

MOST

kostenlose monatliche Zeitschrift

01-04

Таинственные
маски и
загадочные
гондольеры
читайте на стр. 4-5

Магия
венецианской
лагуны
читайте на стр. 6-7





ProfiMED

Ihr Pflegedienst in Leipzig

Ваши сложности – наши заботы

**Весь комплекс услуг:
уход, лечение, социальная поддержка**

Специально для наших пациентов: – новейшие методы лечения ран (проводятся сертифицированным экспертом)
– вызов скорой помощи с последующим сопровождением в клинику (круглосуточно)
– во время стационарного лечения мы с вами (переводим, контактируем с врачами, непрерывно наблюдаем за состоянием Вашего здоровья)
– я уделяю внимание каждому пациенту, тяжелые случаи веду лично

Профессионализм

Надёжность

Стабильность

Mobil. (24 ч.): 0176 228 106 73

Tel.: 0341 591 76 70

Bernhard-Göring-Str. 16, 04107 Leipzig

Подробности на сайте: www.pflegedienst-profimed.de



ЗАВЕРЕННЫЕ ПЕРЕВОДЫ ДОКУМЕНТОВ
РУССКИЙ – НЕМЕЦКИЙ – РУССКИЙ

1996!!

для ГЕРМАНИИ, АВСТРИИ, ШВЕЙЦАРИИ, РОССИИ, БЕЛАРУСИ, КАЗАХСТАНА, УЗБЕКИСТАНА

Письменный перевод любых документов (по ISO-норме). Устный перевод в судах и в полиции, у нотариусов и адвокатов, в больницах и у врачей, на МРУ и в органах ЗАГС, на переговорах, выставках и конференциях.

ТАТЈАНА RINCK

БЫСТРО + КАЧЕСТВЕННО + НЕДОРОГО (от 10,- €)
КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТЬ – ОПЫТНОСТЬ – НАДЕЖНОСТЬ

An der Verfassungslinde 20, 04103 Leipzig Tel.: **0341 2514561** & **0171 2665813**, tarinck@t-online.de



30 ЛЕТ НА СЛУЖБЕ МЕЖЪЯЗЫКОВОГО ОБЩЕНИЯ

Вы меня не знаете? Это не проблема. Звоните, знакомьтесь, если

- Вам надо сделать заверенный перевод по норме ИСО
- Вам нужна помощь в ведомстве, в ЗАГСе, в суде или у адвоката
- Вам надо написать заявление, письмо, прошение, объяснение и составить опротестование или доверенность
- у Вас горе в семье и Вы не знаете, как провести достойную и торжественную панихиду с художественным оформлением

ПРИСЯЖНЫЙ ПЕРЕВОДЧИК ИГОРЬ МАТИЯЩУК | E-Mail: im-buero@gmx.de
Deiwitzweg 10, 04207 Leipzig, 0341 / 9423461, 0179 / 7860712

Добро пожаловать в „Sonnenblick“!

У нас новый адрес:

Rosa-Luxemburg-Str. 23-25, 04103 Leipzig

Мы обеспечим Вам уход, независимо от вашего финансового и социального положения

SONNENBLICK

100% оплата больничными кассами и социаламтом

PFLLEGEDIENST

0341/ 46 86 79 80

24h

Мы Вам подарим тепло, заботу и радость!



- ♥ **Заботливый и качественный уход за больными, инвалидами и людьми преклонного возраста**
- ♥ **Полный комплекс медицинских услуг**
- ♥ **Решение всех социальных вопросов и проблем (включая организацию транспорта)**
- ♥ **Помощь по уборке квартиры, организация питания, ведение домашнего хозяйства**
- ♥ **Сопровождение к врачам, предоставление услуг переводчика**
- ♥ **Услуги парикмахера на дому**
- ♥ **Высококвалифицированный персонал**

Rosa-Luxemburg Str. 23-25, 04103 Leipzig E-Mail: pd-sb@gmx.de

Приглашаем на работу медсестер с опытом работы в Германии

Праздничные дни в мае

- **Пт, 01 мая 2026.** День труда: общенациональный **государственный** праздник. (Maifeiertag/Tag der Arbeit)
- **Вс, 10 мая 2026.** День матери (Muttertag): не является государственным праздником.
- **Чт, 14 мая 2026.** Вознесение Господне (Christi Himmelfahrt): подвижный праздник, отмечаемый через 39 дней после Пасхального воскресенья – **государственный** праздник.
- **Вс, 24 мая 2026.** Pfingstsonntag / Пятидесятница
- **Пн, 25 мая 2026.** Pfingstmontag / Духов понедельник, **государственный** праздник.



IMPRESSUM

HERAUSGEBER

Vereinszeitschrift „MOST“

Leipzig – Brücke der Kulturen e.V.

Vorsitzender: Siegfried Wokun

Schatzmeister: Tanja Morgenstern

Heinrich-Budde-Str. 1
04157 Leipzig

Tel: 0341/42 01 78 2

Fax: 0341/42 01 78 1

E-Mail: info@moct.eu

Auflage: 3000 Expl.



ISSN 2190-9490
2006-2026 © MOST

REDAKTION „MOST“

Chefredakteur: Mikhail Vachtchenko

Redakteurin: Karina Tomsinskaia

Korrespondenten:

Sergei Yashisch
Natalya Lavrenko
Halina Nahornova
Denys Kolesnyk

Gestaltung:

Mikhail Vachtchenko

Foto:

Borys Kryvets

Мы всегда открыты для новых авторов!

E-Mail: redaktion@moct.eu

MANAGEMENT/DRUCK:

MVMEDIA Leipzig
Adolph-Menzel-Str. 8
04157 Leipzig
Mobil: 0173 / 36 777 33
Fax: 0341 / 59 167 00
info@mvmedia.org



Дорогие читатели!

Этот номер нашего журнала получился по-настоящему контрастным – настоящим коктейлем из апельсинов и лимонов Ментона на Лазурном берегу и делового ритма итальянской столицы моды. Мы предлагаем вам окунуться в атмосферу знаменитого фестиваля лимонов. Вдохнув аромат юга, мы стремительно перенеслись в Милан. Неделя моды расставила свои акценты. Дизайнеры представили в этом году интересные решения и безупречный крой. Еще одна из тем в нашем журнале – это международный музей парфюмерии в Грассе. Это не просто город – это симфония запахов, где каждый камень дышит вечной историей великих ароматов. Но какая же Италия без прекрасной Венеции. Она как старинная шкатулка с драгоценностями, и каждый раз открывается с новой стороны. Венеция – это не только Гранд канал, маски и гондольеры, это прежде всего ее острова. Мурано, где воздух дрожит от жары печей, а стеклодувы уже сем столетий совершают магию, создавая прекрасные шедевры из стекла. Затем сменив темп мы переносимся на Бурано – остров калейдоскоп, где каждый домик окрашен в свой неповторимый цвет, а время остановилось. Здесь на пороге дома мастерицы создают кружево, которое ценится на вес золота.

Этот номер призыв к вам – не бойтесь сочетать не сочетаемое, пусть ваш образ будет свежим как лимонная цедра и глубоким как аромат из Грасса. Ищите вдохновение не только в зеркале, но и в окружающем нас мире.

Редакция журнала «Мост», Карина Томсинская

INHALT | СОДЕРЖАНИЕ

Таинственные маски и загадочные гондольеры	4-5
Магия венецианской лагуны	6-7
B&20 и миланский шик	8-10
Грасс – столица парфюмерии и душа ароматов Франции	11
Promenade della Moda – праздник высокой моды	12-15
Ментон в золоте цитрусов	16-17
Мисс и Миссис Германия 2026: символ красоты, таланта и уверенности	18-19
Театр – это искусство отражать жизнь	20-23
Япония – гармония древности и будущего	24-25
Путь самурая	26-27
Отдых как навык	28-29

Редакция не несет ответственности за достоверность и содержание статей и рекламы, грамотность рекламных текстов и объявлений. Материалы публикаций не всегда отражают точку зрения редакции. Мы оставляем за собой право на стилистическую обработку и сокращение материала. Рукописи и фотографии не возвращаются. Перепечатка материалов возможна только с письменного разрешения редакции.



Таинственные маски и загадочные гондольеры

*«Маска скрывает лицо,
гондола — уносит вдаль,
а Венеция остаётся
внутри навсегда.»*

Когда вы приезжаете в Венецию, перед вами словно открывается театр под открытым небом. Здесь — гондолы, мосты и старинные дома, отражающиеся в воде. Каждая деталь, каждый переулок и даже игра света рассказывают свою историю. И, пожалуй, ничто не передаёт дух города так точно, как его маски. Это не просто символы карнавала, а воплощение культурных традиций и одна из главных тайн Венеции.

В прошлом маски позволяли людям чувствовать себя свободнее. Они помогли скрыть социальные различия и давали возможность говорить, любить и действовать без ограничений. Поэтому маски стали настоящим символом венецианской души. Они роскошные, но в то же время простые. Театральные, но при этом искренние. Связанные с прошлым, но всё ещё живые в настоящем.

У каждой маски есть свой характер. Например, Коломбина — лёгкая и изящная, украшенная золотом, перьями и камнями. Она символизирует загадочность и красоту. Арлекино и Бригелла — персонажи комедии, которые отражают народную мудрость, хитрость и смелость. Кроме того, существуют и другие известные маски: Баута, Моретта, Чумной Доктор — загадочный и пугающий, напоминающий о прошлых эпидемиях.



Не менее важным символом города являются гондолы и гондольеры. В Венеции насчитывается около 400 гондольеров, и они образуют тесное профессиональное сообщество. Лицензия на управление гондолой часто передаётся из поколения в поколение — от отца к сыну. Для жителей города гондола — это не просто туристический атрибут, а часть их культуры и идентичности. Она символизирует традиции, мастерство и историю, которая формировалась веками.

Интересно, что каждая гондола строится немного асимметричной. Левый борт примерно на 24 сантиметра длиннее правого. Благодаря этому компенсируется вес гондольера, который стоит с одной стороны и гребёт одним веслом. Без такой особенности лодка бы просто кружилась на месте. А так она движется почти идеально прямо.

Гондолы делают вручную на традиционных верфях. Для их создания используют разные виды дерева: дуб, лиственницу, красное дерево, орех и вишню. Длина гондолы превышает 11 метров, весит она около 600 килограммов, а служит примерно 15 лет.

