

Nikon 1 J1

КУПИ NIKON 1 J1

и получишь в подарок сумку и
карту памяти объёмом 8 ГБ.
Стоимость подарка 49 EUR



Я | ОДНИМ НАЖАТИЕМ ВПЕРЕДИ

Я, НОВЫЙ «NIKON 1 J1». Я, разумный фотоаппарат и фиксирую изображение до нажатия на кнопку, а сразу после отжатия, запечатлю все мгновения. Я маленький, со сменными объективами и ещё невиданными функциями. Я способен оживить снимки, называю это Моментальным снимком движения. Я безупречно запечатляю жизнь. store.nikon.it

Я могу быть такого цвета, который выберешь: ☐ ☒ ☐ ☐ ☐



Предложение действует пока товар, участвующий в акции, есть в наличии.

At the heart of the image



2 РЕКЛАМА

С 1 по 10-е мая состоится гастрольное турне по странам Балтии Санкт-Петербургского Драматического Театра на Васильевском

Максим Горький

ДЕТИ СОЛНЦА

Режиссер-постановщик **Владимир Туманов**
Художник-постановщик
засл.художник России, лауреат Госпремии **Александр Орлов**
художник по костюмам **Стефания Граурогкайте**
Балетмейстер **Николай Реутов**
художник по свету з.р.к. России **Евгений Ганзбург**
Музыкальное оформление **Виктор Волна**



7 мая
Центр Русской Культуры

Билеты в продаже в Piletilevi

Главный режиссер театра – Владимир Туманов. Художественный руководитель театра заслуженный деятель искусств России Владимир Словохотов

БЛАГОДАРИМ ЗА ПОДДЕРЖКУ ДРУЗЕЙ И ПАРТНЕРОВ

PILETILEVI kultur on lähedal

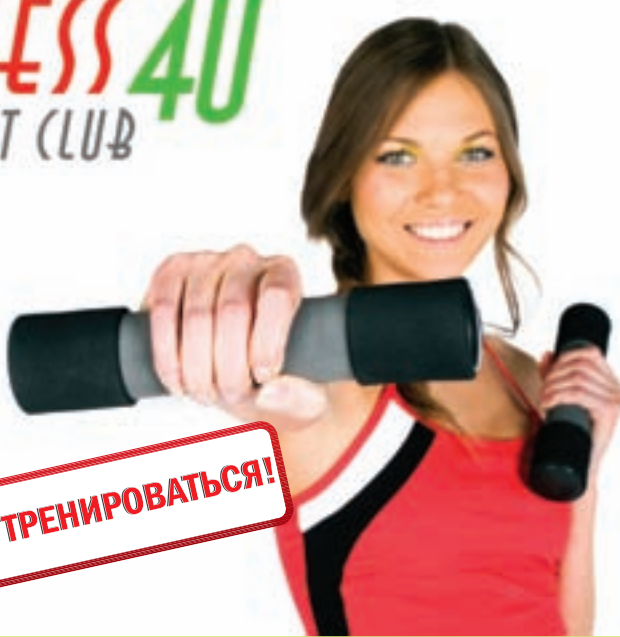
PORTUS

Яна

ВЕНЕ КУЛЬТУУРИКESKUS

FITNESS 4U

SPORT CLUB



ПРИХОДИ ТРЕНИРОВАТЬСЯ!

Мы помогаем нашим клиентам стать

- ЗДОРОВЕЕ • КРАСИВЕЕ • ЭНЕРГИЧНЕЕ • ЭФФЕКТИВНЕЕ • СЧАСТЛИВЕЕ
- ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫЕ ТРЕНЕРЫ
- ОБСЛУЖИВАНИЕ НА РУССКОМ ЯЗЫКЕ
- СОВРЕМЕННОЕ ОБОРУДОВАНИЕ
- БАНИ И БАСЕЙНЫ С ГИДРОМАССАЖЕМ
- БЕСПЛАТНАЯ ПАРКОВКА

Ждём тебя в Пирита!





РЕГАТИ 1 (ПИРИТА ТОП) 6 398 504 WWW.SDE.EE

Hoosaja peatoetaja

emt

Йыхвиский Балетный Фестиваль
17-20 мая 2012

bf

!!! Eesti Kontsert

Михайловский Театр

Санкт Петербург

19 мая 18.00
Вечер одноактных балетов
Начо Дуато
Гендель, Бетховен, Бриттен, Дебюсси, Пярт

20 мая 18.00
Вечер классического балета

Скидка для клиентов EMT Topeltpiuss -20 % с 6 февраля до 6 марта

Jõhvi kontserdimaja

www.concert.ee

PIKKE VKG OLEREX AMSERV ERR Postimees 7

SEIVER

www.concert.ee

Балет на страже здоровья

Оздоровительная гимнастика “Хореография и пластика” - ноу-хау примы-балерины Марины Чирковой

Прима-балерина театра «Эстония» Марина Чиркова говорит, что идея курса «Хореография и пластика», который она ведёт в спорт-центре Idakeskus, родом из балета, где многое не предусмотрено для восстановления организма после нагрузок. «На самом деле сначала в названии и стояло слово балет, но многих взрослых людей оно настораживает, ассоциируясь со сложными танцевальными па, поэтому заменили более мягким - хореография».

Марина говорит, что в общем-то не собиралась работать со взрослыми, достаточно много было работы с детьми, но 5 лет назад родители учеников её школы танцев Luikede lend попросили: «Марина, а вы не могли бы и нами заняться?» «И я подумала, значит, пора нести людям всё, что знаю!»

«Никто нас в своё время не учил, ни когда я училась в Вагановском училище, ни когда работала в театре, что и как нужно делать, чтобы контролировать вес, противостоять перегрузкам, предупреждать и лечить травмы. Поэтому, пройдя через серьёзные профессиональные болезни позвоночника и суставов, я научилась «исцелять себя сама», изучая свой организм, гомеопатию, медицинскую практику, мануальную терапию. В предлагаемом мною комплексе всё опробовано на мне самой».

