



Мальтийский Вестник

АВГУСТ-СЕНТЯБРЬ
№ 8-9
(26-27) 2019



Город святого Юлиана

От рыбацкой деревушки —
к популярному
туристическому центру
стр. 24

С моря — в тайгу

Чем привлекает Сибирь
тех, кто живет
на Средиземноморье?
стр. 18

ВПЕРВЫЕ!

Ледовое шоу на Мальте

Интервью с продюсером Ильей Авербухом

стр. 6



СОДЕРЖАНИЕ

НОВОСТИ

В ритме Мальты	2
Мальта: вчера, сегодня, завтра	4

СОБЫТИЯ

Звезды, музыка и лед на Мальте	
Остров ждет уникальное ледовое шоу	6
Эта земля — твоя!	10
Петь на Мальту — из Перми	11
Скоро сказка сказывается...	
О детском балете на Мальте	12

СЕМЬЯ

Песня на два голоса	14
---------------------------	----

ЛЮДИ СРЕДИ НАС

Ольга-путешественница и ее дневники	18
--	----

БИЗНЕС

Электромобиль — хорошо забытое будущее	20
---	----

ПОЗНАЙ СЕБЯ

К английскому — с любовью!	22
----------------------------------	----

ИСТОРИЯ ОДНОГО ГОРОДА

Город святого Юлиана: прошлое и настоящее	24
--	----

АРХИТЕКТУРА

Затерянный сад Пьеты	26
----------------------------	----

МАЛЬТА ТУРИСТИЧЕСКАЯ

Семейный дворец, или туристический рай	28
---	----

ЗДОРОВЬЕ И МЕДИЦИНА

Хроническая сердечная недостаточность: подводные камни болезни и улучшение качества жизни	30
--	----

ТАЙНЫ МАЛЬТИЙСКОГО ЯЗЫКА

В гостинице	34
Борис Пастернак: «Мир — это музыка, к которой надо найти слова!»	35

МАЛЬТИЙСКАЯ ЛИТЕРАТУРА

Любовь во время чумы	36
----------------------------	----

БУДЬ ЗДОРОВ

Как сделать день бодрым	37
-------------------------------	----

ЖИЗНЬ СО ВКУСОМ

Много мяса... и не только	38
---------------------------------	----

МАЛЬТА В ВОПРОСАХ И ОТВЕТАХ

Кроссворд	40
-----------------	----

МАЛЬТИЙСКИЙ ВЕСТНИК

Издатель: Мальтийско-российский фонд дружбы;

Журнал зарегистрирован в Департаменте информации Мальты. Свидетельство о регистрации СМИ: OPM Press 01/17 от 24 мая 2018 года

Главный редактор: Нина Рябченко;

Макет и дизайн: Андрей Воронин, Владимир Мартынович, Сергей Новоселов; **Корректор:** Надежда Жуковская;

Контактные данные и размещение рекламы: malteseherald@gmail.com +(356)2787705; Web: maltavest.com

Партнер: Европейский фонд поддержки культуры.

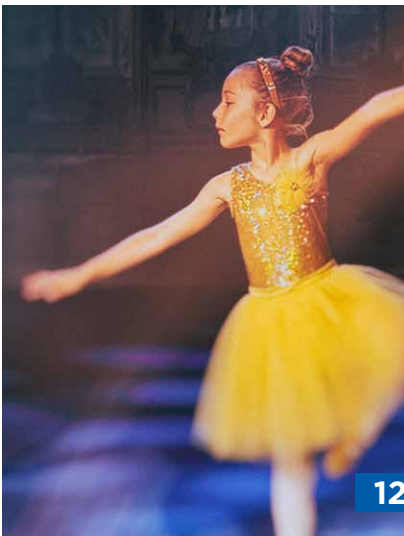
Воспроизведение полностью или частично без письменного разрешения Издателя запрещено. Мнения, высказанные в «Мальтийском Вестнике», а также его содержание не обязательно отражают мнение Издателя или Редактора. Несмотря на то, что все внимание было обращено на обеспечение правдивости и точности, Редактор и Издатель не могут нести ответственность за ошибки и упущения в статьях, рекламе, иллюстрациях или фотографиях. © 2019



6

Звезды, музыка и лед на Мальте. Остров ждет уникальное ледовое шоу

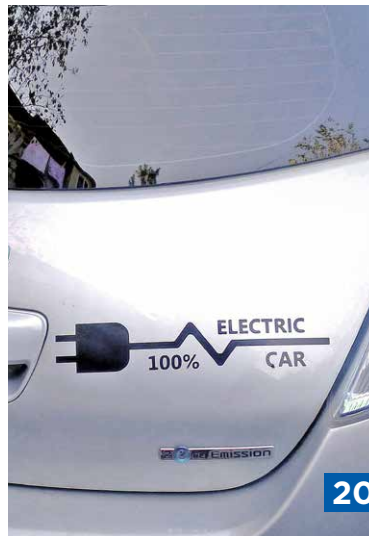
Легендарные российские фигуристы, обладатели олимпийских наград, музыка современного американско-мальтийского композитора Алексея Шора, история эпохи правления императрицы Анны Иоанновны, — и все это на льду, который создадут на главной площади перед мальтийской столицей. Перед нами не просто удивительная мечта, а реальный проект, который организывает на рыцарском средиземноморском острове команда продюсерского центра Ильи Авербуха и Европейского Фонда Поддержки Культуры.



12

Скоро сказка сказывается...

Принцессы, феи, котята и принцы танцевали в июле на сцене кампуса Мальтийского университета в Валлетте. Здесь состоялась постановка спектакля «Спящая красавица» на музыку П.И. Чайковского. Самой маленькой балерине, выступавшей на сцене, исполнилось четыре года.



20

Электромобиль — хорошо забытое будущее

Мы живем на маленьком острове — присмотритесь к электромобилю! Нас с ним еще ждет несколько небольших революций: и автопилот, и другое использование электроэнергии, и сдача своего авто в аренду. Привыкайте, скоро других не останется!



Здравствуйте, дорогие читатели!

Вы держите в руках новый номер «Мальтийского вестника».

Наш журнал во многом уникален, потому что своим содержанием ориентирован на людей мыслящих, на тех, у кого есть желание и возможности следить за культурными и общественными явлениями серьезной наполненности и глубокого содержания. Наш журнал открыт всем гуманным культурам мира, открыт для всех, сохраняющих «человеческое в человеке».

В каждой точке жизни мы стоим перед выбором: быть носителями нравственности, этики, культуры, просвещенности или проигнорировать все эти основополагающие начала человеческого бытия. Культура, как и религия, воспитывает и формирует подлинные, высшие ценности.

Возрождая добрые традиции, наш журнал рад создать для вас самое подходящее для этого настроение. Мы расскажем вам о том, что произошло на Мальте и Гозо совсем недавно, и о том, что было в прошлом. И даже попытаемся заглянуть в будущее!

С уважением,
от лица редакции журнала
«Мальтийский Вестник»,
главный редактор,
Нина Рябенко

ГЛАВНАЯ НОВОСТЬ

Стив Возняк стал сооснователем блокчейн-стартапа на Мальте

ЛЕГЕНДА СИЛИКОНОВОЙ ДОЛИНЫ СТИВ ВОЗНЯК, ИЗВЕСТНЫЙ КАК СО-ОСНОВАТЕЛЬ APPLE, СТАНЕТ И СО-ВЛАДЕЛЬЦЕМ БЛОКЧЕЙН-КОМПАНИИ НА МАЛЬТЕ. Он инвестировал в блокчейн-стартап EFFORCE и стал его сооснователем, о чем не замедлили сообщить мальтийские СМИ. Вторым соучредителем компании является Якопо Висетти.

Премьер-министр Мальты Джозеф Мускат отреагировал на эту новость сообщением в Твиттере, поблагодарив Стива Возняка за то, что он выбрал Мальту в качестве дома для его блокчейн-компании. В свою очередь, парламентский секретарь по финансовым услугам, цифровой экономике и инновациям Сильвио Шембри, комментируя новость, отметил, что мальтийское правительство не только использует технологию blockchain в некоторых своих операциях, но и уделяет особое внимание повышению квалификации в этой области среди нынешнего и будущих поколений. Все

эти заявления были сделаны в преддверии блокчейн-саммита DELTA, который состоится в октябре, в MFCC (Та-Али).

Рассказывая о стартапе, Возняк отметил, что эффективность всегда была для него на первом месте. При этом Стив объяснил, что он подразумевает не только экономию энергии, но и пользу, которую компания приносит обществу и окружающей среде. Именно поэтому г-н Возняк решил присоединиться к блокчейн-компании, которая позволяет инвесторам поддерживать энергоэффективные проекты по всему миру. EFFORCE предоставляет основанную на блокчейне платформу, которая ориентирована на инвестиции в технологии, повышающие энергоэффективность предприятий.

«Если вы экономите деньги на энергии, это означает больше прибыли, что хорошо для мира. Если нам удастся использовать меньше энергии, это также будет хорошо для окружающей

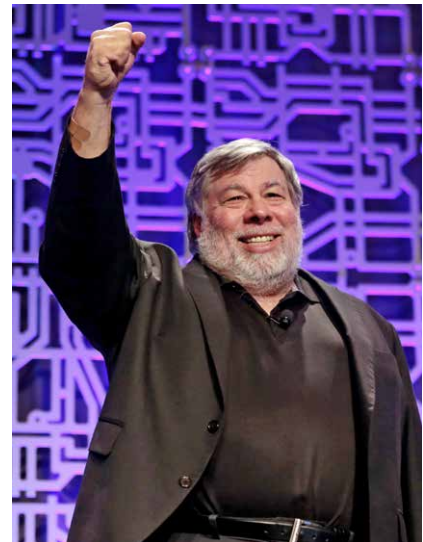


Photo: © Gage Skidmore

среды», — отметил Стив Возняк. Соучредитель компании Якопо Висетти сказал, что переговоры с Возняком начались несколько месяцев назад, и что они выбрали Мальту в качестве своей базы после анализа нескольких юрисдикций по всему миру.

Непогода в моде



ВСЕ ЧАЩЕ В ПРЕССЕ ЗВУЧАТ ЗАЯВЛЕНИЯ УЧЕНЫХ О ТОМ, ЧТО В СКОРОМ БУДУЩЕМ КЛИМАТ НА МАЛЬТЕ БУДЕТ БОЛЕЕ ЗАСУШЛИВЫМ, С НЕГАТИВНЫМ ВОЗДЕЙСТВИЕМ НА ЭКОСИСТЕМЫ И ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА. Наблюдения демонстрируют, что дожди становятся менее частыми, но более интенсивными. Увеличивается вероятность того, что Мальта будет переживать периоды засухи, которые будут чередоваться со штормами. В феврале прошлого года Мальта стала свидетелем одного из самых сильных штормов за последние десятилетия. Июнь на Мальте стал самым жарким за 96 лет. Несколько тепловых штормов было зафиксировано и в июле.

Население Мальты растет



ПРИ СОХРАНЕНИИ СУЩЕСТВУЮЩЕЙ ДИНАМИКИ НАСЕЛЕНИЕ МАЛЬТЫ МОЖЕТ ПРЕВЫСИТЬ 500 000 ЧЕЛОВЕК К КОНЦУ 2019 ГОДА.

Население Мальты увеличивалось примерно на 10 000 человек в год, начиная с 2013 года. При этом рост происходил, в основном, за счет миграции на Мальту. Большая часть переселенцев — из стран, находящихся за пределами Евросоюза. В 2018-м году количество подобных переселенцев составило 13 460 человек, в то время как из других стран ЕС на Мальту переехали 11 341 человек.

Немногим меньше 1100 мальтийских граждан эмигрировали. Однако

следует отметить, что эта цифра не включает тех, кто покинул остров, но не сменил адрес регистрации.

На острове больше мужчин (251 836), чем женщин (241 723). Что касается возраста, то самой многочисленной является категория от 30 до 39 лет (81 203), а затем от 20 до 29 лет (75 568).

При этом каждый седьмой житель Мальты — иностранец. Об этом свидетельствуют данные Евростата. Всего на данный момент на Мальте — 14% иностранных граждан, при этом в Евросоюзе — 7,8%.

Наиболее впечатляющей является ситуация в Люксембурге, когда 47,8% составляют иностранцы, за Люксембургом следуют: Кипр (17,3%), Австрия (15,8%) и Эстония (14,9%). Мальта с ее четырнадцатью процентами — на пятом месте в списке стран, привлекающих иностранцев для постоянного проживания.

Эта картина отражает события 2018-го года: всего на Мальте — 475 701 жителей, 67 145 тысяч из которых — иностранцы.

Евростат сообщает также, что пол-

миллиарда человек, проживающих в ЕС, не имеют гражданства своей страны проживания. Кроме того, 1,3 миллиона европейцев живут в одной стране, но работают в другой, а 1,7 миллиона студентов ЕС учатся за рубежом.

Что касается приобретения гражданства Евросоюза, то в 2017 году Мальта предоставила гражданство 1973 претендентам. Большую часть из них составляют россияне (464), за ними следуют представители Саудовской Аравии (342) и британцы (195).

Мальта и Италия пришли к соглашению о финансировании строительства газопровода



О ДОСТИГНУТЫХ МЕЖДУ МАЛЬТОЙ И ИТАЛИЕЙ ДОГОВОРЕННОСТЯХ СОБЩИЛО ИЗДАНИЕ MALTA TODAY. ПО ДАННЫМ ЭТОГО ИЗДАНИЯ, МАЛЬТА ВОЗЬМЕТ НА СЕБЯ ПОЛНУЮ СТОИМОСТЬ ПРОЕКТА ГАЗОПРОВОДА, ИДУЩЕГО НА СИЦИЛИЮ. Полная стоимость проекта составит 400 миллионов евро. Проект будет реализован согласно соглашению, достигнутому между регулирующими органами двух стран. Он будет осуществляться компанией Melita Transgas Ltd, созданной в прошлом году мальтийским правительством, а также получит финансирование от ЕС.

Трубопровод считается проектом, представляющим общий интерес для ЕС, поскольку он положит конец изоляции Мальты от Европейской газовой сети. Согласно договоренностям, Мальта получит чистую выгоду от проекта в размере 313 миллионов евро, а Италия — 19 миллионов евро.

Как считают инициаторы проекта, трубопровод обеспечит острову энергетическую безопасность. Первоначально предполагалось, что трубопровод будет введен в эксплуатацию к 2026 году, но, согласно новым данным, — строительство будет завершено уже в 2024 году.

Мальта готова увеличить количество рейсов из России



О ТОМ, ЧТО МАЛЬТА ЗАИНТЕРЕСОВАНА В УВЕЛИЧЕНИИ КОЛИЧЕСТВА АВИАРЕЙСОВ В СООБЩЕНИИ С РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИЕЙ и, в том числе, хотела бы возвращения на маршрут компании «Аэрофлот», сообщил портал РИА Новости, цитируя слова посла Республики Мальта в РФ Пьера Клайва Аджуса.

«Сейчас мы обсуждаем возможность увеличения рейсов компании Air Malta. В настоящее время у нас два рейса в неделю в сообщении с Санкт-Петербургом и три рейса — с Москвой. Но мы также изучаем возможность увеличения рейсов с российской стороны. Я надеюсь, осенью мы будем в состоянии начать переговоры», — отметил г-н Пьер Клайв Аджус.

Стоит отметить, что в первой половине 2019 года Международный аэропорт Мальты принял более 3,2 миллиона пассажиров из разных стран, что на 5,9% больше, чем за аналогичный период прошлого года. По мнению представителей аэропорта, всего в 2019-м году ожидается более семи миллионов пассажирских перевозок.

D'AMICI
..... KARAOKE BAR

RUSSIAN KARAOKE BAR
everyday
from 19:00 till 04:00
more than 30.000 songs

D'Amici Bar
64 Wilga Street
St Julian's Paceville
☎ 99 837 606

Музыка в мальтийской столице



КУЛЬТУРНОЕ АГЕНТСТВО ВАЛЛЕТТЫ ОБЪЯВИЛО О СОЗДАНИИ НОВОЙ МУЗЫКАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ДЛЯ МАЛЬТИЙСКОЙ СТОЛИЦЫ ПОД НАЗВАНИЕМ MUSIC CITY: MUSIC IN THE CAPITAL.

Программа включает в себя ряд концертов под открытым небом с участием молодых музыкантов. Стили исполнения будут разными: от рок-поп-музыки до классических произведений. Организаторы проекта считают, что бесплатные концерты в общественных пространствах мальтийской столицы предоставляют молодым музыкантам возможность для реализации, а гостям Валлетты — свободный доступ к музыке вне стен.

В рамках проекта Music City состоится следующее: Music in The Capital. 16 сентября мальтийский музыкант Оуэн Лойеллен даст представление в Валлетте. Хип-хоп группа Street Elements откроет этот вечер танцевальной композицией. Музыкальное действие начнется в 20:00. Вход свободный.

ФЕСТИВАЛИ

Празднование окончания Великой осады и Второй мировой войны

7 сентября

Xagħra (Гозо)

В субботу, 7 сентября 2019 года, Гозо будет отмечать две победы Мальты: окончание Великой осады в 1565 году и прекращение налетов нацистской авиации в 1943 году. Один из праздников пройдет в деревне Хагра на Гозо.



Международный фольклорный фестиваль в Кале

20 сентября — 22 сентября

Кала, Гозо



На четырнадцатом году своего существования Международный фольклорный фестиваль в Кале превратился в красочный праздник народного танца и музыки. В эти дни деревня Кала становится центром народного празднования: на местной площади царит веселье, к которому может присоединиться каждый желающий, насладившись танцами, музыкой и, конечно, традиционной кухней. Так вы увидите подлинный остров Гозо!

Żejt Iż-Żejtun 2019

28 сентября

Żejtun (Мальта)

Мальтийский городок Зейтун будет праздновать начало сезона сбора оливок. Ежегодный фестиваль Żejt iż-Żejtun состоится в субботу, 28 сентября 2019 года.