Гондольер — живое воплощение венецианской романтики. Его полосатая рубашка подчёркивает осанку, а соломенная шляпа создаёт лёгкую тень на лице. В его движениях сочетаются сила и грация. Он легко управляет лодкой, проводя её между красивыми палаццо, отражающимися в воде. При этом он словно чувствует ритм города. Лодка скользит почти бесшумно, и только мягкий плеск воды нарушает тишину. В такие моменты кажется, что время здесь замедляется.

Венеция — это не просто место на карте, а особое состояние души. Здесь прошлое и настоящее тесно переплетаются. Город не пытается удивить шумом или скоростью. Напротив, он очаровывает спокойствием, светом и отражениями. И когда вы уезжаете, становится ясно: Венеция остаётся с вами как тёплое воспоминание, к которому хочется возвращаться снова и снова.

*К. Томсинская, Н. Лавренко
Фото: М. Ващенко,
А. Чайковская, ИИ*





Магия венецианской лагуны

«На Мурано творят огнём, на Бурано — красками, а лагуна хранит их магию.»

Венецианская лагуна хранит множество сокровищ, но среди них особенно выделяются два острова — Мурано и Бурано. Первый прославился как центр стеклоделия и изысканных украшений, второй — как родина тончайшего кружева и ярких, неповторимых домиков. Вместе они образуют удивительный дуэт ремесла, цвета и истории.

Мурано называют сердцем венецианского стекла. С XIII века сюда перенесли стекольные печи, чтобы сни-

зить риск пожаров в Венеции и одновременно сохранить секреты мастерства вдали от посторонних глаз. Со временем остров стал символом утончённого ремесла, а муранское стекло — синонимом качества, красоты и роскоши. Именно здесь веками создавались вазы, люстры, бокалы, фигурки, зеркала и декоративные предметы, которые распространились по всей Европе.

Особую ценность муранскому стеклу придают сложные техники ручной ра-

боты, позволяющие превращать его в настоящие произведения искусства. Особенно оно известно в мире украшений: из него создают серьги, кольца, браслеты, броши и кольца, каждое из которых отличается неповторимым рисунком и игрой света. Благодаря цветным вставкам, пузырькам воздуха, золотым и серебряным вкраплениям такие изделия выглядят живыми и выразительными.

Украшения из Мурано ценят не только за красоту, но и за их уни-



На улочках Мурано



В сувенирном магазине Мурано

кальность — два одинаковых изделия практически невозможно найти. В этом и заключается их особая прелесть. Каждое украшение хранит тепло рук мастера и становится маленьким произведением искусства.

Если Мурано — это остров огня и стекла, то Бурано — остров кружева и ярких красок. Он прославился венецианским кружевом, которое вручную создавали мастерицы, доводя до совершенства тончайшие узоры. Кружево Бурано стало знаменитым далеко за пределами Италии и долгое время считалось предметом роскоши.

Работа над кружевом требует невероятной усидчивости, точности и мастерства. Традиции передавались из поколения в поколение, и буранское кружево стало частью культурной памяти острова. Сегодня оно остаётся важным символом Бурано наряду с его разноцветными улицами вдоль каналов, превращающими остров в одну из самых фотогеничных локаций Италии.

Фасады домов окрашены в насыщенные цвета — розовый, жёлтый, синий, зелёный и фиолетовый. Домики создают эффект сказочного, почти игрушечного городка, хотя в них живут обычные люди. На окнах часто сушится бельё, у дверей стоят горшки с цветами.

Жители не могут самостоятельно выбирать цвет своих домов: покраска фасада осуществляется только с разрешения мэрии, чтобы сохранить



гармонию и уникальность цветовой палитры, передающейся из поколения в поколение. Сегодня Бурано находится под защитой ЮНЕСКО, и традиции яркой окраски строго соблюдаются. Существует несколько объяснений этой традиции. Самое популярное связано с жизнью рыбаков: считается, что яркие цвета помогли им узнавать свои дома в густом тумане.

Архитектура Мурано более сдержанная, но не менее интересная. Остров сохраняет атмосферу старой Венеции: каналы, мосты, церкви, дворцы и стекольные мастерские создают цельный исторический ландшафт. Одной из главных достопримечательностей является музей стекла, где можно проследить развитие местного искусства — от ранних образцов до современных работ.

Мурано воспринимается не только как место производства, но и как культурное пространство, где история стекла буквально вписана в ар-

хитектуру и повседневную жизнь. Мурано и Бурано гармонично дополняют друг друга. Один остров рассказывает о мастерстве, рождённом в огне и прозрачности стекла, другой — о кропотливой красоте кружева и радости цвета. Вместе они показывают, как ремёсла могут формировать облик целых островов, превращая их в культурные символы.

По всему острову можно попробовать фирменное блюдо *fritto misto* — жареные морепродукты, насладиться вкуснейшим ризотто или освежиться мороженым. В любом случае, голодными вы точно не останетесь.

Путешествие сюда — это не просто прогулка по живописным местам, а встреча с живой традицией, где стекло и украшения, кружево и архитектура образуют единое художественное пространство.

М. Ващенко
Фото: автора и ИИ



на Фото: знаменитое fritto misto

V&20

EVENTS

И МИЛАНСКИЙ ШИК

Milan Fashion Week по праву считается одним из самых значимых событий мировой fashion-индустрии. Каждый сезон Милан превращается в центр модной жизни: сюда съезжаются дизайнеры, журналисты, байеры и инфлюенсеры со всего мира. Лучшие итальянские бренды, десятки показов и сотни гостей — всё это создаёт атмосферу настоящего праздника моды на протяжении насыщенной недели.

С 24 февраля по 2 марта 2026 года в Милане прошла очередная Неделя моды, где свои новые коллекции представили ведущие дома моды: Fendi, Gucci, Prada, Max Mara, Ferrari, Dolce & Gabbana и Bottega Veneta.

Однако Миланская неделя моды — это не только показы крупнейших домов. Параллельно проходят независимые проекты, открывающие новые имена. Одним из таких событий

стал показ V&20, на который получила приглашение наша редакция.

V&20 — платформа для международных дизайнеров

Событие V&20 ориентировано на демонстрацию талантов дизайнеров из разных стран и объединяет моду, искусство и дизайн. В отличие от крупных модных домов, такие проекты делают ставку на открытие новых имен и поддержку перспективных брендов.

Организатором проекта является Паоло Дистазо — итальянский предприниматель и организатор международных fashion-мероприятий, основатель агентства V&20 Events.

Паоло Дистазо известен также как создатель проекта Fashion in the City, который проходит вовремя Milan Fashion Week и объединяет дизайнеров, бренды, журналистов и представителей бизнеса со всего мира.

Его мероприятия проходят не только в Милане, но и в других мировых столицах моды — Париже, Лондоне, Токио и Дубае. В медиа Дистазо часто описывают как организатора luxury-событий, активно работающего в сфере модного и культурного нетворкинга.

Более того, он позиционирует свои проекты как площадку для диалога между модой, бизнесом и социальными инициативами. Поэтому среди гостей его мероприятий можно увидеть: представителей дипломатических миссий, международные СМИ и fashion-журналы, предпринимателей и инвесторов, дизайнеров и креативные бренды.

Таким образом, события V&20 становятся не просто модным показом, а важной платформой для деловых контактов, сотрудничества и продвижения брендов на международном рынке.

«Мода, которая не выходит на улицы, — это не мода»
(Коко Шанель)



Главные модные направления V&20 Весна/Лето 2026

Показы V&20 позволили выделить несколько ключевых тенденций будущего сезона. Они демонстрируют, что мода постепенно выходит за рамки минимализма последних лет и вновь обращается к яркости и выразительности.

Основные тренды сезона

Тотальный чёрный (All Black)

Чёрный цвет остаётся символом элегантности и силы. В новом сезоне дизайнеры активно используют его в монохромных образах.

Прозрачность и кружево

Кружево уверенно выходит за пределы вечерней и бельевой моды и становится частью повседневного гардероба. Лёгкие рубашки, юбки и топы в сочетании со строгими жакетами создают романтический и современный образ.

Пайетки и эффект сияния

Пайетки становятся одним из самых заметных трендов сезона. Дизайнеры активно используют их не только в вечерних платьях, но и в повседневных образах — на топах, юбках и даже жакетах. Под светом подиумных софитов такие элементы создают эффект движения и блеска, добавляя образам праздничности, динамики и смелой выразительности.

Однако на этом тенденции не заканчиваются. Показ V&20 сезона Весна/Лето 2026 ясно продемонстрировал: эпоха «тихой роскоши» постепенно уступает место более смелым и выразительным решениям.

Среди заметных деталей — бахрома на юбках, воздушные брюки и объёмные цветы, украшающие платья и пиджаки. Эти элементы добавляют образам движения и театральности.

Цветовая палитра сезона также получилась яркой. Дизайнеры активно использовали насыщенный синий, фиолетовый, ярко-красный и розовый. Стилисты советуют не бояться экспериментов: сочетание контрастных цветов становится одним из главных модных приёмов года.

Особое внимание привлекли аксессуары. Яркие сумки и обувь всё чаще становятся центральным акцентом образа, добавляя индивидуальности даже самым лаконичным нарядам.

Ещё один заметный тренд — изменение силуэта. Узкие джинсы постепенно уступают место брюкам-баллонам, которые выглядят одновременно комфортно и стильно. Особенно эффектно они сочетаются с облегающими топами и объёмными жакетами.

В целом мода 2026 года говорит о свободе самовыражения. Дизайнеры предлагают экспери-

ментировать с объёмами, фактурами и цветами, создавая образы, отражающие индивидуальность.



На фото: Милан V&20, Карина Томсинская и Паоло Дистазо



Мы поговорили с основателем агентства V&20 Events Паоло Дистазо и он ответил на несколько наших вопросов.

МОСТ: В чём основная идея проекта?

Дистазо: Идея заключается в том, чтобы собрать вместе дизайнеров со всего мира для обмена идеями и предоставить возможность тем, кто не имеет финансовых средств для самостоятельной организации показа мод.

МОСТ: Чем ваше мероприятие отличается от других?

Дистазо: Я думаю, отличие заключается в том, как мы это делаем. В последние годы многие стали организаторами случайно, а я занимаюсь этим уже около десяти лет, и люди мне доверяют.

МОСТ: Сколько времени занимает подготовка показа?

Дистазо: Подготовка занимает не менее четырёх месяцев.

МОСТ: Что оказалось самым сложным в организации?