Ключевые слова комплекса упражнений, предлагаемых Мариной, - правильное дыхание и движение. «Это и есть залог той вечной молодости, которую обещает рекламный буклет, - улыбается Марина. - И это не просто слова. Огромное количество наших проблем возникает именно из-за дефицита движения».

Занятие начинается с разогревающих упражнений, растягивающих мышцы, связки. Затем идут дыхатель-

«
5 лет назад родители учеников школы танцев Luikede lend попросили: «Марина, а вы не могли бы и нами заниматься?»»



●●● Марина Чиркова ведёт занятие группы «Хореография и пластика». Альберт Труувяэрт

ные упражнения вместе со статическими физическими, направленными на коррекцию фигуры. «Когда человек правильно дышит, - объясняет Марина, - задерживает дыхание и при этом выполняет определённые упражнения, энергия и кровь направляются строго в нужное место и производят нужный эффект в зависимости от того, требуется

ли вам похудеть или, наоборот, укрепить, или чтобы дряблые мышцы приобрели форму».

«Если вам нужен плоский живот, и вы начинаете с этой целью качать пресс, чтобы убрать жир, он никуда не уйдёт, мышцы будут расти, и живот станет ещё больше, - приводит пример Марина. - Можно делать это по 200 раз в день,

и ничего не добиться. А упражнения с определённым дыханием достаточно повторить раза 4, чтобы мышцы начали укрепляться, а подкожный жир уходить. Не все знают этот эффект, но я его хорошо изучила!»

Далее следуют балетные упражнения у станка: «Первая, вторая, пятая позиции, выворачивание ног. Всё это направлено на выработку осанки. Когда занимаешься, стоя у станка, постоянно контролируешь тело, держишь спину, задействован весь мышечный корсет, в отличие, например, от упражнений на полу, когда что-то работает, а что-то отдыхает. Проблему сутулости, например, станок помогает решить стопроцентно, уже через месяц заметен результат!»

Затем идёт пластика. «Многие женщины хотят быть женственными, иметь красивую походку, а от гирь и шейпинга пластика не появляется, наоборот, уходит, - говорит Марина. - Это комплекс танцевальных упражнений для рук, прыжки, которые, кстати, очень полезны для голеностопов. Есть ещё комплекс упражнений для мышц лица, а в завершение - акупунктура и медитация: если вечерняя тренировка, то успокаивающая, расслабляющая, а если утренняя, то заряжающая энергией».

Занятие длится примерно час. Марина советует заниматься не менее 2 раз в неделю, плюс по минут 5 утром и вечером дома: «Есть специальные упражнения для снятия напряжения, которые можно делать лёжа в постели, и которыми я сама начинаю и заканчиваю день». Возраст занимающихся у Марины - от 20 до 60 и старше, в группе максимум 25 человек, чтобы видеть каждого и адаптировать общие упражнения к индивидуальным нуждам. Почти всегда есть новенькие, но есть и те, кто ходит едва ли не с самого начала: достигнут поставленной цели, а потом стараются поддерживать результат. «У меня есть взрослые ученики, которые даже сели в шпатаг, хотя считается, что это невозможно, - рассказывает Марина. - А это замечательное упражнение для работы суставов!»

Поскольку сейчас Марина ждёт ребёнка, она охотно делится и этим новым для себя опытом и очень рекомендует беременным не отказываться от движения: «Есть много полезных упражнений для мамы и будущего ребёнка. Во всяком случае, я чувствую, как моя 6-месячная дочь уже поднимает ножки вместе со мной!»

Ольга Журьяри

Ищете место для проведения собраний, семинаров или обучения?

Проведите следующее собрание в отеле

TÄHETORNI HOTELL

Тел. 6779 100 | tahetorni@neti.ee
www.thotell.ee | Tähetorni 16, Tallinn

Отличная идея - подарочная карта!

ПОХОДЫ НА СНЕГОХОДАХ В КЫРВЕМАА
Kõrvema Matka- ja Suusakeskus, Пиллапалу, Аэввийду, Харьюмаа
www.MSM.ee тел. 50 92 455 info@msm.ee

Поход на снегоходе — это и корпоративное мероприятие, и отдых для всей семьи! Обучим управлять снегоходом. Для похода на снегоходе есть возможность выбрать трассы различной сложности. Обслуживание снегоходов, аренда снаряжения, прогулки на снегоходах. Питание, бар, сауна. Помещения для проведения семинаров. 35 мест для ночлега. Лыжные трассы, аренда лыж и много свежего воздуха и великолепной природы!

Galina Kulinit's Hambakliinik OÜ

Katusepär, 6 (вход со стороны закрытой парковки, 3-й этаж)

ЛЕЧЕНИЕ, ПРОТЕЗИРОВАНИЕ, ПАРОДОНТОЛОГИЯ, ХИРУРГИЯ И ИМПЛАНТАЦИЯ ЗУБОВ

Лечение детей до 19 лет по Больничной кассе **БЕСПЛАТНО.**

ОТКРЫЛСЯ КАБИНЕТ КЛАССИЧЕСКОГО МАССАЖА

Пн.-Пт. 9-20
Приём по записи!
Сайт www.hambad.ee

Информация и запись по телефону:
622 8877, 556 10 886

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ И ДО ВСТРЕЧИ!

4 КРАСОТА

Деловой макияж



Некотрые ошибочно полагают, будто деловой макияж - это минимум косметики на лице или полное её отсутствие. Как у героини фильма «Служебный роман». Но при этом есть риск, как и у вышеупомянутой героини, выглядеть «синим чулком», а успех в немалом зависит от внешнего вида. Сделать грамотный деловой макияж не так уж сложно. Главный принцип - лицо должно выглядеть ухоженным.

