

ДИЕТОЛОГИЯ

Стоп, еда!

Люди после 40 намного быстрее набирают вес. Это связано не только с образом жизни, но и с ленью мозга, которая наступает у нас во второй половине жизни.

— Когда человек приближается к среднему возрасту, у него начинает увеличиваться вес, — говорит автор исследования Лора Хайслер из Абердинского университета (США). — Это связано с тем, что со временем клетки мозга, ответственные за сигнал о насыщении, начинают передавать сигналы хуже.



В результате организм получает неадекватное количество пептидов, регулирующих аппетит, и человеку кажется, что он должен есть больше, чем ему надо на самом деле. В настоящее время учёные разрабатывают препарат, который будет стимулировать именно эти нейроны и таким образом поможет более естественным способом бороться с набором веса.

УЛЫБНИСЬ!

Чужие глупости

Пришёл с тренировки. Жир бит во всём теле.

Джен Псаки написала заявление об уходе из госдепартамента США. И тут же получила массу выгодных предложений из России: от программы «Кривое зеркало», Comedy Club, Comedy Woman и других.

«Плохо» по-китайски «буха». Думаете, что это просто совпадение?

Почему-то на Украине народ в светлое будущее всегда ведут лидеры с тёмным прошлым.

Когда слышишь фразу «Я хочу тебе кое в чём признаться», первая мысль, которая приходит в голову: «Вот тварь».

— Я решил сэкономить на свадьбе.
— Как?
— Свадьбы не будет.

В России появилась новая религия. Её приверженцы поклоняются пророку Хамону и святому Пармезану.

Лучший способ не слушать чужие глупости — говорить свои.

Мы многие хотели бы показать миру. Но больше всего — гераки змиют.

— Американский баскетболист рассказал историю, что как-то раз дома сбил башкой люстру.
— Господи, да я тебе миллион таких историй могу рассказать!
— Разве ты баскетболист?!
— Нет. В хрущёвке живу.

— Если я приношу тебе завтрак в постель, то от тебя мне достаточно простого «Спасибо».

Не нужно этих вопросов: «Кто ты?», «Что делаешь в моём доме?»

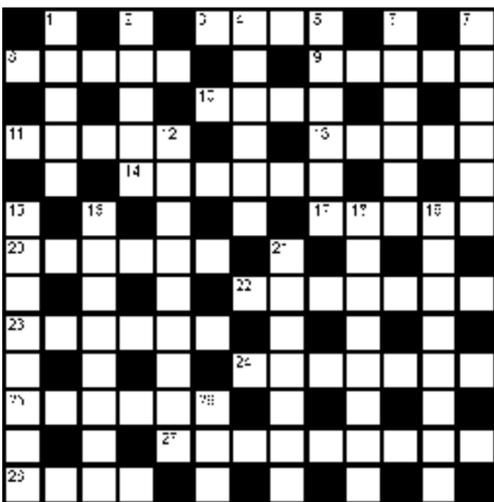
Мужчины, будьте очень осторожны с женщиной, которая не просит у вас денег.

КРОССВОРД

Удар по бизнесу

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 3. Напиток из пушкинского стихотворения «Слез». 8. «Не судите меня, люди, не суди меня. ...» 9. Чем член правления Лапушкин ударил собаку из рассказа «Бешенство» Михаила Зощенко? 10. Снежные бегунки. 11. Ричард Гир в мюзикле «Чикаго». 13. «Имеющие терпение способны создавать шёлк из листьев» (восточный классик). 14. «Мэрилин Монро советского кино». 17. Какой танец проник в СССР во время хрущёвской оттепели? 20. Звуковой синхрон. 22. Хирург, который в 1967 году провёл первую успешную операцию по пересадке сердца человеку. 23. «Сезонное передевание» у зверей. 24. Начальник грёбцов на боевых судах Древней Греции. 25. «Горящая куча хвороста». 27. Звезда аргентинского и мирового футбола по прозвищу Грузовик. 28. Через какую из английских рек построили первый в мире наклоняемый мост?

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Что Вовочка из анекдота «дал друзьям послушать»? 2. Реклама передачи. 4. Удар по бизнесу. 5. Что придавало сил муляжиному Папаю-моряку? 6. Гусы для свидания с Нептуном. 7. Противник лояльности к неграм. 12. Самая многоэтажка. 15. Документ «на скамейке запасных». 16. Место для тренировок у древнегреческих атлетов. 18. Месть по-сицилийски. 19. «Испанский Паганини». 21. Какой из наших республик «принадлежит» астероид под номером 1391? 26. От чего умер отец Питера и Кэтрин Соломон в романе «Утраченный символ» Дэна Брауна?