Дистазо: За десять лет у меня появился достаточный опыт, чтобы справляться с любыми задачами. Дополнительная ответственность появляется в основном тогда, когда нужно общаться с родителями детей — например, если в показе участвуют юные модели.

МОСТ: Кто помогает вам в организации?

Дистазо: У меня есть несколько партнёров, которые занимаются подбором дизайнеров, моделей и визажистов, а также формируют команду персонала для работы в день проведения мероприятия.

Во время мероприятия нам удалось пообщаться с моделями, участвовавшими в показе — Дианой из Латвии и Натальей.

МОСТ: Как началась ваша карьера?

Наталья: Моя карьера началась ещё в раннем детстве. Со временем она продолжилась в Японии, а затем в разных странах Европы.

Диана: Я начала работать моделью в юности. В 2000-е годы в индустрии существовали очень строгие параметры, которым я не полностью соответствовала. Однако сегодня мода становится более разнообразной и открытой. Я вернулась в индустрию, участвую в показах и конкурсах красоты. Среди моих достижений — титул «Мисс Европа».

На подиуме Диана и Наталья представляли коллекцию дизайнера Нати Рудницкой.

Нати Рудницкая — международный дизайнер одежды и основатель одноимённого бренда. Её стиль отличается гармоничное сочетание женственности, современного кроя и рос-

кошных текстур.

В своих коллекциях дизайнер активно использует премиальные итальянские ткани, а также выразительные материалы — бархат, кружево и сложный архитектурный крой, подчёркивающий силу и уверенность женского образа.

Особое внимание привлекла коллекция Wild Rose, в которой смелые решения сочетаются с изысканными деталями.

Помимо работы над коллекциями, Нати Рудницкая регулярно участвует в международных модных событиях. Её показы проходили в таких модных столицах, как Милан и Париж, где работы дизайнера неизменно привлекают внимание профессионалов индустрии.

Мероприятие произвело на нас неизгладимое впечатление. Вся организация была на высоком уровне. Атмосфера мероприятия сочетала в себе элегантность миланской моды, творческую энергию международных дизайнеров и живое общение профессионалов индустрии. Событие показало, что современная мода — это не только эстетика, но и диалог между культурами, талантами и новыми возможностями для дизайнеров со всего мира.

Мы благодарим организатора показа Паоло Дистазо и желаем ему дальнейших успешных модных проектов.

К. Томсинская, Н. Лавренко
Фото: М. Соцци



На фото: модель Наталья



На фото: модель Диана



Грасс — столица парфюмерии и душа ароматов Франции



Недалеко от Канн расположен небольшой городок Грасс, который во всём мире известен как столица парфюмерии. Именно здесь были созданы легендарные ароматы, ставшие символами эпохи и настоящими иконами стиля. Один из самых знаменитых парфюмов в истории **CHANEL №5** был создан именно в Грассе.

Основу этого культового аромата составляет утончённое сочетание жасмина и розы. Почти весь жасмин, выращиваемый в Грассе, используется для производства **CHANEL №5**. Когда великая **Коко Шанель** побывала в этом городе и встретила парфюмером **Эрнестом Бо**, она поручила ему создать аромат для женщины — «с ароматом женщины». На вопрос о названии Коко ответила просто: ей понравился образец под номером пять. «Я запускаю свою коллекцию 5 мая, и я думаю, что №5 принесёт ему удачу», — сказала она. Так родилась легенда.

Май — идеальный месяц для посещения Грасса. Именно в это время цветёт знаменитая **грасская роза**, которую также называют майской. Её аромат опьяняющий, но мимолётный: он держится всего несколько часов. Поэтому розы собирают ранним утром, сразу после раскрытия бутонов, и дистиллируют уже в тот же день после обеда. Воспроизвести этот аромат искусственно невозможно. Прогуливаясь по улицам Грасса, вы чувствуете, как в воздухе переплетаются ноты лаванды, жасмина и цветущих апельсиновых деревьев.

Грасс — это не просто город. Это душа парфюмерии, место, где мастерство и элегантность соединяются, со-

здавая уникальный, почти волшебный аромат. Здесь находятся три легендарных дома парфюмерии: **Fragonard**, **Galimard** и **Molinard**. Посетив эти исторические мастерские, можно узнать, как традиционно создаются духи.

Дом **Fragonard**, основанный в 1926 году, знакомит посетителей со сложными и многоэтапными производственными процессами. **Molinard**, ведущий свою историю с 1849 года, предлагает заглянуть в мир парфюмерного мастерства и даже создать собственный аромат. А **Galimard**, работающий с 1747 года, приглашает открыть тщательно охраняемые секреты высокой парфюмерии. Если вы хотите увезти с собой не просто сувенир, а настоящее ароматное воспоминание, посещение этих домов станет незабываемым опытом.

Создание парфюма — это гораздо больше, чем смешивание цветов и эссенций. Это искусство тонкой алхимии, где каждый ингредиент имеет значение. Величайшие французские парфюмеры годами работают над созданием ароматов — и вы тоже можете попробовать себя в роли создателя нового парфюма. Этот аромат будет только вашим — отражением вашей индивидуальности, настроения и характера, воплощённым в уникальной композиции. Опытный

эксперт, присутствующий на месте, проведёт вас через все этапы и познакомит с многогранным миром ароматов.

История парфюмерии в Грассе уходит корнями в Средневековье. В те времена город был центром кожевенного ремесла. Кожа из Грасса пользовалась большой популярностью, однако имела резкий и неприятный запах, который ощущался по всему городу. Чтобы устранить эту проблему, один из кожевников придумал замачивать кожаные перчатки в ароматных ваннах с цветами из прованских садов. Так зародилась идея ароматизации, ставшая отправной точкой для будущей парфюмерной славы города.

Сегодня Грасс по-прежнему сияет в мире высокой парфюмерии. Мы не могли не посетить этот город и с головой погрузиться в его завораживающий ароматный мир, открыв для себя тщательно оберегаемые секреты, благодаря которым Франция известна во всём мире как родина изысканных ароматов. Приезжайте и убедитесь сами — возможно, именно здесь вы найдёте аромат, который запомните навсегда и увезёте с собой как самое тонкое воспоминание о путешествии.

К. Томсинская, Н. Лавренко
Фото: А. Чайковская, Б. Кривец



Promenade della Moda – праздник высокой моды

1 марта 2026 года, в рамках культовой Недели моды в Милане, прошёл восьмой сезон Международного показа мод Promenade della Moda в великолепном месте «Ла Стамперия». По приглашению организатора мероприятия Лилии Тичек, мы посетили это прекрасное событие. Наш журнал МОСТ стал партнером этого впечатляющего показа, который собрал на подиуме множество дизайнеров и моделей.

Именно в Милане столице моды проходит уникальный международный показ Promenade della Moda, ставший важной платформой для дизайнеров со всего мира. Этот показ не просто дефиле – это масштабное событие, объединяющее искусство и моду. Мероприятие не только способствует развитию модной индустрии, но и создает условия для привлечения спонсоров и инвесторов.

Организатором и ведущей международного модного показа Promenade della Moda является Лилия Тичек — президент Международной ассоциации моды и дизайна и основательница этого международного показа в Милане. Нам удалось пообщаться с прекрасной женщиной, профессионалом своего дела и основателем Promenade della Moda Лилией Тичек.

— *Расскажите о проекте Promenade della Moda. Какова его основная цель?*

Лилия Тичек: Проект Promenade della Moda является открытой профессиональной площадкой для представления авторских коллекций молодых и профессиональных дизайнеров.

Его цель — продвижение талантливых дизайнеров и творческих коллективов, обмен опытом и расширение профессиональных и творческих связей между дизайнерами. Кроме того, проект помогает участникам продвигать свои коллекции и находить возможности для их дальнейшей реализации.



На фото: Модератор и Лилия Тичек справа

— *Чем нынешний показ отличается от предыдущих?*

Лилия Тичек: Этот показ принципиально не отличается от предыдущих, потому что концепция мероприятия уже давно отработана и всё проходит по

чёткому плану.

Основные отличия могут заключаться лишь в смене дизайнеров — каждый год появляются новые участники и новые коллекции. Иногда меняется и площадка для показа.



подготовка к показу

Но можно сказать точно: с каждым годом показ становится всё лучше. Конечно, не бывает мероприятий без ошибок, но мы всегда анализируем их всей командой и обсуждаем, как можно сделать ещё лучше.

— Сколько времени занимает подготовка такого мероприятия?

Лилия Тичек: Подготовка к показу занимает примерно 5–6 месяцев. Это колоссальная работа. Большую часть времени занимает рассылка презентаций дизайнерам и общение с ними по поводу участия.

Участников возникает множество вопросов, поэтому нужно быть на связи практически 24 часа в сутки. Выходных, по сути, нет.

Помимо этого, есть бюрократические вопросы, которые тоже требуют времени и внимания. Постоянные звонки, переписки, встречи с партнёрами — иногда даже не успеваешь заметить, как быстро летит время.

— С какими трудностями вы сталкиваетесь при организации?

Лилия Тичек: Сложности, возможно, и есть, но мы их практически не замечаем. Для нас нет нерешаемых задач. Поэтому даже пожаловаться особо не на что.

— Сколько людей работает над показом за кулисами?

Лилия Тичек: За кулисами рабо-

тует большая команда примерно 80 человек.

Это визажисты, парикмахеры, модели, фотографы, аудио- и видеооператоры, координаторы, ассистенты и служба безопасности, кроме того, в организации участвую и моя правая рука — Даниэле Андрей. Мы вдвоём координируем весь процесс подготовки.

Поэтому, как вы могли заметить, у нас практически нет времени — иногда даже не успеваем остановиться, чтобы сделать фотографию.

— Где будет проходить ваш следующий показ?

Лилия Тичек: Следующий показ Promenade della Moda состоится 4–5 июня 2026 года на живописном острове Искья в Италии, где можно будет насладиться прекрасным показом в атмосфере солнца, моря и итальянской элегантности.

— Мы благодарим Лилию Тичек за это интервью и желаем ей дальнейших интересных показов и творческих успехов!



На фото: актер и модель Халед Эльбрашеди и редактор журнала МОСТ Карина Томсинская

Перед началом показа мы пообщались с моделями Джулией и Полиной, которые дали нашему журналу эксклюзивное интервью.

— *Здравствуйте, откуда вы?*

Джулия: Я живу в Ганновере, Германия с раннего детства. Хотя мои родители папа с Украины, а мама с Израиля.