Уход за кожей. Кожу следует очищать утром и вечером специальным средством (молочком или гелем), затем освежить тономиком и нанести увлажняющий крем. Гель или крем вокруг глаз поможет убрать мешки, синяки и «гусиные лапки». 1-2 раза в неделю следует использовать скраб и маску по типу кожи. Важно, чтобы средства по уходу были из одной серии.

Кисти. Не экономьте на кистях, хорошая кисть прослужит много лет. Кисти должны быть качественными, из натурального или синтетического ворса, плотными, и вызывать приятное ощущение. Хорошая кисть - половина успеха макияжа, она позволяет равномерно нанести и распределить косметику. Конечно, не следует забывать её мыть как минимум раз в неделю. Сушить - слегка отжав в полотенце и поставив ворсом вверх. Существуют специальные средства для дезинфекции и мойки кистей, но подходит и обычный шампунь для волос.

«Акцент на губах делает лицо более чувственным (зачем отвлекать мужчин от работы?), а выразительные глаза помогают воспринимать вас всерьёз.»

Брови. Главное - ухоженность! Всегда выщипывайте лишние волоски, расположенные ниже надбровной косточки. Ничто так не способно загубить ваш образ, как неухоженные брови.

Тон. Первым делом подберите качественное тональное средство. Именно оно является основой хорошего макияжа. Тон выровняет цвет лица, уберёт жирный блеск, замаскирует морщинки. Прыщики, синяки под глазами, пигментные пятна, сосудистые звёздочки нетрудно устранить при помощи корректоров. Тональное средство бывает в виде крема, эмульсии или минеральной пудры-основы. Оно не должно быть слишком плотным, ведь деловой макияж выполняется с учётом дневного света, а при дневном свете плотные тональные средства смотрятся, как маска. По этой же причине важно, чтобы оттенок идеально совпадал с тоном кожи.

Важный нюанс. Если вы готовы потратить на полминуты больше ради результата, превышающего предыдущий в несколько раз, используйте не 1, а 2 оттенка тонального средства. Оттенок, соответствующий с вашим тоном кожи, нанесите на Т-зону, а оттенок на 1-2 тона темнее наносите на боковые участки лица. Вы не только придадите лицу свежесть, но и откорректируете овал лица, придав ему более красивую форму. И выглядеть это будет без малейшего эффекта «слоя штукатурки».

Фиксация. Многие тональные средства требуются фиксировать рассыпчатой пудрой, но далеко не все. Выясни-

те это у специалиста, который помогает вам выбирать тональное средство. Удобнее, конечно, обойтись без пудры, хотя бы ради экономии времени.

Больше свежести. Этот приём часто используется в натуральных макияжах при фотосъёмках, свадебных макияжах, фильмах. Понадобятся румяна персикового, бежево-розового или терракотового цвета или «солнечная» пудра, компактная или в виде шариков. Румяна или пудра подчеркнут скулы и придадут лицу более свежий вид. Только не переусердствуйте с солнечной пудрой, помните, что вы используете её для придания свежести, а не для изображения загара!

Специальной кистью для румян нанесите немного румян или пудры на скулы по направлению к вискам, как бы приподнимая их, на верхние веки по направлению от середины века к вискам, немного на подбородок (если лоб у вас открыт, то и слегка по линии роста волос). Ваше лицо на глазах станет более свежим и ухоженным, а глаза более «открытыми».

Финал? Если вы сторонница более естественного, «скандинавского» стиля делового макияжа, то ваши труды близятся к завершению. Покрасьте ресницы тушью в 1 слой, нанесите на губы помаду натурального бежевого или розовато-бежевого оттенка, и «скандинавский» макияж готов. Если же вы сторонница более изысканного, «французского» стиля, требующего, соответственно, и более тщательного подхода, следуйте за мной!

Опять брови. Не недооценивайте значение бровей! Эта, казалось бы, не самая яркая черта лица может как безнадежно испортить самый лучший макияж, так и придать ему максимум изысканности. Если для «скандинавского» стиля достаточно поддерживать форму бровей, то для «французского» без краски не обойтись!

Чтобы оттенить брови, лучше использовать тени или карандаш серо-коричневого оттенка, цвет которого ближе всего подходит к корням волос. С помощью теней добиться естественного эффекта легче. Важно подчеркнуть верхнюю линию брови, это сделает брови оптически более высокими, а глаза открытыми. Внешний уголок, или «хвостик» брови, должен быть чётким, не смазанным. Если кажется, что брови получились слишком «нарисованными», этот эффект пропадёт, если причесать их после покраски специальной кисточкой-ёршиком. Подойдёт и вымытый ёршик от закончившейся туши.

Акценты: глаза или губы? Здесь важно учесть принципы психологии. Акцент на губах всегда делает лицо более чувственным (зачем отвлекать мужчин от работы?), а выразительные глаза помогают воспринимать вас всерьёз. Конечно, глаза!

Тени наносим от светлого тона к тёмному. Внутренний угол глаза оттеняем более светлыми, внешний - более тёмными тенями. Под бровь наносим наиболее светлый цвет (например, цвет слоновой кости), это оптически «откроет» глаза. Основными цветами делового макияжа являются натуральная цветовая



●●● Сделать грамотный деловой макияж не так уж сложно. Главный принцип - лицо должно выглядеть ухоженным. Scanpix

гамма: оттенки серого, бежевого и коричневого, а также нежно-розовый, чёрный и белый.

