

Стюардесса:

— Молодой человек! Если бы вы знали, в каком состоянии находятся двигатели нашего самолета, у вас вообще бы пропал аппетит...

— Дорогой, когда мы поженимся, я буду делить с тобой все твои тревоги и заботы.

— Но, милая, у меня нет никаких тревог и забот!

— Я же говорю, когда мы поженимся.

Муж приходит домой и видит за занавеской босые ноги. К жене:

— Это что такое?

— А ты думаешь, что все мои украшения, шубы — это на твою зарплату?

— Я спрашиваю: что это такое?

— А квартира, машина — на твою зарплату?

— Это что такое?

— А как ты думаешь, почему ты получил такую высокую должность?

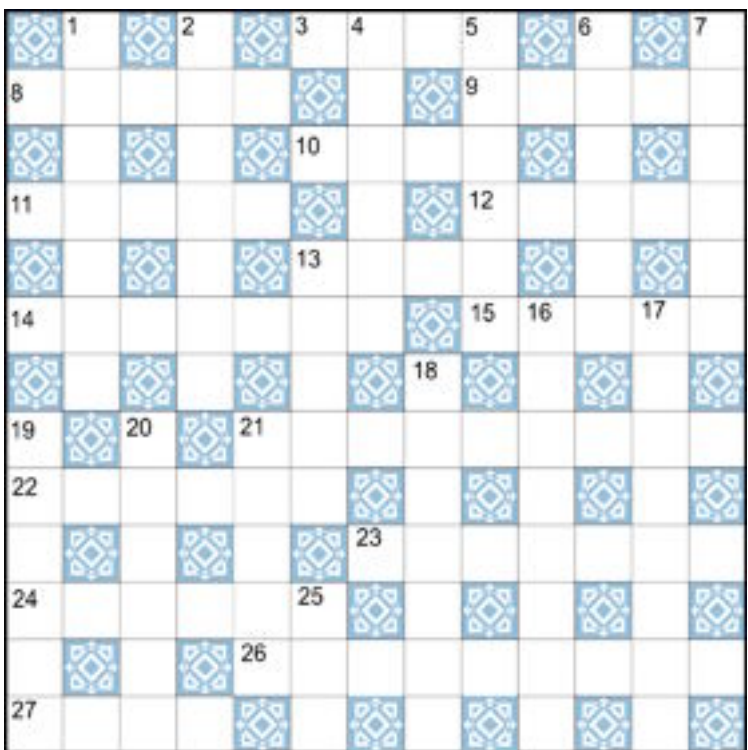
— Я последний раз спрашиваю: почему кормилец босиком стоит?

КРОССВОРД

В какой роще веники вяжут?

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 3. «Пуститься в ...». 8. «Верная указка — не ..., а ласка». 9. Что приказали за ночь починить доктору Гаспару Арнери из сказки про трех толстяков? 10. Какой деликатес таможеннику Верещагину поперек горла стоял? 11. Кто из классиков мировой литературы подсказал псевдоним Франсуазе Саган? 12. Шелуха от семечек. 13. Около нее оставляет подарки шведский Дед Мороз. 14. Привратник отеля. 15. Спор, перешедший из интеллектуальной стадии в физическую. 21. Остолбеневшая дама. 22. Прибор для спортивного ориентирования. 23. Рыба, что хорошо клюет в пору сенокоса. 24. Киногерой Эрика Роберта из фильма «Заказанный убийца» как профессионал. 26. Единственный врач, кому пациенты советов не дают. 27. Послание в дипломатических выражениях.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. В какой роще «веники вяжут»? 2. Где пловцы тренируются? 4. Законченный людоед из нашумевшего фильма «Молчание ягнят». 5. Бард среди викингов. 6. Учебительская палочка. 7. Что решают во время экзамена по математике? 13. Ковер без ворса. 16. Древнеримский гладиатор. 17. Какой автомобиль стоит в центре музея Сальвадора Дали, что в Фигерасе? 18. «Как от стенки горюх» одним словом. 19. Резвый конь. 20. «Спасатель» от неприятностей. 21. В каком городе обрели «вечный покой» и Тарас Шевченко, и Аркадий Гайдар? 25. Кого капитолийская волчица, на радость римлянам, вскормила?