Полина: Я живу в Австрии.

— *Как же началась ваша модельная карьера?*

Джулия: Меня заметил в ресторане в Вене один режиссёр и сказал, что у меня очень интересная внешность. Он предложил мне маленькую роль, а потом меня заметили модельные агентства. И так началась моя модельная карьера.

Полина: Я занимаюсь профессионально вокалом. Несколько раз занимала призовые места в конкурсе талантов в Австрии. И там меня заметили и пригласили на конкурс красоты. С этого и началась моя история как модели.

Работа модели на подиуме — это не просто красивая картинка, а тяжёлый труд, скрытый от зрителей. Это не просто работа, а образ жизни, требующий постоянно следить за собой, учиться новому и быстро адаптироваться.



На фото: модели Джулия и Полина





— Мы хотим пожелать очаровательным моделям Джулии и Полине новых профессиональных вершин, покорения самых престижных подиумов мира, ярких показов и сотрудничества с ведущими дизайнерами.

После интервью и посещения бэкстейджа, где мы смогли увидеть подготовку моделей и почувствовать атмосферу закулисья, настало время показа на подиуме.

Мероприятие началось приветственным аперитивом с изысканными

напитками и угощениями. Показ открыл итальянский дизайнер Лука Хеттнер — специальный гость Promenade della Moda, известный своим выразительным стилем и умением сочетать силу, характер и современную эстетику в своих коллекциях.

На подиуме были представлены дизайнеры из разных стран — Испании, Израиля, Дубая, Казахстана, Кыргызстана, Украины, Италии и других уголков мира. Каждая коллекция отражала уникальное видение, культурные особенности и индивидуальный стиль, создавая яркую и многогранную картину современ

ной моды. Этот показ стал уникальным мостом между высокой модой и реальными историями людей, объединяя искусство, культурное наследие и современные тенденции.

Promenade della Moda в очередной раз доказал, что мода — это язык, понятный без слов, объединяющий людей по всему миру. Остаётся лишь восхищаться масштабом и красотой этого события и пожелать проекту дальнейшего процветания, новых ярких открытий и ещё более впечатляющих показов в будущем.

К. Томсинская, Н. Лавренко
Фото: М. Соцци, Б. Кривец





Ментон в золоте цитрусов

Наши корреспонденты

Когда в Ментоне проходит знаменитый Фестиваль лимонов, этот уютный город на Лазурном берегу превращается в настоящее яркое зрелище. Куда ни помотришь — повсюду возвышаются скульптуры из лимонов и апельсинов, красочные инсталляции и праздничные платформы, оживляющие улицы. Мягкий климат и тонкий аромат цитрусовых создают атмосферу, которая полностью очаровывает гостей.

История «золотого плода»

Ментонский лимон доступен почти круглый год и по праву считается отличным средством против зимней

хандры. Он мягче и менее горький, чем большинство других сортов. Этот цитрусовый фрукт стал неотъемлемой частью истории и культурного наследия Лазурного берега.

Выращивание «золотого плода» началось ещё в XV веке. Ментонский лимон отличается ярким ароматом и сочностью, а его кожура богата эфирными маслами. Узнать его несложно: он насыщенного жёлтого цвета, более овальной формы и с тонкой кожурой. Урожай собирают вручную, только после полного созревания плодов на дереве, без обработки пестицидами и химикатами.

Благодаря исключительно мягкому климату Ментон идеально подходит для выращивания этого фрукта. Ещё одна особенность местных деревьев — высокая урожайность: на одной ветке может вырасти до пятнадцати лимонов. Это единственный французский лимон, удостоенный европейского знака качества, что ставит его в один ряд с известными лимонами из Сорренто и Амальфи.

Праздник длиной в три недели

Фестиваль лимонов проводится в Ментоне с 1934 года. Почти три недели Ментон празднует и прославляет свой знаменитый лимон. Ули-





цы и сады украшают огромные скульптуры, движущиеся инсталляции и замысловатые декорации из цитрусовых.

Каждый год около четырёхсот специалистов проектируют и создают девятиметровые фигуры из фруктов. Для проведения фестиваля требуется около 140 тонн цитрусовых, восемь километров гирлянд, 750 000 резинок для крепления плодов и примерно 20 000 рабочих часов. Это поистине масштабное мероприятие, которое полностью оправдывает себя: ежегодно карнавал привлекает около 200 000 посетителей со всего мира.

Ментон на время фестиваля превращается в мимолётное царство красок и ароматов. Город украшают монументальные скульптуры и великолепно декорированные платформы, где золотистые и жёлтые оттенки лимонов соперничают с лазурной синевой Средиземного моря. Этот фестиваль, признанный во всём мире, является настоящей жемчужиной культурного наследия Франции и ежегодно привлекает более двухсот тысяч гостей, которых очаровывают творческая смелость и праздничная энергия улиц Ментона.

От кожуры до сока: универсальный лимон из Ментона

Шеф-повара и кондитеры высоко ценят этот изысканный цитрусовый фрукт с ярким, свежим вкусом, словно вобравшим в себя солнце юга Франции. В кулинарии используется всё: мякоть, сок и цедра. Лимон добавляют в пасту, десерты, соусы, хлеб и мармелад. Среди самых известных сладких блюд — лимонный пирог, мусс и нежный лимонный торт.

Ментонский лимон — это не просто фрукт, а символ солнца, традиций и гастрономического искусства региона.

Больше, чем выставка

Фестиваль лимонов — это гораздо больше, чем просто выставка. Это яркое зрелище, где фрукты превращаются в произведения искусства, а воображение не знает границ. Тема 2026 года «Чудеса жизни» стала данью уважения природе, её многообразию и бесконечной красоте: цветы, животные и растения переплелись в единую гармоничную композицию.

Наша редакция не смогла пропустить это яркое событие и посетила выставку лично. Во время прогулки по Ментону мы наслаждались ароматом лимонов и великолепными фигурами. Вокруг экспозиции можно было приобрести кулинарные шедевры с лимоном, попробовать местные деликатесы, а любители фотографии могли запечатлеть волшебство каждого объекта.

Фестиваль лимонов — это праздник радости, красок и творчества. Это особый момент, когда искусство сливается с природой, а Ментон на несколько недель преобразуется в сияющий остров вдохновения и солнечного настроения.

Автор: К. Томсинская, Н. Лавренко
Фото: А. Чайковская, Б. Кривец





«Ничто не делает женщину более красивой, чем вера в то, что она красива»

Софи Лорен



Мисс и Миссис Германия 2026: СИМВОЛ КРАСОТЫ, ТАЛАНТА И УВЕРЕННОСТИ

Женская красота — это не только внешняя привлекательность. Это, прежде всего, уверенность в себе, внутренняя гармония, сила характера, доброта и та особая энергия, которую чувствуют окружающие. Именно это сочетание качеств формирует цельный образ женщины и делает её по-настоящему притягательной.

На протяжении истории представления о красоте постоянно менялись. Они формировались под влиянием культуры, моды и общественных идеалов своего вре-

мени. Конкурсы красоты стали своеобразным зеркалом этих трансформаций: через них общество отражает, какие черты внешности, характера и мировоззрения считаются значимыми в конкретную эпоху.

Первый конкурс красоты в современном понимании состоялся в 1888 году в городе Спа (Бельгия). В нём приняли участие около 350 девушек из разных стран, однако в финал жюри допустило лишь 21 участницу. Победительницей стала 18-летняя Берта Сукаре из Гваделупы, получившая денежный приз. Этот конкурс стал важной вехой и заложил основу для будущих международных beauty-соревнований.

В Германии первый официальный национальный конкурс красоты состоялся в 1927 году в Берлине. Именно тогда был проведён конкурс Miss Germany, победительницу которого выбирало профессиональное жюри. В его состав входили известные культурные деятели эпохи. С тех пор конкурс стал значимым событи-



ем в культурной жизни страны и сохраняет свою популярность по сей день.

Нашей редакции удалось побывать на финале конкурса Мисс и Миссис Германия 2026. Это гламурное событие прошло в небольшом, но необычайно стильном городке Вернигероде. Вечер был наполнен элегантностью, светским блеском и атмосферой праздника. Заполненные столики, ослепительные огни софитов и оживлённая публика сделали мероприятие по-настоящему незабываемым.

В борьбу за престижные титулы вступили 52 участницы в возрасте от 16 до 49 лет. Каждая из них демонстрировала не только внешнюю привлекательность, но и харизму, чувство стиля и уверенность в себе.

В категории Мисс Германия победу одержала блистательная Беатрис Бодрюг из Лейпцига. Она покорила жюри своей уверенной сценической харизмой, естественной элегантностью и сдержанным, но выразительным финальным выступлением. Победа открывает перед ней двери в мир профессиональных фотосессий, светских мероприятий и внимания СМИ — классический старт карьеры, который конкурс Miss Germany предоставляет уже на протяжении десятилетий.

Второе место с минимальным отрывом заняла Айлин Загер из Пфорцхайма — бывшая участница 20-го сезона шоу Deutschland sucht den Superstar, ярко проявившая себя и в тематическом шоу конкурса. Третье место досталось Анастасии Ламановой из Франконии (Бавария).



В центре победительница конкурса «Мисс Германия» Беатрис Бодрюг; слева обладательница второго места Айлин Загер; справа Анастасия Ламанова, занявшая третье место конкурса

подать, стилю и сценическому обаянию.

Конкурс «Мисс Германия 2026» остаётся верен своим принципам. Это классический конкурс красоты с чёткими правилами, профессиональной организацией и возможностью для красивых и целеустремлённых женщин со всей Германии заявить о себе на национальном уровне.

*Карина Томсинская,
Наталья Лавренко
Фото Михаил Ващенко*



В центре победительница конкурса «Миссис Германия» Катерина Вагнер; слева конкурсантка, завоевавшая второе место, Моник Вильке; справа обладательница третьего места Натали Нок

Среди участниц в возрасте от 28 лет и старше, а также замужних женщин, уверенную победу одержала Катерина Вагнер. Она произвела сильное впечатление как на жюри, так и на зрителей, заслуженно завоевав титул Миссис Германия. Второе место заняла Моник Вильке, а третье — Натали Нок.