Если вы привыкли пользоваться карандашом, он должен быть нанесён до того, как вы нанесёте тени, слегка растушёван и затем покрыт тенями. Если вам больше по душе жидкая подводка, то это рискованный вариант, так как она должна быть выполнена идеально, а по утрам на макияж не так много времени. Но если это вас не останавливает, важно учесть, что подводка для делового макияжа должна быть максимально ровной и тонкой, слегка расширяться к внешнему углу и снова заостряться у самого кончика. При этом ни в коем случае не быть длинной, максимум на 1-2 мм заходить за внешний угол глаза. Цвета - только чёрный, коричневый, серый.

Нанесите только один слой туши на ресницы. Можно использовать чёрную, коричневую, серую тушь. Не используйте яркую цветную тушь, как и цветную яркую подводку, это будет выглядеть неуместно и легкомысленно.

А как же губы? Помада, как и всё остальное в деловом макияже, не должна быть яркой или перламутровой. Предпочтительнее помада спокойных и натуральных тонов.

Время. Возможно, вас охватила растерянность: так много всего, и всё это каждый день? Честно говоря, долго рассказывать, а по времени макияж, когда он уже отработан, занимает 10-15 минут.

Мария Рыук
ведущий специалист макияжа
и боди-арта Института красоты SMK,
председатель Союза визажистов Эстонии

Вечный бой с целлюлитом

Целлюлит с точки зрения профессионалов

Прежде чем ответить на вопрос, можно ли избавиться от целлюлита, и какими способами, давайте разберёмся, что такое целлюлит?

Самое полное и чёткое определение этого бича современных женщин я нашла у французского врача-косметолога, эксперта по косметической безопасности, разработчика косметических средств и протокола Тийны Орасмяэ-Медер: «Целлюлит сегодня определяется как возрастная эстрогензависимая структурная патология подкожной жировой клетчатки, проявляющаяся лимфостазом, венозным стазом и фиброзом определённых зон. Несмотря на то, что эта проблема, безусловно, является эстетической и не подпадает под определение «заболевание», при определённых условиях выраженный целлюлит приводит к дискомфорту и ухудшению качества жизни, а иногда даже сопровождается нарушением состояния здоровья».

Хочется подчеркнуть, что в отличие от избыточного веса целлюлит всё же эстетический дефект. Большинство специалистов сходятся во мнении: начальная стадия целлюлита для женщины - практически физиологическая норма. Наличие целлюлита не всегда говорит о лишнем весе, он встречается и у лиц с повышенным индексом массы тела, и у худеньких девушек. Но прогрессирование целлюлита - это уже сигнал о причинах, провоцирующих его развитие. Это может быть и гормональный дисбаланс, и сочетание наследственного фактора, неправильного питания и малоподвижного образа жизни. Учитывая такое большое количество провоцирующих факторов, решать проблему надо комплексно.



Золотой принцип лечения целлюлита как эстетического дефекта кожи формулируется так: ни один, даже самый современный метод не даёт стойкого результата, если используется как монотерапия. Примерный алгоритм лечения выглядит так:

1. Рациональный подход к питанию и питьевому режиму;
2. Физическая активность;
3. Процедуры профессионального ухода в зависимости от менструального цикла, определить которые поможет специалист;
4. Подбор линии домашнего ухода, помогающей закрепить и интенсифицировать результат.

Екатерина Глаголева
врач-косметолог
Источник: Professional KB
(с сокращениями)

●●● Золотой принцип лечения целлюлита - комплексный подход.
Scanpix/PantherMedia

Современные способы лечения

Профессиональный массаж - очень успешный метод коррекции целлюлита и профилактика его дальнейшего развития. Вариантами выбора являются липолитический (моделирующий) и лимфодренажный массажи и их разумное сочетание. В первую половину менструального цикла можно рекомендовать активный липолитический массаж, при переходе во вторую фазу цикла - лимфодренажные программы, как ручные, так и аппаратные.

Три волшебные буквы LPG - эндермологическая коррекция проблемных зон популярны во всём мире. Суть метода - в механическом воздействии на кожу и подкожный слой. Очень хороший результат в борьбе с целлюлитом даёт лимфодренажный эффект, оказываемый LPG.

Ультразвуковая кавитация собирается в ближайшие годы поспорить с хирургической липосакцией за право считаться одним из эффективнейших способов в борьбе с лишними жировыми отложениями и целлюлитом. Суть методики кавитации - в лечении целлюлита и излишних жировых отложений воздействием низкочастотного ультразвука на жировую ткань.

RF-терапия - это высокочастотный электроток, который, улучшая состояние кожи, призван решать проблему целлюлита. Лечение целлюлита осуществляется за счёт ускорения всех процессов в организме под действием тепла. RF-терапия действует локализованно: прогреваются только клетки кожи и подкожно-жировой клетчатки, а мышечная ткань не затрагивается.

СТОМАТОЛОГИЯ
ИМПЛАНТАЦИЯ
ПРОТЕЗИРОВАНИЕ

НАДЕЖНАЯ
И ПРОВЕРЕННАЯ
СИСТЕМА
ЗУБНЫХ
ИМПЛАНТОВ
ANKYLOS®

красивая улыбка поможет продлить молодость

ДР. ИВО ОСТ
принимает по адресу:
Таллинн, Пae 25, 2 этаж
Тел. 600 6728, 580 55594

GARMIN®

Спутниковые
навигаторы

Русское меню
и голосовое
сопровождение

Карты
всей Европы
и Прибалтики!