Вино, оливковое масло и мед

21 сентября

Għarb (Гозо)



Традиционный фестиваль вина, оливкового масла и меда пройдет на Гозо. Это событие собирает друзей уже в третий раз. Для гостей готовят жареного поросенка, вино, мед, медовую выпечку, деликатесы из оливкового масла (обещают даже мороженое со вкусом оливкового масла!).

Юго-восток Мальты, где восходящее солнце помогает созреть сельскохозяйственным продуктам в начале сезона, был хорошо известен как место для выращивания оливковых деревьев и производства масла.

Центральным моментом праздника является благословение оливок, которые привозят на праздник местные фермеры. Далее следуют прессование и бесплатная дегустация мальтийского хлеба (фтиры) со свежавыжатым оливковым маслом. Все это происходит на фоне народной музыки, пения и танцев. Если вы хотите узнать больше об этом фестивале, отправьте электронное письмо по адресу zejtun.1c@gov.mt или позвоните: 356 21663866.

КОНЦЕРТ



Концерт «Весна священная»

Средиземноморский конференц-центр

14 сентября, 20:00–21:30

Дирижер: *Сергей Смбастьян*

Солист: *Алексей Володин*
(фортепиано)

Мальтийский филармонический оркестр представит публике два знаковых произведения из мира классической музыки: Второй фортепианный концерт Сергея Рахманинова и балет Игоря Стравинского «Весна священная».

В 1897 году неудачная премьера Первой симфонии стала причиной глубокой депрессии Сергея Рахманинова. Творческий кризис был настолько серьезен, что близким композитора пришлось обратиться за помощью к специалисту. Таковым стал врач Н.В. Даль, который помог Рахманинову восстановиться. В благодарность композитор посвятил Н.В. Далю Второй фортепианный концерт. До сих пор этот концерт считается одним из самых популярных сочинений Рахманинова. Публика свистела, шумела и смеялась. В зале несколько раз гасили свет, чтобы успокоить разбушевавшиеся страсти, но и это не помогало. Спектакль прервали. Так 29 мая 1913 года в театре Елисейских полей под управлением Пьера Монте прошла премьера балета «Весна священная». Основой сюжета стал сон Стравинского, в котором он увидел древний ритуал — молодая девушка в окружении старцев танцует до изнеможения, чтобы пробудить весну, и погибает. Новаторская работа, которая вызвала такую негативную реакцию у зрителей, пришедших на ее парижскую премьеру, признана предвестием современной музыки и хореографии.



ВЫСТАВКИ



Выставка «Бонсай» 28 сентября — 29 сентября

Флориана

Мальтийская группа любителей бонсай — древнего искусства выращивания точной копии настоящего дерева в миниатюре — организует выставку миниатюрных деревьев с 28 по 29 сентября 2019 года. Мероприятие пройдет в помещении Bonsai Culture Group на улице Notre Dame Arch Street, во Флориане, с 9:00 до 18:00. Для получения дополнительной информации посетите официальную страницу мероприятия в Facebook.

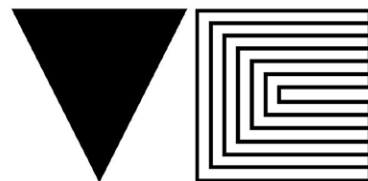
«Французская идея»

Valletta Contemporary, Валлетта

23 августа — 20 сентября

Французская идея — что это? Светлая свобода — декларируют организаторы очередной выставки в пространстве современного искусства в Валлетте. Художники-участники выставки: Доминик де Бэр (Dominique de Beir), Кристиан Жаккар (Christian Jaccard), Дени Пондрюэль (Denis Pondruel). Доминик де Бэр в течение последних лет создает архитектурные сооружения из перфорированного картона. Зачастую такие структуры повторяют блоки оставленных домов, заброшенные военные укрепления — странные места, которые становятся местом для приключений, юношеских экскурсий в неизвестность.

Кристиан Жаккард — французский художник швейцарского происхождения — считает огонь источником



жизни и света, использует его как творческий метод, создает работы с помощью огня. Дени Пондрюэль живет и работает в Париже и во Фривиле (Пикардия, Франция). Его скульптурные работы представляют собой кубические объемы, представленные «дверями» и «окнами», но не являются классическими конструкциями. Бетонные блоки приглашают зрителя в место одновременно реальное и воображаемое, на границе видимого и невидимого.

КОНФЕРЕНЦИЯ

Artificial Intelligence Malta Summit

Сент-Джулианс, Мальта

16 — 17 сентября 2019

Существенные технологические прорывы в робототехнике, автоматизации, искусственном интеллекте, нанотехнологиях, квантовых вычислениях, биотехнологиях, IoT, 3D-печати... Все это больше не относится к научной фантастике, это наши будни!

Каково будущее человечества в автоматизированном мире? Насколько продвинулись вперед подобные технологии? На-



сколько дальше они должны развиваться? И какие законодательные рамки будут применяться международными правительствами для регулирования упомянутых выше секторов?

Все эти вопросы станут основными на Саммите искусственного интеллекта, который состоится на Мальте 16-17 сентября 2019 года.

ЭКОМАРКЕТ

Eco Market Malta

Айн Туффия (Għajn Tuffieha)

20 сентября (ПТ) —

17:00 до 20:00

21 (СБ) и 22 (ВС) сентября —

с 11:00 до 20:00

Эко-рынок Мальты уже получил признание. Этот проект продолжает свою работу. Мероприятие объединяет поставщиков свежих органических продуктов, натуральных продуктов питания и закусок, этической моды, игрушек, натуральных и нетоксичных продуктов личной гигиены. Кроме того, формат эко-рынка предполагает переговоры,

семинары и другие мероприятия, способствующие распространению знаний о сохранении экологии.

«Мы являемся сообществом разработчиков, которые стремятся сделать этическое потребление нормой и представить осознанный опыт покупок на Мальте!» — декларируют свои цели организаторы проекта.



ECOMARKET



РУССКАЯ
RUSSIAN



ТРАПЕЗА
FOODS



Gorg Borg Olivier Street, Sliema, tel: 79 03 02 03

Мы поставляем наши продукты в следующие магазины:

Sliema

- Russian Supermarket, Gorg Borg Olivier Street
- Tower Supermarket, High Street
- Sliema Minimarket, The Strand
- Strand Gifts & More, The Strand
- Meats and Eats, Dingli Street
- **NEW!** Quick Shop, The Strand

San Gwann

- Vegimania, Triq Birkirkara

St Julians

- Arkadia Food Store, Portomaso
- Arkadia Food Express, Paceville
- Park Towers Supermarket, Gorg Borg Olivier Street
- **NEW!** Park Towers Supermarket, Spinola
- Basic Food & Drinks, Triq il-Qaliet
- Qmarket, Elija Zammit Street, Paceville
- Metro Beverages, Triq San Gwann, Paceville

- KTA Store, Triq il-Wilga, Paceville
- **Bugibba**
- Amro Minimarket, Triq il-Hgejjeg
- **NEW!** Eurosuper Supermarket, Triq Censu Tanti
- **Qawra**
- Trolees Supermarket, Tourist Street
- RCG Confectionery, Tourist Street
- **Swieqi**
- Lifestyle Store, Swieqi Road

Ibragg

- Greens Supermarket, Triq l-Uqija
- **Birzebbuga**
- **NEW!** Bay Food Store, Pretty Bay
- **Mellieha**
- Valyou Supermarket, Triq il-Kbira
- Luna Minimarket, Triq il-Qarnit
- **Mosta**
- Pama Supermarket, Triq Valletta

FACEBOOK.COM/RUSSIANSUPERMARKET

Naxxar

- Valyou Supermarket, Parish Street
- **Birkirkara**
- Smart Supermarket, Naxxar Road
- **Santa Venera**
- Park Towers Supermarket, Psaila Street
- **Gzira**
- J&M Store, Manoel de Vilhena Street
- **NEW!** Brothers Confectionery, Ponsomby Street

Qormi

- Pavi Supermarket, Triq Manuel Dimech
- Shopwise Supermarket, Triq l-Indina
- **Marsaskala**
- Sugar & Spice, Triq il-Qaliet
- Honey Corner, Triq il-Qaliet
- St Thomas Supermarket, Triq il-Qaliet
- Hasta la Vista Supermarket, Triq Sant Antnin

ПОСТУПЛЕНИЕ СВЕЖИХ ПРОДУКТОВ КАЖДУЮ НЕДЕЛЮ!

ЗВЕЗДЫ, МУЗЫКА И ЛЕД НА МАЛЬТЕ

Остров ждет уникальное ледовое шоу

Легендарные российские фигуристы, обладатели олимпийских наград, музыка современного американо-мальтийского композитора Алексея Шора, история эпохи правления императрицы Анны Иоанновны, — и все это на льду, который создадут на главной площади перед мальтийской столицей. Перед нами не просто удивительная мечта, а реальный проект, который организует на рыцарском средиземноморском острове команда продюсерского центра Ильи Авербуха, Европейского Фонда Поддержки Культуры и Международного Культурного Фонда (Москва).



О том, какой будет ледовая сказка на Мальте, рассказывает создатель уникальных ледовых шоу: российский фигурист, режиссер и продюсер — Илья Авербух.

Ледниковый период

– В 2019-м вы отмечаете 15 лет успеха вашего проекта по созданию грандиозных ледовых спектаклей. В каких городах проходят события в рамках этого празднования?

– Одним из таковых будет ледовое шоу, которое пройдет на Мальте. Для нас это станет очень ярким завершением юбилейного года, объединившего огромное количество проектов: телевизионных, театральных... Это очень сложный год для нас, но, конечно, и очень яркий.

Более 30-ти шоу мы уже провели в различных городах России. Впереди до выступления на Мальте у нас будет большое гала-шоу: юбилейный концерт Игоря Крутого, на котором выступит созвездие фигуристов, мировых звезд. Состоится очень интересный проект в Чехии, затем – гастроль в Германии с нашим спектаклем «Кармен». В прошлом году мы выступили на знаменитой Arena di Verona в Италии, где показали свой спектакль «Ромео и Джульетта». Конечно, очень много сделано, много всего впереди.

И, повторюсь, особенно приятно, что завершаем мы этот юбилейный год новой грандиозной постановкой на Мальте. Над этим спектаклем мы сейчас серьезно работаем.

– Что побудило вас после завершения спортивной карьеры вернуться из Америки в Россию? Вы были уверены в том, что ваша идея – создавать ледовые шоу – найдет своих последователей?

– Сейчас сложно все это представить. Это был большой бросок в неизвестность. На тот момент в нашей стране ледовые шоу не были востребованы. Как бизнес-проект, эта идея была очень рискованной, несмотря даже на традиционную популярность фигурного катания в России. Формат ледовых шоу был в зачаточном состоянии, поэтому нам, видимо, сопутствовала удача: после создания нескольких ледовых проектов меня пригласили на телевидение, где я сделал проект «Звезды на льду», который затем стал известен как «Ледниковый период». Этим телепроектам сопут-

«Шутовская свадьба» на льду во Флориане

На Мальте впервые состоится масштабное ледовое шоу

Европейский Фонд Поддержки Культуры совместно с Продюсерской компанией «Илья Авербух» организуют на Мальте эксклюзивный проект — Ледовое Шоу «Шутовская Свадьба», которая является адаптацией балета «Хрустальный Дворец» на музыку современного американо-мальтийского композитора Алексея Шора. Премьера уникального представления запланирована на 13 декабря 2019 года.

Действие ледового шоу разворачивается в XVIII веке, во времена правления российской императрицы Анны Иоанновны. За основу сюжета взят исторический эпизод, имевший место при дворе российской самодержицы. Анна Иоанновна славилась своей любовью к пышным торжествам и необычным забавам, и однажды пожелала поженить во дворце изо льда, в невосковой столице, своих придворных шутов.

Продюсерская компания «Илья Авербух» — российская компания международного уровня, создающая уникальные ледовые шоу с участием звезд мирового фигурного катания. В этих грандиозных мюзиклах фигурное катание объединяется с драматическим театром, а живые вокальные номера — с акробатическими трюками. Во всех представлениях используются современные сценические технологии.

Режиссером-постановщиком ледового шоу «Шутовская свадьба» на Мальте станет всемирно известный фигурист, серебряный призер Олимпийских Игр, чемпион мира, чемпион Европы, четырехкратный чемпион России, двукратный чемпион мира среди юниоров, заслуженный мастер спорта России Илья Авербух, спортивные титулы которого дополняются признанием его достижений в артистической карьере. Он является лауреатом Российской национальной телевизионной премии ТЭФИ в номинации «Продюсер телевизионных программ», обладателем премии «Звезда театрала» за первый мюзикл на льду и лауреатом премии имени Олега Янковского «Творческое открытие» за постановку мюзикла на льду «Кармен».

Солистами проекта станут ведущие фигуристы с мировым именем, победители чемпионатов мира и Олимпийских Игр, а также всемирно известная оперная солистка. Местом проведения мероприятия будет одна из самых популярных площадок Мальты — площадь il-Fosos в мальтийском городе Флориана, расположенном по соседству с мальтийской столицей.

На премьере «Шутовской Свадьбы» ожидается присутствие международных и национальных телевизионных СМИ, которые будут освещать шоу.

становал большой успех, они стали популярными. Поэтому нельзя отрицать роль везения, но необходимо помнить при этом, что под лежащий камень вода не течет. Очень много работы было вложено, и поэтому все сложилось.

– Действительно ли ваши телевизионные проекты повлияли на то, что родители повели детей в секции фигурного катания?

– Да, действительно. Бум в нашем одиночном женском катании, конечно, во многом обязан своей популярностью этим телепроектам. Как раз в тот момент этим детям было 5-6 лет, и их родители, вдохновившись увиденным на телеэкране, повели своих чад в школы фигурного катания. Соответственно, огромный невод выловил многих талантливых фигуристов. Можно сказать, что это «дети ледникового периода», и сейчас они побеждают на престижных турнирах, блистают на мировой арене. В первую очередь, мы говорим о женском одиночном катании.

Звезды на льду

– Для своих постановок вы берете выдающиеся произведения мировой классики, а в качестве исполнителей на лед выходят великие фигуристы. Как вы выбираете своих героев?

– Это очень большая работа. У нас уникальный состав артистов. В одном спектакле задействованы семь олимпийских чемпионов. Более 12-ти чемпионов мира. Это золотое созвездие спортсменов. Когда создается спектакль, на написание сценария уходит больше полугода, потому что очень важно, чтобы каждому участнику подходила роль, чтобы каждый чувствовал себя на площадке и в спектакле органично. Поэтому, когда такое количество вводных, мне все-таки легче опереться на классические произведения, такие как «Ромео и Джульетта», «Кармен», где есть понятные сюжетные линии. Моя задача – дать возможность каждому фигуристу раскрыться в спектакле.

– Что вдохновляет вас заниматься этой работой?

– С одной стороны, мне нравится покорять новые вершины и ставить перед собой новые творческие задачи. С другой стороны, команда шоу – это очень большой коллектив, с которым я провел уже 15 лет, и я чувствую свою ответственность за эту работу, за нашу многолетнюю совместную деятельность и за наше будущее.

Лед на Мальте

– Ваш очередной проект: ледовое шоу «Шутовская Свадьба», которая является адаптацией балета «Хрустальный Дворец», – вы организовываете на Мальте, совместно с Европейским Фондом Поддержки Культуры и Международным Культурным Фондом. Когда вы впервые услышали о балете «Хрустальный дворец»? Чем вас привлекла эта история?

– Впервые о возможности этого проекта я услышал от Константина Ишханова, который является президентом Европейского Фонда Поддержки Культуры. Он связался со мной и предложил идею сотрудничества. Он же рассказал о балете «Хрустальный дворец» и об идее перенести это действо на лед. Я ответил, что в первую

очередь мне нужно послушать музыку, которая была написана к этому спектаклю, и, должен сказать, что это произведение Алексея Шора мне очень понравилось.

Я понял, что его музыка может быть очень «ледовой». Сама идея – очень интересная. Мы уже говорили, о том, что обычно ставим классические произведения. Там вполне понятные истории. Что касается «Шутовской свадьбы», то, несмотря на то, что это известный исторический факт, подобный сюжет не использовался так часто в постановках, как, «Кармен» или «Ромео и Джульетта». Поэтому для меня это тоже определенный вызов: рассказать эту историю хореографическим языком, языком льда. Очень многие, возможно, узнают об этой истории впервые.

Идея ЕФПК вдохновила всех нас: показать ледовое шоу на площади в центре Мальты, под открытым небом в декабре. Это огромный вызов и благодаря тому, что мы обладаем большим опытом, мы решились на это. В любом случае это, очень амбициозный проект для нас.

– Осознание того, что это первое ледовое шоу в истории Мальты, дарит вам особое вдохновение при создании этого проекта?

– Конечно, вдохновляет. Кроме того, мы чувствуем огромную ответственность. Как я уже говорил, в прошлом году мы уже дебютировали с первым российским ледовым спектаклем, который был показан за рубежом, в Италии. И вот сейчас – это будет первый ледовый спектакль на Мальте, на центральной площади, под музыку современного мальтийского композитора, с сюжетом из русской истории... Дело осталось за тем, чтобы воплотить эту грандиозную идею в жизнь.

– Мальта – средиземноморский остров, где даже зимой температура воздуха опускается максимум до +8 градусов. В связи с этим интересно узнать, какова техническая составляющая проекта: как на площади Флорианы появится лед?

– Мы привезем несколько холодильных установок. Это мобильный лед, но это лед такого же качества, как тот, на котором обычно проходят соревно-

вания спортсменов на чемпионатах Европы, мира и Олимпийских играх. Это не какой-либо заменитель, не пластик. Это лед. Созданный технологиями, не природой, но лед. Конечно, придется решить много технических вопросов, в том числе и поэтому это очень амбициозный проект.

– Сколько зрителей сможет принять эта площадка?