Мероприятие активно освещалось телевизионными и съёмочными группами и транслировалось в прямом эфире. Классический формат конкурса включал дефиле в вечерних платьях, вступительные раунды и интервью на сцене. Участниц оценивали по умению себя





Театр — это искусство отражать жизнь

С 15 по 19 января 2026 г. в Лейпциге состоялось яркое театральное событие. В стенах старинного здания Alte Börse прошел 1-й международный фестиваль театров «Театр без границ».

Инициатором и организатором фестиваля стала Карина Томсинская при участии интеграционного общества «Мост». На мероприятие прибыли 10 театральных коллективов: из Израиля, Эстонии, Испании, Украины и Германии.

Репертуар фестиваля получился разнообразный. Были представлены спектакли в жанрах комедии и клоунады, трагедии и фарса. Каждый зритель мог выбрать спектакль на свой вкус.



Меги Ромм — автор и исполнительница моноспектакля «Не стоит ломаной шпильки»

Выступление театральных коллективов оценивало профессиональное жюри. Так как фестиваль проходил не на конкурсной основе, каждый театр был награжден кубком и дипломом в разных номинациях. Организаторы хотели поощрить все театральные труппы, мотивируя их на дальнейшее творческое развитие.

Открыл фестиваль моноспектакль театра «Spirit Solo» «Не стоит ломаной шпильки». Автор и исполнительница главной роли, Мэги Ромм, рассказала о своей невыдуманной трагической судьбе. Тем не менее спектакль полон оптимизма и показывает, что человек, обладающий внутренней свободой, сам творит свою судьбу. Как бы трудно не приходилось в жизни, всегда есть выход.



«Уютный театр» спектакль о взаимоотношениях Ирины Одоевцевой и Николая Гумилева



Театр «Mosty» с философским спектаклем «Я и ты»

Спектакль состоялся при поддержке посольства Израиля в Германии и Союза деятелей искусств Израиля.

Несмотря на то, что спектакль игрался на иврите с русскими субтитрами, зрители полностью сопереживали героине пьесы. Публика горячо аплодировала и долго не хотела отпустить актрису.

Театр «Spirit Solo» победил в номинации **«Лучший моноспектакль»**.

Второй день фестиваля открыл театр из Испании **«Уютный театр»**. Артисты представили спектакль **«Голоса с берегов Невы»**. Этот спек-

такль представляет собой инсценировку мемуаров Ирины Одоевцевой, линии ее взаимоотношений с Николаем Гумилевым.

На сцене присутствуют одновременно пожилая и молодая Одоевцева, а реплики Гумилева, а также эпизодических персонажей записаны в саундтрек и заранее смикшированы с музыкальным рядом. Таким образом, создаётся эффект воспоминаний.

Спектакль был признан лучшим в номинации **«Лучший литературный сценарий»**.

Следующими на сцену вышел коллектив из Германии «Mosty». Сюжет спектакля «Я и ты», который показали актеры, на первый взгляд незамысловат. Но за этой простотой скрывается философская мысль: если прятаться от проблем и трудностей, отгораживаясь стенами от внешнего мира, можно потерять не только близких и любящих вас людей, но и свою личность.

Нельзя превращать свое сердце в каменный бункер — к такому выводу приходит главный герой спектакля.

Театр «Mosty» победил в номинации **«Лучшая сценография»**.

В заключении дня выступил театр из Эстонии **«Teine taevas»**. Коллектив представил спектакль-

комедию **«Кароль»** по одноименной пьесе польского драматурга Славомира Мрожека. Несмотря на позднее время, яркая игра актеров и динамичный сюжет, раскачали зрительный зал. Зрители реагировали улыбками и смехом.

Неудивительно, что театр получил диплом в номинации **«Лучший спектакль по мнению жюри»**, а один из актеров победил в номинации **«Лучший актёр»**.

Немецко-украинская театр-студия **«Паляниця»** выступил на третий день фестиваля со спектаклем **«Трохи інша Різдвяна історія»**. Этот впечатляющий мюзикл — захватывающая эксцентричная постановка, основанная на историях М.В. Гоголя, где потрясающие любовные истории погружают зрителя в водоворот фантастических отношений, реинкарнаций и мистических приключений.

Театр победил в номинации **«Самое оригинальное воплощение классики»**.

Следующий день фестиваля открыл театр **«Clown-Town»**. Спектакль **«4 Love»** сделан в новаторском жанре. Он сочетает лирическую клоунату и танец буюто. Для справки: танец буюто это танец перформанс, который соединяет человека и природу и рассчитан на эмоциональный отклик зрителя.



Театр «Teine taevas» с искрометной комедией «Кароль»



Театр «Паляниця» с ярким, фееричным спектаклем по мотивам произведения Николая Гоголя



Актриса Паула Гапо в оригинальном авторском жанре кдлоунады и танца Буто

Спектакль был отмечен дипломом «За оригинальный авторский жанр». Актриса завоевала диплом «Лучшая актриса».

Театр «Витраж» из Израиля показал спектакль «Интервью с Дедом Морозом». Это была учебная работа молодого коллектива. Тем не менее театр получил диплом «Перспективную студенческую работу».

Завершил день спектакль с названием «Шут Робинзонович и Мадам без собачки» израильского театра «Импульс». Это комедия о двух уже немолодых людях, которые через интернет пытаются найти вторую половинку. Но это знакомство превращается в интригу для главных героев. А зритель следит за историей развития отношений персонажей с улыбкой.



Театр «Импульс» с романтической историей двух одиноких людей

Коллектив театра «Импульс» получил диплом «За лучший театральный ансамбль».

В последний день фестиваля выступили два коллектива. Первый — театр «Верю» из Израиля. Актеры показали спектакль «Играем Чехова». По названию спектакля можно догадаться, что он создан по произведениям великого писателя.

Спектакль предлагает зрителю разобраться в человеческих отношениях, характерах, остроумно и тонко опи-



Театр «Верю» с классическим спектаклем по произведениям А. П. Чехова



санных Антоном Павловичем. Вместе улыбнуться и подумать.

Театр победил в номинации «**За яркое сценическое воплощение**».

Второй театр, который завершил фестиваль «**La Vama**», Израиль спектаклем «**Она, она и чемодан**». Коллектив показал смешную и трогательную до слёз комедию о двух стареющих актрисах, не желающих сдаваться судьбе, нашедших в себе силы простить друг друга и помирились после долгих лет вражды!

Это яркий, отлично поставленный и сыгранный спектакль с жизнеутверждающей концовкой, никого не оставил равнодушным. Ведь даже такую назойливую «гостью», как Старость, можно встречать по-разному.

Театр получил диплом в номинации «**Симпатия жюри**».

Фестиваль закончился. Но зрителям и артистам надолго запомнится неповторимая праздничная атмосфера творчества, торжества искусства.

Надеемся, что международный фестиваль «Театр без границ» в городе Лейпциг станет традицией и займет достойное место в ряду культурных событий Германии.

*Сергей Яшиш
Михаил Ващенко*



Театр «La Vama». Сцена из спектакля «Она, Она и чемодан»



Жюри фестиваля за работой. На сцене награждение театральных коллективов



Фестиваль не прощается. Он говорит «До свидания!»

Япония – гармония древности и будущего

Япония — удивительная страна: тихая, загадочная и одновременно захватывающая. Каждый, кто отправляется исследовать её, получает награду в виде незабываемых впечатлений. Эта страна поражает своей чистотой, дружелюбием людей и стремлением к совершенству. Однако Япония — это ещё и страна контрастов, где древние традиции гармонично переплетаются с передовыми технологиями и современным образом жизни. Давайте отправимся в небольшое путешествие и откроем для себя эту удивительную страну.

Начнём наше знакомство со столицы Японии — Токио. Это огромный мегаполис, в котором проживает около 14 миллионов человек. Несмотря на колоссальное население, город удивительно организован и работает почти как идеально настроенный механизм.

Токио — город контрастов. Здесь традиционные двухэтажные деревянные дома соседствуют с футуристическими небоскрёбами из стекла и металла. На улицах можно увидеть женщин в традиционных кимоно, а рядом — молодежь в ярких образах, вдохновлённых аниме и современной поп-культурой. Интересный факт: Токио считается одним из самых густонаселённых городов мира, но при этом остаётся одним из самых безопасных мегаполисов.

Японская столица открывает поистине безграничные возможности для отдыха: от древних храмов и умиротворённых садов до бурлящей ночной жизни, стильных районов и гигантских торговых центров. Здесь невозможно заскучать. И, конечно, полное погружение в культуру Токио немыслимо без знакомства с его знаменитыми кулинарными традициями.

Японская кухня известна во всём мире. Она не толь-

ко вкусная, но и разнообразная, полезная и очень сбалансированная. Основной принцип японской гастрономии — свежесть и высокое качество ингредиентов.

В японской кухне широко используются рис, овощи, свежая рыба и морепродукты, а также мясо. Блюда обычно содержат мало жира, поэтому такая пища считается лёгкой и полезной, что особенно приятно во время путешествия. Интересная традиция: в Японии принято доедать еду до конца и хотя бы раз попробовать каждое поданное блюдо — это считается проявлением уважения к повару.

Самым известным японским блюдом, конечно же, являются суши. Это небольшие рисовые шарики или рулеты, на которые кладут ломтики сырой рыбы, морепродукты, водоросли, овощи или омлет. Не менее популярное блюдо — рамэн. Этот ароматный суп с лапшой сегодня покорила всю Европу, однако изначально он пришёл в Японию из Китая. Существует множество вариантов рамэна, отличающихся бульоном: например, соевый или мисо-бульон. Ещё одно популярное блюдо — гёдза. Это сочные жареные пельмени китайского происхождения, начинённые рубленым мясом или овощами. Их традиционно подают с соевым соусом, в который их обмакивают перед каждым кусочком.

Токио можно посещать в любое время года — каждый сезон по-своему прекрасен. Весной страна превращается в розовое облако благодаря цветению сакуры. Это время сопровождается традиционными праздниками и фестивалями мацури, во время которых проходят красочные шествия, уличные представления и ярмарки. Зимой популярным видом отдыха становятся онсэн — традиционные японские бани на горячих природных источниках вулканического происхождения. Японцы любят посещать онсэн, чтобы расслабиться, снять усталость и насладиться красотой природы.