19. Скакун. 20. Ампулет. 21. Канев. 25. Рем. Указка. 7. Заданча. 13. Палач. 16. Ретривер. 17. «Капитан». 18. Рикшер. 6. ПО ВЕРТИКАЛИ: 24. Басейн. 2. Вассия. 4. Лекер. 5. Скальп. 23. Голубчик. 24. Кипити. 7. Логат. 12. Личья. 13. Пич. 14. Швейцар. 15. Дупак. 17. Карпач. 22. Компач. 25. Дупак. 17. Карпач. 22. Компач. 27. Пуст.

Ответы на кроссворд:

Учредитель — открытое акционерное общество «Магнитогорский металлургический комбинат» (455002, г. Магнитогорск, ул. Кирова, 93).

Газета зарегистрирована в управлении Федеральной службы по надзору в сфере массовых коммуникаций, связи и охраны культурного наследия по Челябинской области. ПИ № ТУ 74-00052 от 29 августа 2008 г.

АДРЕС РЕДАКЦИИ: 455038, г. Магнитогорск, пр. Ленина, 124/1, тел. (3519) 35-95-66, отдел рекламы: 35-65-53, e-mail: inbox@magmetall.ru

ЗОЖ | Валерий Неретин открыл школу самооздоровления для пенсионеров

Магнитогорский Малахов



ФОТО: АНДРЕЙ РУХМАЛЕВ

ЕВГЕНИЯ ШЕВЧЕНКО

Уютная гостиная комплексного центра социального обслуживания населения Ленинского района. Пенсионеры общаются в ожидании первого занятия школы самооздоровления. Обсуждают новости: недавнее убийство вора в законе, сокращение пригородных электричек, чью-то дорогую машину: «Ну зачем она нужна, на тот свет не заберешь». Привычное, безобидное вроде бы ворчание.

Семейный учитель здоровья, консультант по лечебному закаливанию и создатель школы самооздоровления Валерий Неретин этих разговоров не слышал. Но в начале занятия раздал пенсионерам карточки японца Масару Эмото. На них красивые снежинки, которые образовались после воздействия на воду позитивных слов: любовь, благодарность, мудрость, солнце... Вода реагирует на слова, а человек — сосуд с водой, считает Валерий Федорович.

После знакомства он оглядывает собравшихся и неожиданно обращается к моей соседке Тамаре Алексеевне:

— У вас в жизни было что-нибудь плохое? Подумайте об этом.

А сам наводит на нее биолокационную рамку, похожую на согнутую под прямым углом антенну. В тишине раздается чье-то удивленное: «Ты смотри!»

Рамка плавно отклоняется влево.

— А теперь думайте о хорошем или прочитайте молитву.

Рамка резко двигается вправо.

— И это только мысли, — объясняет Неретин. — Слова атакуют еще сильнее. Если вы говорите: «Глаза бы мои тебя не видели» или «умирать буду, не прощу», — разрушаете не только себя, но и своих детей и внуков.

— А как же с телепрограммами? Там сплошные убийства и катастрофы, — интересуется один из слушателей.

— Переключите и смотрите хорошие передачи, — парирует Неретин.

— А если хороших нет?

— Выдерните шнур из розетки!

Учитель не случайно говорит о силе позитивных мыслей. Ведь, по его мнению, здоровье — это психическое, физическое и душевное благополучие.

Уже много лет он ведет занятия по самооздоровлению в районных комплексных центрах социального обслуживания населения. Но с КЦСОН Ленинского района начал сотрудничать недавно.

— В нынешнем году запланировано 14 заездов по две недели, — объясняет заведующая отделением дневного пребывания Наталья Федотова. — В каждом заезде около 25 пенсионеров и инвалидов. Они получают двухразовое питание, отдыхают, интересно проводят время, за их самочувствием наблюдает фельдшер, а медсестра проводит процедуры. Занятия школы самооздоровления для пенсионеров удачно дополнили программу. За год курсы пройдут около 350 человек. Также Валерий Неретин ведет занятия по реабилитации и уходу за инвалидами. В общем, он у нас нарасхват.