– Около 2000 зрителей

– Для «Шутовской свадьбы» Вы делаете аранжировку музыки балета «Хрустальный Дворец» американо-мальтийского композитора Алексея Шора. Как проходит ваша совместная работа?

– Мы много общаемся с Алексеем Шором. Особенно сейчас, когда готов адаптированный сценарий. Как режиссер, я обращаюсь к нему с просьбой расставить необходимые акценты в постановке, дорабатываются музыкальные композиции с точки зрения ледовой хореографии. Шоу создается в постоянном контакте и соавторстве с ним.

– Кто работает над созданием декораций и исторических костюмов времен Анны Иоанновны?

– Декорации готовит известный грузинско-английский дизайнер Нина Кобиашвили, она живет в Лондоне, уроженка Тбилиси. Мы очень серьезно работаем над образами. Художники, которые создают костюмы, являются обладателями «Золотой маски» за театральные постановки, в частности, за спектакль «Золушка». Очень серьезная команда.

– Мы знаем, что вы пока не можете представить нам всех солистов проекта. Но, может быть, сделаете для нас исключение и назовете пару звездных имен?

– Могут. В спектакле примут участие олимпийский чемпион Алексей Ягудин, олимпийские чемпионы Татьяна Тотьмянина и Максим Маринин, олимпийские чемпионы, чемпионы Евро-



“ Мы собираем звезд первой величины для ледового спектакля на Мальте.

Анна Аглатова
вновь исполнит
роль оперной дивы



пы Екатерина Боброва и Дмитрий Соловьев, четырехкратный чемпион Италии Иван Регини и чемпионка мира, пятикратная чемпионка Европы, девятикратная чемпионка Италии Каролина Костнер. Мы собираем звезд первой величины для ледового спектакля на Мальте.

– В ледовом шоу, как в и балете, будет оперная дива среди персонажей? Будет ли она кататься на коньках?

– Есть несколько оперных арий, и оперная дива – солистка Большого театра Анна Аглатова – примет участие в спектакле, но на коньки она не встанет. Для нее мы создадим особую сцену.

Беседовала Мария Ермаченко





Эта земля — твоя!

Черно-белая казахская степь на экране... Следы колес... Старый уазик, рулевое колесо, спина водителя. Периодические на экране возникают надписи на двух языках — русском и английском: «Мой отец Ной — он сильный... Мой отец Ной ищет море...».

Valletta Contemporary — галерея современного искусства, расположенная на окраине Валлетты, которая призвана стать площадкой представляющей современное искусство международных художников на Мальте.

На стене здания в древней Валлетте, ставшего в 21-ом веке домом современного искусства — музеем Valletta Contemporary, внимание зрителей останавливается на фотографиях, авторство которых принадлежит Алмагуль Менлибаевой (видеоинсталляция с отцом Ноем — тоже ее работа!). Алмагуль считается одним из самых ярких представителей современного искусства Казахстана, звездой международного класса. Художница, родившаяся в Казахстане, живет в Берлине, ее выставки проходят во всем мире: в Берлине, Амстердаме, Париже, Лондоне, Мадриде, Сиднее... Работы Алмагуль Менлибаевой есть в коллекциях Музея искусств имени Кастеева в Алматы, Филадельфийского художественного музея (США), Антверпенского музея современного искусства (Бельгия), Квинслендской национальной художественной галереи (Австралия).

В 2015 году Алмагуль Менлибаева приняла участие в Московской биеннале современного искусства. Ее работа была представлена в Центральном павильоне ВДНХ. Каждый день художница снимала видеодневник, фиксируя процесс создания единой экспозиции, а первого октября, в по-

следний день работы основного биеннального проекта, состоялась премьера ее нового видео, рассказывающего о евразийском проекте на примере светофоров в разных городах мира (фильм «Зеленый, желтый, красный и снова зеленый»).

На Мальте работы казахской художницы представлены в рамках выставки *This Land Is Your Land*, которая объединила творчество Алмагуль Менлибаевой и греческого художника Михаила Карикиса, базирующегося в Лондоне и Лиссабоне.

По словам организаторов выставки, эти два художника, поделившие пространство Valletta Contemporary, фокусируют внимание на том, как земля превращается в товар, трансформируется в угоду чьим-либо интересам. Темы экологии и феминизма на фоне постсоветского Казахстана, с которыми работает Алмагуль Менлибаева, и социально-экономические зарисовки на темы деиндустриализации, переселения и миграции, принадлежащие Карикису, как считают инициаторы проекта, перекликаются с действительностью Мальты. Эти творения помогают анализу современной ситуации, сложившейся в связи со стремительным развитием городов на ограниченной территории архипелага.



Петь на Мальту — из Перми

Русские народные песни и романсы Глинки, прикамские народные песни и хорал Баха, «Тум, балалайка» и «Очи черные»... Два концерта представителей Пермской филармонии: «Хорус-квартета» и солисток Евгении Камянской (орган) и Маргариты Соснер (сопрано), состоявшиеся на Мальте, включали в себя удивительно разнообразную программу, которая не обошлась без исполнения «Калинки-Малинки». Трудно представить концерт русской народной музыки без исполнения этой песни, которую многие считают фольклорной, а, между тем, у нее есть автор: Иван Ларионов, родившийся в Перми, — о чем и поведали сами музыканты.



Арт-группа «Хорус» — мужской вокальный квартет, созданный осенью 1999 года, один из самых ярких и именитых коллективов Прикамья. На его счету Гран-при фестиваля патриотической песни им. Булата Окуджавы, гран-при и специальный приз на конкурсе «Вятский круг» за исполнение казачьих песен. Этот коллектив является лауреатом международного конкурса «Поющий мир» в г. Санкт-Петербурге и обладателем особенной награды — гран-при 34-го фестиваля-конкурса им. Алексея Фатьянова в г. Вязники Владимирской области.

Концерты, организованные Европейским Фондом Поддержки Культуры, состоялись в Российском центре науки и культуры в Валлетте и в зале Роберта Самута во Флориане 25 и 26 июня 2019 года. Первая концертная программа носила название «Из России — с любовью...». В исполнении Маргариты Соснер (сопрано), которой аккомпанировала Евгения Камянская, прозвучали произведения Г. Перселла, Н. Римского Корсакова, С. Рахманинова и др. Затем на сцене появился «Хорус-квартет» (а capella), представивший слушателям романсы М. Глинки, П. Чайковского, а также русские народные песни.

Второй концерт, который носил название «Музыка старого города», состоялся в зале Роберта Самута во Флориане. Евгения Камянская исполнила органную программу, состоявшую из произведений З. Карга-Эллерта и П. Манца. Затем к Евгении присоединилась Маргарита Соснер, и под сводами старинного зала прозвучали сочинения Г. Перселла, Г.-Ф. Генделя, О. Янченко, Э. Куртиса.

Затем наступила очередь «Хорус-квартета», от которого после первого концерта в РЦНК уже ждали самых ярких впечатлений, и артисты не разочаровали тех, кто пришел в этот вечер во Флориану. Так, в

а-капельной части программы прозвучал Тропарь Пасхи А.Д. Кастальского. Этот композитор принадлежал к числу так называемой «Новомосковской школы» (конец 19 — начало 20 века). Это время расцвета русской духовной музыки, возвращения к древним распевам. В тропаре Пасхи Кастальского использован и обработан киевский распев.

За этим произведением последовали русские народные песни, «Дорога длинная» Б. Фомина, спичичуел Jericho и так далее. На «бис» музыканты заставили зал разразиться аплодисментами: они исполнили знаменитую неаполитанскую песню Funiculì, Funiculà.

«Во время концертов мы любим

общаться с публикой, и обычно слушателям это нравится», — отметил художественный руководитель оркестра Александр Рогожкин. Музыкант продолжил: «От «сухого академизма» мы начали отходить давно, впервые это произошло на гастролях в Шотландии. Порой мы увлекаемся и можем общаться по пять минут в перерывах между композициями. Непосредственное общение — это очень важно. В том жанре, в котором мы работаем, мы можем это позволить: мы же исполняем самые разные композиции. Почему бы и не рассказать о них? Об истории создания, об авторах? Например, о том, что автор «Калинки-Малинки», которую знает весь мир — наш земляк Иван Ларионов».



Скоро сказка скаывается...

О детском балете на Мальте



Принцессы, феи, котята и принц танцевали в июле на сцене кампуса Мальтийского университета в Валлетте. Здесь состоялась постановка спектакля «Спящая красавица» на музыку Петра Ильича Чайковского. Организаторы проекта — хореограф, преподаватель, балерина Рута Мон и Европейский Фонд Поддержки Культуры.



Праздник детского балета состоялся на Мальте во второй раз. В прошлом году прошла премьера балета BRIGHT DARKNESS — классические и неклассические балетные композиции на музыку композиторов Богдана Павловского и Эдварда Грига. Главными участниками балета стали дети от трех до четырнадцати лет. В этом году для постановки была выбрана «Спящая красавица»: самой маленькой балерине, выступавшей на сцене, исполнилось четыре года.

О том, как проходила подготовка праздника танца, и кому нужно, чтобы звезды все-таки зажигались, рассказывает руководитель проекта, балерина Рута Мон.

«После каждого представления я убеждаюсь в том, что огромное количество сил, которое мы вкладываем в каждый танцевальный проект, — тратится не напрасно. Я вижу, как меняются дети перед выступлением, как они подбадривают друг друга, помогают собраться. Они чувствуют свою ответственность, даже музыку слышат иначе, чем на репетиции. На представлении дети станцевали лучше, чем на генеральном прогоне. Такие праздники нужны юным участникам, им нужен зритель, как и любому другому артисту.

В представлении приняли участие

двенадцать юных танцоров. Это были студенты моей балетной школы и дети, которые пришли к нам с кастингов. Эти кастинги мы проводили совместно с Европейским Фондом Поддержки Культуры.

Могу сказать, что выступления на сцене в детстве помогают формированию характера. Они необходимы, чтобы ребенок поверил в себя, потому что без этой смелости ты не выйдешь на сцену и не расскажешь свою историю. Подобная смелость нужна и в жизни.

Конечно, организация таких праздников очень сложна, и я хотела бы выразить глубокую благодарность за возможность осуществить проект Ballet and Dance Project in Malta Европейскому Фонду Поддержки Культуры, потому что без его помощи ничего бы не состоялось. Спасибо и журналу «Мальтийский вестник» за постоянную информационную поддержку.

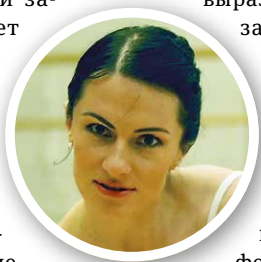
К детским проектам нужно относиться так же серьезно, как и ко взрослым. Они этого заслуживают!

Нас порой спрашивают: «Зачем нам вообще спектакль? Давайте заниматься в зале, и все». Но спектакли нужны, ты не можешь постоянно жить бытом и работой. В этом случае работа теряет смысл. После выступления дети говорят, что они хотят на сцену снова. Они чувствуют адреналин, вдохновение.

Память о празднике останется благодаря фотографиям. Мы благодарим

за прекрасные фото Александра Беднякова.

Следующий балет, который я хотела бы поставить на Мальте, — это «Щелкунчик». Это новогодняя сказка, поэтому, скорее всего, представление зрители увидят в зимнее время. Очень хочется, чтобы как можно больше детей присоединилось к нашему представлению».





Песня на два голоса

8 июля в Российском центре науки и культуры на Мальте праздновали День семьи, любви и верности. В числе главных героев этого праздника, получивших награды «За любовь и верность», были Виктория и Мартин Микаллефы — удивительная пара, совместный путь которой насчитывает несколько десятков лет.

Уроженка Тувы Виктория собиралась учиться в Перми, постигая азы криминалистики. Она даже поступила в Пермский юридический университет, но сложилось так, что ее уговорили поменять решение и выбрать факультет восточных языков Ленинградского государственного университета имени Жданова (ныне — Санкт-Петербургский Государственный Университет). В это время где-то на другом краю земли, на средиземноморском острове Мальта, девятнадцатилетний Мартин Микаллеф собирался ехать в Советский Союз. Он всерьез интересовался психологией, но такого факультета в Мальтийском университете еще не было, поэтому было принято решение: ехать в СССР.

Мальта — Киев — Ленинград

— Это не совсем обычное решение. Отправиться в такую далекую страну, чтобы получить там образование. Как вы к этому пришли?

— На Мальте в то время я не мог получить те знания, к которым

стремился. Просто не было такого предмета в вузе. Меня интересовали вопросы смысла жизни, психологические процессы, взаимодействие людей. Поэтому, когда появилась возможность учиться в СССР по линии Советского общества дружбы, я ею воспользовался. Конечно, это было немного авантюрной затеей. Кроме всего прочего, мне было очень интересно посмотреть на тех, кто взял на себя смелость строить общество в соответствии с идеалами коммунизма. Мне хотелось увидеть страну, о которой много говорили.

Сначала я поступил на подготовительный факультет в Киеве. По результатам этого года решалось, в каком учебном заведении можно продолжить учебу. В течение года мы изучали русский язык, физику, химию и другие предметы. Преподавание было поставлено на таком высоком уровне, что за год мне удалось освоить русский язык. По итогам подготовительного курса я поступил на факультет психологии Ленинградского государственного университета.

Студенческие годы я провел в общезнании вуза среди советских студентов, обстановка была очень дружественной. Мы все ходили в гости друг к другу, общались. Помню мои первые впечатления от просторных городских улиц, метро... Еще были такие автобусы — желтые «Икарусы» с «гармошками». Мы очень любили стоять в таких «гармошках». Мне удалось погрузиться в повседневную жизнь советского человека, понять и осмыслить этот своеобразный быт. В то время я по-настоящему понял, что значит это жаргонное слово «доставать» или, например, в магазине «выкинули» какой-то товар.

Как все-таки интересен русский язык, который позволяет одним словом описать настоящую действительность и так точно отобразить ту или иную ситуацию.

Я с большим удовольствием участвовал в субботниках и даже ездил в стройотряд, участвовал в строительстве школы.

Зимой было холодно, но, как ни странно для человека из Средиземноморья, я полюбил снег. Научился

кататься на лыжах и в выходные дни ездил на лыжную базу Кавголово.

Преподавали нам очень хорошо, у меня сохранились самые лучшие впечатления от преподавателей. Ленинградская школа факультета психологии отличалась тем, что там велось экспериментальное изучение всех психических функций человека, в том числе восприятие, память и мышление.

Учиться было интересно, но сложно, особенно на первых курсах, когда было непонятно, где же все-таки психология в таком обилии предметов.

Не так давно мы были в Санкт-Петербурге, посетили наш университет. Это был особенный момент для меня!

В студенческие времена я не только учился, но и подрабатывал. Работал дворником, долбил лед вокруг общежития, убирал снег. У меня даже была рабочая фуфайка.

Виктория М.: Он не понимал, почему наши студенты ходят без денег, когда заканчивается стипендия, просят у соседей картошку. Мартин не любил этого. Он работал, рано вставал и всегда находил себе занятие. Потом, уже живя на Мальте, я поняла, что рано вставать — это национальная особенность, которая появилась из-за климата. Помню, я так удивлялась, попав на Мальту, когда нам приносили свежий хлеб и молоко в 5:30 утра.

Мартин М.: В общежитии я был, как заведующий хозяйством. Следил за чистотой на кухне, чтобы все всегда было в порядке.

В дальние дали

— Когда вы познакомились?

Виктория М.: Я в тот момент уже

училась на третьем курсе факультета восточных языков, изучала турецкий. Мы познакомились на дискотеке. А жили тогда в одном общежитии. Мартин с самого начала был особенным, он очень отличался от других студентов. Сразу было видно, что у него очень хороший характер, мягкий, неконфликтный, очень терпеливый. Мы очень быстро начали общаться и не расставались, пока я не окончила университет. Поженились в Ленинграде, во дворце бракосочетаний на Английской набережной. Потом мне пришлось уехать на родину на какое-то время, где я работала в научно-исследовательском институте. Мы общались по телефону. Сотовых, конечно, тогда не было. Были переговорные пункты, где нужно ждать, пока тебя вызовут. А потом он окончил вуз, и мы приехали на Мальту.

Мартин М.: Это было летом 1986 года. Помню, как только открылась дверь самолета, дохнуло жарой. Я подумал: «Боже мой, что же это такое?! Как жарко!»



— Как окружающие восприняли такие перемены в вашей жизни?

Виктория М.: Мои родители, конечно, пережили небольшой шок. И были люди, которые меня пугали, читали мне нотации, обвиняли даже. Кто-то испугался и перестал со мной общаться. Но вот на Мальте меня встретили очень хорошо. Мы с его родителями быстро нашли общий язык. Они — настоящие мальтийцы. Старая школа. Детей учили быть самостоятельными, уметь нести ответственность. Очень правильное воспитание, которое проявилось, когда, например, Мартин принял решение учиться в другой стране.

Хочу сказать, что то поколение мальтийцев было другим. Они полагались на себя, в банк за кредитами не бегали, считали, что на все надо накопить, а если не накопил, значит, тебе это и не надо.

— Каким был первоначальный период становления?

Мартин М.: Мой диплом советского вуза здесь котировался, но психологических служб тогда не было. Все пришлось начинать с нуля. Даже слова «психолог» в мальтийском языке не было. Через какое-то время меня пригласили в Мальтийский университет читать лекции. Потом я начал заниматься детской и возрастной психологией. Понял, что есть необходимость создавать психологические службы. Я посвятил более 30 лет созданию психологических служб для детей с проблемами психического развития или психическими расстройствами. Мы проводим психодиагностические тестирования и психотерапевтические интервенции на индивидуальном и групповом уровне. Работа моя тяжелая, но в то же время вдохновляет. Плоды моей работы я не вижу сразу, но со временем. Очень приятно в душе, что я все-таки смог внести каче-





© Фотограф Андрей Змеевский

Директор РЦНК на Мальте Андрей Муравьев вручил супругам Микаллеф медали «За любовь и верность» и грамоту Оргкомитета

ственные изменения в развитие жизни детей и в их семьи.