Токио

Всего в 90 километрах к югу от Токио расположен тихий прибрежный город Атами. Он известен своими горячими источниками и особенно красивым цветением сакуры. Весной сюда приезжают тысячи туристов, чтобы полюбоваться нежными цветами. Вдоль одной из улиц высажено 58 деревьев сакуры, которые образуют настоящий розовый цветущий тоннель. Любоваться сакурой можно в течение всего дня. Особенно красивые фотографии получаются днём, когда нежно-розовые лепестки ярко выделяются на фоне голубого неба. А вечером зажигаются уличные фонари в стиле ретро. Их мягкий тёплый свет создаёт невероятно уютную атмосферу, превращая прогулку в настоящую сказку.

Теперь перенесёмся в древнюю императорскую столицу — Киото. Этот город по праву считается культурным сердцем Японии. Киото окружён живописной природой и славится своей богатой историей. Именно здесь зародились многие традиции японской культуры.

Жители Киото с особым уважением относятся к традициям — это видно и в искусстве, и в культуре, и в знаменитой чайной церемонии. Город известен сотнями буддийских храмов и исторических мест, каждое из которых открывает окно в прошлое Японии. Любители природы могут посетить чайные плантации, живо-



писные сады и знаменитые бамбуковые рощи, где высокие стебли бамбука создают атмосферу настоящего природного храма.

Недалеко от Киото находится один из самых необычных парков Японии — парк Нара. Здесь можно встретить пятнистых оленей, которые свободно гуляют по огромной территории. В японской культуре эти животные считаются посланниками богов, поэтому к ним относятся с большим уважением. Олени здесь настолько ручные, что их можно кормить и гладить. Парк занимает около 660 гектаров, и на его территории обитает более тысячи священных оленей.

Они спокойно гуляют среди деревьев и не боятся людей. Интересный факт: любимое лакомство оленей — вовсе не трава, а специальное печенье сика-сенбей, которое продается на территории парка. Олени даже научились кланяться посетителям в благодарность за угощение. Если вы поклонитесь оленю, он может поклониться вам в ответ. Некоторые из них даже слегка кивают головой, выпрашивая лакомство. Особенно сказочно парк выглядит в конце сезона цветения сакуры. Земля покрыта розовыми лепестками, а олени гуляют по этому нежному ковру, словно персонажи из волшебной сказки.

Давайте перенесемся еще в один красочный мегаполис Японии — Осака. Это второй по величине город Японии. Он очаровывает посетителей своей яркой энергетикой. Осака находится в нескольких минутах езды от Токио. Но по своему характеру сильно отличается от столицы Японии. Сойдя с поезда, вы окажетесь в районе с бурной ночной жизнью, вкусной едой и дружелюбными местными жите-

лями. Главная торговая улица города Синсайбаси, где царит атмосфера праздника, работают тысячи ресторанов, баров и магазинов, предлагая всевозможные развлечения и гастрономические изыски. Вечером улица превращается в сияющий коридор, полный людей, неоновых вывесок, включая знаменитого бегуна Glico.

Для гурманов Осака — настоящая мекка: здесь непременно стоит попробовать знаменитые такояки — аппетитные шарики из теста с осьминогом — и оконмияки, сытные и ароматные японские лепешки. Их готовят из яиц, муки и мелко нашинкованной капусты, щедро дополняя разнообразными начинками и морепродуктами. А в продолжение гастрономического знакомства особенно приятно открыть для себя изысканные местные десерты и освежающие напитки в одном из уютных кафе, наблюдая за живой, непрерывно пульсирующей жизнью города.

Какой же сувенир привести из Японии? Выбор сувенира из Японии зависит от того, что вы хотите сохранить: часть культуры, традиций или просто что-то красивое. Популярные варианты включают изысканные японские кимоно, которые можно носить дома или использовать как декоративные элементы, а также оригами-наборы, отражающие мастерство и аккуратность японских ремесленников. Если вы хотите что-то более «съедобное», то в подарок отлично подойдут местные сладости, например **моти** или специальные шоколадные наборы из региональных кондитерских. Для ценителей искусства и традиций — миниатюрные фигурки богов удачи **манэки-нэко** и красивые чайные сервизы станут не только сувениром, но и украшением дома.

Путешествие по Японии — это не просто поездка, а настоящее знакомство с другой культурой, философией и образом жизни. Про-



гуливаясь по улицам Токио, наслаждаясь цветением сакуры, посещая древние храмы Киото или кормя оленей в парке Нара, вы постепенно начинаете понимать особую гармонию этой страны.

Япония — это удивительное сочетание древних традиций и технологий будущего. Здесь бережно сохраняют сады камней и чайные церемонии, при этом активно развивая робототехнику. Это страна, где лепестки сакуры напоминают о быстротечности времени, а улыбки людей — о внимании и уважении друг к другу. Спасибо, Япония, за вдохновение, за красоту в деталях и за умение находить гармонию даже в быстром ритме жизни.

Диана Лоренс
Фото автора



Диана Лоренс
в костюме Гейши

Путь самурая



*«Истинная победа — это победа над собой»
Китайская мудрость*

Стать чемпионом мира и Европы по универсальному каратэ — это не случайность. За этим стоят годы тяжёлых тренировок, строгая дисциплина и полная самоотдача.

Сегодня мы хотим познакомить вас с выдающимся спортсменом, тренером сборной Германии по ММА и основателем школы боевых искусств «Samurai Fight Team» — сэнсэем Григорием Веницким. Он является обладателем мастерской степени четвёртого дана и президентом Немецкой федерации универсального каратэ «Шидокан». Григорий Веницкий — обладатель чёрного пояса по бразильскому джиу-джитсу и официальный представитель Грэйси джиу-джитсу в Германии.

Его путь — это история силы характера, целеустремлённости и постоянной работы над собой. При этом он не только успешный боец, но и человек, который охотно делится опытом, воспитывая новое поколение спортсменов.

Важно понимать: хороший спортсмен — не всегда хороший тренер.



Настоящий тренер должен уметь вдохновлять, находить подход к каждому ученику, быть терпеливым и понятно передавать знания. Все эти качества есть у Григория Веницкого.

Мы посетили школу Григория, где он охотно поделился с нами своей историей. Войдя в зал, мы сразу заметили множество кубков и медалей. Для учеников это не просто награды — это мотивация и доказательство того, что труд всегда приносит результат.

Мы решили узнать больше и задали сэнсэю несколько вопросов о его пути, школе и учениках.

— Как вы начали заниматься боевыми искусствами?

Г.В.: В четыре года я начал заниматься каратэ. За это спасибо моему отцу — он мой первый тренер. Отец, бывший подводник, сам занимался каратэ, борьбой и боксом. Он составлял план тренировок, который я выполнял каждый день.

Мы жили в Кыргызстане. У нас дома было своё додзё, и к нам приходило тренироваться много спортсменов. Мы тренировались как в спортзале, так и на свежем воздухе — в горах.

После переезда в Германию я продолжил тренировки: занимался каратэ, кикбоксингом, затем перешёл в смешанные единоборства — ММА и выступал за сборную Германии.

Позже я увлёкся бразильским джиу-джитсу. Это особый интеллектуальный вид борьбы: здесь чаще побеждает не сила, а техника, и основной упор делается на захваты и контроль. Мне стало очень интересно, и я полностью погрузился в этот вид единоборств.

Сейчас я официально представляю

бразильское джиу-джитсу у нас в регионе. Я тренирую людей всех возрастов, провожу семинары и обучаю инструкторов.

— Когда вы стали чемпионом мира, что это для вас значило?

Г.В.: Радость от того, что я не подвёл свою команду и своего тренера. Когда ты становишься чемпионом, на самом деле лично для тебя ничего не меняется. Ты не становишься сильнее или лучше. Просто ты поставил цель и достиг её.

После этого начинаешь переосмысливать свой успех и ставить перед собой новые задачи. Этот постоянный путь к новым вершинам развивает тебя как личность. Он укрепляет веру в себя и помогает не только в спорте, но и в жизни.

Я с детства мечтал стать чемпионом мира и получить чёрный пояс. И этому же учу своих учеников: ставить цели и добиваться их. Особенно важно это для детей — быть целеустремлёнными, развивать своё тело и разум, уметь трудиться и учиться.

— Какие соревнования запомнились вам больше всего?

Г.В.: Думаю, это был чемпионат мира по Шидокан. На тот момент у меня была травма колена, но, несмотря на это, я дошёл до финала. Мы с моим соперником провели зрелищный и очень конкурентный бой, который я выиграл техническим нокаутом.

Для меня это был долгий и трудный путь. Ранее на чемпионатах мира я часто доходил до финала, но не удавалось взять золото.

— Какие медали для вас самые важные?

Г.В.: Важна не медаль, а то, что за ней стоит. Важно, что ты отработал

на сто процентов. Твой внутренний настрой, твоё состояние — вот что запоминается навсегда.

Соревнования — это экзамен. Ты проверяешь себя на деле, а затем анализируешь результат. Это помогает выявлять сильные и слабые стороны и расти над собой.

— **Что для вас значит быть хорошим тренером?**

Г.В.: Быть тренером — это большая ответственность. Важно понимать, что тебе доверяют ребёнка, и ты будешь влиять на его поступки, потому что во многом будешь служить для него примером.

Задача тренера — правильно направить ученика, научить его анализировать и обдумывать свои действия. Важно выстроить тёплые и доверительные отношения, чтобы ученик с добрыми чувствами вспоминал своего тренера.

Я глубоко благодарен своим наставникам: Сергею Ивановичу Виницкому, Шихану Петеру Ангереру, Канчо Ёсидзи Созно, профессору Франко Ваширке, профессору Дэниэлю Д'Дана, Румине Сато и Марко Тчёрнеру — за знания и пример, который они мне дали. Их вклад остаётся со мной на протяжении всей моей карьеры.

— **Почему вы решили открыть собственную школу?**

Г.В.: В культуре единоборств крайне важной считается передача знаний. Так живёт и развивается боевое искусство.

Я тренирую с 20 лет. Тренерская деятельность всегда приносила мне удо-

вольствие. Я понял, что это моё призвание, и не хотел заниматься этим только как хобби. Я уволился с основной работы, чтобы полностью посвятить себя любимому делу.

Посоветовавшись со своими тренерами, я открыл собственную школу — Samurai Fight Team. Изначально это был небольшой проект, а сейчас наша школа признана крупными федерациями и легендарными мастерами, такими как Риксон Грэйси и Ройс Грэйси.

— **Каких успехов достигли ваши ученики?**

Г.В.: Среди моих учеников есть два чемпиона Европы по смешанным единоборствам, чемпион Японии по универсальному каратэ и большое количество чемпионов Германии по джиу-джитсу, каратэ и ММА.

