

конкурс

«Жемчужина года» объявляет кастинг

12 декабря в 18.00 во Дворце культуры металлургов имени С. Орджоникидзе состоится кастинг конкурса «Жемчужина-2014». Организаторы – общественное движение «Я – женщина», модельное агентство «Ангел» и Дворец культуры металлургов имени Серго Орджоникидзе.

Требования к участницам конкурса: рост не ниже 170 сантиметров, параметры, приближенные к мировым стандартам красоты, возраст – от 25 до 45 лет, социальное условие – материнство. Для участия в кастинге следует выбрать обувь на высоких каблуках и одежду, не закрывающую ноги. Генеральный спонсор конкурса – ОАО «ММК».

улыбнись!

Две блондинки у машины

Я ничего не добился, зато сам!

Что такое украинские шахматы? Это в принципе обычные шахматы, только вот фигуры меняют цвет в зависимости от позиции.

– Я хочу в отпуск...
– Ты же только что из отпуска?!
– Я хочу обратно!!!

В правительстве вчера случился занятный конфуз: деньги, выделенные на здравоохранение, случайно потратили на здравоохранение.

– Как вы так ловко мылом пользуетесь, у вас даже обмылка не остается.
– Да ничего сложного, нужно просто иметь зарплату в 3 тысячи рублей.

Диета достигла той самой упытойльной точки: я начала с интересом принохиваться к кошачьему корму.

Две блондинки у машины:
– Блин, колесо спустило!
– Совсем?
– Нет, только снизу.

– Девушка, смотрю я на вас, и у меня нет слов!
– А деньги есть?

В кофе – кофени. А в какао?

– Поздравляю, у тебя родился внук!
– Да, внуков я ещё могу делать!

– Алло, это адвокатская контора? Здравствуйте! Вчера меня ограбили и избили сотрудники полиции. Могу ли я избежать наказания?

– Как же вы, отец семерых детей, можете целыми вечерами сидеть в пивной?
– Вы считаете, что семеро детей – это недостаточно уважительная причина?

Самая страшная работа – это быть домохозяйкой!..
Зарплаты нет!
Выходных нет!
Отпуска нет!
Работа никогда не кончается.
И при этом муж всегда с гордостью говорит:
– А моя жена не работает, дома сидит!

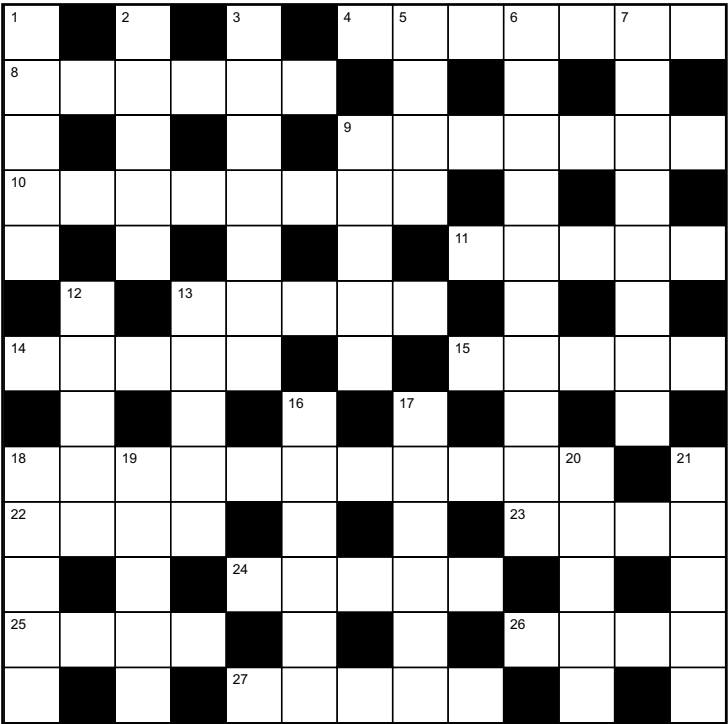
Вчера заходил в магазин «Конфискат». Одно баракло с китайского рынка! А где наркотики, золото, валюта, оружие? Куда они всё это делают?