Особенно горжусь тем, что я внес свой вклад в создание и развитие психологических служб для детей на Мальте со своим советским дипломом. По истечении времени понял и осознал факт, что преподавание и подготовка психологов в Ленинградском (ныне Санкт-Петербургском) университете были на высоком научном уровне. Очень полезными оказались для моей работы наши занятия-практикум в Институте Бехтерева.

Виктории, конечно, было еще сложнее, в силу специфики ее образования.

Виктория М.: Четыре года я провела в отпуске по уходу за моим сыном Саяном, а потом устроилась работать с советскими туристами. Мне повезло, так как кузен моего мужа работал менеджером. Он мне помог найти место. Тогда было трудно иностранцам найти работу, для нас все было закрыто. Но позже удалось устроиться в Мальтийский университет. На тот момент я являлась там единственной женщиной-иностранкой из социалистического блока. Я работаю старшим научным сотрудником в университетской библиотеке уже 29 лет. Благодарна университету и коллегам за наши совместные поездки на курсы повы-

шения квалификации, семинары и стажировки в университетах Англии. Надо отметить, что с самого начала моей работы обстановка была очень доброжелательная, меня все поддерживали. Когда я начала работать в Мальтийском университете, там было 700 студентов, а сейчас — 12 000.

Опять же, в 90-е годы начались большие изменения, стали принимать много студентов, молодежь существенно изменилась, многие осознали необходимость образования. Девушки стали уделять особое внимание учебе.

Русская речь на Мальте

Мартин М.: Значительное место в нашей жизни всегда занимал Российский центр науки и культуры на Мальте. Мы всегда туда ходили, с самого начала — со времен Советского Союза. В 90-е, когда было много изменений, мы видели, с какими трудностями столкнулся Центр.

Конечно, мы принимали очень близко к сердцу все происходящее. Для многих мальтийцев Советский Союз — просто газетные новости, а для нас — это наша молодость, наши друзья и близкие, семья жены.

Только что прибывшая директор Елизавета Золина предложила мне

вести уроки русского языка в Центре. Некоторое время она лично проводила занятия в некоторых группах, чем вызвала большой интерес у студентов. Позже к нам присоединилась моя жена. Чуть позже — ее дочка Маша.

Виктория М.: Елизавета Суренова — историк по образованию — со своей эрудицией и лучезарной улыбкой легко находила подход ко всем. Всегда находила интересные идеи и смогла привлечь и заинтересовать мальтийцев, за что они ее взаимно поддерживали и помогали. Она очень интересовалась и психологией, поэтому у них с Мартином всегда были темы для беседы.

Мартин М.: У нас было время, когда Министерство образования Мальты выдвинуло инициативу изучения четырех языков в средней школе. Одним из таких языков должен был стать русский. Меня отправили в Институт русского языка имени А.С. Пушкина, я прошел курсы преподавания русского языка для иностранцев, где мне даже удалось пообщаться с автором учебника «Русский язык для всех» Виталием Костомаровым.

— В чем заключается секрет вашей долгой совместной жизни, если учесть, что вы представляете такие разные культуры?

Виктория М.: Моя родина огромна территориально. Это прародина тюркских народов. Там бесподобный ландшафт: горы всех форм, очертаний и цветов, озера, леса, тайга, бесконечная степь и, конечно же, Эне-Сай (на нашем языке означает «Мать — река»), который теперь известен как Енисей — самая большая и мощная река Сибири, берет начало с территории нашей республики. Говорят, что «кто хоть раз побывал в Туве — возвращается». Кстати, так же говорят о Мальте.

Однажды на Мальту приезжал поэт Евгений Евтушенко. Узнав, что я из Тувы, он очень тепло пожал мою руку и сказал мне, что он родом со станции «Зима» в Сибири, и он слышал, что тувинцы очень честный и гостеприимный народ. Мне было приятно слышать такую оценку из уст знаменитого поэта.

Мы как народ всегда уважаем старших, слушаем их и до фанатизма любим свою родину, как и мальтийцы. Мы всегда были толерантны к другим религиям и культурам.

Мартин М.: Мы — мальтийцы — живем на острове, вокруг нас море, а там, в Сибири, тоже море — бесконечной земли, лесов... Какие расстояния!

Виктория М.: Мне очень повезло, что у меня муж — психолог. У него много терпения, и он все замечания делает очень деликатно. У меня характер другой. Я упрямая. Это национальная черта, я не могу ждать, мне нужно сразу принимать решения, а Мартин все обдумывает долго. Самая отличительная черта моего мужа — умение слушать человека внимательно и терпеливо до конца. Он никогда никого не перебивает. Он взвешивает каждое слово, прежде чем что-то сказать. Думаю, это годами выработанный профессиональный навык. Он как психолог знает, что одно неосторожное слово может причинить боль и привести к непоправимым последствиям. Из уст психолога не должно ускользнуть лишнее слово. Муж мой очень скромный, без пафоса и фальши. Он даже разговаривает мягко. Если ему нужно поправить меня в чем-то, он сделает это так культурно, интеллигентно, тактично и в то же время с заботой, так, что буду настроена исправиться. Думаю, что этот талант ему достался от его родителей. Такое умение дано не каждому. Он очень скромный. Такими были его покойные родители.

Мартин М.: Мне нравится что Вика — очень целеустремленный человек и так хорошо адаптируется в

“ Мы — мальтийцы — живем на острове, вокруг нас море, а там, в Сибири, тоже море — бесконечной земли, лесов... Какие расстояния!

другой стране и культуре. Видно, что выросла в многонациональной среде. Она очень решительная, способна рисковать. Она начитана. Очень любит читать. Хорошая и заботливая жена. Так мы дополняем друг друга.

— А Сибирь вы видели? Вам там понравилось?

Виктория М.: Да, ездим на мою родину, которая с каждым годом притягивает меня все больше и больше. Я жила вдали от родины с 17 лет. Даже не верится, что 34 года живу на Мальте. Я заново раскрываю свою родину, свой народ. Меня как бы обратно зовет моя земля. Выйду на пенсию и

буду жить на две страны. Как хорошо, что такое возможно сейчас!

Мартин М.: Там очень красиво. Мне очень понравилось, и мы туда еще поедем. Едешь и едешь... Так долго надо ехать, чтоб добраться до куда-то. Такие просторы и бесконечная даль!

Я буду бродить по тайге и собирать ягоды, кедровые орехи. У реки буду собирать облепиху. Мы с Викой будем сидеть на берегу Енисея и смотреть вдаль: на голубые горы и в небо. Какие большие орлы кружатся там, в небе, и никто в них не стреляет...

Беседовала Мария Ермаченко





Ольга-путешественница и ее дневники

Летом, покинув Мальту, — прямо в Монголию! Таким был выбор Ольги Дмитриевой и ее супруга... Несколько недель они бродили с рюкзаками по тайге, ночевали в палатке, а в это время в древней столице Мальты — Мдине — гости и жители острова могли любоваться работами Ольги: здесь проходила выставка ее акварельных работ *Malta in Splashes*.

Ольга Дмитриева родом из Казахстана, но уже много лет живет в Европе. Ее домом были семь стран, а местом для путешествий — пятьдесят. О том, как это возможно, — в нашем интервью.

— Школьный вопрос: как вы провели это лето?

— Мы путешествовали по Алтаю — волшебное место! Конечно, Алтай заслуживает того, чтобы побывать там еще раз. Сибирь — удивительна! Огромные пространства... Там можно так много увидеть, многому научиться-

ся. В Сибирь мы поехали в первый раз. Нам давно хотелось посетить эту часть России. При этом в план нашей поездки входила и Монголия.

— Сейчас ваш дом на Мальте, но это ведь не первая страна, где вы жили?

— Да, можно сказать, что мы пронеслись «галопом по Европам». Началось все с Праги, где мы с супругом познакомились. До этого момента у меня в жизни были два родных города: Алма-Ата, где я родилась, и Санкт-Петербург, в котором мы с родителями

проводили очень много времени. Сейчас мои родители живут в этом городе. Прагу я выбрала, чтобы получить образование. И там встретила своего мужа. С этого города начались наши путешествия.

— Какая страна запомнилась вам больше всего?

— Я очень люблю Китай. Мы провели там месяц, объехали почти всю страну. Влюбились в людей, в культуру, в еду — во все. Мы даже хотели туда переехать, но не сложилось. А любовь к Китаю осталась.



— **Как сложилось, что вы посвятили свою жизнь постоянным поездкам?**

— Несколько лет назад, после окончания университета, мы с мужем (он из Италии) решили, что начнем совместную жизнь кругосветкой. Готовились к этому два года. Отпраздновали с родителями свадьбу, закрыли все дела, собрали рюкзаки и за семь месяцев проехали семнадцать стран: от Италии до Таиланда. Мы решили, что сделаем это, и сделали: медовый месяц умножили на семь.

— **Как вам удалось продолжать вести такой образ жизни?**

— Мы используем любую возможность отправиться в поездку. До секунды используем наше свободное время, все тщательно продумываем и организовываем. Всегда стараемся спланировать так, чтобы посетить четыре-пять стран за один раз. Нас часто спрашивают: как мы находим время и деньги. Могу сказать, что в этом плане мы ничем не отличаемся от среднестатистической пары. Но мы расставляем приоритеты и это — путешествия. Кому-то нравятся машины, кому-то дорогие платья, мы не можем жить без поездок.

Нам не нужны отели, мы не живем по программе «все включено», ночуем в палатке... За это время на Алтае, ког-

да надо было носить пятнадцатикилограммовый рюкзак, я поняла, как на самом деле мало нужно человеку для счастья: теплая сухая одежда, еда и ночлег. В такие моменты понимаешь, как надо жить.



— **Какие места являются вашими любимыми на Мальте?**

— Любимый город — Мдина. Я живу в Зеббудже, каждый день вижу стены древней столицы острова. Это необыкновенное впечатление! Вообще Мальта — уникальна. Кажется, что она такая маленькая, но каждый раз понимаешь, что вот этой улицы ты не видел, вот этого дома — тоже. Даже в том городе, в котором живешь, постоянно находишь новые места. Помню, в первые дни на Мальте меня поразило сочетание цветов: насыщенный голубой — моря, и охра — домов. Эти впечатления я старалась передать в моих работах. Экспозиция в Мдине — моя первая самостоятельная выставка. Я очень рада, что решилась на этот эксперимент. Наше путешествие в Сибирь вдохновило меня на новые работы. В сентябре мы собираемся в Иорданию. Думаю, что мои акварельные дневники путешественника пополнятся новыми рисунками.

**Беседовала
Мария Ермаченко**

Электромобиль — хорошо забытое будущее

Летом 2006 года в жаркой Калифорнии никому тогда не известная компания Tesla Motors представила публике прототип спортивного электромобиля. Вялые предзаказы по 100 000 долларов, усмешки публики, привыкшей, что электромобилем может быть детская игрушка или складской погрузчик, но никак не спортивный родстер...

Чез четыре года компания выходит на биржу, а в 2019 продает почти 100 000 машин в год, обеспечивая работой 50 тысяч человек.

Автомобиль — не роскошь, а средство передвижения

Ничего принципиально нового Илон Маск не изобретал: история электромобилей начинается еще до эпохи бензиновых повозок. Если бы не бурное развитие нефтедобычи (да еще бы удобный способ зарядки изобрели пораньше!), — мы бы и не задумывались, что кому-то придет в голову возить с собой бак горючей жидкости вместо удобного аккумулятора. Но Маск, конечно, гений по другой причине: создал хайп на ровном месте, переделал весь процесс использования автомобиля (и хочет переделать еще больше!), а также заставил всех остальных

задуматься: «А что, так можно было?». Все остальное рынок сделал почти самостоятельно, и теперь каждый автопроизводитель разрабатывает целую линейку повозок на батарейках, стараясь опередить конкурентов.

Железный конь идет на смену крестьянской лошадке

Верхом на лошади проехать можно было не очень далеко, но зато ее можно было накормить в любой деревне, а на станции вообще поменять на свежую, если уж дело настолько срочное. Бензиновые авто быстро обросли сетью дорог и автозаправок, благо, никакой особенной инфраструктуры не требовали: топливо можно привезти куда угодно и хранить не слишком сложно.

Неудобство зарядки сгубило прогресс электромобилей 100 лет назад и грозило погубить второе их рождение уже в XXI веке. Маск и тут при-



СЕМЕН СПИРИДОНОВ

партнер BDO Malta

11 лет в аудите, 8 лет на Мальте, трое детей и критическое отношение к жизни заставляет оценивать риски и изучать возможности.

думал очередное гениально-убыточное решение: разбросать станции быстрой зарядки по всей стране (да еще и бесплатно!), а для торопыг просто менять аккумулятор целиком на свежий. Когда предприниматель не ставит себе задачу получить прибыль прямо сейчас (и вообще, не очень понятно, как он ее собирает-ся получить!), то, как правило, это безумный предприниматель, но такие иногда и совершают очередную революцию. В 2015 году сеть «суперзарядок» уже покрыла все основные магистрали в США, и Tesla протянула свои длинные руки в Европу. Судя по карте на данный момент, проехать от

Лиссабона до Стамбула можно будет совсем быстро.

За лидером подтянулись и остальные: сеть Chademo (в основном, в японских и корейских авто) даже больше Tesla, а европейский CCS долго раскачивался, но теперь расширяется быстрее конкурентов. В 2018 году в Великобритании было больше публично доступных станций зарядки электромобилей, чем бензоколонок. И тенденция вряд ли изменится.

Оригинальная конструкция, заря автомобилизма...

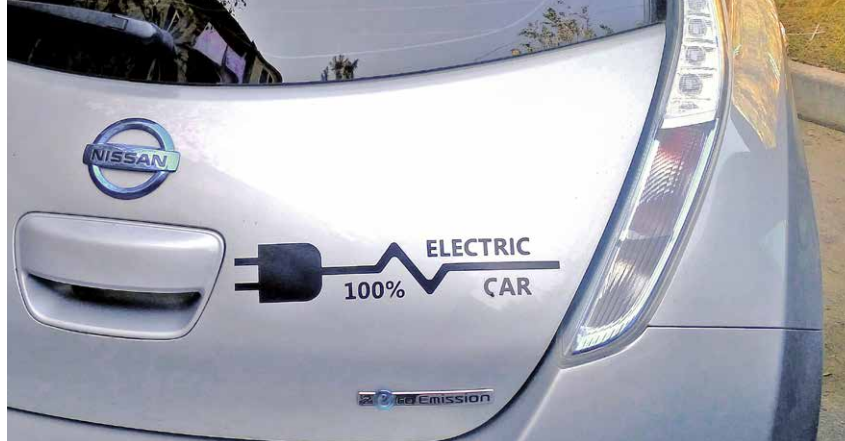
Как и все новое, электромобили несколько удручают своей ценой — производители пытаются снять сливки на первопроходцах, да и конкуренция далека от традиционного рынка. Tesla строили свои модели на базе известных Lotus и Mercedes. Nissan сделал свой очень успешный Leaf на базе Juke, да и остальные производители пробовали силы на уже обкатанных платформах (VW E-Golf, Mercedes B-250, Kia Niro). Естественно, все аккумуляторные модели получались дороже своих собратьев-доноров, что никак не прибавляло энтузиазма покупателям.

Правительства разных стран придумывали целый список плюшек, которые, в нагрузку к дорожному авто, получит новый водитель, делающий свой вклад в уменьшение загазованности городов. Тут и въезд в центр города, и пользование автобусными полосами, и отдельные парковки. В Норвегии, с характерными для этой страны скидками на паромы и отсутствием налога, дело дошло до 40% от всех новых авто — столько электромобилей там регистрируется каждый год.

Мальтийское правительство тоже не жадничает: 6000 евро щедрым чеком приходит через пару недель после покупки, автобусные полосы всегда в распоряжении, ежегодный налог всего 10 евро. Мало того, льготы распространили даже на гибридные заряжаемые авто (PHEV — plug-in hybrid EV), что встречается далеко не во всех странах.

Бензин ваш — идеи наши!

Немецкий автопром, конечно, бурно сопротивляется, но закат двигателей внутреннего сгорания как основного средства передвижения — не за горами. Почти все страны ЕС уже озвучили примерные даты, после которых новые дизельные/бензиновые авто больше не будут регистри-



ровать, так что это уже и не такое уж далекое будущее.

К сожалению, к этому будущему готовятся не очень активно. Пока подавляющее большинство владельцев BEV имеет возможность использовать гараж с зарядным устройством (сейчас это просто обычная розетка, за ночь получается «полный бак» за 7-10 евро) — можно не особенно следить за состоянием сети публичных зарядных устройств. Но чем дальше, тем их нужно будет больше, включая быстрые зарядки, которых на Мальте пока вообще нет.

Отличной идеей (до сих пор работающей) стали зарядные станции с PV-панелями — и машины в тени, и зарядка бесплатная! Если такое устроят на каждой общественной парковке — Мальта станет чуть чище и чуть ближе к светлому будущему.

Раздача слонов. Сбыча мечт...

Про «светлое будущее» мнения пока противоречивые. На волне «тесловского» хайпа, который вот-вот должен был выплеснуться за пределы США, в ЕС решили положить конец спорам и подсчитать общее изменение выбросов (carbon footprint) от перевода авто на электродвигатели. Единственный вариант, при котором дополнительная нагрузка на сети порождает больше загрязнения, — это угольные электростанции. На момент исследования такие оставались в качестве основного источника электроэнергии только на Мальте и в некоторых районах Румынии. Сейчас ситуация, конечно, поменялась в лучшую сторону.

Но, кроме увеличения нагрузки на генерирующие станции, нужно менять еще и сети до конечного потребителя, что пока не везде возможно, увы. Нужны быстрые зарядные станции на автозаправках (сейчас без этого не выдают разрешение на новые станции, но никто не обязывает переделывать старые), в супермаркетах, автостоянках.