18. Бенглетта. 19. Сарватсе. 21. Карегия. 26. Рак.
6. Плавка. 7. Ресис. 12. Небокофе. 16. Гимназия.
11. Ниини. 12. Анонк. 4. Хоббиток. 5. Шпизат.
ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Ромк. 2. Анонк. 4. Хоббиток. 5. Шпизат. 7. Ниини. 13. Линька. 24. Кеиет. 25. Коетр. 27. Ватистуга. 28. Таин. 23. Линька. 13. Навонк. 14. Серова. 17. Тиват. 20. Индиз. 22. Варвард. 11. Погоризонталь. 12. Пинк. 8. Родия. 9. Плавка. 10. Лыжи.

Ответы на кроссворд

ВЕРНИСАЖ | Магнитогорская студия живописи для взрослых — первый уникальный проект в области



Открой в себе художника

ИРИНА КОРОТКИХ

Гостей одноимённой выставки встречали живой музыкой на крыльце картинной галереи. Творческий показ работ самодельных художников вписан в рамки всероссийского проекта.

Директор картинной галереи Юлия Кривошапка в приветственном слове поблагодарила городскую администрацию и СМИ за поддержку творческих людей, поздравила участников с вернисажем. Куратор экспозиции, заведующая выставочным отделом Ульяна Пустошинская представила публике руководителей студии «Открой в себе художника» Андрея Крючкова и Ирину Чубынину.

— Оптимизм и любовь к живописи позволили им создать уникальную школу для взрослых, — отметила куратор. — Необычность выставки в том, что полотна написаны самодельными художниками. Руководители студии выезжают с мастер-классами для взрослых в города области, поэтому в экспозиции есть работы из Челябинска, Екатеринбурга. Среди тех, в ком пробудился талант живописца, люди разных профессий — чиновники, менеджеры, строители, бизнесмены. Увлечение живописью для одних — это арт-терапия, для других — исполнение давней мечты.

В зале представлены 200 работ различных жанров: натюрморты, портреты, пейзажи. Иные язык не поворачивается назвать работой непрофессионалов. Композиция, цветовое решение, тематика и техника исполнения говорят о таланте, особом видении мира.

В Магнитке нет недостатка в художественных студиях, где учат детей. Однако в городе с богатыми художественными традициями, факультетом изобразительных искусств явно не хватало студии, в которой бы учили живописи взрослых. Мысль создать необычную школу посетила Ирину Чубынину не вдруг.

— Помню своё страстное желание стать художником, творить, писать, — говорит Ирина Вячеславовна. — Осуществить мечту мне помог Андрей Крючков — член Союза художников России, почти три десятка лет преподававший живопись в МаГУ. Зная, что многие желают заняться живописью, хотела создать студию. Мечта обрела реальность после знакомства с крымским художником Игорем Сахаровым, который несколько лет обучает взрослых людей азам профессии. Попробовали создать такую же школу в Магнитогорске. Популярность студии показала, сколь высоко стремление уральцев реализоваться в творчестве. Студия находится по адресу: Доменщиков, 13. Обучение бесплатное. Группы по три-четыре человека позволяют работать индивидуально. Занятия со взрослыми специфичны: они люди ответственные, собранные и азы мастерства постигают с особым рвением...

Студии исполнился год, но это не первая творческая выставка. Вернисаж «Вдохновение» проходил в начале года в зале городской администрации. Весной проводили мастер-классы в торговом центре «Континент». В рамках всероссийского проекта «Ночь в музее» организовали семинар. Кроме того, постоянно проводятся благотворительные занятия для воспитанников интерната.

В конце июня на региональном форуме молодежи «Урал — территория развития» студия живописи «Открой в себе художника» представляла область. Один из этапов форума проходил на базе пансионата «Карагайский бор». Выставку самодельных художников и мастер-классы посетили исполняющий обязанности губернатора Челябинской области Борис Дубровский и полномочный представитель президента в УрФО Игорь Холманских. Отметив социальную значимость проекта, высокие гости не удержались — взяли за кисти.

Вернисаж в галерее продолжился мастер-классом Андрея Крючкова. На глазах у публики он создавал портрет под условным названием «Богиня осени». Работал виртуозно. Несколько мазков — и на холсте женская головка, увенчанная тюрбаном из осенних цветов и фруктов.

— Можете и похулиганить, — обратившись к публике, комментировал Андрей Петрович. — Вместо кисточки использовать пальцы или фломастер. Указательным пальцем он добавил краску в палитру осеннего венка.

Потом тюрбаном провёл масляную дорожку и вплёл в осенний букет прозрачную ковыль, «повесил» на богиню рябиновое ожерелье.

Под аплодисменты завершил мастер-класс, облачив «Богиню» в роскошную раму.