кроссворд

Летающая иномарка

по ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Звериная «выставка». 8. Объем бензобака. 9. Кто выкормил близнецов Рема и Ромула? 10. Курьер сказочной быстроты. 11. Какая «летающая иномарка» стала «Лайнером мечты»? 13. «Поэзия рассудка» для Виссариона Белинского. 14. Крымский виноград. 15. Теория волшебства. 18. Со всеми подробностями. 22. Какой зверёк стал талисманом ОИ в Лейк-Плэсиде? 23. Горьковская пьеса «... Булычов и другие». 24. Кто первым упорядочил механику, применив к ней математику? 25. Самое «кудрявое» из дамских имён. 26. Птица с банкнот Гамбии. 27. «Для заурядных умов единственным надёжным критерием мудрости служит...»

по ВЕРТИКАЛИ: 1. «Гений не совершает ошибок. Его блуждания намеренны, они – врата открытия» (классический роман). 2. Оставление позиций. 3. Самый дорогой в мире... купили за 247 000 фунтов стерлингов в 2004 году на аукционе «Сотбис». 5. «Хозяин» реборды. 6. «Размножение без секса». 7. «Бумажная критика». 9. «Идол» серфингистов. 12. Какая София в возрасте 72 лет пообещала отметить успех футбольного клуба «Наполи» стриптизом? 13. Из какой стали сделан стилет внутри булавы президента Украины? 16. Складной стул у древних греков. 17. При жизни он удостоился титула «очарованного принца французской литературы». 18. «Первое свидание» со сценой. 19. Столица на Хонсю. 20. К какой категории ботаники относят не только тыквы, но и арбузы? 21. Жизненные установки.



17. Репетитор. 18. Двеборт. 19. Токкио. 20. Ягода. 21. Кредо.
6. Пониковавшие вранчичи.
7. Ресепионист. 12. Лейк-Плэсиде. 13. Бумажка. 16. Дворец.
2. Охотник. 3. Сомовар. 5. Обод.
1. «Винни-Пух». 4. «Винни-Пух». 9. «Винни-Пух». 10. Курьер.
11. «Винни-Пух». 12. «Винни-Пух». 13. «Винни-Пух». 14. «Винни-Пух». 15. «Винни-Пух». 16. «Винни-Пух». 17. «Винни-Пух». 18. «Винни-Пух». 19. «Винни-Пух». 20. «Винни-Пух». 21. «Винни-Пух». 22. «Винни-Пух». 23. «Винни-Пух». 24. «Винни-Пух». 25. «Винни-Пух». 26. «Винни-Пух». 27. «Винни-Пух».

Ответы на кроссворд

дата

Народному коллективу «Ешлек» Магнитогорского Дома дружбы народов – 30 лет

ЭЛЛА ГОГЕЛИАНИ

Большой праздничный концерт стал не только отчётом за годы, отданные искусству башкирского танца, но и благодарностью руководителю, создавшему коллектив. Речь о Санне Исхаковне Гайсиной, заслуженном работнике культуры Республики Башкортостан, бессменном руководителе и хореографе «Ешлека».

Всё идёт, как правило, из детства. Кто хотел быть врачом, кто – металлургом, кто – агрономом, кто – артистом. Саня же всегда танцевала. И сделала танец своей «карьерой». Уже девочкой, а росла она в селе под башкирским городом Баймак, копила Саня жесты, рисунок сельских хороводов, запоминала характерные движения, интересовалась историей башкирского танца, напоминала, какими они бывают: игровые, семейные, сюжетные, парные, коллективные, сольные. И, естественно, выбрала танцевальное отделение в Стерлитамакском культпросветучилище, куда пришла после школы. Потом было хореографическое училище – и постоянная работа. Танец требовал формы, выдержки, тренированности – этому училась, танцуя в ансамбле районного Дома культуры Баймака.

40 лет назад в Магнитогорске уже существовал ансамбль с названием «Ешлек», которым руководил известный композитор Рафаил Бакиров. В ансамбле были вокалисты, танцоры, музыканты. Молодая Саня тоже ходила в этот коллектив, много лет работала бок о бок с Рафаилом Муллауриновичем, и когда он ушёл, оказалась не у дел. Ансамбль распался, и остались бы от него лишь одни воспоминания, если бы не любовь Гайсиной к танцу, её упорство и понимание ситуации. Пришлось всё начинать

Мечта о танце



с нуля, и со временем появился самостоятельный коллектив – ансамбль башкирского танца, название которому оставили в память о создателе.