А еще никто пока не придумал, как массово перерабатывать аккумуляторные батареи с выработанным ресурсом. Точнее, Илон Маск

опять все придумал заранее, но не факт, что опыт Калифорнии можно будет легко масштабировать на весь западный мир.

Заплатите за кефир, Шура, потом сочтемся!

Как бы ни хотелось этого избежать, но мы опять живем в эпоху перемен. Мы уже привыкли ставить вечером на зарядку целый зоопарк гаджетов — скоро к ним добавится и автомобиль. На Мальте очень плохо с дорожной сетью (и с покрытием, и с разметкой, и с перепробегом, и с развязками), но еще хуже с автопарком — непомерно раздутым, старым, требующим места на улице. Рано или поздно правительство затянёт гайки, настойчиво подталкивая нас одной рукой к изменениям в том, как мы пользуемся транспортом, а другой — изменяя этот самый транспорт (и не спрашивая у нас разрешения).

Мы живем на маленьком острове — присмотритесь к электромобилю! Нас с ним еще ждет несколько небольших революций: и автопилот, и другое использование электроэнергии, и сдача своего авто в аренду. Привыкайте, скоро других не останется!





НАТАЛИЯ ТРОФИМОВА

Психолог, консультант, сертифицированный специалист по семейно-феноменологическому подходу (семейным расстановкам). Профессиональные интересы: индивидуальное и семейное консультирование, группы личностного роста. Исследование адаптации к жизни за границей. На Мальте с 2015 года
ntrofimova.ru

К английскому — с любовью!

Мальта — популярное направление образовательного туризма. Ежегодно тысячи студентов посещают языковые школы. Поэтому и мы с вами затронем тему изучения иностранного языка. И порассуждаем о том, что помогает в обучении.

Казалось бы, все понятно: хочешь выучить язык — иди и занимайся! Но существует масса препятствий, большую часть из которых мы сами себе и организуем. Откладываем, «забываем», не делаем, избегаем, боимся.

Начнем разговор с основного двигателя изменений — мотивации. Любую масштабную затею, а, как вы понимаете, изучение языка — это занятие не на одну неделю, важно начинать с вопроса «Зачем?».

Видение

Прикройте глаза и помечтайте. Если бы вы могли развить любой навык, получить какое угодно образование, заговорить на любом языке, что бы вы выбрали? Как бы это изменило вашу жизнь? Как бы вы себя чувствовали, что бы делали? Помечтайте от души. Запомните, запишите или зарисуйте все, что представили.

Знание иностранного языка может быть дорогой к новым возможностям,

открытию целого мира, свободе, саморазвитию и новым отношениям. И если такие перспективы воодушевляют, — вы на верном пути. Картина желаемого будущего будет вдохновлять, поможет продолжить движение, когда наступит усталость или когда вы столкнетесь с трудностями. Главное, помните о мечте. А еще лучше — найдите символ желанных изменений, нового состояния, в которое вы попадете, освоив английский, и пусть он будет вдохновением и напоминанием.

Конкретная цель

Вы готовитесь к командировке, планируете переезд, создание семьи, путешествие, обучение, работу. Конкретная цель помогает фокусироваться. Ведь в таком случае вам не нужно

выучить «весь английский», да это и недостижимо. Достаточно знать его в той степени, которая поможет справиться с поставленной задачей: провести переговоры, объясниться в ресторанах и гостиницах, поддержать разговор за столом и т.д.

Популярная модель постановки целей SMART полезна и при изучении языка. Согласно этой модели, цель должна быть Specific (конкретная), Measurable (измеримая), Achievable (достижимая), Relevant (согласованная, непротиворечивая, совпадающая с другими целями), Time-bound (ограниченная во времени).

Запишите свою цель в обучении. Проверьте ее по критериям. Добавьте конкретики, поставьте сроки. Убедитесь, что точно поймете, достигли вы цели или нет. Удостоверьтесь, что запланированное реалистично, достижимо и не входит в противоречие с другими областями вашей жизни. Не «лучше знать язык», а пройти собеседование в конкретный вуз в январе 2020 го-

“ **Успех мотивирует. Поэтому важно дробить цель на этапы, на подцели**

да. Не «свободно говорить», а сдать IELTS на 6,5 в апреле 2021-го.

Хорошо сформулированная задача помогает «прицелиться» и проверить, достигли вы результата или нет. Сроки важны, поскольку позволяют определить дистанцию, рассчитать силы. Допустим, вы собираетесь в поездку через месяц. За это время можно так распределить усилия, чтобы выучить наиболее употребляемые фразы, занимаясь, к примеру, по полчаса в день. Четкие сроки помогают сосредоточиться и не откладывать на вечное «потом», составить план и действовать.

Понимание цели дает возможность составить план по ее достижению. Сразу появляется понимание, из какой области набирать словарный запас. Какие материалы, видео, лекции, истории, блоги и сайты изучать, какую тематику просматривать. В зависимости от задачи можно распределять усилия и делать упор на необходимые навыки: разговорные, слушания, чтения или письма.

Глобальную цель, например, устроиться на работу в международную компанию, лучше разбить на подцели. И корректировать траекторию.

Успех мотивирует. Поэтому важно дробить цель на этапы, на подцели. Достигли чего-то — получили удовольствие. Можно дополнительно себя поощрить, сводить в кино или купить небольшой подарок. Но и само по себе достижение уже является наградой, хочется продолжить, чтобы повторить это ощущение.

Фиксируйте прогресс. Записывайте успехи. При изучении языка наступает этап, когда кажется, что изменений нет. Именно в этот момент поможет стратегия конкретных маленьких шагов.

Взрослым студентам, понимающим свои приоритеты, важно разрабатывать индивидуальную траекторию обучения. Не просто учить все подряд, а двигаться от задачи к задаче, развивая, в первую очередь, те области и навыки, которые понадобятся в повседневной жизни. Оторванные от реальности знания, неактуальная лексика очень быстро забываются. Развивается то, что применимо.

Интерес

Второй подход к изучению языков — опора на интерес. Когда вы отталкиваетесь не от внешней цели, а, в первую очередь, от удовольствия, от увлеченности самой учебой. Счастливы, которые любят изучать языки, обычно достигают больших успехов

“ К сожалению, нельзя сразу взять и полюбить английский язык. Но можно постепенно улучшать с ним отношения. Добавляйте интереса и избегайте скуки! Не принуждайте себя к учебе, а ищите воодушевляющие способы обучения.

не только из-за способностей, а из-за готовности посвящать время учебе. Им не нужно себя заставлять, они с удовольствием проводят часы за книгами и записями, выискивая новые выражения или разбираясь в тонкостях грамматики.

Психологи называют такую мотивацию внутренней, когда человеку интересно само дело, и он готов этим заниматься для души. Внутренняя мотивация более надежна. Ведь тогда сами занятия английским — уже удовольствие. В отличие от внешней мотивации, когда человек выполняет задания ради других целей, поощрения или награды.

Как тут не согласиться с французским писателем Анатолем Франсом, который говорил: «Учиться надо только весело. Чтобы переваривать знания, надо поглощать их с аппетитом».

К сожалению, нельзя сразу взять и полюбить английский язык. Но можно постепенно улучшать с ним отношения. Добавляйте интереса и избегайте скуки! Не принуждайте себя к учебе, а ищите воодушевляю-

щие способы обучения. Подбирайте материалы, фильмы, музыку, статьи на интересующую вас тематику. Найдите такого преподавателя, в которого хотелось бы влюбиться. Выберите группу или школу, где вы чувствуете себя комфортно.

Здорово, когда есть и то, и другое. И цель, и интерес. И задачи жизни, и удовольствие от процесса. Теперь вы знаете, какую мотивацию развивать и усиливать, так держайте!

А что делать, если никакой мотивации нет? Если обучение удовольствия не приносит, и цели четкой не обнаружили? В такой ситуации прогноз не слишком благоприятный. Люди, которые не знают точно, зачем им знания, и не получают удовольствия от изучения того или иного вопроса, скорее всего, забросят занятия или не добьются существенного прогресса. Так, может, не стоит себя мучить? Может, посвятить энергию и время чему-то более важному? Это тоже достойный выбор, все зависит от ваших жизненных приоритетов. **Интересной и полезной вам учебы!**



Город святого Юлиана: прошлое и настоящее

Сент-Джулианс находится на северо-востоке Мальты. Город носит имя своего святого покровителя Юлиана, широко известного как Юлиан Странноприимец. Культ этого святого укрепился на островах благодаря Ордену рыцарей-иоаннитов.

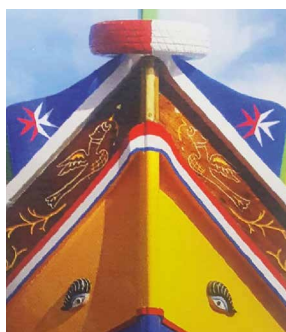


АЛЛА КАРЕЛИНА-ЗАРБ

Профессиональный, лицензированный гид, организовываю и провожу индивидуальные/ групповые экскурсии по Мальте. Живу на Мальте и изучаю историю Мальтийского архипелага и Средиземноморья с 2002 года.

Alla Karelina – Russian
Licensed Tour Guide (Malta)

Mobile: + 356 7927 2017
E-mail: allatokyo@mail.ru



Легенда о святом Юлиане

Согласно легенде, Юлиан жил с молодой женой отдельно от родителей. Когда родители приехали к ним в гости, он был на охоте. Жена накормила родственников и предложила отдохнуть с дороги, постелила им в своей спальне. Во время охоты Юлиану встретился Сатана в человеческом облике, который поведал, что, пока муж отсутствует, жена изменяет ему с молодым любовником. В гневе Юлиан побежал домой, ворвался в спальню, увидел под одеялом очертания некой пары и в ярости изрубил обоих топором. Когда же он вышел из спальни, то встретился с женой, сообщившей радостную весть о приезде родителей.

Юлиан был безутешен, искал утешения и искупления во Христе, потратил все свое богатство на возведение больниц, домов для паломников и нуждающихся путников, пока не обрел прощение свыше. Памятник Юлиану, покровителю охотников, установлен в центре города, напротив набережной залива Спинола и инсталляции LOVE.

От рыбацкой деревушки — к популярному туристическому центру

До XIX века на месте города Сент-Джулианс была тихая, малонаселенная рыбацкая деревушка. Расположение этого местечка на берегу моря долгое время отпугивало поселенцев из-за вероятности нападения пиратов. Там находились только Дворец Спинола, приходская церковь и несколько домов местных рыбаков.

Позже деревушка превратилась в летнюю резиденцию обеспеченных мальтийцев, а сегодня на ее месте вырос один из самых популярных туристических городов Мальты.

Население Сент-Джулианса составляет около 13 000 человек. Город подразделяется на несколько районов, среди которых: Пачевиль, Та Джорни, Бухта Св. Георгия, Бухта Спинола, залив Баллута.

Дворец Спинола

Одна из бухт приобрела свое название благодаря Дворцу Спинола, который был построен в конце XVII века для летнего пребывания состоятельного рыцаря Паоло Раффаэло Спинола. Современный облик дворец приобрел позднее, по воле племянника Паоло. Во время французской оккупации

ции Мальты (1798 г.) наполеоновские войска были размещены во дворце и разграбили его. Во время Первой мировой войны дворец использовали как военный госпиталь.

Дворец построен не на самом побережье, но, говорят, что его хозяева могли, воспользовавшись тайным подземным ходом, в считанные минуты добраться до моря. На сегодняшний день это закрытая территория, окруженная зелеными насаждениями.

Огни небоскребов

«Портомасо Бизнес Центр», расположенный вблизи отеля «Хилтон», — это самое высокое здание на острове. Небоскреб, декорированный зеркальными панелями, видно издалека. Он служит хорошим ориентиром, так как его видно из многих точек как самого Сент-Джулианса, так и близлежащих городов.

В башне — 23 этажа, а на верхнем — ночной клуб с открытой площадкой, откуда открывается прекрасный вид на окрестности. Внизу размещается казино. В непосредственной близости от Портомасо Тауэр находится красивейшая пристань для яхт, а также рестораны и открытые кафе.

Необычный памятник во славу Любви

В заливе Спинола был установлен необычный монумент, посвященный любви, — перевернутые, большие, выше человеческого роста, буквы, из которых составлено слово «Любовь» (LOVE). Не сразу понимаешь, что же это за надпись, пока не посмотришь на отражение букв в воде, особенно после захода солнца, с помощью специально установленной подсветки. Композиция отбрасывает на асфальт тень, и перевернутые буквы складываются в слово «LOVE». Как говорят: «Большая любовь переворачивает все с ног на голову!».

Буквы установлены с двух сторон от тротуара. Так что, прогуливаясь по набережной вокруг бухты, обязательно проходишь «сквозь любовь». Архитектор этого шедевра Ричард Ингланд (Richard England) — местный современный скульптор, создающий объекты в стиле модерн.

Коты и кошки Мальты

На берегу бухты Спинола Бэй, прогуливаясь вблизи хижины для лодок, можно увидеть еще одну любопытную

современную скульптуру — бронзовую фигуру рыбака, который дразнит кота рыбкой, зажатой в руке. Туристы обычно поглаживают бронзового котика на счастье, ведь кошек на Мальте очень любят.

В Сент-Джулиансе, по дороге в арт-отель «Кавальери», есть целая деревня кошек. У них там и домики, и мягкие игрушки. Кошки гуляют, где хотят, спят на припаркованных вокруг машинах и получают корм от смотрительницы, которая заботится о них.

Залив Спинола

Благодаря своему расположению на берегу моря, Сент-Джулианс очень популярен среди туристов. Прогуливаясь пешком по живописной набережной, можно дойти до соседней Слимы с ее торговыми комплексами, а отважные туристы доходят и до столицы острова — Валлетты.

Теплыми летними вечерами можно вкусно поужинать в ресторанах города, особенно в заливе Спинола, где есть немало украшенных иллюминацией ресторанчиков. Каждый найдет себе местечко по душе, а затем можно устроить романтическую прогулку или прокатиться на лодочке с местным рыбаком. Безусловно, залив Спинола является жемчужиной Сент-Джулианса.

В Сент-Джулиансе расположено множество отелей — от трех- до пятизвездочных, отличных ресторанов и кафе, а также модных ночных клубов (в районе Пачевиль). В Пачевиль стекается молодежь, чтобы насладиться яркой и шумной клубной жизнью. Пачевиль называют мини-Ибицей: музыка здесь не стихает до утра, а в летнее время в модные клубы приглашают знаменитых европейских диджеев.

Дракон из Драгонары

Дворец Драгонара был построен в конце XIX века по заказу обеспеченного мальтийского банкира, которому позднее был присвоен титул маркиза, Эммануэля Шиклуна. Дворец был возведен как летняя резиденция семьи Шиклуна. Он получил свое название от мыса, на берегу которого его построили.

Согласно старинной мальтийской легенде, на мысе полуострова Драгонара, в пещере у самого моря, жил дракон, чей рев был слышен очень далеко от острова. Скорее всего, это был шум сильных волн, бившихся о

скалы во время шторма, но местные жители поддерживали легенду о драконе, чтобы навести ужас на пиратов.

В 1964 году в величественном особняке с массивными колоннами было открыто казино.

Казино «Драгонара» — это сочетание роскоши, гламура и азарта, первое и, соответственно, самое старое казино Мальты. Пятизвездочный Отель Westin Dragonara был построен на территории роскошных дворцовых садов, когда-то принадлежавших семье Шиклуна. Фрагмент старого сада сохранился до сегодняшнего дня, напротив открытой парковки при отеле.

Неоготика, витражи и теплое море

Пляжей как таковых в туристическом районе нет, но есть ровные площадки из природного известняка, предназначенные для пляжного отдыха. А для входа в море сделаны металлические поручни, как в бассейнах. Теплое и чистое Средиземное море, омывающее Мальту со всех сторон, с лихвой восполняет недостаток песчаных пляжей, хотя в заливах святого Георгия и Баллута были созданы насыпные песчаные пляжи.

В заливе Баллута возвышается величественный Собор Богородицы горы Кармель. Интерьер собора оформлен в неоготической манере, а витражи, украшающие храм, создают строгую и торжественную атмосферу.

Выучить английский на Мальте

Безусловно, Сент-Джулианс — одно из самых привлекательных мест Мальты, где можно выучить английский язык. Правление англичан не прошло бесследно: английский язык на Мальте и Гозо является официальным, наравне с мальтийским. На островах открыто огромное количество обучающих центров.

На протяжении года туристы приезжают на Мальту с целью изучения английского языка, от начального уровня до продвинутого, а также для подготовки к сдаче экзаменов, необходимых для поступления в высшие учебные заведения Европы. Солнце, чистое море, насыщенная и древняя история островов, безопасность — все это притягивает студентов со всего мира, позволяя совмещать приятное с полезным!



Затерянный сад Пьеты

Чтобы найти этот чудесный заброшенный сад, нужно пройти через полузабытый госпиталь, обойти его, спуститься вниз по склону и обнаружить узкую тропинку, ведущую к зданию Виллы Фрере — таинственной сказки мальтийского городка Пьета. Сад, созданный поэтом, годами притягивал представителей творческой интеллигенции средиземноморского острова и считается местом, где был рожден литературный мальтийский язык.

«Отец» мальтийского языка Микель Антон Вассалли, создатель мальтийско-итальянского словаря, мальтийской грамматики, мальтийского Евангелия и книги, посвященной пословицам средиземноморского острова, проводил на вилле долгие часы, обсуждая с ее создателем — достопочтенным Джоном Хукэмом Фрере — вопросы

формирования мальтийского языка как письменного.

Британский поэт, очарованный «зеркалом древних дней»

Достопочтенный Джон Хукэм Фрере, родившийся 21 мая 1769 года в Лондоне, вошел в историю как дипломат,

поэт и ученый. Выпускник Итонского колледжа и Кембриджского университета, г-н Фрере служил заместителем государственного секретаря в британском Министерстве иностранных дел, был Чрезвычайным Посланником в Лиссабоне и полномочным министром в Мадриде.