Валерий Федорович и сам — как ходячая реклама школы самооздоровления, в январе ему исполняется 67 лет, а выглядит значительно моложе: бодрый, энергичный, подтянутый. Копилка знаний и опыта у него богатая, но для пенсионеров он отобрал самые простые и доступные методы, для которых не требуется никаких ресурсов — ни денег, ни тренера, ни оборудования. Были бы знания и желание.

— Встаем в круг, — командует он. — Немного приподнимаемся на носочки, чтобы пятка оторвалась от пола на один сантиметр и резко

опускаемся. Если я так буду делать, а вы — тупо повторять, интересно не будет. Важно знать, зачем. Виброгимнастика, которую придумал академик Микულიн, помогает крови подняться от ног к голове — с «подвала» на «чердак». Делаем упражнение шестьдесят раз в минуту, в ритме здорового сердца.

Неретин дополняет упражнение постукиваниями по биоактивным зонам — метод доктора Уманской, и пением «волшебных» звуков, несущих оздоровительный эффект. Смотрился такая гимнастика, да еще в групповом исполнении, довольно забавно. Но смеяться на занятиях не

возбраняется. Смех — спасательный круг на волнах жизни, считает Валерий Федорович. И если вначале некоторые стеснялись пить и делать упражнения, то потом разошлись и с удовольствием выполняли рекомендации учителя. А он доступно объяснял эффективность методик, опираясь то на восточных мудрецов, то на отечественных ученых, довольно забавно.

Предложил и еще одно универсальное средство — массаж пальцев и ушей. Например, мизинец на левой руке, который можно растирать, щипать и даже кусать, помогает работе сердца. А на дом пенсионеры получили задание массировать пальцы с помощью гречневой крупы. Можно приматывать повязку с крупной к нужным точкам, массаж происходит сам собой, а через некоторое время крупка «умирает» — меняет свою структуру.

— Очень понравилось занятие. Понятно, что Неретин много знает, применяет эти знания на практике. Но главное, он не держит их при себе, а щедро делится с людьми, — говорит один из «школяров» Валерий Дмитриев. И, словно припоминая слова о пользе позитивного мышления, добавляет: — Дай Бог ему здоровья ☺

Виброгимнастика помогает крови подняться от ног к голове — с «подвала» на «чердак»

ТЕЛЕКУХНЯ

Ургант и Цекало расплакались при встрече

МАРИНА КУЗНЕЦОВА

В год пятилетия со дня выхода первого выпуска пародийного шоу «Большая разница» Александр Цекало запускает полуторачасовой развлекательный телеканал под названием «Большая разница ТВ», который будет выходить на Первом раз в месяц. Первым гостем нового шоу стал Иван Ургант, которого, как оказалось, не ждали.

— Иван, я честно скажу, что пригласил вас сюда из вежливости. Приходить было совсем не обязательно, — приветствует Александр Цекало Урганта.

— А я возьму да приди! Вот незадача-то! И, кстати, Александр, я не бесплатно пришел, а за гонорар. Ушли в прошлое те времена, когда мы вели программу вместе и вы мне постоянно недоплачивали! — парирует Иван.

Телеведущие готовы пикироваться на радость зрителям в студии, кажутся, бесконечно. Каждому колкому ответу Урганта аплодирует не только массовка, но и супруга телеведущего Наталья, наблюдающая за съемками из укромного уголка студии, где дежурят реквизиторы и костюмеры.

Цекало и Ургант не скрывают, что скучают по временам, когда вели не только «Большую разницу», но и «Прожекторперисхилтон».

— Ваня, как ты живешь сейчас, когда нет той эзоповой составляющей нашего проекта, всего этого острого



социального юмора? — горестно спросил Александр.

В ответ Ивану оставалось только развести руками и вспомнить о «Вечернем Урганте».