У Гайсиной хорошая профессиональная подготовка, она могла бы ставить любые танцы, но её симпатии раз и навсегда отданы башкирской теме. Многие придуывает сама, что-то отмечает для себя у прославленных коллективов, например, у Государственного академического ансамбля народного танца Башкирии. Или едет «за материалом» в Уфу, Баймак, Абзелил, Стерлитамак, слушает напевы курая, кубызы, смотрит работы во-

кальной группы «Ант» из Уфы – так рождается танец.

К юбилею «Ешлека» специально подготовили 17 танцев, разных по характеру, эмоциям, количеству участников – даже по колористике. Да и состав ансамбля полностью за эти годы изменился. В основном это студенты и старшеклассники – ведь «Ешлек» в переводе «Молодость», хотя именно «старички» составили основу, сделали его знаменитым на весь Урал. Кстати, многие из них пришли на концерт, чтобы увидеть друзей, вспомнить прекрасное время, и кое-кто даже решил тряхнуть стариной и станцевать с молодёжью. Например, Айзира

Абубакирова, которая семь лет была солисткой ансамбля. Или Василия Батталова и её сестра Таслима – их дети теперь продолжают дело матерей. Да и дочери Санни Исхаковны танцевали долгое время в «Ешлеке». Пошли по стопам бабушки и две внучки, правда, занимаются они балльными танцами.

Время идёт, меняются состав, репертуар, музыкальное сопровождение, рождаются новые сюжеты, костюмы – и это такая радость, когда хочется придумать что-то новое, интересное, собрать своих девочек и начать объяснять очередную задумку. И чтоб это было ещё долго-долго... ☺

конкурс

АЛЛА КАНЫШИНА

На днях вернулись из Германии участники международного конкурса исполнителей популярной песни «Берлинская жемчужина» Надежда Черкасова, Рамила Короновская и Светлана Новочуб.

Их трио «Новый бренд», входящее в состав студии детской эстрадной песни «Винни-Пух» Дворца культуры металлургов имени Серго Орджоникидзе, было в составе российской делегации, собравшейся из десяти регионов. В конкурсе участвовали двадцать две страны.

– Послушав соперников на репетиции, поначалу приуныли, – при-

Трио у Рейхстага

знается руководитель трио Ирина Читринова. – На «Берлинской жемчужине» собрались лучшие из лучших. Казалось, с ними и соперничать нельзя. Уровень мастерства таков, что и репетиции проводятся в режиме концерта: в свете и звуке, с дыммашиной.

«Берлинскую жемчужину» называют детским Евровидением. Правда, это название условно: участвуют вокалисты от десяти до двадцати четырёх лет. Зато все проходят отбор на национальном уровне. В первый конкурсный день, представляя песню «Там» на русском языке, магнитогорские

девушки едва справились с волнением. Очень ободрила реакция жюри: канадский судья аплодировал им стоя. Во второй день, представляя «Верни меня к жизни» на английском, уже не нервничали: чувствовали себя увереннее. Итог – почётное третье место.

Жаль только, Берлин посмотреть было некогда: прошли часок по городу перед конкурсом, да столько же – после. Зато посетители Рейхстаг – хотелось побывать на месте Победы. К тому же, Рада Короновская увлечена историей.

– Может, ещё доведётся посмотреть мир. А может, эта поездка так

и останется единственной, – размышляет Ирина Петровна. – Но её-то мы точно не забудем.

Кстати, состоялась поездка благодаря финансовой поддержке ОАО «ММК», профкома комбината и Дворца культуры металлургов имени Серго Орджоникидзе.

После возвращения трио выступило с благотворительным концертом и взяло короткую передышку. А с новой недели девушки приступают к репетициям: впереди новогодние спектакли, где юные вокалисты играют трёх колдуний. Тем временем в социальных сетях не смолкают поздравления, в том числе и от незнакомых людей: бронза принадлежит тройке исполнителей, а вот вкус победы – всей стране.