Несколькими годами позже Джон Фрере оставил дипломатическую службу и отклонил предложение посольства в Санкт-Петербурге. В поисках теплого климата для жены (Элизабет Джемайма, вдовствующая графиня Эрролл), находившейся в тяжелом состоянии здоровья, он приехал на Мальту. Интересно, что изначально эта пара планировала поселиться в Палермо, но Джон принял решение в пользу Мальты, потому что, получая пенсию из Англии, он чувствовал себя обязанным жить там, где эта пенсия будет потрачена среди британских подданных.

Пребывая на средиземноморском острове, английский дипломат и поэт, как свидетельствуют биографические источники «развлекался

литературной работой, переводя Аристофана и Феогниса, изучая иврит и мальтийский язык». Он стал «пленником очаровательного климата и романтических памятников старого рыцарства» рыцарей Святого Иоанна на острове и посвятил Мальте поэтические строки, в которых назвал остров «зеркалом древних дней».

В январе 1831 года жена г-на Фрере умерла и была похоронена на кладбище, которое можно было видеть из окон виллы. Многие ждали его возвращения в Англию, но Фрере провел последние годы своей жизни на Мальте. Он остался в Пьете, окруженный книгами, «среди роз и виноградных лоз» своего сада. Кроме литературной деятельности, Фрере уделял внимание социальным вопросам, внося благотворительные взносы в фонды помощи нуждающимся. Речь идет, например, о фонде, собранном для помощи иждивенцам одиннадцати британских и мальтийских моряков и рабочих, которые погибли при затоплении шхуны «Метеор» в гавани Валлетты и семьям, впадшим в нужду после эпидемии холеры.

Сэр Вальтер Скотт — с коротким визитом

Среди тех, кто посещал distinguished Джона Хукэма Фрере, был сэр Вальтер Скотт, который провел на Мальте несколько дней, с 21 ноября по 13 декабря 1831 года. Поскольку в Англии, откуда прибыл Скотт, свирепствовала эпидемия холеры, шот-

ландскому барду пришлось провести девять дней в карантине в Форте Манозель, недалеко от Лазаретто. Фрере навещал писателя ежедневно, и, когда Вальтер Скотт сошел на берег, друзья отправились на экскурсию в Мдину.

Скотт был так очарован подвигами рыцарей Святого Иоанна, что, проходя карантин в Форте Манозель, решил написать об осаде Мальты. Фрере подарил писателю набор гравюр, запечатлевших эпизоды Великой осады 1565 года на основе изображений, созданных Маттео д'Алексио для зала Верховного совета Президентского дворца в Валлетте.

Микель Антон Вассалли — «отец» мальтийского языка

Среди посетителей, гостивших на вилле Фрере, Микель Антон Вассалли занимает почетное место. Вассалли жил в безвестности и бедности, и Фрере помогал ему материально. Вассалли, со своей стороны, был благодарен покровителю, которому он посвятил свою коллекцию мальтийских пословиц. Эта коллекция собиралась с 1783 года, но Вассалли смог довести ее до конца только в 1828 году, благодаря покровительству Фрере.

Розы, лилии и апельсины

Вилла Фрере первоначально представляла собой двухэтажное строение. На первом этаже был большой холл с арочной крышей, поддерживаемой кариатидами и титанами. На верхнем или главном этаже находились гостиная и спальни. За домом Фрере создал сад буквально «из голой скалы». Террасы были выкопаны и заполнены почвой. На это были потрачены тысячи фунтов.

Говорят, что этот проект был начат отчасти для того, чтобы обеспечить работой ряд нуждающихся в то время, когда работы на острове практически не было. Сад представлял собой ряд террас с лестницами и тропинками, с горшками, в которых цвели розы и лилии. В саду росли сосны, кипарисы, оливковые и апельсиновые деревья.

После смерти Фрере сад был заброшен, но жизнь вернулась к нему, когда вилла стала резиденцией капитана Эдварда Прайса. Известный садовый энтузиаст, Прайс вернул жизнь этой собственности, благодаря чему она получила звание Ботанического сада.



Место стало заметной достопримечательностью — как для местных жителей, так и для иностранцев.

Известные художники, ученые и даже три королевы прогуливались здесь. В 1930 году сады получили международную известность, когда они были представлены в известном английском журнале Country Life.

Так, 30-е годы XX столетия стали временем расцвета дома, в котором проходили приемы и балы. Но затем вилла сильно пострадала во время Второй Мировой войны, и в последующие годы строение и сад постепенно приходили в упадок.

В 2013-м году архитектор Эдвард Саид создал некоммерческую организацию Friends of Villa Frere, которая занимается восстановлением Виллы Фрере и является партнером Heritage Malta. В социальной сети Facebook можно найти группу Friends of Villa Frere, организаторы которой размещают информацию о «днях открытых дверей» в таинственном саду Пьеты.

Мария Ермаченко





**ЕЛЕНА
РАСКИНА**

Доктор филологических наук, профессор, писатель,
журналист. Мальту любит и изучает с 2007 года.

Семейный дворец, или туристический рай

Семейные дворцы Мальты – это удивительное место! Наполовину – музей, наполовину – дом. Дом, освященный вековыми традициями, где до сих пор живут потомки старинных аристократических семей острова.

Семья де Пиро, семья Шиклуна, семья Табоне. Во дворце Паризиа в Нашшаре, принадлежащем наследникам рода Шиклуна (Сциклуна), можно увидеть позолоченного льва, который держит в лапе кружку пива «Чиск». Того самого пива, которое запустили в производство и продажу банкиры Шиклуна. А во Дворце Каса Рокка Пиккола, собственности семьи де Пиро, к гостям выходит сам хозяин, элегантный и все еще стройный, хоть и немолодой мужчина, и помешивает кочергой угли в камине. На правах хозяина дома и отчасти... экспоната.

Фамильная резиденция или музей?

Музейное дело на Мальте, как и в других развитых странах Европы, налажено так, что дворцы, резиденции и замки могут находиться как в государственных, так и в частных руках. Содержать собственный замок тяжело, а вот если сделать его наполовину музеем, наполовину семейной резиденцией, то задача заметно облегчается. Можно устраивать исторические реконструкции, балы, костюмированные праздники, выходить к гостям-туристам в пышных нарядах средневековья, эпохи Возрождения или 19-го столетия. Словом, всячески воскрешать дух былого, создавать атмосферу чуда и праздника. А такую атмосферу туристы обожают!

Какими же семейными дворцами

может похвастаться Мальта? Для начала расскажем о резиденции фамилии де Пиро, о дворце Каса Рокка Пиккола в Валлетте. И обратим особенное внимание на то, как старинные семейные традиции превращаются в элемент туристического бизнеса.

Название «Каса Рокка Пиккола» переводится как «небольшой дворец». На первый взгляд, эта элегантная и в то же время древняя семейная резиденция, расположенная на улице Республики в Валлетте, и вправду небольшая. Но она похожа на шкатулку с секретом: перед гостями, как створки веера, распахиваются все новые и новые двери фамильной резиденции. И обнаруживается, что комнат тут очень много, что дворец – очень даже большой. А есть еще внутренний сад и фамильное бомбоубежище, использовавшееся во время Второй Мировой войны.

Долгое время эту резиденцию рода де Пиро именовали La Casa Con Giardino, что значило «Дом с садом». Палисадников в Валлетте не было: их не разрешали иметь, поэтому все сады, как правило, были внутренними. Очаровательный внутренний сад сохранился во дворце и поныне. Здесь можно посидеть, наслаждаясь прохладой и покоем, и даже водрузить на голову британскую металлическую каску времен Первой Мировой войны. В саду очень много цветов на самый разный вкус.

Гиды расскажут вам, что этим

дворцом владели известные на Мальте и в Европе люди: адмирал флота Ордена св. Иоанна Иерусалимского, Родоса и Мальты Дон Пьетро ла Рокка; епископ Мальты Джиро Франческо, шестой граф Сант-Франческо Кассия; основатель Национального банка Мальты, комендант Антонио Кассар-Торреджиани, а также – президент комитета по привилегиям Ордена св. Иоанна Иерусалимского Родоса и Мальты и мальтийской аристократии Жером де Пиро. А построен был дворец в 1580 году по приказу адмирала Ордена Иоаннитов Пьетро ла Рокка.



Сад, кружево, бомбоубежище

Сколько комнат в доме? Всего — 50, но туристам показывают 12, так как в остальных живут члены семейства де Пиро, и попить с ними кофе вам не удастся. Николас де Пиро выходит к гостям, но ненадолго.

Что же демонстрируют гостям? Две столовые, четыре спальни, молельню, старинную родовую библиотеку и еще несколько помещений. Например, балкон с плетеными высокими стульчиками. Старинный, деревянный балкон, гордость Валлетты... Такие балконы свисают с домов, как гроздья винограда, и, когда идешь по улице и задираешь голову вверх, то всегда думаешь: а что там внутри? В дворце де Пиро вам покажут, как выглядит такой старинный, резной балкон внутри, и даже предоставят редкую возможность посидеть на высоком стульчике и посмотреть на улицу, как смотрела какая-нибудь госпожа де Пиро в веке, скажем, восемнадцатом, медленно и томно обмахиваясь веером...

Гордость этого дворца — великолепная коллекция мальтийского кружева. Каждый год здесь проводят конкурс мальтийских кружев, инициаторами которого являются хозяева дома. А еще здесь — богатейшая сувенирная лавка, в которой можно приобрести вещь на любой вкус — от фарфоровой чашки до целого сервиза.

Еще одна достопримечательность дворца — семейное бомбоубежище, в котором прятались и молились во время воздушных атак авиации Муссолини. Но прятались здесь не только женщины, дети и старики из семейства де Пиро, но и простые жители Валлетты, которым эта аристократическая семья давала приют и возможность выжить. Экскурсовод, молодая изящная девушка, не только заводит туристов в бомбоубежище, но и рисует перед ними страшные и захватывающие картины быта Дворца рода де Пиро времен Второй Мировой войны.

Дворец Мессина: адмирал, графы, банкиры и... Министерство образования

Если вы пройдете немного вниз по улице Республики, то на углу этой улицы и соседней — святого Кри-

стофера — обнаружите еще один великолепный дворец: Мессина. Он расположен по адресу: 141 и 141 a St Christopher Street. Построен он был Бали Братом (Фра) Пьетро де ла Рокка, адмиралом Ордена св. Иоанна Иерусалимского, Родоса и Мальты. Возведенный в конце 16 столетия, дворец составлял часть величественного ансамбля Каса Рокка Гранде. Потом здание перешло к итальянской ветви Ордена (Italian Langue).

В 1798 году Французское республиканское правительство передает здание графу Франческо Санту (Francesco Sant). А потом дворец Мессина превратился в два отдельных помещения: собственно — Дворец Мессина и Дворец Марина (Морской). Дальше здание передавали из рук в руки: в конце 19-го века его владельцем был граф Розарио Мессина, который завещал дворец своему сыну Джованни. Граф Джованни Мессина был Президентом Мальтийской Коммерц-коллегии в 1894-1911 гг. У этого богатейшего семейства имелся собственный банк — Messina Sons Bankers.

В 1932-м дворец являлся резиденцией графини Лючии Мессина, которая продала его семье де Пиро. Но этой роскошной семейной резиденции не суждено было влиться в Каса Рокка Пиккола и представлять могущественный род де Пиро. В 1947-м дворец Мессина перешел в собственность государства и стал резиденцией Министерства образования Мальты.

Современность дворца Мессина

Сейчас этот великолепный дворец принадлежит немецко-мальтийским культурным организациям (German-Maltese Circle). Но ощутить дух старины тут вполне возможно: для этого достаточно посетить кафе, расположенное в одном из нижних помещений дворца. Здесь вы увидите великолепные мраморные статуи в нишах, старинную дворцовую кладку, витражи и даже... внутренний колодец, который использовался для подачи воды во дворец.

Официантка любезно приподнимет каменную крышку этого колодца и расскажет вам, как им пользовались во времена графов Мессина. А расположен этот колодец прямо в зале кафе, так что ходить далеко не надо. У залы, в которой находится кафе, высокие своды, в нишах — цветы и фонари. Сидишь себе, попиваешь



кофе и представляешь, каким был этот дворец во времена графов Мессина.

А еще тебе обязательно расскажут, что улицу святого Кристофера, на которой расположен дворец, как только ни называли — и улица Фонтанов, и улица Прав человека (это во времена Французского республиканского правительства!). А потом уже она стала улицей святого Христофора (Кристофера, на английский манер). Словом, имен много, а суть одна — древняя, насыщенная событиями, яркая и противоречивая.





Хроническая сердечная недостаточность:

подводные камни болезни и улучшение качества жизни



**ТАТЬЯНА
ВЛАДИМИРОВНА
ИШХАНОВА**

Выпускница Российского государственного медицинского университета (специальность - «Педиатрия»). Обучалась в ординатуре по специальности «Акушерство и гинекология», работала в Центре планирования семьи и репродукции и Городской Клинической Больнице №31 г. Москвы. Проживает на Мальте с 2007 г.

Хроническая сердечная недостаточность представляет собой заболевание с комплексом характерных симптомов (одышка, утомляемость, снижение физической активности, отеки и др.). Эти симптомы, в свою очередь, связаны с неадекватным кровоснабжением органов и тканей в покое или при нагрузке, и часто — с задержкой жидкости в организме.

В этом интервью пойдет речь о сущности хронической сердечной недостаточности, а также о том, как улучшить качество жизни при этой болезни и как вести себя в летний период на жарких островах — Мальте и Гозо.

— Наталья Евгеньевна, в настоящее время количество больных хронической сердечной недостаточностью весьма велико. Насколько серьезно это заболевание, на каком фоне оно развивается? Информации по данной теме много. Однако эта информация носит научный характер. Хотелось бы услышать мнение специалиста по данному вопросу, но на понятном для пациентов языке.

— Чтобы понять, что именно происходит при хронической сердечной недостаточности, необходимо иметь минимальное представление об анатомии сердца и о возложенном на этот орган функционале. Сердце человека представлено правым и левым отделами. В «правое сердце» притекает кровь от всей венозной системы тела. Это уже «отработанная» кровь, бедная кислородом и богатая углекислым газом.

Правое предсердие — это первая камера сердца, в которую попадает обедненная кислородом венозная кровь. Камера расширяется по мере того, как ее мышцы расслабляются, чтобы принять кровь. Далее кровь попадает

в правый желудочек. Правый желудочек — это один из основных насосов сердца. Его предназначение — протолкнуть кровь в легкие человека. В легких происходит насыщение крови кислородом в обмен на выделяемый углекислый газ.

Левые камеры сердца принимают обогащенную кислородом кровь из легких. Обогащенная кислородом кровь возвращается к сердцу, ее принимает левое предсердие. Далее она попадает в левый желудочек, полость с развитой мышцей, которая прокачивает кровь наружу в тело. Кровь покидает сердце через аорту, откуда далее поступает в артериальное сосудистое русло.

Все эти сложные процессы регулируются, в том числе, клапанами сердца. Всего четыре клапана. В сердце есть своя система передачи нервных импульсов — так называемая проводящая система. Это цепочка клеток, независимая от сердечной мышцы. Эти клетки соединены связями, по которым передаются электрические импульсы.

Таким образом, сердце представляет собой насос с двумя независимыми системами. Одна из них представлена правыми камерами сердца, вторая — левыми. Каждая система имеет две полости: предсердие и желудочек. Основная насосная функция лежит на желудочках сердца. Если функция сердца как насоса нарушена, то это может привести к развитию сердечной недостаточности.

У пациентов с сердечной недостаточностью сердце не способно адекватно реагировать на изменение потребности организма в кислороде, например, при физической нагрузке. Хроническая сердечная недостаточность — распространенное состояние, оно никогда не развивается на ровном месте. Всегда есть основное заболевание, которое приводит к нарушению работы сердца.

Хроническая сердечная недостаточность развивается, когда сердце перестает справляться с прокачиванием крови по организму. В таком случае кровь и прочие жидкости могут накапливаться, главным образом, в легких, брюшной полости, печени, нижних конечностях. Это и определяет основные проявления болезни. К ним относятся слабость, отеки ног, головокружение, плохая переносимость физической нагрузки, учащенное сердцебиение, одышка.

Эта болезнь может развиваться на фоне нарушения функции сердечной

мышцы, перикарда (сердечной «сумки»), эндокарда (ткани, выстилающей полости сердца изнутри) или же проводящей системы сердца (по отдельности или в сочетании).

Таким образом, перед нами клинический синдром, который может быть следствием любых структурных или функциональных сердечных или внесердечных расстройств, определяющих способность сердца отвечать физиологическим потребностям к увеличенному сердечному выбросу.

Самая распространенная причина возникновения хронической сердечной недостаточности — это нарушение функции миокарда, чаще систолической, а также нарушение функции левого желудочка. Около 2/3 случаев являются следствием ранее перенесенного инфаркта миокарда. Иными причинами могут стать такие заболевания, как ишемическая болезнь сердца, кардиомиопатия, артериальная гипертензия, заболевание клапанов сердца, щитовидной железы, заболевание почек, диабет, врожденные пороки сердца.

— Наталья Евгеньевна, объясните, пожалуйста, кто же находится в «группе риска» развития такого заболевания, как хроническая сердечная недостаточность?

— Риск развития этого заболевания увеличивается с возрастом. Хроническая сердечная недостаточность чаще встречается среди людей старше 65-ти лет. Это напрямую связано с тем, что, чем старше человек, тем выше у него вероятность наличия проблем со здоровьем. К этому возрасту многие приобретают проблемы именно с сердечно-сосудистой системой.