Кроме того, несколько моих учеников уже сами стали тренерами, открыли собственные школы, и мы продолжаем вместе наше общее дело. Один из таких учеников — Дмитрий Тчоду, который успешно развивает джиу-джитсу в городе Брауншвайг.

Но для меня, как для тренера, главное — не только медали. Важно воспитать сильных людей, которые умеют думать и принимать решения. Научить их преодолевать трудности, уважать старших и помогать младшим.

— **Вы уже многого достигли. Какие у вас планы дальше?**

Г.В.: Развивать школу, единоборства и особенно детский спорт. Проводить сборы, чемпионаты и семинары. Подготавливать инструкторов. Поддерживать и продвигать талант-



ливых молодых спортсменов. Пропагандировать спорт и здоровый образ жизни.

18 апреля мы проводим открытый чемпионат Германии по бразильскому джиу-джитсу — ADCC в городе Ашаффенбург. 19 апреля там же состоится открытый чемпионат Германии по универсальному каратэ — Шидокан. В июле мы едем на сборы в Чехию. 10 сентября большой командой отправимся в Польшу на чемпионат мира по бразильскому джиу-джитсу — ADCC. В октябре я, как тренер сборной Германии по ММА, везу команду на турнир в Японию.

Как говорят японцы: «Гамбаттэ» — ни шагу назад.

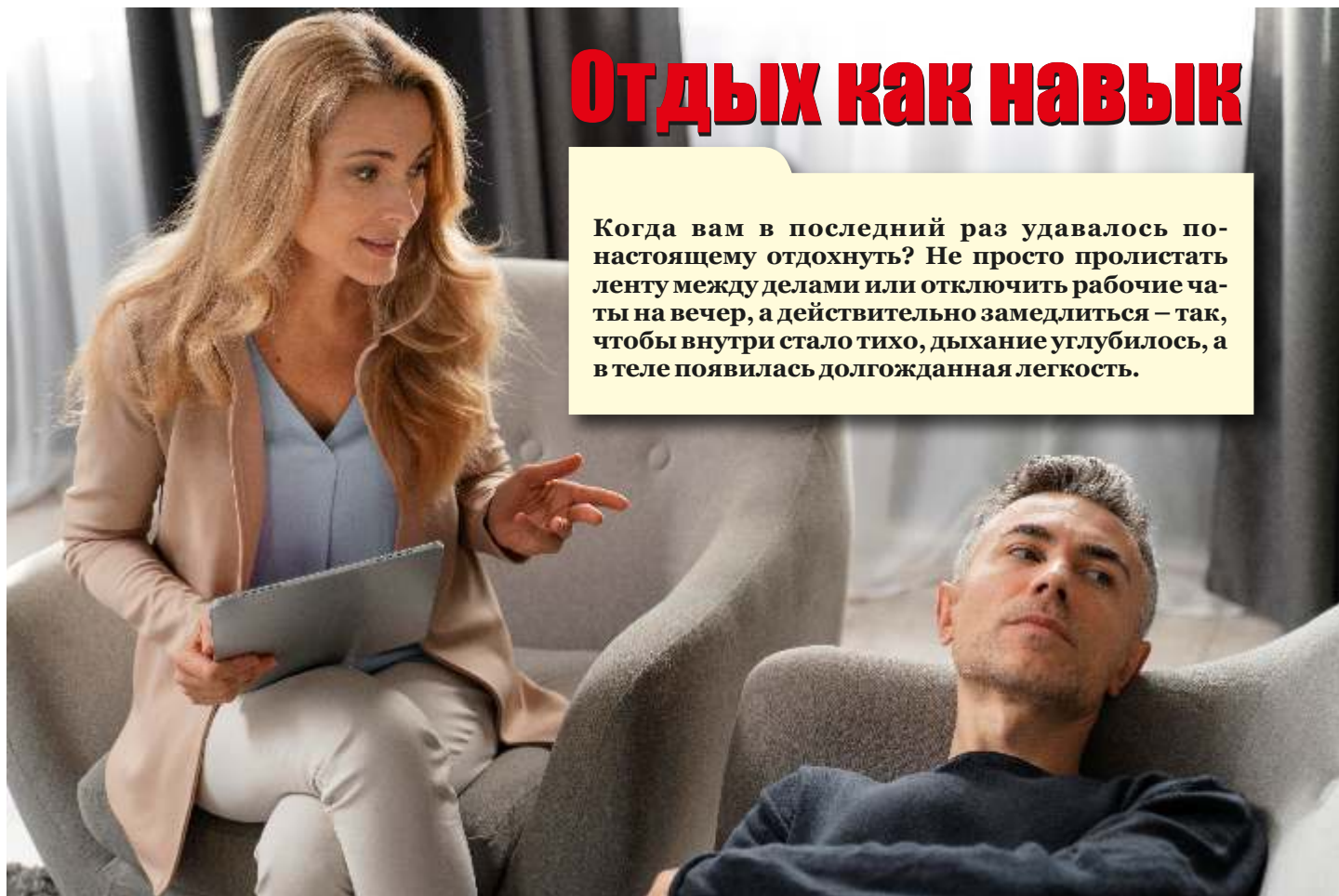
Мы благодарим Григория Виницкого за интервью и желаем ему дальнейших успехов в спорте и тренерской работе.

Карина Томсинская
Фото: Samurai Fight Team



ОТДЫХ КАК НАВЫК

Когда вам в последний раз удавалось по-настоящему отдохнуть? Не просто пролистать ленту между делами или отключить рабочие чаты на вечер, а действительно замедлиться – так, чтобы внутри стало тихо, дыхание углубилось, а в теле появилась долгожданная легкость.



Вспомнить такие моменты непросто. Ведь даже когда вокруг становится тихо, внутри еще сохраняется легкое движение. Мысли продолжают мягко перебирать прошедшее, возвращаться к незавершенным делам, не давая полностью расслабиться.

Привычка оставаться настороже не отпускает, ум остается в режиме готовности, будто не спешит уходить в покой — словно отдых требует разрешения. И вместо настоящего покоя — выжидание, внутреннее напряжение, фоновый шум, от которого не так-то просто отключиться.

а силы к тому моменту уже на исходе. И все равно продолжается движение — по инерции, по привычке, потому что иначе будто нельзя. Остановиться страшно: вдруг выпадешь из потока, упустишь шанс, отстанешь. Мы живем в эпоху тревожной продуктивности. Каждый день — как квест, в котором для отдыха просто не прописали роль.

Многие со временем теряют это простое, почти инстинктивное умение — отдыхать. Не потому, что с ними что-то не так или потому что «расслабляться — не про них», а потому что этому попросту не учили. Более того, часто учили обратному.

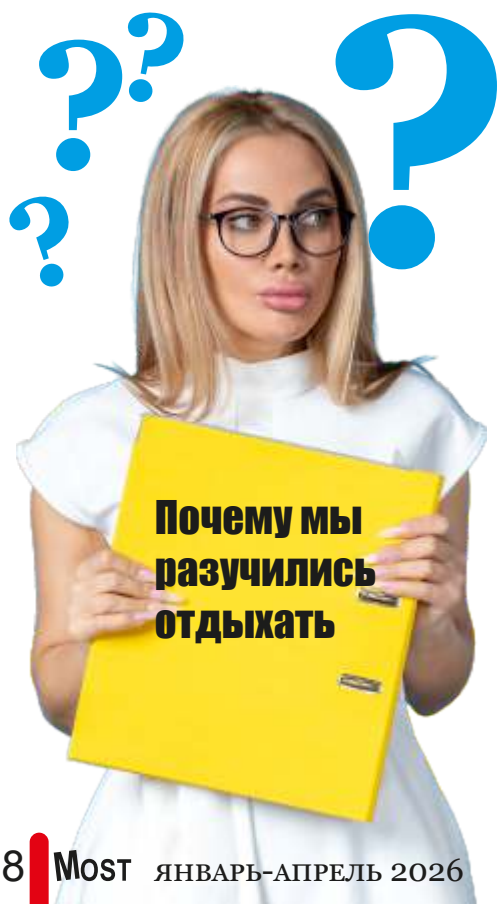
В этой постоянной гонке — за эффективностью, ростом, пользой, развитием, успехом — легко перестать замечать очевидное: тело устало, ум перегружен, а внутри становится тихо не от покоя, а от опустошения. И даже если появляется возможность остановиться, просто посидеть, ничего не делая — внутри тут же поднимается тревога. Возникает ощущение, что нужно быть полезным, продуктивным, не терять темп. Даже отдых превращается в еще одну форму старания: книги по саморазвитию, медитации по расписанию, спорт ради дисциплины.

С ранних лет нас приучали к постоянной занятости, к жизни по списку, к убеждению, что только результат имеет значение, а отдых — это награда, которую еще нужно заслужить, поработать, оправдать.

Все это кажется «правильным», но по сути — снова про контроль, про результат, про достижение, про стремление соответствовать. А не про настоящее восстановление.

В современном мире отдых стал почти табу, чем-то вроде тени, допустимой только после достижений, свершений, закрытых задач. Сначала — работа, заботы, план, обязательства. А потом, если повезет, — немного передышки.

Только вот времени обычно не оста-



**Почему мы
разучились
отдыхать**

Возможно, самое страшное — мы разучились быть с собой. Без задач, без целей, без новостей, без телефона в руке. В тишине начинает всплывать все то, что долго пытались не замечать — тревога, усталость, подавленные желания. И тогда мы снова хватаемся за работу, новые дела, чтобы не слышать себя.

Именно поэтому отдых сегодня — это не просто пауза. Это навык, который нужно развивать. Это акт мужества и зрелости — позволить себе просто быть.