здоровье

Куда идём мы с Пятачком?



Чтобы избавиться от лишнего веса, надо ходить со скоростью 8–10 км в час – и не менее 30 минут.

Оказывается, организм начинает сжигать жир лишь через полчаса физической активности. Почему бы и вам не попробовать полчаса-шесть прогулку в разумном темпе пять-шесть раз в неделю?

Исследования показывают, что регулярная ходьба оказывает благотворное влияние на организм. Она снижает риск инсульта, диабета, высокого кровяного давления, остеопороза, артрита и даже депрессии. Кстати, спортивная ходьба – один из олимпийских видов спорта.

В США, где ожирение скоро станет главной после курения причиной ранней смерти, врачи всё настойчивее рекомендуют физическую активность. Быстрая ходьба благотворно влияет на сердце. Ведь сердце – это мышца, а

любое упражнение, которое усиливает кровоток через мышцы, позволяет держать их в отличной форме. Понижает артериальное давление, тем самым уменьшается нагрузка на артерии. Растёт уровень полезного холестерина в крови, уменьшается возможность образования тромбов. А всё вместе на целых 50 процентов снижает шансы возникновения сердечного приступа.

Относительно недавно учёные из Гарвардского университета провели исследование среди 7000 добровольцев и доказали, что ходьба также снижает риск инсульта. У тех, кто быстро ходит 20 или более часов в неделю, риск закупорки сосуда сгустком крови снижается на 40 процентов.

Однако не забывайте о мерах предосторожности. В течение нескольких первых дней измеряйте пульс до начала «марафона» и далее каждые 15 минут. Удостоверьтесь, что учащённое сердцебиение быстро приходит в норму (72 удара в минуту) и сердце никак не сигнализирует вам о том, что такая нагрузка ему не под силу. В остальном ускоренная ходьба не имеет побочных эффектов.

У быстрой ходьбы есть и еще одно преимущество. Это отличный способ поднять настроение. Уже клинически подтверждено, что программа регулярной ходьбы может быть полезна для лечения депрессии. С тяжёлыми формами депрессии справляются препараты-антидепрессанты, однако при лёгких физических упражнениях дают очень неплохой результат.

Правда, медики предупреждают: в одночасье, конечно, ничего не изменится. Те, кто никогда не выполнял физических упражнений, занявшись ходьбой, не решат мгновенно все свои проблемы. Но постепенно преимущества ходьбы станут очевидными. А в пожилом возрасте альтернативы подобной нагрузке почти и нет.

выставка

Тёплое искусство

Сегодня в 16.00 в Магнитогорской картинной галерее состоится открытие выставки изделий из войлока.

По преданию, валиянем занимались ещё в библейские времена. И первая кошма свалилась естественным образом – под копытами овец в Ноевом ковчеге. Войлок был привычным материалом в быту кочевых народов. Используя шерсть овец и верблюдов, валияли кошмы, юрты, одежду, валенки. В последние годы природный материал стали использовать в изготовлении игрушек и украшений.

В двух залах картинной галереи представлены работы свыше четырёх десятков авторов. Это изделия и профессиональных художников, преподавателей детских художественных школ и учеников, и творения самодельных умельцев. В экспозиции участвуют мастера из Магнитогорска, Санкт-Петербурга, Уфы, Екатеринбурга, Белорецка, Стерлитамака и других уголков страны. Выставка продлится до 31 января.



АДРЕС РЕДАКЦИИ, ИЗДАТЕЛЯ:
455038, г. Магнитогорск,
пр. Ленина, 124/1,
тел. (3519) 39-60-74,
отдел рекламы: (3519) 39-60-79,
e-mail: info@magmetall.ru

Учредитель – открытое акционерное общество «Магнитогорский металлургический комбинат» (455000, 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.

Главный редактор
Фролов Олег Валерьевич

Выпускающий редактор
Рухмалёв Станислав Александрович

При воспроизведении материалов «ММ» в печатном, электронном или ином виде ссылка на «Магнитогорский металл» обязательна.
Ответственность 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 11.12.2013 по графику в 19.00, фактически в 18.55. Заказ № 6083. Тираж 77298. Объём 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.