Тем не менее, в настоящее время люди с хронической сердечной недостаточностью живут значительно дольше, чем, к примеру, в прошлом веке. Благодаря развитию медицинских препаратов, помимо продолжительности, качество жизни таких людей значительно улучшилось. Вероятность заболеть хронической сердечной недостаточностью у мужчин выше, чем у женщин, хотя это различие с возрастом нивелируется. На вероятность развития этой болезни влияют также: этническая принадлежность, наследственность, генетические особенности, наличие сопутствующих заболеваний (диабета, ожирения, проблем с щитовидной железой), образ жизни.



Наталья Евгеньевна Романова

Врач-кардиолог, кандидат медицинских наук
Окончила Российской государственной медицинской академии «Ваш Доктор» по специальности «лечебное дело».
Стаж работы — 19 лет.
Место работы: Москва, группа медицинских компаний «Ваш Доктор».

— Относительно механизма и причин развития хронической сердечной недостаточности все ясно. Лечение, как мы поняли, назначит строго индивидуально врач. Наталья Евгеньевна, поделитесь, пожалуйста, с нашими читателями рекомендациями по поводу того, как вести себя в жаркую погоду. Для Мальты это особенно важно...

— В теплое время года людям с заболеваниями сердечно-сосудистой системы необходимо вести себя осторожно. В идеале отдых должен быть спланирован так, чтобы избегать как перегрева, так и переохлаждения. Если врач разрешил поездку на море, не стоит проводить много времени на открытом солнце. Купаться лучше утром или вечером, а в дневные часы следует отдыхать в тени.

Выбирать надо отели, оборудованные кондиционерами. Важно аккуратно пользоваться кондиционерами — разница температур в помещении и на улице не должна быть слишком заметной. К примеру, если на улице 27-35 градусов и даже выше, нельзя устанавливать кондиционер на 16 градусов Цельсия. Лучше установить его на 24 градуса. Резкие перепады температур вредны. По возможности кондиционер на всю ночь.

Есть другие простые способы не перегреваться в ночные часы. К примеру, спать под пододеяльником, не заправляя в него одеяло. Очень полезен

свежий воздух, можно оставлять на ночь окно открытым. Днем, в жаркую погоду, важно носить свободную одежду из натуральных тканей. Никакой «синтетики»!

В отпуске желательно позволять себе умеренную физическую активность. Какую именно, в каком объеме, можно уточнить заранее у вашего лечащего врача.

Стоит также вести себя осмотрительно: если врач разрешил или даже рекомендовал водные процедуры, то купаться следует на специально оборудованных пляжах и в часы, когда работают спасатели. Не заплывать за буйки, даже если вам кажется, что вы в хорошей физической форме. Разумную осторожность следует соблюдать при наличии любого заболевания сердечно-сосудистой системы. Безопаснее купаться на отмели, не заплывая на глубину.

— А может ли сам больной как-то повлиять на течение заболевания? Вы можете дать нам полезные рекомендации по образу жизни, питанию?

— Да, конечно, спасибо за вопрос! Роль участия больного в профилактике и лечении хронической сердечной недостаточности огромна.

Прежде всего, необходимо поменять поведение, образ жизни. Всем без исключения больным с хронической сердечной недостаточностью необходимо отказаться от курения, если такая вредная привычка имеется. Самостоятельно бросить курить — непростая задача. Легче расстаться с подобной привычкой при участии врача. Также потребуются поддержка и понимание близких и друзей.

Будьте активны! Занимайтесь физическими упражнениями большую часть недели. Обсудите со своим врачом уровень допустимых физических нагрузок. Помните: если у вас нет средств или возможности заниматься лечебной физкультурой под руководством наставника, то, в большинстве случаев, вам доступна ходьба! Старайтесь обогатить свою жизнь прогулками на свежем воздухе! Не важно, парк ли это, набережная реки или чудесный морской берег.

Надо ограничить употребление алкоголя или вовсе исключить его из рациона. Если хроническая сердечная недостаточность развилась как следствие злоупотребления алкоголем, то пациенту необходимо от него полностью отказаться.

— Мальта богата различными сортами вкусных вин. И, соответ-

ственно, напрашивается вопрос, возможно ли безопасное однократное употребление небольших доз красного вина при данном заболевании?

— Мне часто задают такой вопрос больные, которые наблюдаются у меня многие годы. Все эти разговоры о допустимых дозах алкоголя, о каких-то безопасных дозах... Мое личное мнение — алкоголь всегда вреден! Безопасной дозы для человека с уже имеющимся заболеванием сердечно-сосудистой системы не существует. При этом, когда заходит разговор о разовом употреблении алкоголя, речь может идти даже не об отпуске, а о каких-то значимых событиях в жизни.

Ответ на заданный вами вопрос можно получить только на очном приеме у вашего лечащего врача. Все строго индивидуально. Дело в том, что некоторые лекарственные препараты либо совсем «не дружат» с алкоголем, либо меняется концентрация лекарства в крови. Поэтому, даже если состояние больного не является тяжелым, необходимо учитывать сопутствующие заболевания, все прочие принимаемые на момент обращения лекарства, а также их дозы. Больным с некоторыми нарушениями ритма сердца алкоголь противопоказан в любых количествах.

Ничего не упустить и тщательно взвесить все «за» и «против» может только специально обученный специалист (кардиолог или терапевт). Таким образом, если ваш лечащий врач разрешает, разовая погрешность возможна. Если нет, значит, категорически нет. Если визита к врачу не было, употреблять алкоголь не следует. В жаркую погоду употреблять алкоголь людям даже с самыми началь-

ными проявлениями хронической сердечной недостаточности строго противопоказано!

— А как насчет пива? Многие относят этот напиток к слабоалкогольным. Если нельзя употреблять «крепкий алкоголь», то возможно ли регулярное или эпизодическое употребление пива в небольших количествах?

— Полезным считается нефiltroванное разливное пиво, тогда как дешевые сорта пастеризованного пива скорее вредны, нежели полезны. Не буду сейчас останавливаться подробно на полезных свойствах дорогого и элитного пива. Не встречала человека, который бы о них не слышал. В отличие от любого другого алкоголя, здоровые мужчины пиво пьют литрами, а вот больным с хронической сердечной недостаточностью необходимо строго контролировать количество выпиваемой жидкости, чтобы не возникало отеков, повышения артериального давления.

При наличии хронической сердечной недостаточности к употреблению пива надо относиться крайне аккуратно. Когда жидкости в организм поступает много, то сердце увеличивает давление, иначе ее не переработать.

Ограничьте прием алкоголя! Высокие дозы алкоголя ухудшают течение сердечной недостаточности. Рекомендуются даже разово (эпизодически) не употреблять более одной дозы алкоголя для женщин и двух — для мужчин. Одна доза — примерно 150 мл вина или 300 мл пива. Алкоголь плохо сочетается со многими лекарственными препаратами и противопоказан при нарушениях ритма сердца. Если вы сомневаетесь, можно ли конкретно вам употребить даже не-



значительное количество алкоголя, лучше заранее обсудить этот вопрос с лечащим врачом.

— **Наталья Евгеньевна, а что вы посоветуете в плане диеты?**

— Особенности питания при хронической сердечной недостаточности главным образом заключаются в ограничении соли и жидкости (при выраженных отеках). Пища должна легко усваиваться, быть богатой витаминами, обладать достаточным содержанием белка. Калорийность рациона — в пределах 1900-2500 ккал. Больным рекомендуется дробное питание с приемом пищи до шести раз в день. Обильная еда вызывает подъем диафрагмы, ухудшает работу сердца.

Количество потребляемой жидкости зависит от стадии заболевания. В обычных ситуациях объем жидкости может составлять до 1,5 л/сутки. Однако я не люблю, когда больные ориентируются только на цифры. Дело в том, что подсознательно мои пациенты избегают постоянных мыслей о количестве употребляемой жидкости. Строго и систематически контролировать количество выпитого и «выделенного» способны единицы. Прибавьте к этому, что в теплое время года люди активно потеют. Соответственно, возрастает потребность в жидкости на фоне ее более активного выделения. Давайте не будем ориентироваться на цифры. Важно подружиться с весами, научиться замечать отеки или их отсутствие, прислушиваться, не появилась ли одышка.

Если прибавки в весе нет, отеков нет, одышки тоже не наблюдается, а двигательная активность и рацион питания стабильны, то, скорее всего, жидкость в организме не задерживается. Если в жару вы ходите в «шлепанцах», без носков, то можно приложить палец к голени или стопе, слегка надавливая. Если при прикладывании пальца не остается ямочки, то, скорее всего, отеков нет.

Диета при сердечной недостаточности направлена на облегчение функции сердечно-сосудистой системы, а также на улучшение работы почек, органов пищеварения и увеличение количества выделяемой жидкости (диуреза). Пищу нужно готовить без соли. Рекомендовано не держать солонку на столе. В таком случае бывает проще отказаться от досаливания уже приготовленной пищи. Степень ограничения соли в рационе при хронической сердечной недостаточности зависит от степени выраженности

“ Важно подружиться с весами, научиться замечать отеки или их отсутствие, прислушиваться, не появилась ли одышка.

застойных явлений (а также от выраженности одышки, отеков).

Желательно избегать продуктов, богатых холестерином, особенно субпродуктов, колбас. Не запрещается, но ограничивается употребление блюд, вызывающих метеоризм (квашеная капуста, бобовые, квас, свежая дрожжевая выпечка, напитки с газом, виноград), возбуждающих деятельность сердечно-сосудистой и нервной системы (крепкий кофе, черный чай). Рекомендуется потребление жидкости до 1,5 литров в сутки, если врач не посоветовал иной режим.

Сахар (50 г в день) можно заменить медом или несладким вареньем. При избыточном весе простые углеводы значительно ограничиваются.

Исключаются острые закуски, жирная жареная пища, мясо и рыба жирных видов, мясные, рыбные/грибные бульоны. Нет оснований для полного отказа от приправ, лука, чеснока. Можно эпизодически добавлять в блюда лимонный и томатный сок или немного яблочного уксуса, кетчупа и майонеза домашнего приготовления (без соли).

Полезно обогатить рацион витаминами, солями калия и магния. К продуктам с высоким содержанием калия относят сухофрукты (курага, изюм, инжир, финики, чернослив), цитрусовые, орехи, косточковые (абрикосы, персики, чернослив), картофель (его лучше запекать!), тыкву, баклажаны, морковь. Один из доступных недорогих источников калия — бананы.

Магний также необходим. Получать его можно со следующими продуктами: семечки тыквенные и подсолнечные, пшеничные отруби, грецкие орехи, шпинат, кунжутное семя, миндаль, кедровые орехи, арахис, финики.

Подробную таблицу с диетическими рекомендациями лучше получить у вашего лечащего врача, так как диета зависит от функционального класса основного заболевания и от состояния желудочно-кишечного трак-

та, наличия сопутствующих заболеваний. Кроме того, возможен строго индивидуально подобранный список продуктов, потребление которых следует ограничить.

— **Наталья Евгеньевна, лето — время отпусков. Очень сложно выполнять досконально все рекомендации по части диеты, приходится постоянно думать о диете в ресторане, в кафе, даже дома. Как быть? Ведь однообразная еда надоедает.**

Во-первых, список разрешенных продуктов велик, все зависит от умения вкусно готовить и от отношения к ситуации. Конечно, невозможно придерживаться диеты на все 100%, особенно по праздникам, при посещении ресторана, кафе. Диета носит рекомендательный характер. Важно понимать, какие продукты полезны, и максимально обогатить именно такими продуктами свой рацион. Если же первое время психологически тяжело полностью исключить употребление вредных продуктов, просто минимизируйте их количество и частоту употребления. К примеру, вы съедаете кусочек колбасы раз в неделю, но остальные дни полностью от нее отказываетесь.

Очень важна мотивация. Невозможно заставить себя не есть вредные продукты, «чтобы не прогрессировала хроническая сердечная недостаточность». А вот если вы хотите продлить сексуальное долголетие (самая распространенная цель, мотивирующая мужчин) или улучшить фигуру (эта цель больше подходит для женщин), то ситуация заметно упрощается. Можно подумать и сформулировать персональную цель. Ведь так хочется отодвинуть возраст, когда без регулярного приема таблеток уже невозможно будет обходиться! Иногда, как показывает практика, достаточно просто приложить к этому достаточные усилия. Верьте в себя, и все получится!

В ГОСТИНИЦЕ

Fil-lukanda
[фил-лукáнда]

Дорогие читатели! В этом номере нашего журнала мы завершаем обзор тематического раздела разговорника «в гостинице».



**ЯНА
ПСАЙЛА**

Лингвист, поэтесса, переводчик. Проживает на Мальте с 2004 года. Член Общества поэтов Мальты, член Академии мальтийского языка. Автор первых русско-мальтийского и мальтийско-русского разговорников (2014). Автор сборника стихов на мальтийском языке «Любовь Полярной звезды» (2014). Перевела на мальтийский язык ряд произведений М. Ю. Лермонтова, Е. А. Евтушенко, В. С. Высоцкого.

Где в гостинице находится...?

Fejn hawn fil-lukanda.....? [фэйн аун фил-лукáнда]

Слова и фразы	Написание	Произношение
Где находится...?	Fejn hawn...?	фэйн аун
• бар	• bar	Бар
• туалет	• tojlit	То́илит
• ресторан	• restaurant	Рестора́нт
• лифт	• lift	лифт
• автостоянка	• parkeġġ	Парке́дж
• бассейн	• pixxina	Пи́ишина

Проблемы

Problemi [проблэ́ми]

Слова и фразы	Написание	Произношение
Не могу войти, потому что...	Ma nistax nidhol għax...	ма ниста́ш ни́д-холь аш
• захлопнулась дверь	• il-bieb inghalaq wahdu	иль-бу́еп инáла' ва́хду
• я потерял(а) ключ	• tlift iċ-ċavetta	тлифт ич-чавэ́тта
Этот/эта/эти	Dan (din, dawn)	дан/дин/да́ун
• сломал-ся, -ась, -ись	• inkiser (inkisret, inkisru)	инкисэ́р, инки́-срэт, инкисру
• грязн-ый, -ая, -ые	• mahmuġ (-a), mahmuġin	махму́дж(а), махмудж́ин
Засорилась...	Instadd...	инста́дд
• раковина	• is-sink	ис-с́инк
• ванная	• il-banju	иль-ба́нью
• туалет	• it-tojlit	ит-то́илит

Отъезд

It-tluq [ит-тлу']

Слова и фразы	Написание	Произношение
Когда мне надо освободить номер?	Meta rrid nohroġ mill-kamra?	мэ́та ирри́д но́хродж миль-ка́мра
Не могли бы вы вызвать такси, пожалуйста?	Tista' ssejjahli taksi, jekk jogħġbok?	ты́ста ссэ́йáхли та́кси йек е ечбок
Можно получить (подробный) счет, пожалуйста?	Tista'taghmilli l-kont (dettaljat), jekk jogħġbok?	ты́ста амилли ль-конт (де́тальят) йек еечбок
Можно получить чек?	Tista'taghmilli rċevuta?	ты́ста тамилли рчеву́та
Сколько с меня за телефонные переговоры?	Kemm irrid inhallas għat-telefonati?	кем ирри́д инха́ллас ат-телефо́нати
Думаю, что в счете ошибка	Nahseb hawn xi żball fil-kont	на́хсэб аун ши зба́ль филь-ко́нт
Я звонил(а) ...	Jiena ċempilt...	йи́ена чемпи́льт
• раз/два раза	• darba/darbtejn	да́рба/дарбтэ́йн
• пять раз	• ħames darbiet	ха́мэс дарбу́ет
• одиннадцать раз	• hdaħ-il darba	хдаш иль-да́рба
• Я брал (а) из мини-бара ...	Ħadt mill-minibar...	ха́тт миль-миниба́р



Приобретайте полную версию разговорника у автора:
yana.psaila@hotmail.com

Борис Пастернак:

(Окончание. Начало см. в №7, 2019)

«Мир — это музыка, к которой надо найти слова!»

В 1934 году, на Первом съезде писателей СССР, о Пастернаке уже говорили как о ведущем современном поэте. Однако похвальные отзывы вскоре сменились резкой критикой из-за нежелания поэта ограничиться в своем творчестве пролетарской тематикой. В результате с 1936 по 1943 год ему не удалось издать ни одной книги.

Борис Леонидович остается без средств к существованию. Это вынуждает поэта обратиться к переводам. Поэт подходит к работе с особой тщательностью, стараясь сделать ее идеально. Труды Пастернака считаются равноценными оригиналам великих произведений. Переводы Шекспира, выполненные Борисом Пастернаком, стали классикой.

В военные годы, помимо переводов, Пастернак создал цикл «Стихи о войне», включенный в книгу «На ранних поездах» (1943). После войны он опубликовал еще две книги стихов — «Земной простор» (1945) и «Избранные стихи и поэмы» (1945).

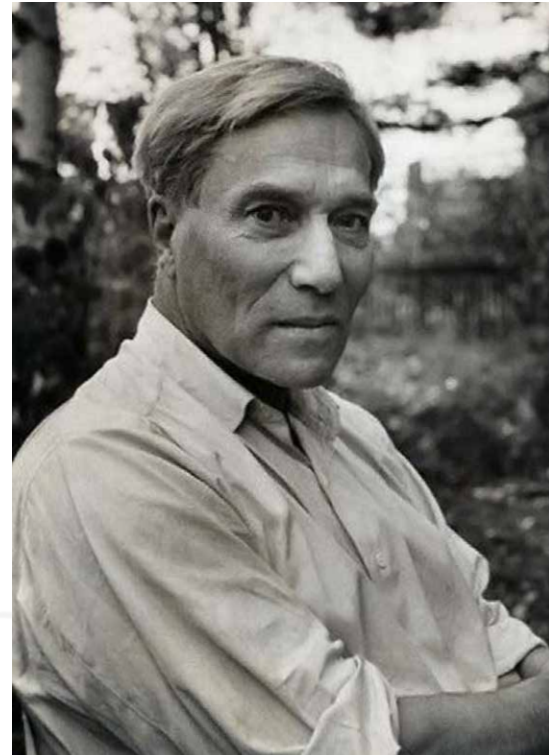
С 1945 по 1955 год Борис Пастернак работал над романом «Доктор Живаго», во многом автобиографическом повествовании о судьбах русской интеллигенции в первой половине XX века. Герой романа, врач и поэт Юрий Живаго, не имел ничего общего с ортодоксальным героем советской литературы. Роман, одобренный было к печати, позже сочли непригодным «из-за негативного отношения автора к революции и отсутствия веры в социальные преобразования». Книга была издана в Милане в 1957 году на итальянском языке, а к концу 1958 года переведена на 18 языков.