Jakari Marine OÜ • Перати пст. 1, 11911, Таллинн
Тел. 639 8993 • факс 639 8994 • www.jakari.ee

... куда пойти

АФИША

3 К НАМ ЕДУТ

● Ансамбль Basix (Дания)
7.02 в 19.00 в Пярнуском концертном зале; 8.02 в концертном зале «Эстония»
● Френсис Гойя
8.03 в 19.00 в концертном зале Nokia
● Юрий Магомаев
9.03 в 19.00 в Центре русской культуры
● Филипп Киркоров

10.03 в 19.00 в концертном зале Nokia
● Юрий Антонов
10.03 в 20.00 в Saku Suurhall
● Группа «Ленинград»
10.03 в 23.00 в Club Von Überblingen
● Венский оркестр Иоганна Штрауса
12.03 в 19.00 в концертном зале Nokia
● Сурганова и оркестр

12.03 в 19.00 в рок-клубе Rock Cafe
● Валерия
22.03 в 19.00 в центре Gepeva в Нарве; 23.02 в Йыхвиском концертном зале; 24.03 в концертном зале Nokia
● Nouvelle Vague (джаз, Франция)
23.03 в 20.00 в концертном зале Nokia

3 В ВЫХОДНОЙ С ДЕТЬМИ

● Сладкоголосая принцесса: Мария Веретинина
1.03 в 12.00 в концертном зале «Эстония»; 2.03 в Йыхвиском концертном зале
● Мюзикл: Детектив Лотте
1.03 в 18.00 в театре «Ванемуйне»
● Детский и молодёжный фестиваль танца
2-4.03 в Таллиннской танцевальной академии

● Морская ярмарка
2-4.03 в Ярмарочном центре Эстонских выставок
● Русский кукольный театр: Серебряное копытце
3.03 в 11.00, 4.03 в 12.00 в Центре русской культуры
● Сказки для Ёжика
3.03 в 12.00 в Русском театре
● Детский спектакль: 38 попугаев

3-4.03 в 12.00 в Русском молодёжном театре
● Детский мюзикл: Пеппи Длинныйчулок
3.03, 6.03 в 12.00 в театре «Эстония»
● Фильмы: Король Лев; Хранитель времени; Кот в Париже; Таинственный остров; Кот в сапогах; Маппеты; Иван Царевич; Элвин и бурундуки

гастроли

Датский ансамбль Basix

7 марта в Пярну, 8 марта в Таллинне, 9 марта в Тарту, 10 марта в Йыхви пройдут концерты датского вокального ансамбля Basix, посвящённые международному Женскому дню.

Датская вокальная группа «Basix» - четырёхкратный обладатель премии CARA (Contemporary A Cappella Recording Award). Столь же высокого признания были удостоены такие группы, как The Real Group, Swingle Singers. Группа Basix музицирует в разных жанрах поп-, джаз-, рок-музыки, соул и «эр энд би», исполняет собственные композиции и шлягеры разных лет в уникальных обработках, которые сделаны самими участниками ансамбля.

Годом рождения ансамбля Basix является 1995 год, а широкая известность к коллективу пришла в 2001 году, когда они завоевали второе место на предварительном туре конкурса Евровидения Дании «Melodi Grand Prix 2001». В сентябре группа Basix выпустила дебютный альбом The grass, который стал сначала одним из самых продаваемых в Дании, а затем получил статус платинового и был представлен на премию CARA. В активе группы ещё 5 альбомов: Embodiment (2003), Christmastime (2005), Star People (2007), Diversity (2009) и последний Hjemmebane (2011).



RUSSKII TEATR
ЭСТОНИИ

ПРЕМЬЕРА!

мистическая комедия Н. Гоголя

ИГРОКИ

2 марта | 19:00 | Большой зал

Режиссер — многократный лауреат премии "Золотая Маска" Сергей Федотов

Билеты в продаже в кассе театра, в пунктах Piletilevi и Piletimaailm.

Vabaduse väljak 5
тел. 6 114 911
www.veneteater.ee

Vene Teatri koostööpartner Meediapartner

BLRT GROUP

LIVIKO
ALHO 1898

KULTUURIMINISTEERIUM

фестиваль

Фестиваль "Култ культуры"

В начале марта в Таллинне начнется уникальный фестиваль «Култ культуры».

Распланированный на весь год фестиваль, проводящийся в концертных залах Nokia и «Эстония», в Русском культурном центре и Русском театре фирмой Адольфа Кяйса Art Company, весной предлагает лёгкую и весёлую программу, а осенью - спектакли, балетные вечера и концерты, блестящей «точкой над и» в которых станет выступление американской балетной труппы Complexions Contemporary Ballet (см. фото). Откроет фестиваль 12 марта частый гость российской сцены Венский оркестр Иоганна Штрауса, 28 марта можно будет услышать выступление виртуозного трио Appassionante из Италии, 19 апреля состоится моноспектакль Марины Влади «Владимир, или Прерванный полёт» о Владимире Высоцком, 23 сентября выступят труппы Большого и Мариинского театров Москвы с Ульяной Лопаткиной и т.д. Стоимость билетов на мероприятия фестиваля - от 14,25 до 79 евро.



КИНО

Мамы

Фильм «Мамы», выходящий на экраны 3 марта, - настоящий подарок женщинам в канун Женского дня.

Они такие разные, наши мамы. Но каждая сначала терпеливо ждёт нашего по-

явления на свет, потом терпеливо воспитывает, а потом терпеливо ждёт, когда мы вспомним о ней... В ролях Михаил Пореченков, Анастасия Заворотнюк, Фёдор Добронравов, Сергей Безруков, Дмитрий Дюжев, Егор Бероев, Гоша Куценко и др.



анонс

Весенне-летний FIBIT

Ежегодное шоу моды FIBIT состоится 9 и 10 марта в торговом центре Viru.

На этот раз в фокусе фестивальных дней - эстонские художники-модельеры. Перед публикой предстанут известные и признанные в международном мире художники Герли Лийвамяги и Кристиан Стейнберг с новыми авторскими коллекциями. Герли Лийвамяги работает преимущественно в Лондоне, как и Кристиан Стейнберг, дебютировавший в прошлом году с осенне-зимней коллекцией на Неделе моды в Лондоне. Новейшая коллекция Герли Лийвамяги HALO посвящена религии и излучает духовность. Коллекция Кристиана Стейнберга Savile Row goes East End состоит из 17 комплектов мужской одежды.