— Большинство выставленных работ написаны не с натуры, — говорит Андрей Петрович об экспозиции выставки. — В нашем архиве несколько тысяч изображений. Студийцы могут копировать, «редактировать» оригинал, внося свои элементы. У студии есть две особенности. Первая — рисуют то, что хотят, нет академизма обычной школы: обязательного натюрморта с крыной и яблоком. Вторая фишка — видимый и скорый результат. Через четыре часа человек уносит домой плоды творческих усилий — готовую картину.

Гидами выставки стали сами студийцы. В пейзаже Елена Акимова изобразила роскошный сад, в кущах которого обычно разворачивались любовные романы позпрошлых веков.

— Сказочный пейзаж подарила маме, портреты кошек — брату, — говорит Елена. — Это воплощение моей детской мечты. Я занимаюсь полугода и получаю истинное удовольствие от занятий живописью и общения с творческими людьми.

Ирина Носкова подвела к своей работе «Хранитель». Типичный венецианский пейзаж с каналами и

гондолой. Сверху на женщину и детей взирает мужской лик — обычно так пишут святых — покровителей храмов, городов. Инна растолковала изображение: в лодке она с детьми, а супруг Олег — хранитель семейства.

Роскошный портрет красавицы в одеянии цвета огня — романтический автопортрет, написанный Инной Петровиной. Лицо копировала с фотографии, дополнив образ алыми «крыльями» прозрачного одеяния. Автор светится счастьем не меньше, чем её живописная копия в образе жар-птицы. Профессия Инны, менеджер, далека от творчества. Желание духовного самовыражения привело её в студию, когда Инне исполнилось 43.

Под аплодисменты руководитель студии Ирина Вячеславовна не стала — все хорошо. Комментировала полотна по ходу экспозиции. Особой камерностью привлекает пейзаж «Люшаль, пьющая туман». Солнечным колоритом отличается полотно «Янтарность дня». Светлана Гарипова, директор фирмы «Монолит», покорила семейством оранжево-жёлтых подсолнухов, городскими пейзажами с вариациями на тему итальянской готики. По словам Ирины Чубыниной, Светлана много работает, её отличают скрупулёзность и стремление доводить дело до конца. От копий она перешла к натурным работам, привезла с Дальнего Востока интересные пейзажи.

Галина Ладыгина в полотне «Моя печаль» сумела передать настроение тихой грусти по утекшему времени. Её работа в трамвайном депо, бело-красные вагоны стали толчком к созданию камерного пейзажа магнитогорского соцгорода.

Написать свою мечту, передать настроение, чувства, эмоции может любой человек, нужно лишь взять в руки кисть. Осуществить задуманное помогут мастер-классы, которые проходят в галерее каждую субботу в 14 часов. Поучаствовать может каждый, купив входной билет ☺

ИДЁМ В КИНО

Сильвена Шомэ российская публика отметила за первую же крупную работу — «Три из Бельвилля» (12+), полнометражную анимацию о трогательных и чудачковых людях, где в центре повествования — история сироты-велосипедиста, воспитанного бабушкой, повзрослевшего, похищенного и поработавшего, но спасённого всё той же бабушкой.

Этот фильм снят в старомодной манере, да и время, к которому он отсылает, — пятидесятые, много и не предполагает. Другая анимационная работа Шомэ «Иллюзионист» (16+) столь же стромодна и трогательна. В его новой игровой картине «Мой Аттила Марсель» (16+), которая пройдёт в кино клубе Р. С. на экране кинотеатра с джазовой душой, главный герой снова — сирота, воспитанный старомодными ласковыми тётушками в атмосфере музыки и полной оторванности от жизни. Вернуть его к реальности удаётся соседке, владеющей колдовским рецептом извлечения воспоминаний из памяти. Всё это крепко заправлено мелодичностью, гротеском и эксцентрикой.

«Мой Аттила Марсель» соединил задуманность с юмором и печалью. И как всегда, герой фильма — чудак, что не удивляет: фильм — от продюсеров «Амели» (16+). К тому же молчун: перестал говорить после смерти родителей, о которой он хотел бы узнать всю правду.

Исполнитель главной роли музыканта-молчуна Гийом Гуи — красавец-француз с рас-

Чудак-человек



Кадр из фильма «Мой Аттила Марсель»

пахнутыми глазами — в фильме сыграл две роли, да так, что не сразу угадываешь в них одного исполнителя. Тридцатилетний Гуи известен и как режиссёр: его короткометражка «Алексис Иванович, вы мой герой» (16+) получила приз в Каннах. Его мечта — снять полный метр. При-

мер Шомэ обещает её исполнение. Тот тоже набивал руку на коротком метре: в сборнике из двадцати пятиминутных эпизодов «Париж, я люблю тебя» (16+) его руке принадлежит эпизод о двух мимах. Такое ощущение, что чудачками полон весь мир.