В 1958 году Шведская академия присудила Борису Пастернаку Нобелевскую премию по литературе «за продолжение традиций великого русского эпического романа», что было воспринято в СССР как чисто политическая акция. На страницах печати развернулась кампания травли поэта, Борис Пастернак был исклю-

чен из Союза писателей, ему грозили высылкой из страны, было заведено уголовное дело по обвинению в измене Родине. Все это вынудило писателя отказаться от Нобелевской премии (диплом и медаль были вручены его сыну Евгению в 1989 году).

Умер писатель 30 мая 1960 года. В 1987 году решение об исключении Пастернака из Союза писателей было отменено. В 1988 году «Доктор Живаго» впервые был напечатан на Родине (журнал «Новый мир»). Роман «Доктор Живаго» был экранизирован в США в 1965 году режиссером Дэвидом Линном и в 2002 году режиссером Джакомо Каприотти, в России в 2005 году — Александром Прошкиным.

Борис Леонидович Пастернак — один из немногих мастеров слова, удостоенных Нобелевской премии. Его стихи и переводы вошли в золотой фонд русской и зарубежной литературы.



Использованы источники:
www.culture.ru, 24smi.org,
arzamas.academy, ria.ru,
slova.org.ru.

ТАК ЛЮБИТЬ...

Так любить, чтоб замирало сердце,
Чтобы каждый вздох —
как в первый раз,
Чтоб душою только отогреться
У огня любимых, милых глаз.

Так любить, чтоб за минуту счастья
Можно было жизнь свою отдать,
Чтобы, несмотря на все ненастья,
Все равно надеяться и ждать.

Чтобы каждый взгляд —
как откровение,
Каждый поцелуй — как Божий дар.
Чтобы и волос прикосновение
В сердце разжигало бы пожар.

Так любить, чтоб каждое желание
Воплощалось в жизнь.

И их — не честь...
Чтобы каждый день, как заклинание,
Повторять: «Спасибо, что ты есть...»

Борис Пастернак

TANT TKUN THOBB ...

Tant tkun thobb li
qalbek thabbat sitta sitta,
Donnok l-ewwel darba tiehu kull nifs,
U li tista' ssahhan ruhek
Hdejn nar t'ghajnejn gheziez.

Tant tkun thobb li lest li taghti hajtek
Ghall-minuta biss ta' hena
U minkejja l-maltempati kollha
Xorta wahda tittama u tistenna.

Biex kull harsa donnha
tkun rivelazzjoni
U kull bewsa qisha rigal ta' Alla.
B'messa wahda biss ta' xaghrek
Theggeg f'qalb il-fjamma tal-passjoni.

Ix-xewqat bla-tarf isiru realta',
Tant tkun thoss imhabba hienja.

U kuljum qed tirripeti
bhal kliem imsahhar:
"Nirringrazzjak talli tezisti f'din id-dinja ..."

© Yana Psaila. Traduzzjoni, 2019



Прослушать это стихотворение
на мальтийском языке можно по ссылке:
youtu.be/v7VbhF-gj8I

ТРЕВОР ЗАРА



Тревор Зара (Trevor Zaira) в полной мере заслуживает звания современного классика мальтийской литературы. Он родился на Мальте в 1947 году. В течение 33-х лет преподавал в школе мальтийский язык и изобразительное искусство. Свои первые рассказы опубликовал в 1971 году. С тех пор издано более 130-ти его произведений, включая стихи, повести и романы, иллюстрированные автором. Речь идет о произведениях разных жанров: фэнтези, приключения, детская литература, исторический роман и других. Его работы были отмечены национальными литературными премиями 18 раз. Тревор Зара имеет государственные награды, в том числе — орден «За службу Республике», врученный писателю в знак признания вклада г-на Зары в детскую и юношескую литературу, а также золотую медаль за вклад в мальтийский язык и литературу от Академии мальтийского языка. В России изданы две его книги на русском языке: роман «Тайная жизнь бабушки Женовевфы» и повесть «Вызовы».

Любовь во время чумы

(Окончание.
Начало см. в №7, 2019)

Они разговорились о том недолгом времени, которое проработали вместе, об их коллегах, о противном менеджере... И хотя та квартира в Авре и продолжала все время стоять у них перед глазами, они предпочли о ней не упоминать. Возможно, они растерялись из-за этой неожиданной встречи. Она сразу поняла, что перед ней был разбитый человек с болью в сердце и со смятением в душе, но его глаза по-прежнему блестели. И когда он улыбался, даже натянутой улыбкой, его лицо начинало сиять, как раньше, от чего она таяла. А он заметил, насколько она все еще была мексиканкой! Небольшой лишний вес, появившийся после беременности, даже шел ей. Она стала еще восхитительнее. Потом они легко обнялись друг друга и разошлись. Возвращаясь домой, он вспомнил, что даже не спросил ее номер телефона или адрес. Снова позволил ей уйти из его жизни... Она буквально выскользнула из рук. Но, может, это и к лучшему. Теперь она замужем. Довольная. Рождает детей. Возможно, судьбе виднее, в какие игры ей играть.

Где-то семь лет спустя, после смерти жены, Франц встречался с Ребеккой. Она была на десять лет младше него, молодая девушка, и точно так же, как у Франческа с ее мужем, любовь Франца и Ребекки была стремительной. Они поженились через несколько месяцев, и для Франца наконец-то выглянуло солнце из-за свинцовых туч. Ребекка не только растила ему дочку, которой уже было одиннадцать лет, но также родила еще одну.

Квартиру в Авре Франц продал вскоре после смерти жены, но темными ночами, когда Ребекка спала, повернувшись к нему спиной, эта квартира снова представляла перед его глазами: потертое изголовье кровати, на котором он фиксировал свой взгляд в то время, как Франческа под ним стонала; серая плитка узкого коридора, куда Франческа бросила джинсы, когда он взял ее на руки и понес в постель; дешевая люстра в комнате, на которой он долго считал бронзовые лепестки, когда они, мокрые от пота, лежали в объятиях друг друга. Никакая Ребекка не могла освободить его от этих видений.

Прошло еще целых восемь лет, пока он вновь с ней не столкнулся. Опять в Валлетте, за неделю до Рождества. Они снова пошли выпить кофе, но она была какая-то потерянная. Сказала, что развелась в прошлом году, что сын живет с отцом, и что очень расстроена, так как тот постоянно настраивает парня против нее. Потом он ей расска-

зал обо всем, что произошло в его жизни. Ребекка и две дочки, которые у него были. Вдруг у нее зазвонил сотовый.

— Мне пора идти, — сказала она ему, обеспокоенно вставая, — извини меня!

Когда она его обняла, Францу показалось, что она к нему излишне сильно прижалась, а на ухо прошептала: «Я очень рада за тебя, дорогой. Думаю о тебе постоянно!»

И ушла.

2038 год был нелегким для Франца. Он переехал жить в дом престарелых. За несколько лет до этого он снова овдовел, а две дочки давно уже жили за границей и повибрировали замуж за иностранцев. Его друзьями были только книги. Когда выдавалась ясная погода, он проводил всю первую половину дня на скамейке сада за чтением.

— Думаю, это твоя, — вдруг он слышит голос и тут же чувствует, как на его колени опускается книга, завернутая в целлофановый пакет: «Любовь во время чумы».

Франческа.

Она оказалась в этом доме престарелых за год до него. Они посмотрели друг другу в глаза и увидели помутневший взгляд, кожу, словно кожура дыни, ее седые волосы, покрашенные в сиреневый цвет, его несколько волосков, едва покрывающих лысину. Они улыбнулись, и их руки потянулись навстречу друг другу.

Старики в том доме над ними посмеивались, глумились и подшучивали. И когда они объявили, что решили пожениться, некоторые даже принялись возмущаться и без конца креститься. Но им устроили большой праздник, а его младшая дочь даже специально приехала из Брюсселя.

В день свадьбы, вечером, когда они зашли в комнату, предоставленную им как новобрачным, Франц и Франческа остановились и стали друг на друга смотреть. Она зашла в ванную комнату надеть ночную рубашку, а потом пошел он — надеть пижаму. А когда вышли, снова стали друг на друга смотреть. Они не хотели видеть тел друг друга. Хотели запомнить их такими, какими они были в тот раз, красивыми и нежными, пылкими и зажигающими сырую квартиру Авры. Хотели увековечить их в рамке и повесить на чуме своей жизни.

Он обнял ее и, прежде чем лечь спать в разные постели, они сказали друг другу:

— Te quiero.

И принялись любоваться потертой спинкой кровати.

Перевод Яны Псайлы

Как сделать день бодрым

Календарное лето закончилось, но и осенью на Мальте бывает достаточно жарко, что не способствует концентрации внимания. Мы уже говорили о том, как облегчить себе жизнь, работая в жару, а сейчас предлагаем еще несколько советов, которые помогут вам собраться. Последнее особенно полезно во время приступов сонливости, которые, так или иначе, свойственны всем.



РОМАН СЕРГЕЕВИЧ ГУДЕЛЬ

Невролог, мануальный терапевт, рефлексотерапевт

Роман Гудель doctor_gudel

1 Чаще проветривайте помещение. Если невозможно проветрить, тогда каждые полчаса выходите туда, где есть возможность подышать свежим воздухом. И это не значит — «выйти покурить»!

2 Сделайте точечный самомассаж. Разминайте мочки ушей, растирайте ушные раковины, кончиками ногтей больших пальцев рук надавливайте на подушечки остальных пальцев. Можно растереть виски и потереть ладони друг о друга.

3 Двигайтесь! Прогнать сонливость поможет движение. Не вставая с кресла, разведите руки в стороны, потянитесь, кончиками пальцев коснитесь носков туфель. Если подобные «прогулки» не поощряются руководством, наведите порядок на рабочем столе — это тоже поможет вам проснуться.

4 Включите яркий свет или дайте полный доступ дневному свету. Яркий свет поможет избавиться от дневной сонливости.

5 Вдыхайте эфирные масла. Бодрящим стимулирующим эффектом обладают освежающие (пихта, эвкалипт, мята, сосна) и цитрусовые (бергамот, лимон, апельсин, мандарин, грейпфрут) масла. Они улучшают физическое и умственное состояние, повышают работоспособность, избавляют от стресса, устанавливают эмоциональное равновесие. Капельку масла нанесите на запястья рук и за уши. Или просто вдохните.

6 Наденьте наушники и включите бодрящую музыку, вызывающую сильный эмоциональный отклик. Музыка должна быть ритмичная, негромкая и без слов, потому что к словам вы будете прислушиваться и, соответственно, отвлекаться от работы.

7 Биостимуляторы в помощь. Тонизирующим действием обладают китайский лимонник, родиола розовая, женьшень, элеутерококк, левзея. Настойки или экстракты этих растений, которые продаются в аптеках, снимают усталость, ускоряют мышление, повышают работоспособность, не оказывая на организм побочных действий.

Важно:

Не советую принимать подобные настойки или экстракты тем, кто склонен к повышенной возбудимости и страдает от повышенного давления.



Много мяса... и не только!

АНАСТАСИЯ ПАВЛОВСКАЯ

«Меня зовут Анастасия Павловская. Я родилась в Ленинграде и выросла в Санкт-Петербурге. Шесть лет назад переехала на Мальту, где и решила остаться, поддавшись очарованию этого миниатюрного острова.

Любовь к приготовлению еды проявилась у меня гораздо раньше переезда в новую страну, и здесь не исчезла, а, напротив, обрела новую силу и заиграла яркими средиземноморскими красками. Мои интересы охватывают не только создание новых интересных блюд, но также и поиски необычных вкусов и впечатлений, которые раскрывают творческий потенциал профессиональных поваров.

В журнале «Мальтийский вестник», в моей авторской рубрике «Жизнь со вкусом», я рассказываю о мальтийских ресторанах и особенностях местной кухни, а также знакоблю вас с людьми, которые кормят огромное количество туристов и не перестают радовать и приятно удивлять население Мальты»

Сегодня мы с вами отправимся в один из самых мясных ресторанов Мальты. Здесь можно заказать прекрасный стейк или попробовать натуральные колбаски, приготовленные местным поваром из говядины, дикого кабана, в итальянском стиле со специями и травами.

Рассказываем:

о ресторане
«Sciacca grill»

Где расположен:

Triq Santu Wistin,
Paceville,
Saint Julian's

South Street,
Valletta

Ценовой рейтинг:

€€€ (дорого)

Но не только мясные радости ждут вас в этом заведении. Огромный выбор морских деликатесов будет приготовлен по вашему заказу.

Это прекрасное место называется Sciasca grill, два ресторана этой сети расположены в Валлетте и в Сент-Джулиансе. Названный в честь сицилианской деревни, этот ресторан полностью оправдывает ваши кулинарные ожидания. Радужный и вежливый персонал с радостью поможет вам выбрать лучший мясной отруб с витрины или подскажет, какие морепродукты больше всего подойдут для вашего ужина. Советую также прислушаться к рекомендациям сомелье, который профессионально поможет вам определиться с выбором напитков, так как винная карта ресторана составлена грамотно и со вкусом.

Летом, по традиции ресторана, самым популярным блюдом является лобстер. Местные сладкие лобстеры, известные как Awmist и Xkall, высоко ценятся туристами как лучшие в Европе.



Мальта в вопросах и ответах



ПО ВЕРТИКАЛИ.

2. Святой покровитель Сент-Джулианса.
3. Всемирно известный британский писатель, историк и поэт, которому пришлось провести несколько дней в карантине в Форте Манозель, прежде чем он ступил на землю Мальты.
5. Современный американо-мальтийский композитор, создатель балета «Хрустальный дворец».
7. Город, где расположена Вилла Фрере.
8. «Мини-Ибица» Мальты, самый популярный клубный район Сент-Джулианса.
10. Дворец семьи Шиклуна.

ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

1. Дворец на улице святого Христофора в Валлетте, резиденция Министерства образования Мальты (в наше время).
4. Город, где пройдет первое в истории Мальты ледовое шоу.
6. Русский писатель, который перевел одну из повестей Г. Флобера, а именно «Легенду о Святом Юлиане Милостивом».
9. Автор памятника «Любовь» (L O V E) в Сент-Джулиансе, известнейший мальтийский архитектор.

ПО ВЕРТИКАЛИ:

1. Юлиан; 3. Скотт; 5. Шор; 7. Пьетра;
8. Пачевиль; 10. Дразонара.
- ПО ГОРИЗОНТАЛИ:
1. Мессина; 4. Флоринана; 6. Тургенев;
9. Ингланд.

ДНИ МАЛЬТИЙСКОЙ МУЗЫКИ В РОССИИ

В программе произведения
мальтийских, российских и других
европейских композиторов.

2019



25/05

КИСЛОВОДСК

**АЛЕКСЕЙ ГАЛЕА
КАВАЛЛАЦЦИ**

дирижер

Концертный зал
им. А.Н.Скрябина
Академический
симфонический оркестр
им. В.И.Сафонова

12/06

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

**АЛЕКСЕЙ ГАЛЕА
КАВАЛЛАЦЦИ**

дирижер

Государственная
академическая капелла
Санкт-Петербурга
Симфонический
оркестр Капеллы

27/06

БАРНАУЛ

АЛАН КИРКОП

дирижер

Государственная
филармония
Алтайского края
Симфонический оркестр
Государственной
филармонии
Алтайского края

12/09

ПЕТРОЗАВОДСК

АЛАН КИРКОП

дирижер

Карельская
государственная
филармония
Карельский
симфонический оркестр

05/10

ОМСК

**РОДЕРИК
БУДЖЕА**

тромбон

Концертный зал
Омской филармонии
Омский
симфонический оркестр

05/10

АСТРАХАНЬ

**БЕРНИС
САММУТ АТТАРД**

фортепиано

Астраханский
государственный
театр Оперы и Балета
Астраханский
симфонический театр

01/10

РЯЗАНЬ

**БЕРНИС
САММУТ АТТАРД**

фортепиано

Рязанская областная
филармония
Рязанский
симфонический
оркестр

13/09

СОЧИ

**ГОДФРИ
МИФСУД**

кларнет

Зал органной
и камерной музыки
им. Алисы Дебольской
Сочинский
симфонический оркестр

15/12

САРАТОВ

**ГОДФРИ
МИФСУД**

кларнет

Саратовская областная
филармония
им.Шнитке
Саратовский
симфонический
оркестр

09/12

ЧЕЛЯБИНСК

**РОДЕРИК
БУДЖЕА**

тромбон

Концертный зал
им. С.С.Прокофьева
Челябинский
духовой оркестр

29/11

БАРНАУЛ

**ШАРЛИН
ФАРРУДЖА**

фортепиано

Государственная
филармония
Алтайского края
Симфонический оркестр
Государственной
филармонии
Алтайского края

24/10

БАРНАУЛ

**АЛЕКСЕЙ ГАЛЕА
КАВАЛЛАЦЦИ**

дирижер

Государственная
филармония
Алтайского края
Симфонический оркестр
Государственной
филармонии
Алтайского края



МЕЖДУНАРОДНЫЙ
КУЛЬТУРНЫЙ ФОНД



EMBASSY OF
THE REPUBLIC OF MALTA
— MOSCOW —

ПОЛЕЗНУЮ ИНФОРМАЦИЮ
ИЩИ В СЕТИ!

 **Мальтийский
вестник Online**
maltavest.com



 **/maltvest/**



 **МАЛЬТА ДЛЯ ВСЕХ /
MALTA FOR ALL**



 **/MRFFoundation2016/**