В течение двух дней фестиваля будут проходить традиционные дневные показы. Самые свежие тенденции сезона соберут и представят на подиуме талантливые стилисты Элизабет Ааре и Евгений Фокин. На показах будут представлены весенне-летние коллекции таких брендов, как Reserved, Mohito, Ivo Nikkolo, Baltman, Goldenpoint, SHU, Pro Optika и Expressions. На специальном показе новинки сезона представят Monton и Tallinna Kaubamaja. В перерывах между показами будут демонстрироваться лучшие фильмы известного эстонского фестиваля анимационных фильмов Animated Dreams.

Модные представления проходят бесплатно. Все представленные на подиуме товары отмечены в магазинах центра Viru соответствующим обозначением.

3 В СВОБОДНЫЙ ВЕЧЕР

ТЕАТР

- Национальный театр «Эстония»
29.02 в 19.00 Летучая мышь
1.03 Сильфида
2.03 Сирано де Бержерак; в камерном зале: В руках у богов. После конца света
3.03 Манон
4.03 Манон Леско
- Русский театр
2.03 в 19.00, 3.03 в 18.00
Игроки
4.03 в 18.00 Тартюф
5.03 в 19.00 Первые поцелуи
6.03 Пять вечеров
- Русский молодежный театр
2.03 в 19.00 Поллианна
● Центр русской культуры
3.03, 6.03 в 19.00 Моноспектакль: Папа
- Таллиннский городской театр
5.03 в 19.00 Жизель (постановка Саши Пепеляева)
● Театр «Ванемуйне»
3.03 в 19.00 Онегин

КОНЦЕРТ

- Дом Братства черных оловых
1.03 в 18.00 Вивальди и мандолина
3.02 в 19.00 Аргентинское и финское танго
- Зимний сад «Эстония»
1.03 в 19.00 Piazzolla Forever
6.03 Цыганский табор
- Центр русской культуры
2.03 в 18.00 Ансамбль «Журба»
3.03 в 14.00 Волшебные звуки
- 4.03 в 17.00 «Славутич»
- Зал Väravatorn
3.02 в 16.00 Hortus Musicus
- Концертный зал Nokia
3.03 в 21.00 Eesti Laul 2012
- Центр «Линдакиви»
6.03 в 18.00 Юмористическое шоу: Не по адресу
- Йыхвиский концертный зал
1.03 в 19.00 Эстонский симфонический оркестр: Золотая классика; 2.03 в за-

ле «Эстония»; 3.03 в Пярнуском концертном зале
3.03 в 18.00 Tammiku-40

- Концертный зал «Ванемуйне»
2.03 в 19.00 Ultima Thule-25
- Пярнуский концертный зал
6.03 в 19.00 Отт Лепланд и Юку Суviste

КИНО

- 29.02-1.03 в CC Plaza, Kosmos, Forum Cinemas Astri, Ekraan: Значит, война; Золушка; Одержимая; Клятва; 7 дней и ночей с Мерилин; Хроника; Верим в любовь; Чёртова пятница; Девушка с татуировкой; Боевой конь; Человек, который изменил всё; Шпион, выйди вон; Код доступа «Кейптаун»; Потомки; Железная леди; Без истерики; Мартовские иды; Контрабанда; Она делает это за деньги; Ромовый дневник

Zucchero

Концертный дом Nokia

10 апреля

Chocabeck World Tour

WWW.ZUCCHERO.IT WWW.FB.LEE

2 1 STAR FM

EESTI EKSPRESS

solans

Nokia Kontserdimaja

PEUGEOT

TICKETPRO



В СЛОВЕНИЮ за ЖИВОЙ ВОДОЙ



Поправлять здоровье на водах на протяжении нескольких веков считалось полезным делом для тех, кому материальное положение позволяло совершать курортные вояжи. Минувшее столетие в значительной степени демократизировало этот вид отдыха и лечения, открыв широкий доступ к прежде привилегированным источникам.

Конкуренция курортов между собой породила множество предложений, в основе которых лежали самые неожиданные методы лечения, обилие различных процедур, новые методики и оздоровительные программы. Попробуй разобраться, кто лучше, где полезнее и какие именно источники имелись в виду в «Сказке о молодильных яблоках и живой воде»!

Для знакомства с ассортиментом услуг в разных странах проходят специали-

рованные спа-фестивали и выставки, где наперебой предлагаются «совершенно неотразимые» способы оздоровления, омоложения, очищения, украшения. Мне довелось быть на таких фестивалях в Карловых Варах и узнать много полезного о спа по всему миру.

Одно из завязавшихся там знакомств чуть позже привело в оздоровительный центр в сравнительно недалёкой от Чехии Словении. А именно - в Шмарьешке Топлице среди холмов Доленского региона в 80 км от Любляны.

Этот курорт считается одним из самых «продвинутых» и современных в Словении, когда речь заходит о водных процедурах. Он уже давно специализировался на реабилитационных и лечебных программах для профессиональных спортсменов, а теперь расширил спектр услуг, включив различные программы для всех жела-

ющих. И, конечно же, главный конёк - термальные источники минеральной воды. Поскольку подогрев обеспечивается самой природой в недрах земли, бассейны курорта заполняются проточной водой постоянной температуры (32 градуса) и минерального состава.

На данный момент центр включает три комплекса. Первый - лечебный блок Шмарьешке, где занимаются в основном сердечно-сосудистыми заболеваниями, последствиями инсульта, нервных заболеваний, стрессов, помогают прийти в норму после операций, связанных с нарушением опорно-двигательного аппарата.