— Моя программа в большей степени развлекательная, никогда не знаешь, как люди, готовые ко сну,отреагируют на мои едкие шуточки, — рассказал Ургант. — Поэтому я стал носить бронжилет — на всякий случай.

По задумке создателей, телеканал «Большая разница ТВ» будет представлять собой пародию на телевидение в целом. За полчаса зрители смогут увидеть интеллектуальное шоу, кулинарную программу, новостные выпуски, сериал и даже рекламу — и все с участием актеров «Большой разницы»: Нонны Гришаевой, Александра Олешко, Сергея Бурунова и других.

А гости Цекало, как и раньше, будут смотреть пародии на себя. Зато сюрпризом для них станут интерактив — «прямая линия» и вопросы из студии.

Не отставал от зрителей и Цека-

ло, задававший вопросы на личные темы.

— Первый раз я поцеловался с женой, — открывничает Ургант. — Это произошло на свадьбе. Правда, Наташка (супруга телеведущего — его бывшая однокурсница) уже и до этого целовалась. А теперь у нас дома каждый день вечер встречи выпускников!

Жена Ивана одобрительно рассмеялась. А вот пародию на мужа Наталье оценить не пришлось — номера не было. Зато другой гостье — Пелагее — досталось. Певица, которая в минувшем году входила в состав жюри суперпопулярного шоу «Голос», захлопала в ладоши от радости, увидев пародийный ролик на себя и коллег. Гримеры программы постарались на славу: на стоящие дыбом волосы пародиста, сыгравшего Диму Биладина, израсходовали два баллончика с лаком, а актеру, изобразившему Александра Градского, в течение часа делали силиконовые накладные, уплотняющие лицо. Сергей Бурунов — он отвечал за Леонида Агуттина — обошелся лишь седым

париком, а для Александры Серебро, сыгравшей Пелагею, смастерили расшитый бисером головной убор по типу ободка, в котором на протяжении нескольких программ появлялась певица.

— Юрий Аксиута, наш продюсер, особенно ненавидел мой нашлапок, как мы его называли, — залилась смехом Пелагея. — А ведь мне его мама шила!

— Поль, не хочу залезать в палатку с твоей личной жизнью, все же спрошу: любимый-то есть? — меняет тему Александр Цекало.

— Ой! Скажу только, что недавно я выглянула в окно и увидела писанное на асфальте: «Поля, я тебя люблю!» — призналась Пелагея. — Сколько лет я белой завистью завидовала тем девчонкам, которым таким образом признавались в любви — и вот дождалась. А от — не скажу. (Смеется.)

По заявленному еще пять лет назад обычно никто не ушел из студии без подарков. А напоследок Иван Ургант поделился сезонным кулинарным рецептом — тирамису из... оленьего жира и снега.

— Запоминайте: слой жира, а затем слой снега, потом снова жир и еще раз снег, — диктовал Иван. — А сверху посыпать тертыми оленьими рогами. Это единственное тирамису в мире, которое нельзя есть, но можно втирать в стены дома. Вдруг пригодится на следующий Новый год!

На прощание Цекало и Ургант объяснял. По щекам остроумных циников текли слезы. Или это были глазные капли из пузырька, стоявшего на столе у Александра? Кто их разберет на «Большой разнице»...

При воспроизведении материалов «ММ» в печатном, электронном или ином виде ссылка на «Магнитогорский металл» обязательна. Ответственность за программу телевидения, прогноз погоды редакция не несет. За достоверность фактов и сведений ответственность несут авторы публикаций и рекламодатели. Авторы публикаций выражают исключительную собственную точку зрения, которая может не совпадать с мнением редакции, издателя и учредителя. Письма и рукописи не возвращаются и не рецензируются.



Подписано в печать 23.01.2013 по графику в 19.00, фактически в 18.40. Заказ № 250. Тираж 77333. Объем 4 печатных листа. Печать офсетная. Подписной индекс 24106. Отпечатано ЗАО «Магнитогорский Дом печати» (455000, г. Магнитогорск, пр. К. Маркса, 69).

Тираж сертифицирован Национальной тиражной службой.