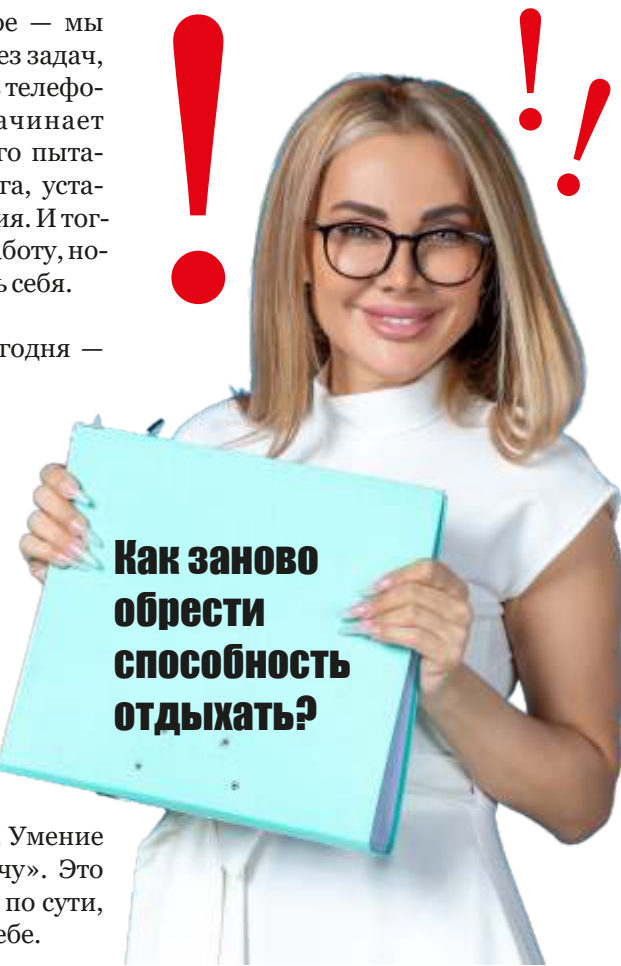
Настоящий отдых — это не всегда про поездку, спа или отключенный вай-фай. Чаще всего он вообще не про внешнее. Это, в первую очередь, внутреннее разрешение на паузу. Умение заметить: «Я устал. Мне нужно остановиться». Умение выбрать не «надо», а «хочу». Это честность. Это забота. Это, по сути, акт глубокого уважения к себе.

Но чтобы вернуть себе этот навык, нужно заново переучиваться — не резко, не через усилие, а мягко и бережно. Маленькими шагами, позволяя себе двигаться постепенно, без давления и без страха ошибиться. Терпеливо, спокойно, с вниманием к собственному темпу, без спешки и без перфекционизма.

Можно начать с самого простого. Просто посидеть у окна с чашкой чая — не думая, не скроля новостную ленту, не планируя следующий шаг. Не стремясь никуда. Просто быть. Смотреть на небо. Чувствовать дыхание. Это и есть настоящий отдых. Он не требует усилий — только внутренне-го согласия.

Иногда полезно спросить себя: а что для меня на самом деле является отдыхом? Не то, что модно, или то, что рекомендуют психологи. А то, что по-настоящему наполняет. Может, это полежать в тишине, закрыв глаза. Может, уйти на прогулку без маршрута. Может, просто сидеть у окна и слушать, как шумит ветер. Иногда отдых — это даже слёзы. Потому что отпустить напряжение — тоже способ вернуться к себе.

Отдых не должен быть «заработан».



**Как заново
обрести
способность
отдыхать?**

Это не бонус, не награда и не по-блажка. Это естественная часть жизни, как вдох и выдох. Мы двигаемся — и останавливаемся. Мы делаем — и восстанавливаемся. Нарушая этот ритм, мы обкрадываем самих себя.

Отдых — это не слабость. Это опора. Это топливо. Это внутренний дом, в который можно возвращаться, чтобы снова идти в жизнь не на износе, а на полноте.

И, возможно, самый важный вопрос сегодня — не «как все успевать», а «как научиться останавливаться». Потому что именно в этой остановке мы вдруг вспоминаем, кто мы есть, зачем живём, и что, кроме задач, у нас еще есть сердце.

Дай себе право на паузу. Не за успех, не за достижения, а просто потому, что ты живой человек. Иногда каждому нужно немного остановиться, спокойно вдохнуть и дать себе время на тишину и восстановление.

Г. Нагорнова
М. Ващенко
Фото: ИИ

Humanität

служба по уходу



Betreuung
Beratung
Pflege



Наши клиенты выбрали
**спокойствие,
оперативность
и уверенность**
в завтрашнем дне



0341 561 49 38

Жизнь продолжается!

Pflegedienst HUMANITÄT
Schulze-Boysen-Str. 4
04317 Leipzig

Автобус № 60 до остановки
Schulze-Boysen-Straße
(100 метров пешком).

Трамвай № 15 до остановки
Ostplatz (500 метров пешком)



moct.eu

Hilfe für ältere Menschen

Mit Pflegegrad

-  Begleitung im Alltag
-  Gemeinsam einkaufen
-  Spaziergänge & Gespräche
-  Kochen & Arztbesuche

Integrationsverein
Leipzig – Brücke
der Kulturen e.V.

0341 / 420 17 82
info@moct.eu
www.moct.eu



Kommunaler Sozialverband Sachsen

Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.

Café der Begegnung - gegen Einsamkeit im Alter Café общения — вместе против одиночества

Café общения

(встречи раз в неделю, 2–3 часа)

БЕСПЛАТНО*

Различные курсы и мастер-классы

(Раз в неделю, для 10–15 человек, 2–4 часа):

- Литературный кружок
- Языковой кружок / Языковой клуб
- Киноклуб
- Понимание и объяснение современных англицизмов, которые часто используются
- Цифровая грамотность: обучение осознанной работе с цифровыми технологиями (смартфон/планшет, социальные сети, искусственный интеллект и т.д.)



Оздоровительные занятия

(Раз в неделю, до 10 чел., около 2 ч.)

Культурные экскурсии

(Раз в месяц, для 10–25 человек)




Волонтерская деятельность



Платите за договора слишком много?




60+

→ Подберем дешёвые тарифы:

-  **мобильная связь и интернет**
-  **домашний интернет**
-  **электроэнергия/газ**



→ Заполним формуляры и составим письма для:

-  Больничные кассы (Krankenversicherung)
-  Социального управления (Sozialamt)
-  Пенсионный фонд (Rentversicherung)



*Для членов ферайна 60+ все предложения абсолютно **бесплатно!** Стоимость членских взносов **5€** в месяц!

Integrationsverein LBK e.V. "МОСТ"


Heinrich-Budde-Str.1

04157 Leipzig

Трамвай № 4, автобус № 90,

S-Bahn 1 - остановка Coppiplatz

 **0178 4582443; 0341 4201782**

 **https://moct.eu**



Gefördert durch die


DEUTSCHE
Fernsehlotterie¹



Патронажная служба по уходу



Michelson

Die Pflegeambulanz für häusliche Gesundheitsversorgung
Ищем медицинский персонал.
Выплачиваем подъемные!



Наша цель – Ваше прекрасное самочувствие!

- медицинский и повседневный уход
- помощь в приобретении реабилитационных средств
- сопровождение к врачам и социальные учреждения
- услуги по ведению домашнего хозяйства
- помощь при ведении корреспонденции
- временный уход во время отсутствия тех, кто за Вами ухаживает
- консультация в соответствии с §37 Abs. 3 SGB XI, §45b SGB XI



Michelson Pflegeambulanz GmbH

Geschäftsführerin: Irina Michelson
Bernhardstr. 1, 04315 Leipzig
Telefon: 0341 / 24 99 04 0
Telefax: 0341 / 97 47 79 8
Notruf: 0178 / 889 48 49
www.michelson-pflegeambulanz.de
info@michelson-pflegeambulanz.de



Zentrum für Manuelle Therapie

VOLK
Alexander

- + спортивная физиотерапия
- + мануальная терапия
- + эрготерапия
- + логопедия

20 лет
успешной
работы в
Лейпциге



ЛЕЧИТЬ, ТАК ЛЕЧИТЬ...

Funkenburgstr. 1 · 04105 Leipzig · Tel.: 0341 2618195
Riesaer Str. 39 · 04328 Leipzig · Tel.: 0341 2517577

Heilpraktikerin für Physiotherapie



PHYSIOTHERAPIE
Ines Nicolai

Lange Str. 14/HH, 04103 Leipzig
www.physiotherapie-nicolai.de
Tel.: (0341) 580 61 444
Mobil/WhatsApp: 0176 46 135 592

Mo/Mi 8:00-16:30, Di/Do 9:30-19:00, Fr 8:00-13:00



КЛАССИЧЕСКИЕ И ИННОВАЦИОННЫЕ МЕТОДЫ

Ваша реклама здесь: info@most.eu



Подарите близкому вам человеку тепло, заботливое и чуткое отношение, комфорт и спокойствие!
Поручите уход за больными квалифицированным специалистам, проверенным и надежным сотрудникам.

- ✓ Выезд на дом
- ✓ Уход и помощь на дому
- ✓ Внимательное и заботливое обслуживание
- ✓ Услуги социального работника
- ✓ Предоставление переводчиков, транспорта, стилиста

LIVIMEDICUS – ВСЕГДА ДЛЯ ВАС!

Услуги оплачиваются больничными кассами и социаламтом

☎: 0341 / 92 73 01 51

☎: 0341 / 92 73 01 52

Наш адрес:
Livimedicus
Löbauer Str. 68
04347 Leipzig



24ч.

**Ihre Werbung hier.
Wie? Rufen Sie an!
0173 36 777 333**

**БЕРЛИНСКИЙ
ТЕЛЕГРАФ**

Приглашаем в Лейпциге к сотрудничеству профессионалов с опытом в сфере видео-производства, монтажа видео, а также креативных специалистов по созданию youtube контента.

Контакт:
info@berliner-telegraph.de
<https://berliner-telegraph.de>
<https://t.me/berlintelegraph>

PressaRu.EU

**БЕСПЛАТНАЯ
БИБЛИОТЕКА
газеты и журналы
Европы**

более
3000 номеров

РЕКЛАМА
в газетах и журналах,
на TV, в интернете,
подписка

Most

Также актуальный номер, архив -

Клуб Путешествий «ЕХАТЬ НАДО»

План поездок на 2026



Кристиансен-Осло-Копенгаген
17.05.-23.05.26, 810€ д.110/150



Замки Баварии
20.06.-21.06.26, 330€



Нюрнберг
01.08.26, 60€



Люнебург
29.08.26, 60€



Чертов Мост, Бад Мускау
12.09.26, 60€



Майорка-Сардиния-Рим-
Корсика-Марсель-Барселона
26.09.-03.10.2026, 1100€



Боденское озеро Швейцария,
Австрия
02.10.-04.10.26



Пиза-Сиена-Сан Джиминьяно-
Флоренция
30.10.-03.11.26



Коста-Барселона, 9 ночей, полупасион, 1100€ июль 2026



Сергей Каракин 0178 458 24 43; 0341 268 21 21

reiseklub_ehatnado