Для большей наглядности воспользуемся оценками специалистов, рассказывающих о Шмарьешке Топлице: «Для лечения используется вода минеральных источников, содержащая двуокись углерода, магний, кальций, натрий, железо, марганец, анионы и



●●● В оздоровительном центре Шмарьешке Топлице можно не только укрепить тело и дух с помощью бальнеологических, грязелечебных и других процедур, но и дать пищу пылливому уму, посетив «словенскую жемчужину» романской архитектуры средневековый замок Оточец. Любовь и Николай Мейнерт/UspehMedia; Terme Šmarješke Toplice

слабые электролиты. Оксигенотерапия, применяемая на курорте параллельно с классическими методами лечения, значительно повышает их эффективность».

Следующий по списку - медицинский центр Vitarium Spa & Clinique. Его задача - помогать сохранять ощущение гармонии в повседневной жизни, добиваясь желаемого с помощью специальных программ для тех, кто озабочен стройностью форм и очищением организма.

В дополнение к этим программам предлагаются процедуры, которые в условном переводе можно определить как «для удовольствия». По

словам сотрудников центра, всё это предназначается для людей, которые хорошо знают, что справиться с любыми жизненными сложностями гораздо легче, если находишься в хорошей физической и духовной форме. Именно такую форму и обзужуются здесь обеспечить.

Наконец, третьим заслуживает упоминания непосредственно набор бассейнов, ванн, саун, массажных комнат и т.д. под общим названием Vitarium Aqua. Здесь вас и в лечебную грязь завернут, и камушками обложат, и в термальный источник окунут, и полезным песочком посыплют. Дополнени-

ем служат приятная музыка, как, например, в ванне Клеопатры с мёдом и молочком, и изысканные ароматы, как в ванне Венеры с розами. Главное - не полениться всё это перепробовать.

Если от романтических ассоциаций перейти к сухим фактам, то процесс лечения на курорте в строгой терминологии выглядит так: бальнеотерапия, оксигенотерапия, грязелечение, термотерапия, электротерапия, кинезиотерапия (лечение движением), механотерапия (щёточный массаж, ручной и подводный массаж), диетическое питание.

Специальные программы: антистресс, фитнес, гериатрическая профилактика (защита от болезней в пожилом возрасте), похудение, косметология, оксигенация (насыщение кислородом). И пусть только кто-либо попробует усомниться в эффективности подобного набора полезных мер!

Считать ли преимуществом или недостатком удалённость курорта и его отдалённость от крупных населённых пунктов, да и мелких тоже? Природа, свежий воздух, спокойствие и тишина. Целый ряд процедур в Шмарьешке Топлице предоставляется только при условии

проживания непосредственно в самом центре, где имеются очень неплохие гостиницы категории четырёх звёзд. Концентрация ничем не отвлекаемого внимания исключительно на собственном физическом и духовном здоровье гарантирована.

В то же время нельзя забывать, что Словения - страна небольшая. Поэтому удалённость по-словенски отнюдь не означает, что рядом нет ничего познавательного. Неподалеку от спа-центра находится одна из интереснейших культурных достопримечательностей Сло-

вении, вошедшая в фонд архитектурного наследия - замок Оточец, известный ещё с XIII века. В нём размещается пятизвёздочный люкс-отель, а для гостей иногда устраивают костюмированные представления, напоминающие о средневековом прошлом этих мест.

Вот и получается, что историческое обрамление становится ещё одним компонентом спа для всех, кто черпает источник силы не только в лечебных процедурах, но и в познавательных путешествиях.

Любовь Мейнерт
info@uspeh.eu

10 КРАСОТА

“Беспечальные” художники утверждали, что искусство призвано возвышать человека над прозой жизни, просвещать и радовать глаз

Пленники красоты

Античность породила культуру изображения нагого человеческого тела. Оно должно было посредством чувственных образов изображать идеи силы, величия, порядка, жертвенности, страдания и говорило бы об этом не менее красноречиво, чем героические мифы.

Фиговый листок и проза жизни
Огромный опыт интерпретации наготы был накоплен в европейском искусстве последующих времён. Нагота была то символом красоты, то символом непристойности. Когда отношение общества к изображению наготы менялось, порой возникали конфликтные ситуации. Например, представители церкви однажды организовали т.н. «кампанию фигового листа», призванную скрыть всю наготу в искусстве, начиная с фресок Микеланджело. К настоящему времени фиговые листки удалены, и произведения реставрированы.

После долгих споров в 1897 году французские женщины-художницы отвоёвали право на рисование с натуры мужчин (натурщики в присутствии женщин должны были позировать в набедренных повязках). В 1890 г. журнал *Moniteur des Arts* выражал «беспокойство по поводу мужчин-моделей, которые не смогут сохранить хладнокровие в присутствии хороших лиц, светлых волос и смеющихся глаз молодых художниц».

Хотя история искусств утверждает о целомудренной наготе, Матисс вспоминал: «Что меня более всего интересует, это не натюрморт и не пейзаж, а фигура модели. Когда у меня новая модель, я наблюдаю за ней, пока она беспомощно озирается или отдыхает. Вдруг в один миг возникает подходящая поза - и тогда я немедленно становлюсь её рабом!»

По мере того, как жизнь европейцев менялась и обновлялась, жанр нуд от академических штудий перешёл в разряд салонной живописи, став услугой для глаз и заняв подобающее место в модных интерьерах. Мастеров салонного искусства называли «беспечальными художниками». Тёмные стороны действитель-

«Работы известных живописцев и графиков доказывают, что для истинного художника натура всё ещё имеет первостепенное значение.



●●● Сергей Минин. Ева. Частный архив

ности, изнанка жизни, «низкие истины» их не привлекали, они считали, что искусство призвано возвышать человека над прозой жизни, отвлекать от скуки повседневности, просвещать и одновременно радовать глаз.

Нагота всегда соблазнительна

Обнажённая натура в искусстве остаётся главным связующим звеном с классической школой и достойно продолжает традиции европейской живописи. Объединение русских художников представило в таллиннской галерее Haas новую экспозицию на тему «Художник и модель». Работы известных живописцев и графиков доказывают, что для истинного художника натура всё ещё имеет первостепенное значение.

Концепция прекрасного редуцируется в салонной живописи Сергея Минина до живописного «глянца». Его картины - любование пряной экзотикой далёких стран, его секрет - в умении соблазнить меру и остаться в рамках приличия, балансируя между дразнящей эротикой, языческим культом обнажённого тела и чувственных радостей.

Рождение красоты - удивительная тайна искусства Анатолия Страхова. Благодаря мастерству, которым овладел

художник, оттачивая и шлифуя живописные приёмы, его «живописная кухня» узнаётся как особый крой кутюрье. Рамы картин тоже тщательно подобраны и имеют прямое отношение к комплексу стилизованных явлений, получившему название «эklekтика», благополучно бытующему в интерьерах.

Одно из безусловных слагаемых успеха акварелиста Славы Семерикова - эротический флёр, окутывающий его произведения. Миловидные девушки в греческих туниках, или лунный пейзаж, что-нибудь торжественно-пикантное из истории. С точки зрения «вещной» ценности его картины безупречны, бесспорны его дар декоратора и композиции и талант рисовальщика.

Формулы салонного искусства широко распространялись через посредничество фотографии и раньше, и теперь. Светопись заимствует жанровую структуру изобразительного искусства, темы, сюжетные линии. Постановочность и театральность она привнесла в живопись Эдуарда Зеньчика, известного своими фотографическими этюдами.

Чувственность - неотъемлемая часть искусства. В актах графика и живописца Валерия Смирнова точно найденная линия рисунка остаётся живой и под-

вижной на всём протяжении композиционного формата.

Анатолий Умеренков никогда не смотрит на формы с предвзятой мыслью, его восприятие остаётся чистым, как восприятие слепого, который вдруг бы прозрел. Картина «Двое» может показаться «коммунальной» трактовкой истории Адама и Евы, но ни о каком искушении речь не идёт. Это результат одного из тех озарений, когда скользящий в повседневности взгляд вдруг открывает в бытовой сцене взаимосвязь всех её элементов и осмысленность притчи.

Бог создал мир за семь дней. Последним, самым совершенным актом его творения была женщина. Красота всегда соблазнительна. Нагота соблазнительна вдвойне - драпировки откинута, и перед зрителем сияет всеми положенными по академическим правилам бликами, полутенями, тенями и рефлексами женская плоть. «Обнажённая» - картина одного из самых ярких приверженцев живописи с натуры художника Александра Игонина. Поэт в душе, он всегда стремится выразить в своих произведениях самые нежные и романтические настроения.

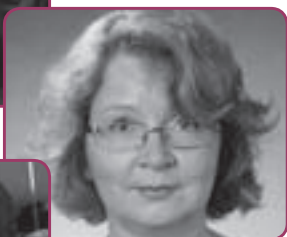
Галина Балашова
искусствовед

Семинар на русском языке

14 марта 2012г.

Meriton Conference & Spa hotel, Paldiski mnt. 4 Таллинн

Женщина в Эстонии: как занять достойное место в профессии и обществе



ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА:

Работающие в Эстонии женщины, бизнесвумен, руководители предприятий и учреждений и все те, кому интересна тема самореализации женщины

ТЕМЫ СЕМИНАРА:

Ведущая семинара: **ОКСАНА КАБРИТС**, главный редактор "Деловых ведомостей"

Как с детства воспитывать лидерские качества

АННА ЛЕВАНДИ, тренер и директор школы фигурного катания Rocca al Mare

Как не бояться начать с нуля в сотый раз?

ИРИНА НЕЛИСОВА, известный в Эстонии психолог, проректор EBS

Женщина. Карьера как продолжение достоинств

ЯНА ТООМ, депутат парламента Эстонии

Как женщине самореализоваться и сохранить баланс в своей жизни

НАТАЛЬЯ СААЛЬ, главный редактор женского журнала "Яна"

Женщина-руководитель в условиях жесткой конкуренции

ОКСАНА ГОЛОВИНА, руководитель туристической компании Go Adventure, которая была признана самой конкурентоспособной турфирмой в 2011г.

Женское предпринимательство в Эстонии и системы его поддержки

РЕЭТ ЛАЙА, председатель правления Центра обучения женщин

Как женщине успешно руководить «мужским» бизнесом.

Особенности женского стиля руководства

МАРИНА НИКИТИНА, руководитель EKLT OÜ (международная фирма перевозок UPS)

Äripäev

Meriton Hotels

Программа семинара и регистрация по тел. 6670 099 или на сайте www.seminar.aripaev.ee

Льготная стоимость участия для зарегистрировавшихся до 12 марта включительно – 120 евро (+ НСО).

Обычная цена: 199 евро (+ НСО). В цену входят утренний кофе и обед.

dermosh

Dermoshop – это финская компания, поставляющая высококачественные косметические изделия и средства по уходу за телом начиная с 1988.

Изделия **Dermosil** изготовлены из природного сырья, с учетом северного климата. Информационный пакет **Dermoshop** автоматически рассылается всем клиентам. В ассортимент входит свыше 230 изделий, которые постоянно обновляются.

Изделия Dermoshop одобрены «Союзом аллергологов и пульмонологов Финляндии».

Заказывайте бесплатно тестеры и каталоги по телефону или через интернет!

Tel: 600 66 22
e-mail: service@dermoshop.ee
www.dermoshop.ee

dermoshop
www.dermoshop.ee